

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BAKSO IKAN LELE WORTEL
TERHADAP BERAT BADAN ANAK KELAS 1 SEKOLAH
DASAR NEGERI 060857 KELURAHAN SIDOREJO
KECAMATAN MEDAN TEMBUNG**



**DIVA LAURELYA HUTAGALUNG
P01031221068**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM SARJANA TERAPAN GIZI
DAN DIETETIKA
2025**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BAKSO IKAN LELE WORTEL
TERHADAP BERAT BADAN ANAK KELAS 1 SEKOLAH
DASAR NEGERI 060857 KELURAHAN SIDOREJO
KECAMATAN MEDAN TEMBUNG**

Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Program
Studi Sarjana Terapan Gizi Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**DIVA LAURELYA HUTAGALUNG
P01031221068**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM SARJANA TERAPAN GIZI
DAN DIETETIKA
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele
Wortel Terhadap Berat Badan Anak
Kelas 1 Sekolah Dasar Sd Negeri
060857 Kelurahan Sidorejo Kecamatan
Medan Tembung

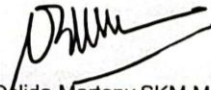
Nama Mahasiswa : Diva Laurelya Hutagalung
No Induk Mahasiswa : P01031221068
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

Menyetujui :




Berlin Sitanggang, SST, M. Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Oplida Martony, SKM, M. Kes

Anggota Penguji I



Yenni Zuraidah, SP.M. Kes

Anggota Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi,



Rina Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 07 Mei 2025

ABSTRAK

DIVA LAURELYA HUTAGALUNG “PENGARUH PEMBERIAN BAKSO (IKAN LELE, WORTEL) TERHADAP BERAT BADAN ANAK KELAS 1 SEKOLAH DASAR NEGERI 060857 KELURAHAN SIDOREJO KECAMATAN MEDAN TEMBUNG “(DIBAWAH BIMBINGAN BERLIN SITANGGANG)

Latar Belakang : Anak Sekolah Dasar merupakan kelompok rawan gizi diantaranya gizi buruk, gizi kurang yang disebut *wasting* ditandai berat badan kurang dari normal atau Z-score IMT/U < -2 SD. Salah satu penyebabnya karena asupan makan kurang. Salah satu upaya mengatasinya melalui Pemberian Makanan Tambahan berupa Bakso yang dimodifikasi dari bahan Ikan Lele, wortel. Bakso dipilih karena disukai Anak Sekolah. Bakso perlu diberikan 3.500 kkal atau 250 kkal/hari selama 14 hari dengan harapan menaikkan BB Anak Sekolah minimal 500 gram.

Tujuan Penelitian : Mengetahui Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele, Wortel Terhadap Berat Badan Anak Kelas 1 Sekolah Dasar.

Metode Penelitian : Lokasi penelitian di Sekolah Negeri 060857 Kota Medan Tembung Jalan Durung No.130, Sidorejo, dilakukan Januari – April 2025. Jenis penelitian *quasi eksperimen*, rancangan *one group pre and post test design*. Populasi adalah seluruh kelas 1 Sekolah Dasar sebanyak 30 rang. Sampel total populasi yaitu 30 siswa/l. Menganalisis pengaruh diuji dengan Uji *t-dependent*.

Hasil Penelitian : Sebelum diberi bakso, 33,3% siswa berstatus gizi kurang, 3,3% gizi lebih. Setelah diberi bakso 6,7 % berstatus gizi kurang, 3,3% gizi lebih. Setelah bakso diberi 14 hari BB naik $< 0,3$ kg yaitu 10%, BB naik $\geq 0,3$ kg yaitu 90% Ada pengaruh pemberian bakso yaitu terhadap berat badan dengan $p 0,00 < 0,05$.

