

**GAMBARAN KONSUMSI BEKAL MAKANAN DAN STATUS GIZI ANAK  
DI TK PEMBINA KECAMATAN LUBUK PAKAM**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**AINUN KHOFIFAH**

**NIM: P01021120081**

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

**2023**

**GAMBARAN KONSUMSI BEKAL MAKANAN DAN STATUS GIZI ANAK  
DI TK PEMBINA KECAMATAN LUBUK PAKAM**

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat untuk program Studi  
Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**AINUN KHOFIFAH  
NIM: P01021120081**

**KEMENKES KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
JURUSAN GIZI MEDAN PRODI D-III  
TAHUN 2023**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

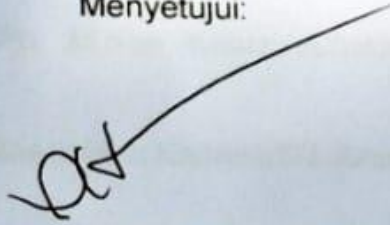
Judul : Gambaran Konsumsi Bekal Makanan dan  
Status Gizi Anak di Sekolah TK PEMBINA  
Kecamatan Lubuk Pakam

Nama Mahasiswa : Ainun Khofifah

Nomor Induk Mahasiswa : P01031120081

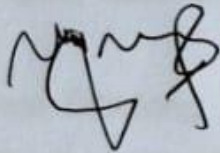
Program Studi : Diploma III

Menyetujui:



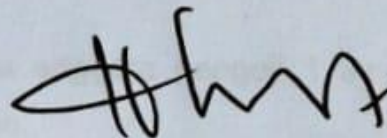
Dr. Haripin T. Sinaga, MCN

Pembimbing Utama



Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes

Penguji I



Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes

Penguji II

Mengetahui

Ketua Jurusan



Riris Oppusunggu S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 23 Juni 2023

## **ABSTRAK**

**AINUN KHOFIFAH “GAMBARAN KONSUMSI BEKAL MAKANAN DAN STATUS GIZI DI TK PEMBINA KECAMATAN LUBUK PAKAM” (DIBAWAH BIMBINGAN HARIPIN TOGAP SINAGA)**

Anak PAUD adalah sekelompok yang menunjukkan pertumbuhan sangat pesat sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi pada berat badannya. Anak umur 1-5 tahun adalah kelompok pertumbuhannya sangat pesat hingga perlu zat gizi yang tinggi agar anggota tubuh berkembang secara alami, otot dan tulang bagian depan tumbuh kuat, sehat dan berguna nantinya.

Tujuan untuk mengetahui gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi anak di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam.

Penelitian ini dilakukan di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam. Dilakukan pada bulan juni 2023. Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang disajikan dengan distribusi frekuensi. Populasi dalam penelitian ini adalah anak TK yang bersekolah di TK Pembina Kecamatan Deli Serdang sebanyak 35 anak dan sampel adalah seluruh populasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi bekal makanan menurut asupan energi yang terpenuhi sebanyak 91.4% dan tidak terpenuhi sebanyak 8.6%, asupan karbohidrat terpenuhi sebanyak 77.1% tidak terpenuhi sebanyak 22.9%, asupan protein terpenuhi sebanyak 100% , asupan lemak yang terpenuhi sebanyak 74.3% tidak terpenuhi sebanyak 25.7%. Dan distribusi frekuensi status gizi berdasarkan indeks BB/TB gizi baik 71.5%, gizi kurang 8.6%, gizi buruk 5.7%, beresiko gizi lebih 5.7%, gizi lebih 2.8% dan obesitas 5.7%.

Kesimpulan bahwa gambaran bekal makanan di TK Pembina sebagian besar asupan makanan terpenuhi dan status gizi sebagian besar normal.

**Kata Kunci** : Bekal Makanan, Status Gizi, Taman Kanak-kanak, Pertumbuhan Anak

## ABSTRACT

AINUN KHOFIFAH "OVERVIEW OF FOOD CONSUMPTION AND NUTRITIONAL STATUS IN PEMBINA KINDERGARTEN OF LUBUK PAKAM SUB DISTRICT" (CONSULTANT: HARIPIN TOGAP SINAGA)

Kindergarten children are a group that shows very rapid growth so they require high levels of nutrition for their body weight. Children aged 1-5 years are a group whose growth is very rapid so they need high levels of nutrition so that their body parts develop naturally, their muscles and front bones grow strong, healthy and useful later.

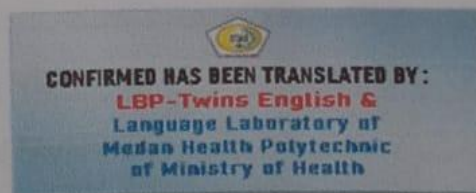
The aim is to find out the description of food consumption and nutritional status of children at Pembina Kindergarten, Lubuk Pakam Sub District.

This research was conducted at the Pembina Kindergarten, Lubuk Pakam Sub District. Conducted in June 2023. This type of research was descriptive which was presented with a frequency distribution. The population in this study was 35 kindergarten children who attended Pembina Kindergarten, Lubuk Pakam Sub District and the sample was the entire population.

The results of the study showed that the frequency distribution of food supplies according to energy intake was 91.4% met and 8.6% was not met, carbohydrate intake was 77.1% met, 22.9% was not met, protein intake was 100% met, and fat intake was 74.3% not met. fulfilled as much as 25.7%. And the frequency distribution of nutritional status based on the BW/BH index was good nutrition 71.5%, malnutrition 8.6%, poor nutrition 5.7%, at risk of overnutrition 5.7%, overnutrition 2.8% and obesity 5.7%.

The conclusion is that the picture of food supplies in Kindergarten Pembina is that most of the food intake is met and the nutritional status is mostly normal.

Keywords: Food Provisions, Nutritional Status, Kindergarten, Child Growth



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis ini dengan judul **“Gambaran Konsumsi Bekal Makanan dan Status Gizi Anak di TK PEMBINA Kecamatan Lubuk Pakam”**.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak dapat mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku Kaprodi D3 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Dr. Haripin T. Sinaga, MCN selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat, saran, serta motivasi dalam penulisan Karya Tulis.
4. Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes selaku anggota penguji 1 saya yang telah memberikan arahan dan saran.
5. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku anggota penguji 2 saya yang telah memberikan arahan dan saran.
6. Terimakasih Kepada Dra. Hj. Rahmaini Raya Lubis, M.Pd selaku Kepala Sekolah TK Pembina yang sudah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian.
7. Ayahanda Amiril Mukmin dan Ibunda Siti Aminah yang selalu memberikan dukungan, motivasi, kasih sayang yang selalu tercurah selama ini serta doa demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini
8. Kakak Fitri Lianda, abang Lukman Hakim dan Abdul Rahman, serta adik tercinta Aldiansyah.
9. Sahabat saya, teman-teman sedoping dan rekan-rekan

seperjuangan yang tidak dapat saya sebutkan namanya satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran maupun masukan yang berguna untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga apa yang telah ditulis dapat menambah pengetahuan bagi kita semua.

## DAFTAR ISI

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| PERNYATAAN PERSETUJUAN.....             | II  |
| KATA PENGANTAR.....                     | III |
| DAFTAR ISI .....                        | III |
| DAFTAR TABEL.....                       | V   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                    | VII |
| BAB I PENDAHULUAN .....                 | 1   |
| A. Latar Belakang .....                 | 1   |
| B. Rumusan Masalah .....                | 3   |
| C. Tujuan Penelitian.....               | 3   |
| 1. Tujuan Umum.....                     | 3   |
| 2. Tujuan Khusus .....                  | 3   |
| D. Manfaat Peneliti.....                | 4   |
| 1. Bagi Peneliti .....                  | 4   |
| 2. Bagi Masyarakat.....                 | 4   |
| 3. Bagi Institusi Pendidikan .....      | 4   |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....            | 5   |
| A. Pengertian Anak TK .....             | 5   |
| B. Gambaran Bekal Makanan.....          | 5   |
| 1. Pengertian Bekal Makanan .....       | 5   |
| 2. Jenis Bekal Makanan .....            | 5   |
| C. Status Gizi .....                    | 6   |
| D. Definisi Operasional .....           | 8   |
| BAB III METODE PENELITIAN.....          | 10  |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....    | 10  |
| B. Jenis dan Rancangan Penelitian ..... | 10  |

|                |                                           |    |
|----------------|-------------------------------------------|----|
| C.             | Populasi dan Sampel .....                 | 10 |
| 1.             | Populasi.....                             | 10 |
| 2.             | Sampel .....                              | 10 |
| D.             | Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data..... | 10 |
| 1.             | Jenis data.....                           | 10 |
| 2.             | Cara Mengumpulkan Data.....               | 11 |
| E.             | Pengolahan dan Analisis Data .....        | 12 |
| 1.             | Pengolahan Data.....                      | 12 |
| 2.             | Analisis Data .....                       | 14 |
| BAB IV         | HASIL DAN PEMBAHASAN .....                | 15 |
| A.             | Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....      | 15 |
| B.             | Distribusi Sampel .....                   | 15 |
| C.             | Bekal Makanan Anak TK.....                | 18 |
| D.             | Status Gizi .....                         | 21 |
| BAB V          | KESIMPULAN DAN SARAN.....                 | 24 |
| A.             | Kesimpulan.....                           | 24 |
| B.             | Saran.....                                | 24 |
| DAFTAR PUSTAKA | .....                                     | 25 |
| LAMPIRAN       | .....                                     | 28 |

## Daftar Tabel

| No  |                                                                 | Halaman |
|-----|-----------------------------------------------------------------|---------|
| 1.  | Defenisi Opersional .....                                       | 8       |
| 2.  | Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin .....                   | 15      |
| 3.  | Distribusi Sampel Menurut Usia .....                            | 16      |
| 4.  | Distribusi Sampel Menurut Anak ke .....                         | 17      |
| 5.  | Distribusi Sampel Menurut Pekerjaan .....                       | 17      |
| 6.  | Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Energi.....   | 18      |
| 7.  | Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Karbohidrat   | 19      |
| 8.  | Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Protein.....  | 20      |
| 9.  | Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Lemak .....   | 21      |
| 10. | Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan Indeks BB/TB ..... | 22      |

