

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MAKAN
DAN ASUPAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI ANAK
SEKOLAH UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI**



**ADINDA NURUL PRADANI
P01031220003**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MAKAN
DAN ASUPAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI ANAK
SEKOLAH UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI**

Skripsi Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan
Prodi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika di Jurusan
Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**ADINDA NURUL PRADANI
P01031220003**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Makan
dan Asupan Protein Dengan Status Gizi
Anak Sekolah UPT SD Negeri 06741 Medan
Denai

Nama Mahasiswa : Adinda Nurul Pradani

Nomor Induk Mahasiswa : P01031220003

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Novriani Tarigan, DCN, M.Kes
Anggota Penguji



Berlin Sitanggang, SST, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP : 196906231990032001

Tanggal Lulus : 27 Mei 2024

ABSTRAK

ADINDA NURUL PRADANI “**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI**” (DIBAWAH BIMBINGAN RIRIS OPPUSUNGGU)

Status gizi adalah keadaan diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Menurut *WHO* tahun 2015 bahwa prevalensi gizi buruk pada anak didunia sekitar 14,3%. Parameter indeks antropometri yang digunakan untuk menilai status gizi anak adalah indikator (IMT/U) anak usia 5-18 tahun dengan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan obesitas.

Penyebab terjadinya karena pengetahuan, kebiasaan makan dan asupan protein yang kurang. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan. Kebiasaan makan merupakan ekspresi setiap individu dalam memilih makanan yang akan membentuk pola perilaku makan salah satu faktor. Asupan protein adalah bagian dari semua sel hidup dan merupakan bagian terbesar tubuh sesudah air.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan, kebiasaan makan dan asupan protein dengan status gizi anak Sekolah UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Lokasi penelitian dilaksanakan di Sekolah UPT SD Negeri 06741 Medan Denai dan waktu penelitian dimulai pada bulan April sampai Mei 2024. Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional* dengan menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V yang berjumlah 56 siswa. Data yang dikumpulkan yaitu pengetahuan, kebiasaan makan dan asupan protein dengan status gizi, dan akan melakukan *recall* 2x24 jam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan status gizi ($p=0.004$), ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi ($p=0.001$) dan hubungan asupan protein dengan status gizi ($p=0,04$). Rata-rata pengetahuan (62,32), kebiasaan makan (63,21), asupan protein (105,03) dan status gizi anak (67,75).

Kata kunci : Anak, Pengetahuan, Kebiasaan makan, Protein, Status gizi

ABSTRACT

ADINDA NURUL PRADANI "CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE, EATING HABITS AND PROTEIN INTAKE WITH NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL CHILDREN AT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI" (CONSULTANT: RIRIS OPPUSUNGGU)

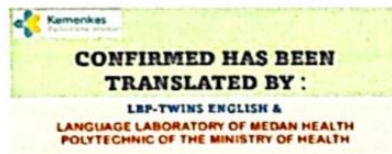
Children in the school age group (6–12 years old) are one of the groups that are vulnerable to nutritional problems, namely protein energy deficiency. Nutritional status is a condition caused by the balance between nutrient intake from food and nutrient needs required for body metabolism. According to WHO 2015, it was reported that the prevalence of malnutrition in children in the world is around 14.3%. Nutritional knowledge is knowledge about food and sources of nutrients in food that are safe to consume. Eating habits are an expression of each individual in choosing food that will form a pattern of eating behavior, one of the main risk factors that can trigger malnutrition. Protein intake is part of all living cells and is the largest part of the body after water.

The purpose of the study was to determine the correlation between knowledge, eating habits and protein intake with the nutritional status of students at SD Negeri 06741 Medan Denai.

The location of the study was carried out at SD Negeri 06741 Medan Denai, the research time began in April-May 2024. The type of research used was observational analytic using a cross-sectional design. This population consisted of 56 students with all students in grades IV and V at SD Negeri 06741. The data collected were knowledge, eating habits and protein intake with nutritional status and would conduct a 2x24 hour recall not in a row for one week.

The results of the study showed that there was a correlation between knowledge and nutritional status (p -value = 0.004), there was a correlation between eating habits and nutritional status (p = 0.001) and a correlation between protein intake and nutritional status (p -value = 0.04). Average knowledge (62.32), average eating habits (63.21), average protein intake (105.03) and average nutritional status of children (67.75).

Keywords: Knowledge, Eating habits, Protein, Nutritional status



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkat rahmad dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Makan dan Asupan Protein Dengan Status Gizi Anak Sekolah UPT SD Negeri 06741 Medan Denai”**.

Dalam penyusunan dan penulisan Skripsi banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada :

1. Riris Oppungsunggu S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Negeri Medan dan sekaligus dosen pembimbing.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku ketua program studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes RI Medan.
3. Novriani Tarigan, DCN, M.Kes selaku penguji I
4. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku penguji II.
5. Kepala sekolah dan guru SD Negeri 06741 Medan Denai.
6. Kedua orang tua tersayang, Bapak Eko Dian Purnomo dan Ibu Siska Anggreni serta keluarga tercinta.
7. Revi Azhari, Teman-teman seperjuangan, serta beberapa sahabat lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik guna perbaikan dan penyempurnaan Skripsi ini.

Lubuk Pakam, Oktober 2024

Adinda Nurul Pradani

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Anak Sekolah.....	7
B. Pengetahuan Kebiasaan Makan	7
C. Gizi.....	11
D. Asupan Protein	12
E. Status Gizi	19
F. Kerangka Teori	26
G. Kerangka Konsep	27
H. Definisi Operasional	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil.....	37
B. Pembahasan.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
DAFTAR PUSTAKA	49

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Definisi operasional	28
2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur	37
3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin.....	38
4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan	38
5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan makan	38
6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan asupan protein.....	39
7. Distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi	39
8. Hubungan pengetahuan dengan status gizi	40
9. Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi	40
10. Hubungan asupan protein dengan status gizi	41

DAFTAR GAMBAR

No.	Halaman
1. Kerangka Teori.....	26
2. Kerangka Konsep.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1. Informed Consent.....	52
2. Form Identitas Responden	53
3. Lembar Kuesioner	49
4. Lembar Food Recall 24 Jam	53
5. Master Tabel	54
6. Frekuensi Variabel	60
7. Chi-Square Test Pengetahuan.....	61
8. Chi-Square Test Kebiasaan Makan.....	62
9. Chi-Square Tests Asupan Protein	63
10. Surat Etichal Clearence.....	64
11. Surat Izin Penelitian	65
12. Surat Balasan Penilitian	66
13. Surat Pernyataan	67
14. Daftar Riwayat Hidup	68
15. Dokumentasi	69
16. Dokumentasi Pengisian Lampiran Persediaan Responden	70
17. Dokumentasi Pengisian Lampiran Kuesioner.....	71
18. Dokumentasi Pengisian Lampiran <i>Food Recall</i>	72
19. Bukti Bimbingan	73