Kata Kunci : Bakso Ikan Lele Wortel, Anak Sekolah Dasar, Berat Badan, Status Gizi

ABSTRACT

ABSTRACT

DIVA LAURELYA HUTAGALUNG "THE EFFECT OF CATFISH AND CARROT MEATBALLS ON THE BODY WEIGHT OF FIRST-GRADE STUDENTS AT SDN 060857, SIDOREJO SUB-DISTRICT, MEDAN TEMBUNG DISTRICT" (CONSULTANT : BERLIN SITANGGANG)

Elementary school children are a vulnerable group for nutritional problems, including severe and moderate malnutrition (wasting), characterized by body weight below normal or BMI-for-age Z-score <-2 SD. One of the causes is insufficient food intake. An effort to overcome this is through providing Supplementary Feeding in the form of meatballs modified with catfish and carrots. Meatballs were chosen because they are popular among school children. The meatballs need to provide 3,500 kcal or 250 kcal/day for 14 days, with the expectation of increasing the children's body weight by at least 500 grams. The objective research is to determine the effect of giving catfish and carrot meatballs on the body weight of first-grade elementary school children. The methods was conducted at SDN 060857, Medan Tembung City, Durung street no.130, Sidorejo, from January to April 2025. The research type was quasi-experimental with a one-group pre-and-post-test design. The population consisted of all 30 first-grade elementary school students. The sample was the total population, i.e., 30 students. The effect was analyzed using the dependent t-test. The results is before being given meatballs, 33.3% of students had underweight nutritional status and 3.3% were overweight. After being given meatballs, 6.7% had underweight nutritional status and 3.3% were overweight. After 14 days of meatball consumption, 10% of students had a weight gain of <0.3 kg, while 90% had a weight gain of ≥ 0.3 kg. There was a significant effect of giving meatballs on body weight, with a p-value of $0.00 < 0.05$.

Keywords: Catfish and Carrot Meatballs, Elementary School Children, Body Weight, Nutritional Status



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele Wortel Terhadap Berat Badan Anak Kelas 1 Sekolah Dasar Negeri 060857 Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung”**

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama
3. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku penguji ke 1
4. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku penguji ke 2
5. Nurcahya Siregar, selaku Kepala Sekolah SD Negeri 060857 Kelurahan Medan Tembung.
6. Kedua orang tua saya Bapak Denny Hutagalung dan Mama Christina Melly Hotmauli Siregar beserta kakak saya Vinadya Angelica Hutagalung, Kedua adik saya Jessica Audrey Hutagalung dan Valerry Anggita Hutagalung.
7. Teman seperjuangan dan perdopongan Bimbingan Pak Berlin.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih ada kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan sumbangan saran dari semua pihak dalam penyempurnaan skripsi ini

Penulis

Diva Laurelya Hutagalung

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| PERNYATAAN PERSETUJUAN | i |
| ABSTRAK | ii |
| ABSTRACT | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Perumusan Masalah | 6 |
| C. Tujuan Penelitian | 6 |
| 1. Tujuan Umum | 6 |
| 2. Tujuan Khusus..... | 6 |
| D. Manfaat | 6 |
| 1. Bagi Peneliti | 6 |
| 2. Bagi Pihak Sekolah | 6 |
| 3. Bagi Anak Sekolah | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| A. Anak Sekolah | 7 |
| 1. Pengertian Anak Kelas 1 SD | 7 |
| 2. Kebutuhan Gizi Anak Kelas 1 Sekolah Dasar..... | 7 |
| B. Status Gizi | 8 |
| C. Ikan Lele | 12 |
| D. Wortel | 12 |
| E. Pemberian Bakso | 13 |
| F. Kerangka Teori | 16 |
| G. Kerangka Konsep | 17 |
| H. Definisi Operasional | 18 |
| I. Hipotesis | 19 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 20 |

| | |
|--|-----------|
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian | 20 |
| B. Populasi dan Sampel | 21 |
| 1. Populasi..... | 21 |
| 2. Sampel | 21 |
| C. Jenis dan Cara Pengumpulan Data | 21 |
| 1. Jenis Data | 21 |
| 2. Cara Pengumpulan Data | 22 |
| D. Prosedur / Pelaksanaan Penelitian | 23 |
| 1. Pengumpulan data identitas | 23 |
| 2. Persiapan bahan Intervensi..... | 23 |
| 3. Pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan Sebelum Intervensi..... | 24 |
| 4. Formulir Food Recall Sebelum dan Sesudah Intervensi..... | 28 |
| 5. Pemberian intervensi bakso Ikan Lele, Wortel..... | 29 |
| 6. Pengukuran Berat Badan Dan Tinggi Badan Sesudah Intervensi . | 30 |
| E. Pengolahan Data..... | 30 |
| 1. Pengukuran Status gizi Sebelum dan Sesudah | 30 |
| 2. Menentukan Selisih Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi | 30 |
| 3. Pencatatan Asupan Bakso Ikan Lele selama Intervensi | 30 |
| 4. Asupan Zat Gizi | 31 |
| F. Analisis Data..... | 32 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 33 |
| A. Hasil Penelitian | 33 |
| 1. Gambaran Lokasi Penelitian | 33 |
| 2. Karakteristik Sampel..... | 34 |
| 3. Asupan Zat Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi | 36 |
| 4. Berat Badan Sampel Sebelum dan Sesudah Intervensi..... | 37 |
| 5. Status Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi | 38 |
| 6. Pemberian Intervensi Bakso Sampel..... | 38 |
| 7. Menganalisis Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele, Wortel terhadap Berat Badan. | 39 |
| B. Pembahasan | 40 |