## **Daftar Lampiran**

| No |                                                             | Halaman |
|----|-------------------------------------------------------------|---------|
| 1. | Food Weighing .....                                         | 28      |
| 2. | Surat Izin Penelitian .....                                 | 29      |
| 3. | Surat Balasan Penelitian .....                              | 30      |
| 4. | Surat Pernyataan Persediaan Menjadi Subjek Penelitian ..... | 31      |
| 5. | Bukti Bimbingan Proposal .....                              | 32      |
| 6. | Hasil SPSS.....                                             | 35      |
| 7. | Master Tabel .....                                          | 38      |
| 8. | Dokumentasi .....                                           | 45      |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Anak PAUD adalah sekelompok yang menunjukkan pertumbuhan sangat pesat sehingga memerlukan zat gizi yang tinggi pada berat badannya. Agar anaknya sehat dan mendapatkan gizi yang baik perlu pengetahuan gizi yang baik untuk orang tua untuk dapat menyediakan makanan pilihan yang seimbang (Nurmala, 2012)

Anak umur 1-5 tahun adalah kelompok pertumbuhannya sangat pesat hingga perlu zat gizi yang tinggi. Orang tua sangat penting untuk mencukupi gizi karena anak sangat membutuhkan perhatian dan arahan orang tua supaya dapat gizi yang baik dan orang tua juga harus mempunyai pengetahuan untuk bisa membuat makanan yang baik dan seimbang untuk anaknya (Nurmala, 2012)

Untuk mengukur implementasi ketidak seimbangan pada anak bisa dilihat dengan cara mengukur berat badan, tinggi badan dibanding umur. Status gizi anak PAUD merupakan parameter kesehatan yang sangat penting yang perlu diketahui oleh setiap orang tua. Perkembangan anak PAUD sangatlah berpengaruh pada masa yang akan datang, jika kekurangan gizi pada masa usia itu akan menyebabkan sangat patal karena tidak bisa diperbaiki.

Seorang anak yang dikatakan obesitas (kelebihan berat badan) jika berat badannya melebihi tinggi badan anak (BB/TB). Faktor obesitas pada anak bisa diturunkan, asupan energy yang dikonsumsi anak berlebihan dan lemak menumpuk di tubuh anak (Hartini and Nurani, 2014)

Underweight ialah gabungan antara malnutrisi dan gizi kurang dihitung dari berat badan menurut umur (BB/U). kekurangan energy makanan yang buruk pada anak (Handani, 2011).

Stunting ialah kurangnya gizi kronis yang menyebabkan kurangnya asupan energy dalam jangka waktu yang lama akan terjadinya tubuh

anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya dihitung dari (TB/U) biasanya terjadi ketika masih dalam kandungan tetapi terlihat saat anak berusia 2 tahun (Kemenkes RI, 2018) Berdasarkan PSG tahun 2017, Deli Serdang memiliki angka stunting 33,6% dengan tipe sangat pendek 19,8%, pendek 13,8%, dan normal 66,7%.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anak berat badan kurang 17,7% kategori gizi buruk 3,9% dan gizi kurang 13,8%. Menurut data PSG tahun 2017, Deli Serdang memiliki angka gizi buruk 3,0%, gizi kurang 9,6%, dan gizi lebih 1,3% (kemenkes,2018).

Proses pertumbuhan dan perkembangan anak sangat di jaga karna jika kekurangan zat gizi akan menyebabkan kekurangan energy, kekurangan protein, anemia, dan lain-lain. Sumber energy dapat diperoleh dari karbohidrat 50-55%, lemak 30-35%, dan protein dari 15%, untuk memenuhi kebutuhan anak, zat gizi harus mengandung zat gizi seimbang (wirjatmadi B, 2012).

Makanan baik dan gizi seimbang ialah makanan alamiah dan segar, contohnya: ikan, daging, sayuran dan buah. Orang tua harus membuat bekal anak ke sekolah namun kebanyakan orang tua sekarang tidak bisa membuat bekal anak, tetapi bisa dipermudah untuk orang tua dengan menyiapkan makanan siap saji yang mudah dan aman bagi anak. Tetapi anak-anak diperbolehkan membawa makanan ringan dengan syarat sudah makan dirumah duluan dan makanan yang bermerk tertentu yang bisa menjamin produknya baik dikonsumsi anak-anak.

Makanan yang kaya nutrisi akan memperoleh perkembangan fisik anak, makanan yang dikonsumsi anak harus bervariasi dan banyak mengandung vitamin. Pada masa pertumbuhan anak diperlukan pola makan yang seimbang, agar anggota tubuh berkembang secara alami, otot dan tulang bagian depan tumbuh kuat, sehat dan berguna nantinya. Selain perkembangan fisik, perkembangan psikologis juga sangat dipengaruhi oleh kualitas makanan, terutama pelatihan individu anak,

keaktivitas, minat, dan inisiatif anak akan berkembang dan suatu saat akan matang. Jika dewasa secara psikologis, orang tersebut diharapkan berkembang menjadi dewasa, terutama dalam hal kecerdasan, kecerdasan spiritual, dan segala potensi lain yang dimiliki anak (Rosen *et al.*, 2015)

Berdasarkan hasil penelitian dilakukan pada 35 orang siswa/I di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam, diketahui siswa/I yang memiliki kategori asupan energi terpenuhi 65.7% dan tidak terpenuhi 34.4%. Yang memiliki kategori asupan karbohidrat terpenuhi 37,1% dan tidak terpenuhi 62.9%. Yang memiliki kategori asupan protein terpenuhi 85,7% dan tidak terpenuhi 14.3%. Dan yang memiliki kategori asupan lemak terpenuhi 65.7 dan tidak terpenuhi 14.3%.

Berdasarkan hasil penelitian dilakukan pada 35 orang siswa/I di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam, diketahui siswa/I yang memiliki status gizi baik 62.9%, gizi lebih 2.9%, gizi buruk 5.7%, gizi kurang 14.3%, obesitas 5.7% dan beresiko gizi lebih 8.6%.

Berdasarkan hal diatas, penelitian terkait dengan melakukan penelitian tentang gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi anak di TK Pembina.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi anak di TK Pembina?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi anak di TK Pembina.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk menilai asupan zat gizi berupa energy, protein, karbohidrat dan lemak bekal makanan anak di TK Pembina.
- b. Menilai status gizi anak dengan indeks BB/TB

#### **D. Manfaat Peneliti**

##### **1. Bagi Peneliti**

- a. Sebagai salah satu sasaran untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI).
- b. Menambah wawasan dan pemahaman tentang gambaran konsumsi bekal makanan anak dan status gizi di TK Pembina.

##### **2. Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi pada anak dan ibu terkait gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi di TK Pembina.

##### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Dapat dijadikan sebagai bahan pengembangan pengetahuan tentang factor –faktor yang mempengaruhi konsumsi bekal makanan dan status gizi dan cara menanggulangnya sehingga dapat segera diatasi dengan baik.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Pengertian Anak Paud**

Anak usia dini menurut undang-undang No 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang disebut dengan anak usia adalah anak usia 0-6 tahun, sedangkan menurut para ahli adalah anak usia 0-8 tahun. Pendidikan anak usia dini merupakan pembahasan yang sangat luas dan sangat menarik untuk dikaji, karena usia dini merupakan awal dari pertumbuhan dan perkembangan anak

#### **B. Gambaran Bekal Makanan**

##### **1. Pengertian bekal makanan**

Bekal makanan adalah makanan yang dimasukkan kedalam kotak atau tempat yang mempermudah dalam pembawa, selain itu penyusun menu makanan juga bisa mempengaruhi ketertarikan dalam mengonsumsi makanan yang sehat dibutuhkan manusia sebagai penunjang kelangsungan hidup (Per Maisuari, 2022)

Aktivitas membawa bekal ke sekolah memang menjadi hal lumrah dilakukan, namun berbanding terbalik dengan tujuan awal penyediaan bekal. Bekal yang disiapkan orang tua saat ini bukan makanan sehat melainkan makanan kemasan atau makanan siap saji. Orang tua memiliki tanggung jawab terhadap pengadaan bekal yang dibawa anak. Ibu bertugas menyiapkan bekal anak agar anak mendapatkan makanan yang layak dan bergizi. Yang terjadi di lapangan saat ini bekal yang disiapkan orang tua bukan lagi makanan sehat, tetapi makanan siap saji bahkan makanan kemasan (Unless *et al.*, 2010)

##### **2. Jenis bekal makanan**

Jenis bekal makanan merupakan macam-macam makanan yang biasa disajikan untuk dimakan yang berupa makanan sumber karbohidrat, sumber protein, sayuran atau buah-buahan.

### C. Status Gizi

Orang tua sangat berperan penting bagi anak karena yang mengajari anak pertama adalah orang tua. Peran orang tua pada pendidikan anak usia dini (PAUD) karena tanggung jawab antara keluarga, sekolah dan masyarakat (Tk and Batuanten, 2019)

Status gizi ialah hasil dari keseimbangan tubuh dalam memproduksi zat gizi yang masuk dan pemanfaatannya dalam. Jika kecukupan konsumsi makanan kurang akan menyebabkan timbulnya penyakit nantinya akan mempengaruhi pertumbuhan status gizi menurun (Rosen *et al.*, 2015)

Status gizi anak merupakan hal yang sangat penting yang harus diketahui orang tua. Tumbuh kembang anak sangat perlu diperhatikan karena kekurangan gizi pada masa usia itu akan menyebabkan sangat fatal karena tidak bisa diperbaiki

Masalah gizi ialah masalah yang kompleks karena penyebabnya tidak hanya masalah kesehatan tetapi juga masalah social, ekonomi, budaya, pola asuh, pendidikan, dan lingkungan sekitar. Status gizi lebih atau status gizi kurang disebabkan karena kurang asupan makanan yang diperoleh baik secara kualitas maupun kuantitas (Sari, Lubis and Edison, 2016)

Makanan yang diberikan kepada anak haruslah memenuhi syarat:

1. Memenuhi kecukupan energi dan zat gizi sesuai umur anak.
2. Susun hidangan sesuai dengan menu seimbang, bahan makanan setempat, kebiasaan makan, dan selera makan.
3. Bentuk dan porsi makan anak disesuaikan dengan daya terima energi anak, toleransi dan keadaan anak.
4. Perhatikan kebersihan saat membuat makanan agar anak sehat dan bergizi.

