

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KONSUMSI BUAH, SAYUR DENGAN KEJADIAN
STUNTING PADA ANAK SD NEGERI 105331 PUNDEN REJO
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**



**SUPIANI PURBA
P01031121136**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

**GAMBARAN KONSUMSI BUAH, SAYUR DENGAN KEJADIAN
STUNTING PADA ANAK SD NEGERI 105331 PUNDEN REJO
KECAMATAN TANJUNG MORAWA**

**Karya tulis Ilmiah diajukan sebagai syarat untuk penulisan Karya
Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Poltekkes
Kemenkes Medan**



SUPIANI PURBA

P01031121136

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Gambaran konsumsi buah, sayur dengan
kejadian stunting pada anak Sd Negeri 105331
Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa

Nama Mahasiswa : Supiani Purba

Nomor Induk Mahasiswi : P01031121136

Program : Diploma III

Menyetujui :



Efendi S Nainggolan, SKM, M.Kes
Pembimbing Utama / Ketua Penguji



Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH
Anggota Penguji I



Abdul Hamid Anghat, SKM, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :
Ketua Jurusan,



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

Tanggal lulus : 30 Juli 2024

ABSTRAK

SUPIANI PURBA “GAMBARAN KONSUMSI BUAH,SAYUR DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA ANAK SD NEGERI 105331 PUNDEN REJO KECAMATAN TANJUNG MORAWA “ (DIBAWAH BIMBINGAN EFENDI NAINGGOLAN)

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh Menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintah di bidang kesehatan. Anak yang mengalami stunting sering terlihat memiliki badan normal yang proporsional, namun sebenarnya tinggi badannya lebih pendek dari tinggi badan normal yang dimiliki anak seusianya.

Tujuan untuk mengetahui gambaran konsumsi buah,sayur dengan kejadian stunting di SD Negeri 105331 Punden Rejo.

Penelitian dilakukan di SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2024. Jenis penelitian yang digunakan observasional analitik dengan menggunakan Teknik total sampel, populasi penelitian ini adalah seluruh anak kelas 1-6. Jumlah sampel sebanyak 150, tetapi 14 orang tidak tinggal di desa punden rejo dan 13 orangtuanya tidak bersedia dilakukan wawancara. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan formulir food recall 24 jam tidak berturut-turut dan alat ukur antropometri.

Hasil univariat menunjukkan bahwa mayoritas responden konsumsi buah dengan kategori cukup status gizi tidak pendek (50,0%) dan pendek (50,0%) sedangkan konsumsi buah dengan kategori kurang status gizi tidak pendek (83,5%) dan pendek (16,5%). Dan yang konsumsi sayur dengan kategori kurang sebanyak 123 orang (100%).

Kesimpulan penelitian ini bahwa status gizi SD Negeri 105331 Punden Rejo yang tergolong pendek sebanyak 22,0% dan tidak pendek 78,0%.

Kata Kunci : Konsumsi,buah,sayur,kejadian stunting

ABSTRACT

SUPIANI PURBA "DESCRIPTIONS OF FRUIT, VEGETABLE CONSUMPTION WITH THE INCIDENCE OF STUNTING IN CHILDREN OF SD NEGERI 105331 PUNDEN REJO, TANJUNG MORAWA DISTRICT" (CONSULTANT: EFENDI NAINGGOLAN)

Stunting is a disorder of growth and development of children due to chronic malnutrition and recurrent infections, which is characterized by their length or height being below the standard set by the Minister who organizes government affairs in the health sector. Children who experience this often appear to have a normal, proportional body, but in fact, their height is shorter than the normal height of children their age.

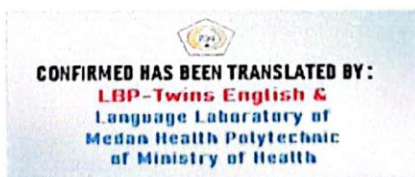
The aim is to determine the description of fruit, and vegetable consumption with the incidence of stunting in SD Negeri 105331 Punden Rejo.

The study was conducted at SD Negeri 105331 Punden Rejo, Tanjung Morawa Sub District. The time of the study was conducted in May 2024. The type of research used was observational analytic using the total sample technique, the population of this study was all children in grades 1-6. The number of samples was 150, but 14 people did not live in Punden Rejo village and 13 of their parents were not willing to be interviewed. Data collection for this study used a 24-hour non-consecutive food recall form and anthropometric measuring instruments.

Univariate results showed that the majority of respondents consumed fruit with the category of sufficient nutritional status, not short (50.0%) and short (50.0%), while fruit consumption with the category of less nutritional status was not short (83.5%) and short (16.5%). And those who consumed vegetables with the less category were 123 people (100%).

The conclusion of this study is that the nutritional status of SD Negeri 105331 Punden Rejo which is classified as short is 22.0% and not short 78.0%.