| | |
|---|-----------|
| 1. Pemberian Intervensi..... | 40 |
| 2. Asupan Zat Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi | 40 |
| 3. Status Gizi Anak Sekolah | 43 |
| 4. Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele, Wortel Terhadap Kenaikan Berat Badan | 44 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 47 |
| A. Kesimpulan..... | 47 |
| B. Saran | 47 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 48 |
| LAMPIRAN..... | 51 |

DAFTAR TABEL

| No | Halaman |
|--|---------|
| 1. Kebutuhan Anak Sekolah menurut PMK No 28 tahun 2019 | 8 |
| 2. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak menurut..... | 8 |
| 3. Definisi Operasional | 18 |
| 4. Kandungan Gizi Ikan Lele, Wortel | 24 |
| 5. Distribusi frekuensi sampel menurut umur sampel | 34 |
| 6. Distribusi Frekuensi Menurut Jenis Kelamin..... | 34 |
| 7. Distribusi Sampel menurut Pendidikan Orangtua | 35 |
| 8. Distribusi sampel menurut pekerjaan orangtua | 35 |
| 9. Asupan Zat Gizi Energi sebelum dan sesudah Intervensi | 36 |
| 10. Asupan Zat Gizi Protein Sebelum dan Sesudah Intervensi | 36 |
| 11. Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi | 37 |
| 12. Rata- Rata Kenaikan Berat Badan | 37 |
| 13. Status Gizi Sebelum dan Sesudah Intervensi..... | 38 |
| 14. Pencatatan Konsumsi Bakso Ikan Lele,Wortel | 39 |
| 15. Pengaruh Pemberian Bakso Ikan Lele, Wortel terhadap Berat Badan | 39 |

DAFTAR GAMBAR

| No | | Halaman |
|-----------|--|----------------|
| 1. | Timbangan digital | 10 |
| 2. | Microtoise | 11 |
| 3. | Ikan Lele | 12 |
| 4. | Wortel | 12 |
| 5. | Bakso ikan Lele | 14 |
| 6. | Kerangka Teori UNICEF (1998) dalam bangun 2016 | 16 |
| 7. | Kerangka Konsep | 17 |
| 8. | Bakso Ikan Lele, Wortel..... | 23 |

DAFTAR LAMPIRAN

| No | Halaman |
|--|---------|
| 1. Data Identitas | 51 |
| 2. Daftar Sampel Sebelum Intervensi | 55 |
| 3. Daftar Sampel Sesudah Intervensi | 59 |
| 4. Daftar Kepatuhan Konsumsi Bakso Ikan Lele, Wortel | 63 |
| 5. Food Recall Sebelum | 71 |
| 6. Food Recall Sesudah Pemberian | 75 |
| 7. Tingkat Pemenuhan Asupan Gizi Sebelum Pemberian | 78 |
| 8. Tingkat Pemenuhan Asupan Gizi Setelah Pemberian | 82 |
| 9. Jadwal Penelitian..... | 85 |
| 10. Hasil Uji Statsitik..... | 86 |
| 11. Bukti Bimbingan Skripsi..... | 90 |
| 12. Informed Consent | 93 |
| 13. Biaya Penelitian | 94 |
| 14. Surat Izin Penelitian..... | 95 |
| 15. Dokumentasi..... | 96 |
| 16. Dokumentasi EC Penelitian | 101 |
| 17. Surat Pernyataan..... | 102 |
| 18. Daftar Riwayat Hidup..... | 103 |