Jika anak memiliki status gizi sangat kurang, anak tersebut tidak akan bisa mencapai pertumbuhan dan perkembangan sesuai dengan umur dan jenis kelamin anak seusianya (astuti lamid, 2015)

Makanan yang bergizi dan seimbang sangatlah dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Makanan yang diberikan kepada anak sebaiknya makanan bergizi, contohnya:

1. bahan makanan pokok sebagai sumber zat tenaga,
2. bahan makanan lauk pauk sebagai sumber zat pembangun,
3. bahan makanan sayuran sebagai zat pengatur,
4. bahan makanan buah-buahan yang segar
5. susu dan telur.

#### D. Definisi Operasional

***Tabel 1 Defenisi Opersional***

| No. | Variabel                  | Defenisi Operasional                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Skala Pengukur |
|-----|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1.  | Konsumsi Bekal Makanan    | <p>Jumlah makanan yang dibawa ke sekolah sebagai bekal makanan ke 4 jenis zat gizi yaitu energy, karbohidrat, protein dan lemak untuk memenuhi kebutuhan 10% dari AKG (Indraaryani Suryaalamshah, Kushargina and Stefani, 2019) kemudian dapat dikategorikan sebagai berikut:</p> <p>Energi : &lt; 140 kalori (tidak terpenuhi)<br/>: ≥ 140 kalori (terpenuhi)</p> <p>Karbohidrat : &lt; 22 gr (tidak terpenuhi)<br/>: ≥ 22 gr (terpenuhi)</p> <p>Protein : &lt; 2,5 gr (tidak terpenuhi)<br/>: ≥ 2,5 gr (terpenuhi)</p> <p>Lemak : &lt; 5 gr (tidak terpenuhi)<br/>: ≥ 5 gr (terpenuhi)</p> | Ordinal        |
| 2.  | Status Gizi menurut BB/TB | <p>Gambaran keadaan tubuh responden berdasarkan indikator BB/TB dapat menggambarkan status yang sifatnya kronis sebagai akibat dari keadaan yang berlangsung dalam jangka waktu panjang. Data yang diperoleh dengan menggunakan pengukuran antropometri penimbangan BB menggunakan timbangan digital dan pengukuran TB menggunakan microtoice. Status gizi dikategorikan dengan PMK No2 tahun 2020 :</p>                                                                                                                                                                                     | Ordinal        |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p>a. Gizi buruk : <math>&lt;-3</math> SD</p> <p>b. Gizi kurang : <math>-3SD</math> sd <math>&lt;-2SD</math></p> <p>c. Gizi baik : <math>-2SD</math> sd <math>+1SD</math></p> <p>d. Beresiko gizi lebih: <math>&gt;+1SD</math> sd <math>+2SD</math></p> <p>e. Gizi lebih : <math>&gt;+2SD</math> sd <math>+3SD</math></p> <p>f. Obesitas : <math>&gt;+3SD</math></p> |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Lokasi penelitian di TK/PAUD Pembina Jl. Tirta Deli No. 18, Tj. Garbus Satu, Kec, Lubuk Pakam. Penelitian dilakukan mulai November 2022- juni 2023, sedangkan pengumpulan data dilakukan Mei 2023 minggu ke empat.

#### **B. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah seluruh anak di TK Pembina kecamatan Lubuk Pakam tahun 2023 yaitu sebanyak 35 orang.

##### **2. Sampel**

Sampel adalah siswa-siswi TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara dengan total populasi 35 orang.

#### **D. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data**

##### **1. Jenis data**

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini, meliputi data primer dan data sekunder.

##### **a. Data primer**

1. Data karakteristik sampel
2. Data konsumsi bekal makanan
3. Data status gizi

##### **b. Data sekunder**

Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian, jumlah sampel yang diperoleh, jenis kelamin, tanggal lahir anak di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam.

## 2. Cara Mengumpulkan Data

### a. Pra Penelitian

1. Mencari jurnal yang berkaitan dengan topik yang akan diteliti.
2. Mencari lokasi penelitian.
3. Melakukan survey pendahuluan.
4. Meminta izin kepada kepala sekolah TK PEMBINA.
5. Penentuan sampel.
6. Penentuan jadwal penelitian.

### b. Penelitian

Adapun data-data yang dikumpul berhubungan dengan penelitian, yang meliputi:

#### 1. Data Primer

##### a) Identitas Sampel

Identitas sampel meliputi nama, umur, tanggal lahir, dan alamat. Data identitas diperoleh dengan wawancara langsung dengan menggunakan form identitas.

##### b) Data Status Gizi Anak

Data Status Gizi dilakukan dengan menggunakan BB/TB pada anak di TK Pembina. Data status gizi dikumpul dengan cara mengukur tinggi badan menggunakan microtoice dan menimbang badan dengan timbangan badan dengan ketelitian 0,01 kg.

#### 1) Langkah-langkah mengukur tinggi badan:

- a) Menempelkan microtoa pada dinding yang lurus dan datar setinggi 2 meter. Angka 0 pada lantai yang datar dan rata.
- b) Melepaskan sepatu dan sandal, dan tidak menggunakan aksesoris pada rambut khususnya perempuan.
- c) Anak berdiri lurus dan tegak, kepala lurus kedepan, kaki

rapat dan punggung menempel di dinding.

- d) Turunkan microtoa sampai menyentuh kepala bagian atas, siku-siku harus lurus dan menempel dinding.
- e) Baca angka pada skala yang tampak pada lubang microtoa.

2) Langkah-langkah menimbang berat badan:

- a) Letakkan timbangan digital di lantai datar dan pastikan timbangan berada pada (0) nol.
- b) Melepaskan sepatu/sandal dan barang-barang yang menambah berat badan anak.
- c) Anak naik ke atas timbangan dengan pandangan lurus kedepan dan posisi siap sempurna.
- d) Baca skala angka yang berada pada timbangan digital.

c) Data Konsumsi Bekal Makanan

- 1) Menimbang bekal makanan yang dibawa anak TK sebelum dikonsumsi dan setelah dikonsumsi menggunakan timbangan makanan digital ukuran 2kg selama 3 hari tidak berturut-turut.
- 2) Menghitung jumlah bekal makanan yang dikonsumsi.

2. Data Sekunder

Data sekunder meliputi data jumlah anak, jenis kelamin dan tanggal lahir di TK Pembina.

**E. Pengolahan dan analisis data**

1. Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan melalui formulir pengumpulan data, kemudian diolah secara manual dan dianalisis melalui program komputer :

a. Konsumsi Bekal Makanan

Data bekal makanan diperoleh dengan menggunakan teknik penimbangan bekal makanan selama 3 hari tidak berturut-turut dengan cara :

- 1) Menimbang bekal makanan sebelum dikonsumsi

- 2) Menimbang makanan setelah dikonsumsi
- 3) Menghitung selisih berat sebelum – sesudah
- 4) Memasukkan data ke nutrisurvey
- 5) Mencari rata-rata asupan selama 3 hari.
- 6) Membandingkan dengan AKG yaitu

- Asupan Energi

Tingkat kecukupan gizi  $\frac{\text{Total keseluruhan asupan energi}}{3}$

Kategori asupan energy ada 2 yaitu :

- 1) < 140 kkal : tidak terpenuhi
- 2)  $\geq$  140 kkal : terpenuhi

- Asupan Karbohidrat

Tingkat kecukupan gizi  $\frac{\text{Total keseluruhan asupan karbohidrat}}{3}$

Kategori asupan karbohidrat ada 2 yaitu :

- 1) < 22 gr : tidak terpenuhi
- 2)  $\geq$  22 gr : terpenuhi

- Asupan Protein

Tingkat kecukupan gizi  $\frac{\text{Total keseluruhan asupan protein}}{3}$

Kategori asupan protein ada 2 yaitu :

- 1) < 2,5 gr : tidak terpenuhi
- 2)  $\geq$  2,5 gr : terpenuhi

- Asupan Lemak

Tingkat kecukupan gizi  $\frac{\text{Total keseluruhan asupan lemak}}{3}$

Kategori asupan Lemak ada 2 yaitu :

- 1) < 5 gr : tidak terpenuhi
- 2)  $\geq$  5 gr : terpenuhi

b. Status Gizi

Data status gizi diperoleh dengan menggunakan pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan menggunakan microtoa dan timbangan berat badan digital dibantu dengan menggunakan AnthroPlus, dengan cara :

- 1) Memasukkan data tanggal survei, tanggal lahir, jenis kelamin, berat badan dan tinggi badan.
- 2) Mencari z-score.
- 3) Membandingkan atau mengkategorikan z-score berdasarkan PMK No2 tahun 2020 berdasarkan indeks BB/TB
- 4) Mengkategorikan sesuai PMK No 2 tahun 2020, yaitu :
  - a. Gizi buruk :  $<-3$  SD
  - b. Gizi kurang :  $-3SD$  sd  $<2SD$
  - c. Gizi baik :  $-2SD$  sd  $+1SD$
  - d. Beresiko gizi lebih :  $>+1SD$  sd  $+2SD$
  - e. Gizi lebih :  $>+2SD$  sd  $+3SD$
  - f. Obesitas :  $>+3SD$

2. Analisis Data

Analisi data dilakukan dengan Deskriptif yang disajikan dengan distribusi frekuensi dengan konsumsi bekal makanan sekolah sisa makanan dan status, hasil dianalisis dengan persentase.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di TK Pembina yang terletak di Jl. Tirta Deli No. 1, Perbarakan, Kec Lubuk Pakam.

Pada wilayah TK Pembina terdapat 6 guru dan 1 kepala sekolah dan 35 murid di sekolah tersebut.

Secara geografis wilayah TK Pembina berbatasan dengan :

- Sebelah utara berbatasan dengan sungai
- Sebelah timur berbatasan dengan kantor samsat
- Sebelah selatan berbatasan dengan jl tirta nadi
- Sebelah barat berbatasan dengan kebun dan sungai

#### B. Distribusi sampel

##### 1. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan identitas gender seseorang yakni jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Berdasarkan penelitian, maka diperoleh distribusi berdasarkan jenis kelamin sampel sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin**

| Jenis Kelamin | n  | %     |
|---------------|----|-------|
| Laki-Laki     | 21 | 60.0  |
| Perempuan     | 14 | 40.0  |
| Total         | 35 | 100.0 |

Berdasarkan pada tabel 2 Jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 35 sampel yang diteliti, jumlah sampel dengan jenis kelamin laki-laki merupakan yang terbanyak yaitu sebanyak 21 orang (60%) dan distribusi yang terkecil adalah sampel jenis kelamin perempuan sebanyak 14 orang (40%).

