

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI
PADA ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 5 SDN
MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA**

PUTRI ICA OKTAVIA

NIM. P2.06.31.1.22.030



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pola Makan dan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar kelas 5 SDN Mangkubumi Kota Tasikmalaya” dapat diselesaikan dengan baik. Dalam penulisan Laporan Akhir ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan semua pihak, mulai dari tahap awal sampai selesai. Untuk itu, melalui tulisan ini mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP, MP selaku Ketua Jurusan dan Ketua Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan dorongan semangat untuk membantu menyelesaikan proposal tugas akhir ini.
4. Semua staf dan dosen Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan banyak pengajaran, bimbingan, dan bantuan selama perkuliahan ini.
5. Almh. Cucu Mulyati, selaku mamah yang tersayang penulis. Laporan tugas akhir ini penulis persembahkan untuk mamah yang belum sempat melihat sampai lulus kuliah. Terimakasih sudah memberikan kasih sayang dan doa yang luar biasa selama masa hidup mah.
6. Bapak Iwa Kartiwa penulis berterima kasih sudah selalu memberi dukungan dan doa yang tiada henti sampai penulis bisa berada di tahap ini.
7. Keluarga besar yang telah memberikan banyak kekuatan, doa, dan semangat serta dorongan moril maupun materil.
8. Teman - teman dekat yang selalu memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan naskah penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan Laporan Tugas Akhir ini masih sangat banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pembaca sangat diharapkan demi tercapainya kesempurnaan dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini.

Tasikmalaya, Mei 2025

Penulis

PUTRI ICA OKTAVIA. *Description of Eating Patterns and Nutritional Status of Grade 5 Elementary School Children at Mangkubumi Elementary School, Taikmalaya City*

ABSTRACT

Health problems that often occur in elementary school children in Indonesia are malnutrition and overnutrition. Based on the 2018 Riskesdas Report, the prevalence of nutritional status of children aged 5–12 years in Tasikmalaya City according to BMI/U shows that 2.1% of children experience malnutrition, 6.2% experience undernutrition, 7.9% have normal nutritional status, 7.1% experience overnutrition, and 6.5% are classified as obese. Nutritional problems are generally caused by an unbalanced diet and lack of physical activity in daily life. This study is a descriptive study that aims to determine the picture of the eating patterns and nutritional status of grade 5 students at SDN Mangkubumi. The population in this study were all grade 5 students totaling 70 people. The sample was determined using the simple random sampling method, obtaining 41 respondents. Data collection through anthropometric measurements to determine nutritional status based on BMI/U, as well as interviews using a food recall form for 2x24 hours to determine intake and eating patterns. The results of the study showed that all respondents (100%) had a diet that was not in accordance with the recommended Balanced Nutrition Guidelines. The types of food consumed by respondents and in accordance with the recommendations were rice (17%), meat (37%), tempeh (17%), milk (10%), sugar (2%), and oil (29%). Meanwhile, the frequency of eating in accordance with the recommendations, namely 3x main meals and 2x snacks, was only applied by 20% of respondents. Based on BMI/U measurements, it is known that 5% have poor nutritional status, 71% have good nutritional status, 10% are overweight, and 14% are obese. For grade 5 students, it is expected to monitor their weight and improve their diet in accordance with the recommendations for balanced nutritional guidelines.

Keywords : Diet, nutritional status, school children

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II.....	4
TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Tinjauan Teori.....	4
1. Anak Sekolah Dasar.....	4
2. Status Gizi	5
3. Pola Makan	8
B. Kerangka Teori.....	13
BAB III	14
METODE PENELITIAN	14
A. Jenis Penelitian	14
B. Waktu dan Tempat	14
C. Populasi dan Sampel.....	14
D. Definisi Operasional.....	16
E. Teknik Pengumpulan Data	17
F. Instrumen Penelitian	17

G. Pengolahan dan Analisis Data.....	18
H. Jalannya Penelitian	20
1. Tahap Persiapan.....	20
2. Tahap Pelaksanaan	21
3. Tahap Akhir	21
BAB IV.....	22
HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. Hasil.....	22
B. Pembahasan.....	28
BAB V.....	35
KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan.....	35
B. Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1	Angka Kecukupan Gizi Untuk Anak Usia 7-12 tahun.....	4
Tabel 2	Kategori Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan IMT/U.....	8
Tabel 3	Definisi Operasional.....	16
Tabel 4	Instrument Penelitian.....	17
Tabel 5	Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin Anak Sekolah di SDN Mangkubumi Tahun 2025.....	22
Tabel 6	Karakteristik Responden Menurut Kelompok Usia Anak Sekolah di SDN Mangkubumi Tahun 2025.....	22
Tabel 7	Status Gizi Menurut Umur Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	23
Tabel 8	Jumlah Asupan Makan pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	23
Tabel 9	Jenis Bahan Makanan pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	24
Tabel 10	Frekuensi Makan pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	25
Tabel 11	Jumlah Asupan Makan dan Status Gizi pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	25
Tabel 12	Jenis Bahan Makanan dan Status Gizi pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	26
Tabel 13	Frekuensi Makan dan Status Gizi pada Anak Sekolah di SDN Mangkubumi.....	27

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori Status Gizi.....	13

DAFTAR LAMPIRAN

No Lampiran

- 1 Rencana Anggaran Biaya
- 2 *Informant Content (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)*
- 3 Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
- 4 Formulir Status Gizi
- 5 Formulir Food Recall 24 jam
- 6 Dokumentasi Penelitian
- 7 Biodata Pribadi