Keywords: Consumption, Fruit, Vegetables, Stunting Incidents



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Gambaran Konsumsi Buah, Sayur Dengan Kejadian Stunting Pada Anak di SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa”** sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi. Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina DCN, M.Kes selaku ketua Program Studi D-III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Efendi S. Nainggolan, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama yang penuh kesabaran memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
4. Dr.Herta Masthalina, S.KM,M.PH selaku Anggota penguji yang telah banyak memberikan saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah.
5. Abdul Hairuddin Angkat, SKM,M.Kes selaku Anggota penguji yang telah banyak memberikan saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah.
6. Kedua orangtua Penulis Bapak Tumbur Purba dan Ibu Rusli Pasaribu yang memberikan kasih sayang dan doa selama penulis menempuh pendidikan hingga dalam proses penyusunan Karya Tulis ilmiah.
7. Keempat Abang Penulis Rinal Purba, Kemri Purba, Sumardo Purba, dan Irawandi Purba yang selalu memberikan semangat dan dukungan selama penulis menempuh pendidikan hingga dalam proses penyusunan Karya Tulis ilmiah.
8. Sahabat penulis Karisma, Yesika, Reni, Lisna, Mayang, Nadia, Meli, Lasta, Eska yang jauh di berbagai kota, terimakasih telah menjadi sahabat yang selalu mendukung dalam segala hal, tempat untuk

meluapkan segala keluh kesah, pendengar yang baik. Semoga kita semua suksa bersama, bahagia dan sampai sahabat selama-lamanya.

9. Sahabat penulis Silvia, Theresia, Putri, Yolanda. Terimakasih untuk dukungan, motivasi dan semangat yang telah diberikan kepada penulis. Terimakasih sudah menjadi rumah perantauan, tempat berkeluh kesah serta memberikan penghiburan ketika penulis sedih.

10. Teman-teman satu bimbingan yang selalu memberikan motivasi dan turut ikut serta membantu dalam proses penyusunan Karya Tulis ilmiah.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan guna perbaikan dan penyempurnaan ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	
KATA PENGANTAR	
DAFTAR ISI	
DAFTAR TABEL	
DAFTAR GAMBAR	
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan penelitian.....	3
1. Tujuan umum.....	3
2. Tujuan khusus.....	
D. Manfaat penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	
A. Stunting.....	5
a. Defenisi stunting.....	5
b. Faktor Penyebab stunting.....	5
1. Faktor Langsung.....	6
2. Faktor tidak langsung.....	7
c. Kategori Status Gizi.....	10
B. Pengertian Buah dan Sayur	1
1. Pengertian Sayur.....	11
2. Pengertian Buah.....	11
C. Perilaku Konsumsi Sayur dan buah.....	1
D. Kandungan Gizi dan Manfaat Buah dan Sayur	1
E. Dampak Kurang Konsumsi Buah dan Sayur.....	1

a. Mudah Memar	1
b. Sering Kelelahan.....	14
c. Sakit Tak Kunjung Sembuh.....	14
d. sering Kram Otot.....	14
e Kenaikan Berat Badan.....	15
f. Gampang Stres.....	15
g. Berisiko Terkena Kanker.....	15
h. Sering Mengalami Sariawan dan Gusi Berdarah.....	1
F. Metode Food Recall.....	16
1. Defenisi Metode Food Recall 24 jam.....	1
2. Prosedur Metode Food Recall 24 jam	1
G. Kerangka Konsep.....	17
H. Defenisi Operasional.....	18
 BAB III METODE PENELITIAN	1
A. Lokasi dan waktu penelitian	1
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	1
C. Populasi dan Sampel.....	19
1. Populasi.....	19
2. Sampel.....	1
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	2
1. jenis data.....	20
E. Pengolahan dan Analisis Data	2
a. Analisis Univariat.....	22
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	2
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	2
B. Karakteristik Sampel.....	23
1. Kelas.....	23
2. Umur.....	24
3. Jenis Kelamin.....	25
C. Status Gizi.....	25
D. Konsumsi Sayur.....	25

E. Konsumsi Buah.....	2
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	2
A. Kesimpulan.....	29
B. Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA.....	30
LAMPIRAN.....	32

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Status Gizi	10
Tabel 2 Defenisi Operasional	18
Tabel 3 . Distribusi Sampel berdasarkan Kelas	23
Tabel 4 Distribusi sampel berdasarkan Umur	24
Tabel 5 Distribusi sampel berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
Tabel 6 Status Gizi Anak Sekolah Dasar Menurut Indeks TB/U	25
Tabel 7 Distribusi Konsumsi Buah.....	26
Tabel 8 Hubungan Konsumsi Sayur dengan Kejadian Stunting.....	27
Tabel 9 Hubungan Konsumsi Buah dengan Kejadian Stunting.....	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	17
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Informed Consent.....	32
Lampiran 2 Data Identitas Sampel	33
Lampiran 3 Formulir Food Recall 24 Jam	35
Lampiran 4 Bukti Bimbingan.....	37
Lampiran 5 Surat Pernyataan Survey Penelitian	44
Lampiran 6 Master tabel.....	45
Lampiran 7 Output hasil SPSS uji statistik.....	60
Lampiran 8 Surat EC Penelitian	64
Lampiran 9 Surat Penelitian	65
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup	59
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	60