Penelitian Ali (2017) menunjukkan bahwa anak laki-laki beresiko 1,9 kali stunting, 2,4 kali wasting, dan 2,7 kali underweight dibandingkan anak perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Femidio dan Muniroh (2020) menyatakan bahwa anak laki-laki lebih beresiko mengalami masalah gizi baik obesitas, wasting, underweight, maupun stunting dibandingkan dengan anak perempuan. Hal ini dikarenakan ukuran tubuh laki-laki yang lebih besar dibandingkan perempuan sehingga membutuhkan asupan energy yang lebih besar pula (Lestari, 2018).

## 2. Usia

Usia dalam penelitian ini adalah umur sampel saat menjadi anak didik di tk Pembina kecamatan Lubuk Pakam. Dari hasil pengambilan data yang telah dilakukan dapat dilihat distribusi dari usia sampel pada tabel dibawah ini :

***Tabel 3. Distribusi Sampel Menurut Usia***

| Usia    | n  | %     |
|---------|----|-------|
| 4 tahun | 1  | 2.9   |
| 5 tahun | 11 | 31.4  |
| 6 tahun | 23 | 65.7  |
| Total   | 35 | 100.0 |

Berdasarkan Tabel 3 dari 35 sampel kelompok usia yang paling banyak adalah 6 tahun sebanyak 23 orang (65.7%).

Anak usia 4-6 tahun adalah usia emas dimana pada masa ini perkembangan fisik dan psikologinya sangat pesat, maka dari itu peran orangtua terutama ibu sangat dibutuhkan untuk pemenuhan nutrisi yang baik dan seimbang pada anak (Proverawati, 2009). Pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia 4-6 tahun juga dapat menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan otak anak di periode selanjutnya (Rumlah, 2014).

### 3. Anak Ke-

**Tabel 1 Distribusi Sampel Menurut Anak ke-**

| Anak      | n  | %     |
|-----------|----|-------|
| Anak ke-1 | 5  | 14.3  |
| Anak ke-2 | 15 | 42.9  |
| Anak ke-3 | 9  | 25.7  |
| Anak ke-4 | 5  | 14.3  |
| Anak ke-5 | 1  | 2.9   |
| Total     | 35 | 100.0 |

Berdasarkan Tabel 4 maka dapat diperoleh dari 35 sampel yang diteliti, jumlah sampel dengan kelompok anak ke- yang paling banyak menjadi sampel adalah anak ke 2 sebanyak 15 orang (42.9%), anak ke 3 sebanyak 9 orang (25.7%), anak ke 4 sebanyak 5 orang (14.3%), anak ke 1 sebanyak 5 orang (14.3%) dan anak ke 5 sebanyak 1 orang (2.9%).

### 4. Pekerjaan Ibu

Lingkungan pekerjaan seseorang dapat menjadikan seseorang mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang baik secara langsung maupun secara tidak langsung (Notoadmojo, 2012). Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan disajikan pada tabel 5.

**Tabel 2. Distribusi Sampel Menurut Pekerjaan Ibu**

| Pekerjaan  | n  | %     |
|------------|----|-------|
| Guru       | 3  | 8.6   |
| Petani     | 13 | 37.1  |
| wiraswasta | 19 | 54.3  |
| Total      | 35 | 100.0 |

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa sampel dengan pekerjaan ibu yang paling banyak menjadi sampel adalah wiraswasta sebanyak 19 orang (54.3%).

### C. Bekal Makanan Anak TK

#### 1. Asupan Energi

***Tabel 6 Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Energi***

| Asupan Makanan  | n  | %     |
|-----------------|----|-------|
| Tidak Terpenuhi | 3  | 8.6   |
| Terpenuhi       | 32 | 91.4  |
| Total           | 35 | 100.0 |

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa asupan energi sebagian besar terpenuhi sebanyak 32 orang (91.4%) artinya energi yang dianjurkan dari bekal sudah baik.

Bekal makanan yang bersumber dari energi yang dibawa anak TK Pembina yaitu berupa mie, kentang, ciki-ciki dan lain-lain. Asupan energi diambil 10% dari kebutuhan energi dalam 1 hari.

Bekal yang disiapkan oleh ibu sebagian kandungan energi rendah karena sebagian ibu memberikan makanan berupa makanan jajanan seperti beng-beng, coklat, dan lain sebagainya yang kurang akan kandungan energi. Sehingga rasa kenyang terpenuhi, namun kebutuhan energi serta zat gizi lainnya tidak terpenuhi (Hermina, 2022).

Energi dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, aktifitas otot, fungsi metabolisme lainnya (menjaga suhu tubuh, menyimpan lemak tubuh), memperbaiki kerusakan jaringan dan tulang yang dapat disebabkan karena sakit atau cedera.

Sumber energi makanan berasal dari karbohidrat, protein dan lemak (Nurjannah, 2012). Energi harus sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk mencegah setiap penyakit akibat gangguan metabolisme dan agar tidak terjadi penimbunan pada energi dalam bentuk cadangan lemak pada setiap tubuh manusia (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Ketidak seimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada anak-anak akan menimbulkan masalah gizi kurang maupun masalah gizi lebih (Dwiningsih, Pramono, 2013)

## 2. Asupan Karbohidrat

Karbohidrat merupakan senyawa yang terdiri atas karbon (C), hydrogen (h), oksigen (o). yang berfungsi sebagai sumber energi, pengatur metabolisme lemak dan membantu menghemat protein.

***Tabel 7 Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Karbohidrat***

| Asupan Karbohidrat | n  | %     |
|--------------------|----|-------|
| Tidak Terpenuhi    | 8  | 22.9  |
| Terpenuhi          | 27 | 77.1  |
| Total              | 35 | 100.0 |

Pada tabel 7 menunjukkan bahwa asupan karbohidrat sebagian besar terpenuhi sebanyak 27 orang (77.1%).

Bekal yang dibawa oleh Anak TK Pembina yang bersumber dari karbohidrat yaitu berupa nasi, kentang, dan mie. Bekal yang terpenuhi hanya sebagian besar, ada juga yang tidak terpenuhi karena sebagian bekal yang dibawa berupa jajanan seperti beng-beng, wafer dan lain-lain. Asupan karbohidrat diambil 10% dari kebutuhan karbohidrat dalam 1 hari.

Karbohidrat sering disebut dengan zat gizi makro, berfungsi sebagai sumber utama penghasil energi bagi tubuh (Almatsier, 2010). Hasil pemecahan pada senyawa karbohidrat (glukosa) digunakan untuk energi utama tubuh. kekurangan glukosa sebagaimana kekurangan oksigen, mengakibatkan gangguan fungsi otak, kerusakan jaringan, dan menyebabkan kematian pada jaringan jika terjadi selama berkepanjangan. Gula darah adalah hasil pemecahan dari karbohidrat dengan bantuan energi Adenosin Tri Phosphate (ATP) yang menghasilkan asam piruvat dapat digunakan sebagai energi untuk aktivitas sel (Mukhti dkk, 2014).

### 3. Asupan Protein

Protein merupakan bagian dari atom karbon (C), hydrogen (h), oksigen (o) dan nitrogen (N).

***Tabel 8 Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Protein***

| Asupan Protein | n  | %     |
|----------------|----|-------|
| Terpenuhi      | 35 | 100.0 |
| Total          | 35 | 100.0 |

Pada tabel 8 menunjukkan asupan protein terpenuhi sebanyak 35 orang (100.0%).

Bekal Anak TK Pembina dari protein terpenuhi semua dan bersumber dari telur, ayam dan daging. Asupan protein diambil 10% dari kebutuhan protein dalam 1 hari.

Bekal yang disiapkan oleh ibu kandungan protein rendah karena sebagian ibu memberikan makanan berupa makanan jajanan seperti beng-beng, coklat, dan lain sebagainya yang kurang akan kandungan energi. Sehingga rasa kenyang terpenuhi, namun kebutuhan protein serta zat gizi lainnya tidak terpenuhi. Hal ini sejalan dengan penelitian Hermina 2022) yang menunjukkan bahwa bekal makanan berupa makanan jajanan sekolah. Makanan tersebut mungkin karena makanan kesukaan anak sekolah. Padahal makanan tersebut bagi anak balita dan anak prasekolah dapat berdampak negatif terhadap kesehatan dan pola kebiasaan makan anak (Hermina, 2022).

Protein berfungsi sebagai energi, zat pembangun dan zat pengatur didalam tubuh. Protein yang diperlukan dalam sehari-hari adalah 10-15% diambil dari kebutuhan energi (Almatsier, 2010). Sumber protein dari hewani meliputi daging, susu, telur, seafood, telur, dan hasil olahannya. Sumber protein dari nabati kacang-kacangan dan hasil olahannya yaitu tempe, tahu dan susu kedelai (Savitri, 2015). Makanan yang tinggi protein biasanya juga tinggi lemak, sehingga dapat menimbulkan obesitas. Jika kekurangan protein maka pertumbuhan

akan mengalami kegagalan dan dapat menimbulkan Kekurangan Energi Protein (KEP) (Muharrom, 2018).

#### 4. Asupan Lemak

Lemak merupakan senyawa-senyawa heterogen, termasuk lemak dan minyak, lemak bersifat larut dalam air, tetapi keadaan tertentu membentuk emulsi (misalnya, saat dicerna di usus).

***Tabel 9 Distribusi Frekuensi Bekal Makanan Menurut Asupan Lemak***

| Asupan Lemak    | n  | %     |
|-----------------|----|-------|
| Tidak Terpenuhi | 9  | 25.7  |
| Terpenuhi       | 26 | 74.3  |
| Total           | 35 | 100.0 |

Pada tabel 9 menunjukkan bahwa asupan lemak sebagian besar terpenuhi sebanyak 27 orang (74.3%).

Bekal yang dibawa oleh Anak TK Pembina yang bersumber dari lemak yaitu berupa roti dan kue. Bekal yang terpenuhi hanya sebagian besar, ada juga yang tidak terpenuhi karena sebagian bekal yang dibawa berupa jajanan seperti ciki-ciki, coklat dan lain-lain. Asupan lemak diambil 10% dari kebutuhan lemak dalam 1 hari.

Bekal yang disiapkan oleh ibu sebagian kandungan lemak rendah karena sebagian ibu memberikan makanan berupa makanan jajanan seperti ciki-ciki, coklat dan lain sebagainya yang kurang akan kandungan lemak. Sehingga rasa kenyang terpenuhi, namun kebutuhan lemak serta zat gizi lainnya tidak terpenuhi (Hermina, 2022).

Lemak tersusun atas tiga elemen dasar, yaitu karbon (C) , hidrogen (H), dan oksigen (O). Fungsi utama lemak adalah sebagai sumber energi yang dapat menyediakan energi sekitar 2,25 kali lipat lebih banyak daripada yang diberikan oleh karbohidrat (pati, gula) atau protein. Satu gram lemak akan menghasilkan 9 kkal energi. Selain

sebagai sumber energi, lemak juga merupakan bahan pelarut dari beberapa vitamin yaitu A,D,E, dan K (Muhctadi, 2009). Konsumsi lemak secara berlebih mengakibatkan terjadinya penimbunan lemak, sehingga menyebabkan kegemukan atau terjadi sumbatan pada saluran darah jantung (Andriani dan Wirdjatmaji, 2014). Apabila tubuh kekurangan lemak maka, persediaan lemak didalam tubuh berkurang dan tubuh akan menjadi kurus. Hal ini mengakibatkan tubuh akan mengalami defesiensi asam lemak linoleat dan asam lemak linolenat (Devi, 2010).

#### D. Status Gizi

Status Gizi anak PAUD ditentukan menggunakan *anthropometri* dengan parameter Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB). Hasil pengukuran yang didapatkan kemudian dihitung nilai z-scorenya berdasarkan indeks yang dibutuhkan dengan menggunakan aplikasi who anthroplus. Dari hasil pengambilan data yang telah dilakukan, dapat dilihat hasil distribusi dari Status Gizi Anak Usia 4 - 6 tahun di PAUD Terintegrasi Dengan tk Pembina berdasarkan Indeks BB/TB di bawah ini :

**Tabel 10 Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan Indeks BB/TB**

| Ktegori BB/TB       | n  | %     |
|---------------------|----|-------|
| Gizi Buruk          | 2  | 5.7   |
| Gizi Kurang         | 3  | 8.6   |
| Gizi Baik           | 25 | 71.5  |
| Beresiko Gizi Lebih | 2  | 5.7   |
| Gizi Lebih          | 1  | 2.8   |
| Obesitas            | 2  | 5.7   |
| Total               | 35 | 100.0 |

Pada tabel 10 menunjukkan bahwa masih ada 5,7 anak dengan gizi buruk dan 8,6% gizi kurang. Selain itu terdapat juga gizi lebih sebanyak 14,2%, dan gizi baik sebanyak 71%.

Kekurangan gizi pada anak usia dini, menyebabkan penderitanya mengalami penurunan imunitas dan memiliki postur tubuh tidak maksimal saat dewasa. Kemampuan kognitif para penderita juga berkurang, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia. Beberapa peneliti menunjukkan risiko yang diakibatkan stunting yaitu penurunan prestasi akademik, terhadap penyakit tidak menular dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular dan meningkatkan risiko penyakit degenerative (Migang & Manuntang, 2021)

Data Pemantauan Status Gizi (PSG) di Kabupaten Deli Serdang, tahun 2021 prevalensi stunting 1,52% menjadi 0,63% di tahun 2022. Adanya konvergensi program intervensi upaya percepatan pencegahan stunting telah mampu menurunkan persentase balita stunting di kabupaten Deli Serdang.

Data pemantauan status gizi (SSGI) di Sumatera Utara sebanyak 7,7%. Hasil ini hampir sama dengan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anak berat badan kurang 17,7% kategori gizi buruk 3,9% dan gizi kurang 13,8%. Menurut data PSG tahun 2017, Deli Serdang memiliki angka gizi buruk 3,0%, gizi kurang 9,6%, dan gizi lebih 1,3%.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil penelitian “Gambaran Konsumsi Bekal Makanan Dan Status Gizi Anak di TK Pembina Kecamatan Lubuk Pakam” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Rata-rata asupan energy dengan kategori terpenuhi pada siswa sebanyak 23 orang yaitu 65.7%, asupan karbohidrat dengan kategori terpenuhi sebanyak 13 orang yaitu 37.1%, asupan protein dengan kategori terpenuhi sebanyak 30 orang yaitu 85.7%, dan asupan lemak dengan kategori terpenuhi sebanyak 23 orang yaitu 65.7%.
2. Status gizi anak TK Pembina berdasarkan BB/TB dengan kategori gizi baik sebanyak 22 orang yaitu 62.9%, gizi kurang sebanyak 3 orang yaitu 8.6%, gizi buruk sebanyak 2 orang yaitu 5.7%, beresiko gizi lebih sebanyak 2 orang yaitu 5.7%, gizi lebih sebanyak 1 orang yaitu 2.8% dan obesitas sebanyak 2 orang yaitu 5.7%.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran konsumsi bekal makanan dan status gizi, maka di dapatkan saran sebagai berikut :

1. Kepada pihak sekolah TK Pembina hendaknya pihak sekolah lebih selektif lagi memilih makanan yang dibawa anaknya dari rumah dan memberikan saran kepada orang tua agar dibawakan bekal kepada anak makanan yang sehat.
2. Untuk orang tua lebih memperhatikan makanan apa saja yang dikonsumsi oleh anak, agar lebih aktif dalam mencoba resep makanan yang disukai anak kemudia dapat diterapkan dalam bekal makanan dan pola makan anak semakin membaik.
3. Untuk peneliti selanjutnya hendaknya lebih mengembangkan variabel pola bekal makanan, pengetahuan dan faktor yang mempengaruhi status gizi lainnya. Cara yang dapat ditempuh yaitu dengan menambah variabel lain dan membuat sebuah kombinasi baru agar dapat menambah pustaka di bidang status gizi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier .S, (2010) Prinsip dasar ilmu gizi. PT Gramedia pustaka utama Jakarta.
- Andriani dan wirjamadi, (2012) Gizi dalam Daur Kehidupan. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta
- Astuti Lamid, (2015). gambaran kebiasaan makan pada anak prasekolah di tk bhakti asuhan dan tkit izzuddin Palembang tahun 2009 description of eating habits in preschool children at tk bhakti asuhan and tkit izzuddin Palembang in 2009 jurnal ilmu kesehatan masyarakat', *ilmu kesehatan masyarakat*, 3(november), pp. 182–193.
- Devi, (2010). Hubungan Asupan Energi Jajanan dengan Prestasi Belajar. Volume 2, No.4, 2010
- Dwi Ningsih, Pramono (2013). Gizi Kesehatan Masyarakat. Penerbit Buku Kedokteran. Jakarta
- Fridawanti (2016). 'Hubungan Antara Asupan Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak Terhadap Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa di Desa Kepuharjo, Kecamatan Cangkringan, Yogyakarta', Fakultas Farmasi, Universitas Sanata Dharma.
- Handani, d. (2011) 'buku ajar asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak', *Jejak*, 2(september).
- Hartini, k. And nurani, n. (2014) 'korelasi derajat obesitas dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar', *sari pediatri*, 16(1), pp. 41–46.
- Hermi. 2022. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). Buletin Penelitian Kesehatan, 44(2), 117-126.
- Indraaryani suryaalamsah, i., kushargina, r. And stefani, m. (2019) “gerebek sekolah” (gerakan membawa bekal makan dan minum ke sekolah sebagai upaya pemenuhan gizi murid sdnpesanggrahan 02

jakarta selatan', *seminar nasional pengabdian masyarakat lppm umj*, (september 2019), pp. 1–6. Available at: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.

Kemenkes ri (2018) 'hasil riset kesehatan dasar tahun 2018',

*Kementrian kesehatan ri*, 53(9), pp. 1689–1699.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Standar Antropometri Status Gizi. Jakarta: Kemenkes RI

Lestari (2018) 'a c ross sectional survey of children ' s packed lunches in the uk : food and nutrient based results .'

Migang, Y.W., & Manuntang,A. (2021). Pencegahan Stunting Pada Balita Dengan Membuat Raport Gizi Sebagai Screening Pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). *JPKM : Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*.

Muharam, R.R., Damayanti, I. and Ruhayati, Y. (2019) 'Hubungan Antara Pola 69 Makan Dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Atlet Dayung', *Journal of Sport Science and Education (JOSSAE)*, 4(1), pp. 14–20.

Muhctadi, (2009) Asupan Karbohidrat Dan Lemak Dari Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Pada Remaja.

Mukhtin dkk, (2014). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Pola Asuh dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 6-24 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Kota Padang. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.Skripsi.

Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.

Nurjannah, N, HerijuliantiE, Putri, M.H. (2012). Ilmu Pencegahan Penyakit Jaringan Keras Dan Jaringan Pendukung Gigi. Kedokteran EGC.

Nurmala, Dkk.2012. Pengantar Ilmu Pertanian. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Oktaviyani, (2019) Tingkat Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Karbohidrat

Per maisuari, w. O. A. (2022) 'bekal makanan kemasan paud sebagai pemicu perilaku konsumtif orang tua peserta didik di tknurahmah', *indonesian journal of early childhood: jurnal dunia anak usia dini*, 4(1), p. 134. Doi: 10.35473/ijec.v4i1.1293.

Proverawati, Asfuah S. 2009. Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Rumlah. 2014. Pengantar Pendidikan: Asas & Filsafat Pendidikan. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Rosen, et al 2013. The media and technology usage and attitudes scale: an empirical investigation. *Comput. Hum. Behav.* 29, 2501–2511.

Sari, g., lubis, g. And edison, e. (2016) 'hubungan pola makan dengan status gizi anak usia 3-5 tahun di wilayah kerja puskesmas nanggalo padang 2014', *jurnal kesehatan andalas*, 5(2), pp. 1–6. Doi: 10.25077/jka.v5i2.528.

Savitri, A. (2015). Tanaman Ajaib Basmi Penyakit Dengan Toga. Bibit Publisher. Depok.

Tk, d. I. And batuanten, d. (2019) 'program kerjasama orang tuadan guru dalam pemberian makanan gizi seimbang skripsi diajukan kepada jurusan tarbiyah dan Ilmu keguruan purwokerto untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan ( s . Pd .)'.  
Jurnal Pendidikan, 1(1), 1-10.

Wirjatmadi, B, (2012) Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. L ed. Jakarta: Kencana Media Group.

## LAMPIRAN

### ***Lampiran 1 Food Weighing***

Nama : Solu

Berat badan : 19,5 kg

Jenis kelamin : Perempuan

Tinggi badan : 114,3 cm

| Hari ke | Nama Makanan     | Jenis Bahan Makanan | Berat     |            |            | Asupan/kkal                                                  |
|---------|------------------|---------------------|-----------|------------|------------|--------------------------------------------------------------|
|         |                  |                     | Awal (gr) | Akhir (gr) | Dikonsumsi |                                                              |
| 1.      | Nasi             | Beras               | 130       | 80         | 50         | E : 144,4 kkal<br>Kh : 14,6 gr<br>P : 4 gr<br>L : 7,6 gr     |
|         | Telur dadar      | Telur               | 24        | Habis      | 24         |                                                              |
|         |                  | Minyak              | 4         | Habis      | 4          |                                                              |
| 2.      | Nasi             | Beras               | 200       | 103        | 97         | E : 318 kkal<br>Kh : 31,5 gr<br>P : 16 gr<br>L : 13,6 gr     |
|         | Ayam Tepung      | Ayam                | 49        | Habis      | 49         |                                                              |
|         |                  | Minyak              | 4         | Habis      | 4          |                                                              |
| 3.      | Coklat beng-beng | Coklat beng-beng    | 20        | Habis      | 20         | E : 100 kkal<br>Kh : 13,3 gr<br>P : 1,5 gr<br>L : 4,6 gr     |
| Total   |                  |                     |           |            |            | E : 532,4 kkal<br>Kh : 59,4 gr<br>P : 21,5 gr<br>L : 25,8 gr |

## Lampiran 2 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
Jl. Jamin Ginting KM 13,5 Kel. Lauch Medan Luntungan Kode Pos 20136  
Telepon 061 8368631 Fax 061 8368644  
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes.medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 31 Mei 2023

Nomor KM 03 01/00/02/03/ /2023  
Lampiran -  
Perihal Izin Penelitian

Kepada Yth  
Kepala TK Pembina

di \_  
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN untuk melakukan Penelitian di TK Pembina Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah

Nama Ainun Khofifah  
NIM P01031120081  
Judul Gambaran Konsumsi Bekal Makanan dan Status Gizi Anak di TK Pembina Lubuk Pakam.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi  
Rini Oppusung, S Pd, M Kes  
NIP. 196906231990032001



### Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**UPT SPF TK NEGERI PEMBINA LUBUK PAKAM**  
**KABUPATEN DELI SERDANG**  
Jalan Tirta Deli No. 1 – B Lubuk Pakam telp (061) 7956561

Nomor : 589/TKNP/LP/X/2023

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : **Dra. Hj. RAHMAINI RAYA LUBIS, M.Pd**  
NIP : 19670923 198703 2 008  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Tempat Tugas : TK Negeri Pembina Lubuk Pakam

Dengan ini menyatakan bahwa:

| No | Nama Mahasiswa | NPM          | Prodi      |
|----|----------------|--------------|------------|
| 1  | Ainun Khofifah | P01031120081 | D-III/Gizi |

Bahwa mahasiswa yang bersangkutan di atas telah melakukan Penelitian di UPT SPF TK Negeri Pembina Lubuk Pakam selama 5 hari.

Demikian Surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Pakam, 19 Juli 2023  
Ka. TK Negeri Pembina Lubuk Pakam

**Dra. Hj. RAHMAINI RAYA LUBIS, M.Pd**  
**NIP. 19670923 198703 2 008**

#### ***Lampiran 4 Surat Pernyataan Persediaan Menjadi Subjek Penelitian***

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :  
Tempat Tgl Lahir :  
Alamat :

Bersedia berpartisipasi menjadi responden penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian “Gambaran Konsumsi Bekal Makanan dan Status Gizi Anak di TK PEMBINA Kecamatan Lubuk Pakam” yang akan dilakukan oleh,

Nama : Ainun Khofifah  
Alamat : Perumnas Pemda JL. Sunggal No. 14  
Kecamatan Lubuk pakam, Kabupaten Deli Serdang  
No. Hp 082265219951

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam, ..... 2023

Peneliti

Responden

(Ainun Khofifah)

( ..... )

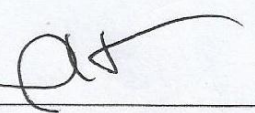
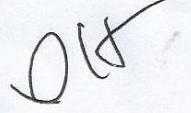
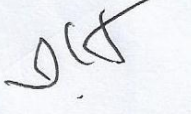
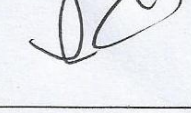
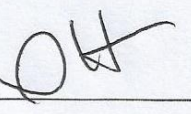
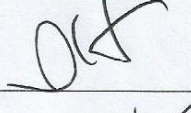
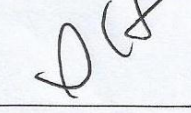
### Lampiran 5 Bukti Bimbingan Proposal

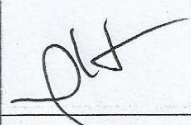
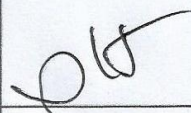
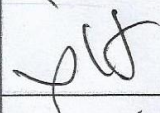
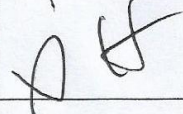
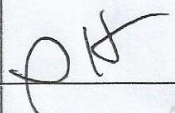
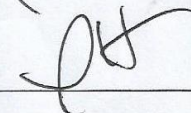
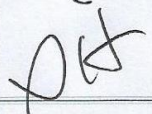
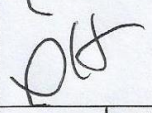
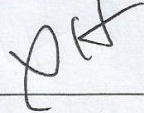
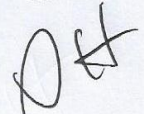
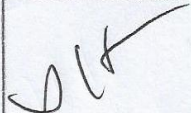
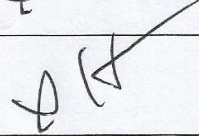
Nama : Ainun Khofifah

NIM : P01031120081

Judul : Gambaran Konsumsi Bekal Makanan dan Status Gizi Anak di TK  
Pembina Kecamatan Lubuk Pakam

Pembimbing : Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

| No | Tanggal           | Topik Bimbingan                                                              | T. Tangan Mahasiswa                                                                  | T. Tangan Pembimbing                                                                  |
|----|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 12 September 2022 | Penyerahan surat permintaan sebagai dosen pembimbing                         |    |    |
| 2  | 19 September 2022 | Membahas topik akan diangkat menjadi judul penelitian                        |    |   |
| 3  | 26 September 2022 | Mendiskusikan jurnal yang sesuai dengan topik penelitian yang akan dilakukan |  |  |
| 4  | 05 Oktober 2022   | Acc judul Penelitian                                                         |  |  |
| 5  | 08 November 2022  | Mengajukan Survey pendahuluan                                                |  |  |
| 6  | 11 November 2022  | Diskusi Topik Bab, I, II, dan III                                            |  |  |
| 7  | 16 November 2022  | Revisi proposal Bab I, II dan III                                            |  |  |

|    |                         |                                                         |                                                                                     |                                                                                       |
|----|-------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 8  | 21<br>November<br>2022  | Penyerahan Revisi Bab<br>I, II dan III                  |    |    |
| 9  | 05<br>November<br>2022  | Usulan Penelitian di<br>terima oleh Dosen<br>Pembimbing |    |    |
| 10 | 14 Januari<br>2023      | Ujian Seminar Usulan<br>Penelitian                      |    |    |
| 11 | 24 Mei 2023             | Revisi Usulan Penelitian<br>dari Penguji I              |    |    |
| 12 | 31 Mei 2023             | Revisi Usulan Penelitian<br>dari Penguji II             |    |    |
| 13 | 19 Juni<br>2023         | Penyerahan revisi bab<br>IV dan V                       |   |   |
| 14 | 21 Juni<br>2023         | ACC bab IV dan V                                        |  |  |
| 15 | 23 Juni<br>2023         | Ujian Seminar Hasil KTI                                 |  |  |
| 16 | 10 Agustus<br>2023      | Revisi KTI oleh<br>Pembimbing                           |  |  |
| 17 | 12<br>September<br>2023 | Revisi KTI oleh Penguji I                               |  |  |
| 18 | 20<br>September<br>2023 | Revisi KTI oleh penguji<br>II                           |  |  |
| 19 | 04 Oktober<br>2023      | Revisi Abstrak                                          |  |  |

## Lampiran 6 Hasil SPSS

### A. Distribusi Sampel

#### Jenis kelamin

|                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Laki-laki | 21        | 60.0    | 60.0          | 60.0               |
| Perempuan       | 14        | 40.0    | 40.0          | 100.0              |
| Total           | 35        | 100.0   | 100.0         |                    |

#### Usia

|               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid 4 tahun | 1         | 2.9     | 2.9           | 2.9                |
| 5 tahun       | 11        | 31.4    | 31.4          | 34.3               |
| 6 tahun       | 23        | 65.7    | 65.7          | 100.0              |
| Total         | 35        | 100.0   | 100.0         |                    |

#### pekerjaan

|            | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid guru | 3         | 8,6     | 8,6           | 8,6                |
| petani     | 13        | 37,1    | 37,1          | 45,7               |
| wiraswasta | 19        | 54,3    | 54,3          | 100,0              |
| Total      | 35        | 100,0   | 100,0         |                    |

**anak ke**

|                    | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid anak ke<br>1 | 5             | 14,3    | 14,3             | 14,3                  |
| anak ke<br>2       | 15            | 42,9    | 42,9             | 57,1                  |
| anak ke<br>3       | 9             | 25,7    | 25,7             | 82,9                  |
| anak ke<br>4       | 5             | 14,3    | 14,3             | 97,1                  |
| anak ke<br>5       | 1             | 2,9     | 2,9              | 100,0                 |
| Total              | 35            | 100,0   | 100,0            |                       |

**B. Bekal Makanan**

**Kategori Asupan Energi**

|                          | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid Tidak<br>terpenuhi | 3             | 8.6     | 8.6              | 8.6                   |
| Terpenuhi                | 32            | 91.4    | 91.4             | 100.0                 |
| Total                    | 35            | 100.0   | 100.0            |                       |

**Kategori asupan karbohidrat**

|                          | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|--------------------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid Tidak<br>terpenuhi | 8             | 22.9    | 22.9             | 22.9                  |
| Terpenuhi                | 27            | 77.1    | 77.1             | 100.0                 |
| Total                    | 35            | 100.0   | 100.0            |                       |

### kategori asupan protein

|                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Terpenuhi | 35        | 100.0   | 100.0         | 100.0              |
| Total           | 35        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Kategori asupan lemak

|                       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Tidak terpenuhi | 9         | 25.7    | 25.7          | 25.7               |
| Terpenuhi             | 26        | 74.3    | 25.7          | 100.0              |
| Total                 | 35        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Kategori Berat badan/Tinggi badan

|                     | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Gizi buruk    | 2         | 5.7     | 5.7           | 5.7                |
| Gizi kurang         | 3         | 8.6     | 8.6           | 8.6                |
| Gizi baik           | 25        | 71.5    | 71.5          | 71.5               |
| Beresiko Gizi Lebih | 2         | 5.7     | 5.7           | 5.7                |
| Gizi lebih          | 1         | 2.8     | 2.8           | 2.8                |
| Obesitas            | 2         | 5.7     | 11.4          | 100.0              |
| Total               | 35        | 100.0   | 100.0         |                    |

**Lampiran 7 Master Tabel**

| No  | Nama             | Jenis Kelamin | Tanggal Lahir   | Usia             | BB    | TB    | Z-Score | Kategori   | Anak Ke- | Pekerjaan  |
|-----|------------------|---------------|-----------------|------------------|-------|-------|---------|------------|----------|------------|
| 1.  | Arjun Mukere     | Laki-laki     | 2 februari 2018 | 5 tahun 4 bulan  | 16,25 | 114,5 | -1,65   | Gizi baik  | 1        | wiraswasta |
| 2.  | Asipa            | Perempuan     | 30 juni 2017    | 6 tahun          | 17,5  | 110   | -0,55   | Gizi baik  | 3        | petani     |
| 3.  | Askia Trapana    | Perempuan     | 19-Apr-17       | 6 tahun 2 bulan  | 17,5  | 112,3 | -0,99   | Gizi Baik  | 3        | wiraswasta |
| 4.  | Alfaro           | Laki-laki     | 07-Nov-17       | 5 tahun 7 bulan  | 15,35 | 103,8 | -0,84   | Gizi baik  | 2        | petani     |
| 5.  | Darel            | Laki-laki     | 7 desember 2017 | 5 tahun 6 bulan  | 24,15 | 113,5 | 2,21    | Gizi Lebih | 3        | petani     |
| 6.  | Dava             | Laki-laki     | 27 agustus 2017 | 5 tahun 10 bulan | 21,5  | 113,7 | 0,95    | Gizi baik  | 2        | petani     |
| 7.  | David            | Laki-laki     | 18 juni 2017    | 6 tahun          | 16,55 | 106,6 | -0,58   | Gizi baik  | 1        | Guru       |
| 8.  | Edward           | Laki-laki     | 16 januari 2018 | 5 tahun 5 bulan  | 18,2  | 108,6 | 0,13    | Gizi baik  | 2        | wiraswasta |
| 9.  | Ervano           | Laki-laki     | 25 mei 2017     | 6 tahun 1 bulan  | 22,3  | 103,2 | -3,66   | Gizi baik  | 2        | petani     |
| 10. | Evelin sipayung  | Laki-laki     | 14 juni 2017    | 6 tahun          | 34,2  | 121,5 | 3,37    | Obesitas   | 3        | wiraswasta |
| 11. | Ernes nainggolan | Laki-laki     | 6 februari 2017 | 6 tahun 4 bulan  | 18,8  | 110,9 | -0,05   | Gizi baik  | 2        | wiraswasta |
| 12. | Gabriel          | Laki-laki     | 07-Nov-18       | 5 tahun 8 bulan  | 16,2  | 111   | -1,94   | Gizi baik  | 3        | petani     |

|     |                     |           |                  |                  |       |       |       |                     |   |            |
|-----|---------------------|-----------|------------------|------------------|-------|-------|-------|---------------------|---|------------|
| 13. | Gabriela situmorang | Perempuan | 10 desember 2017 | 6 tahun 6 bulan  | 16,7  | 108   | -0,65 | Gizi baik           | 3 | wiraswasta |
| 14. | Gisel simarmata     | Perempuan | 19 oktober 2017  | 6 tahun 8 bulan  | 18,7  | 112,1 | -0,25 | Gizi baik           | 5 | petani     |
| 15. | Haiko               | Laki-laki | 25 juli 2017     | 5 tahun 11 bulan | 30,85 | 113,4 | 4,6   | Obesitas            | 2 | wiraswasta |
| 16. | Imanuel             | Laki-laki | 28 agustus 2018  | 5 tahun 10 bulan | 15,9  | 104   | -0,41 | Gizi baik           | 1 | wiraswasta |
| 17. | Imam lubis          | Laki-laki | 9 mei 2017       | 6 tahun 1 bulan  | 15,6  | 110   | -2,18 | Gizi Kurang         | 3 | petani     |
| 18. | Jio                 | Laki-laki | 10 desember 2017 | 6 tahun 6 bulan  | 15,45 | 110,1 | -2,33 | Gizi Kurang         | 2 | Guru       |
| 19. | Kalifa humaira      | Perempuan | 14-Sep-17        | 6 tahun 9 bulan  | 14,7  | 110,2 | -3,01 | Gizi Buruk          | 3 | wiraswasta |
| 20. | Kenzo sembiring     | Laki-laki | 17 maret 2017    | 6 tahun 3 bulan  | 14,5  | 101,5 | -1,03 | Gizi baik           | 2 | wiraswasta |
| 21. | Kenzi ginting       | Laki-laki | 27 Oktober 2017  | 6 tahun 8 bulan  | 17    | 109,1 | -0,81 | Gizi baik           | 4 | petani     |
| 22. | Kesya dara saragih  | Perempuan | 17-Nov-17        | 6 tahun 7 bulan  | 20,4  | 109,4 | 1,06  | Beresiko Gizi Lebih | 2 | wiraswasta |
| 23. | Lailan              | Perempuan | 30 Agustus 2017  | 6 tahun 10 bulan | 18,8  | 119,7 | -1,62 | Gizi baik           | 2 | petani     |
| 24. | Maya sari           | Perempuan | 30 mei 2017      | 6 tahun 1bulan   | 18,2  | 107,6 | 0,27  | Gizi baik           | 3 | wiraswasta |
| 25. | Meisolu lubis       | Perempuan | 2 mei 2017       | 6 tahun 1 bulan  | 19,5  | 114,3 | -0,24 | Gizi baik           | 2 | wiraswasta |

|     |                   |           |                  |                 |       |       |       |                     |   |            |
|-----|-------------------|-----------|------------------|-----------------|-------|-------|-------|---------------------|---|------------|
| 26. | Misel panjaitan   | Perempuan | 07-Sep-18        | 5 tahun 9 bulan | 17,9  | 112,4 | -0,78 | Gizi baik           | 4 | wiraswasta |
| 27. | Ori               | Perempuan | 19 mei 2017      | 6 tahun 1 bulan | 20,5  | 107,8 | 1,28  | Beresiko Gizi Lebih | 2 | wiraswasta |
| 28. | Oktavia saragih   | Perempuan | 22-Sep-17        | 6 tahun 9 bulan | 19,7  | 112,5 | 0,21  | Gizi baik           | 4 | Guru       |
| 29. | Paleria           | Laki-laki | 12 januari 2018  | 5 tahun 5 bulan | 18,35 | 111,1 | -0,26 | Gizi baik           | 1 | wiraswasta |
| 30. | Pangeran pakpahan | Laki-laki | 2 oktober 2017   | 6 tahun 8 bulan | 17,5  | 116,8 | -2,21 | Gizi Kurang         | 4 | petani     |
| 31. | Putri mutiara     | Perempuan | 29 oktober 2017  | 6 tahun 7 bulan | 19,5  | 112,8 | 0,05  | Gizi baik           | 2 | wiraswasta |
| 32. | Rainer            | Laki-laki | 15 mei 2017      | 6 tahun 1 bulan | 15,8  | 107,7 | -1,44 | Gizi baik           | 2 | petani     |
| 33. | Robet             | Laki-laki | 16-Nov-19        | 4 tahun 7 bulan | 13,1  | 96,4  | -3,16 | Gizi Buruk          | 4 | wiraswasta |
| 34. | Tasya             | Perempuan | 11-Nov-18        | 5 tahun 7 bulan | 16    | 111,3 | -1,8  | Gizi baik           | 2 | petani     |
| 35. | Vito simamora     | Laki-laki | 20 desember 2017 | 6 tahun 5 bulan | 22,5  | 115,9 | -1,45 | Gizi baik           | 1 | wiraswasta |

| No  | Nama                | E (1) | E (2) | E (3) | Rata-rata | AKG | K (1) | K (1) | K (1) | Rata-rata | AKG | P (1) | P (2) | P (3) | Rata-rata | AKG | L (1) | L (2) | L (3) | Rata-rata | AKG |
|-----|---------------------|-------|-------|-------|-----------|-----|-------|-------|-------|-----------|-----|-------|-------|-------|-----------|-----|-------|-------|-------|-----------|-----|
| 1.  | Arjun Mukere        | 221   | 210,3 | 218   | 216,4     | 2   | 32,7  | 33    | 28,9  | 31,5      | 2   | 17,7  | 6,9   | 11    | 11,8      | 2   | 1,3   | 5,1   | 5,8   | 4         | 1   |
| 2.  | Asipa               | 136,1 | 198,9 | 200,8 | 178,6     | 2   | 18,3  | 30    | 24,6  | 24,3      | 2   | 2,7   | 14,8  | 8,2   | 8,5       | 2   | 4     | 1,3   | 7,3   | 4,2       | 1   |
| 3.  | Askia Trapana       | 165,6 | 160   | 194,2 | 173,2     | 2   | 21,2  | 33,6  | 23,8  | 26,2      | 2   | 6,2   | 4,3   | 7,2   | 5,9       | 2   | 5,7   | 0,5   | 7,6   | 4,6       | 1   |
| 4.  | Alfaro              | 268,8 | 82    | 168   | 172,9     | 2   | 38,1  | 11,5  | 19,4  | 23        | 2   | 11    | 1     | 2,2   | 4,7       | 2   | 7,3   | 4     | 9,2   | 6,8       | 2   |
| 5.  | Darel               | 221,6 | 276,2 | 296,1 | 264,6     | 2   | 30,2  | 29,7  | 29,1  | 29,6      | 2   | 8     | 21,2  | 18,9  | 16        | 2   | 7,1   | 7,4   | 12    | 20,6      | 2   |
| 6.  | Dava                | 203,4 | 176,3 | 336,9 | 238,8     | 2   | 23,9  | 27,2  | 31,5  | 27,5      | 2   | 9     | 6,7   | 18,3  | 11,3      | 2   | 7,5   | 3,9   | 14    | 8,4       | 2   |
| 7.  | David               | 208,3 | 118,8 | 246,8 | 191,3     | 2   | 26,2  | 18,3  | 27,2  | 23,9      | 2   | 9,8   | 2,7   | 11,6  | 8         | 2   | 6,7   | 2     | 9,8   | 6         | 2   |
| 8.  | Edward              | 70    | 172,3 | 122   | 121,4     | 1   | 11    | 25,2  | 17,6  | 17,9      | 1   | 1     | 5,8   | 1,59  | 2,7       | 2   | 3     | 4,9   | 7,6   | 5         | 2   |
| 9.  | Ervano              | 145   | 155   | 176   | 158,6     | 2   | 19,8  | 22,4  | 20,4  | 20,8      | 1   | 2,5   | 6,7   | 2,3   | 3,8       | 2   | 6,6   | 4,2   | 9,6   | 7         | 2   |
| 10. | Evelin sipayung     | 199,2 | 120   | 200   | 173       | 2   | 18,5  | 15    | 25    | 19,5      | 1   | 10,5  | 2     | 3     | 5         | 2   | 8,9   | 5,5   | 9     | 7,8       | 2   |
| 11. | Ernes nainggolan    | 180   | 178,6 | 188,8 | 182,4     | 2   | 25    | 23,3  | 39,5  | 29,2      | 2   | 4     | 6,6   | 5,1   | 5,2       | 2   | 5     | 6,1   | 0,6   | 3,9       | 1   |
| 12. | Gabriel             | 167,1 | 296,1 | 211,2 | 224,8     | 2   | 27,4  | 29,1  | 28    | 28,1      | 2   | 10,1  | 18,9  | 8,9   | 12,6      | 2   | 1,3   | 12    | 6,4   | 6,5       | 2   |
| 13. | Gabriela situmorang | 233,7 | 179,5 | 128   | 180,4     | 2   | 28,1  | 21,2  | 15    | 21,4      | 1   | 8,8   | 9,3   | 1     | 6,3       | 2   | 9,3   | 5,9   | 6,7   | 7,3       | 2   |
| 14. | Gisel simarmata     | 296,1 | 194,7 | 148,9 | 213,2     | 2   | 29,1  | 40,7  | 14,8  | 28,2      | 2   | 18,9  | 5,4   | 6,6   | 10,3      | 2   | 12,2  | 0,7   | 6,7   | 6,5       | 2   |
| 15. | Haiko               | 273   | 298,9 | 208,7 | 260,2     | 2   | 27,5  | 32,4  | 29,6  | 29,8      | 2   | 18,4  | 6,5   | 7,2   | 10,7      | 2   | 9,2   | 16    | 6,2   | 10,5      | 2   |
| 16. | Immanuel            | 166,2 |       |       | 166,2     | 2   | 20    |       |       | 20        | 1   | 7,8   |       |       | 7,2       | 2   | 5,7   |       |       | 5,7       | 2   |
| 17. | Imam lubis          | 102   | 113,2 | 175,5 | 130,2     | 1   | 13,6  | 28,8  | 29,7  | 24        | 2   | 1,5   | 1,2   | 9,6   | 4,1       | 2   | 4,7   | 0,6   | 1,3   | 2,2       | 1   |
| 18. | Jio                 | 194,7 | 208,8 | 249,1 | 217,5     | 2   | 40,7  | 23,7  | 21,4  | 28,6      | 2   | 5,4   | 14,8  | 13    | 11        | 2   | 0,7   | 5,5   | 12    | 6         | 2   |

|     |                    |       |       |       |       |   |      |      |      |       |   |      |      |      |      |   |      |     |     |      |   |
|-----|--------------------|-------|-------|-------|-------|---|------|------|------|-------|---|------|------|------|------|---|------|-----|-----|------|---|
| 19. | Kalifa humaira     |       | 156,7 | 131,1 | 143,9 | 2 |      | 28,3 | 21   | 24,65 | 2 |      | 7,7  | 9,5  | 8,65 | 2 |      | 0,9 | 0,5 | 0,7  | 1 |
| 20. | Kenzo sembiring    | 155   | 233,7 |       | 194,3 | 2 | 25   | 28,1 |      | 26,5  | 2 | 2    | 8,8  |      | 5,4  | 2 | 6    | 9,3 |     | 7,6  | 2 |
| 21. | Kenzi ginting      |       | 220,5 | 288,7 | 254,6 | 2 |      | 38,8 | 27,2 | 33    | 2 |      | 6,6  | 6,2  | 6,4  | 2 |      | 2,3 | 17  | 9,6  | 2 |
| 22. | Kesya dara saragih | 209,5 | 250,9 | 301   | 253,8 | 2 | 30,4 | 32   | 30,4 | 30,9  | 1 | 7,1  | 12,9 | 7,5  | 9,1  | 2 | 6    | 7,2 | 17  | 10   | 2 |
| 23. | Lailan             | 270   | 61,8  | 194,7 | 175,5 | 2 | 29,7 | 5,9  | 40,7 | 25,4  | 2 | 3,8  | 2    | 5,4  | 3,7  | 2 | 15,3 | 3,3 | 0,7 | 6,4  | 2 |
| 24. | Maya sari          | 204,4 | 240,3 | 189,2 | 211,3 | 2 | 21,4 | 29,6 | 28,6 | 26,5  | 2 | 9    | 10,4 | 11,5 | 10,3 | 2 | 8,9  | 8,3 | 2,5 | 6,5  | 2 |
| 25. | Meisolu lubis      | 144,4 | 318   | 100   | 187,4 | 2 | 14,6 | 31,5 | 13,3 | 19,8  | 1 | 4    | 16   | 1,5  | 7,1  | 2 | 7,6  | 14  | 4,6 | 8,7  | 2 |
| 26. | Misel panjaitan    | 309,5 | 274,7 | 156,8 | 247   | 2 | 41,7 | 31,1 | 33,7 | 35,5  | 2 | 13,3 | 13,9 | 3,6  | 10,2 | 2 | 9,1  | 9,9 | 0,4 | 6,4  | 2 |
| 27. | Ori                | 343,6 | 178,8 |       | 261,2 | 2 | 34,2 | 23   |      | 28,6  | 2 | 15,8 | 6,7  |      | 11,2 | 2 | 15,6 | 6,2 |     | 10,9 | 2 |
| 28. | Oktavia saragih    | 211,7 | 132   | 177   | 173,5 | 2 | 28,7 | 16,7 | 24,8 | 23,4  | 2 | 9,2  | 10   | 6,3  | 8,5  | 2 | 6,3  | 2,5 | 5,5 | 4,7  | 1 |
| 29. | Paleria            | 169,7 |       | 215,5 | 192,6 | 2 | 26,6 |      | 30,8 | 28,7  | 2 | 12,8 |      | 8,9  | 10,8 | 2 | 0,6  |     | 5,8 | 3,2  | 1 |
| 30. | Pangeran pakpahan  | 167,6 | 124,7 | 130   | 137,7 | 1 | 24,4 | 21   | 20   | 15,2  | 1 | 12,1 | 1,9  | 3    | 5,6  | 2 | 1,7  | 4,1 | 2   | 2,6  | 1 |
| 31. | Putri mutiara      | 153,9 | 208,9 | 247,8 | 203,5 | 2 | 28,1 | 29,9 | 32,4 | 30,1  | 2 | 6,6  | 8,5  | 9    | 8    | 2 | 1,4  | 5,6 | 9,3 | 5,4  | 2 |
| 32. | Rainer             | 181,9 | 178,8 | 140   | 166,9 | 2 | 24,9 | 20   | 22   | 22,3  | 2 | 11,9 | 6,6  | 2    | 6,8  | 2 | 3,2  | 7,9 | 5   | 5,3  | 2 |
| 33. | Robet              | 281,7 |       | 228,1 | 254,9 | 2 | 38,3 |      | 30   | 34,1  | 2 | 7,8  |      | 18,6 | 13,2 | 2 | 10,4 |     | 2,9 | 6,6  | 2 |
| 34. | Tasya              | 258   | 249,9 | 212,7 | 240,2 | 2 | 34,9 | 31,7 | 27,9 | 31,5  | 2 | 10,2 | 12,2 | 7,8  | 10   | 2 | 8,1  | 7,6 | 7,1 | 7,6  | 2 |
| 35. | Vito sim           | 210,4 | 183,6 | 203   | 199   | 2 | 31,7 | 26   | 26,4 | 28    | 2 | 11   | 7,6  | 7,5  | 8,7  | 2 | 3,6  | 5   | 7,2 | 5,2  | 2 |

## Lampiran 8 Dokumentasi



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Ainun Khofifah  
Tempat/tanggal lahir : Gunung Tua Lumban Pasir, 16 Agustus 2002  
Nama orang : Ayah : Amiril Mukmin  
Ibu : Siti Aminah  
Jumlah saudara : 5  
Alamat rumah : Lumban Pasir, Kec. Panyabungan, Kab. Mandailing  
Natal  
Telepon : 082265219951  
Riwayat pendidikan : 1. SD Negeri 14260 Lumban Pasir  
2. SMP Negeri 3 Panyabungan  
3. MAN 1 Mandailing Natal  
4. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan  
Gizi Lubuk Pakam  
Hobi : Mamasak  
Motto : kesuksesan yang besar dimulai dari langkah yang kecil.



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG**  
**PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN**  
**Nomor: 01.25.82/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

**“Gambaran Konsumsi Bekal Makanan Dan Status Gizi Anak**  
**Di Tk Pembina Kecamatan Lubuk Pakam”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/  
Peneliti Utama : **Ainun Khofifah**  
Dari Institusi : **Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :  
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..  
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.  
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.  
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.  
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 24 Juli 2023  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Poltekkes Kemenkes Medan

y/ Ketua,

Dr. Jhonson P Sihombing, MSc, Apt  
NIP. 196901302003121001

## PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ainun Khofifah

NIM : P01031120081

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat pada Karya Tulis Ilmiah saya adalah benar hasil yang saya dapatkan pada saat penelitian dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Lubuk Pakam, Oktober 2023

Yang membuat pernyataan,



Ainun Khofifah