

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN SELINGAN PUDDING “*MODISCOCA*”
(*MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL AND AVOCADO*)
TERHADAP BERAT BADAN ANAK SEKOLAH DASAR GIZI KURANG
DI SD SWASTA JAYA PANCUR BATU



RAHMA DHEA BR SINUHAJI
P01031222168

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN SELINGAN PUDDING “*MODISCOCA*”
(*MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL AND AVOCADO*)
TERHADAP BERAT BADAN ANAK SEKOLAH DASAR GIZI KURANG
DI SD SWASTA JAYA PANCUR BATU**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi dan memperoleh Sarjana Terapan
Gizi Dan Dietetika (S.Tr.Gz) pada Program Studi D-IV Gizi Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**RAHMA DHEA BR SINUHAJI
P01031222168**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN SELINGAN PUDDING “MODISCOCA”
(MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL AND AVOCADO)
TERHADAP BERAT BADAN ANAK SEKOLAH DASAR GIZI KURANG
DI SD SWASTA JAYA PANCUR BATU**

Di Usulkan Oleh

RAHMA DHEA BR SINUHAJI

NIM P01031222168

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada tanggal 28 Agustus 2026

Pembimbing Utama



Berlin Sitanggang, SST, M.Kes

NIP. 196206211984031001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN SELINGAN PUDDING “MODISCOCA”
(MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL AND AVOCADO)
TERHADAP BERAT BADAN ANAK SEKOLAH DASAR GIZI KURANG
DI SD SWASTA JAYA PANCUR BATU**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

RAHMA DHEA BR SINUHAJI

P01031222168

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 22 Mei 2026

Tim Penguji :

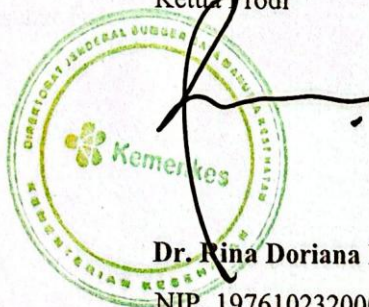
1. Ketua : Berlin Sitanggang, SST, M.Kes :
2. Anggota 1 : Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes :
3. Anggota 2 : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes :

Tanda Tangan


Lubuk Pakam, 28 Agustus 2026

Mengetahui

Ketua Prodi



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes

NIP. 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama : Rahma Dhea Br Sinuhaji
Tempat/Tgl Lahir : Medan, 7 Desember 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl.Bersiap No.83A Kampung Tengah, Kecamatan Pancur Batu,
Kabupaten Deli Serdang
Nomor Hp : 085835960437

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Swasta Babarsari Pancur Batu
2. SLTP : SMP Swasta Jaya Pancur Batu
3. SLTA : SMA Negeri 1 Pancur Batu

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Rahma Dhea Br Sinuhaji
NIM : P0103122168
Program Studi : Diploma IV
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiasi dalam penulisan
Skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh Pemberian Makanan Selingan Pudding “*MODISCOCA*” (*Modified Skimmed Milk, Coconut Oil And Avocado*) Terhadap Berat Badan Anak Sekolah Dasar Gizi Kurang Di SD Swasta Jaya Pancur Batu

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan Tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 20 Agustus 2026

Penulis



RAHMA DHEA BR SINUHAJI

NIM P01031222168

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN SELINGAN PUDDING “*MODISCOCA*” (*MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL AND AVOCADO*) TERHADAP BERAT BADAN ANAK SEKOLAH DASAR GIZI KURANG DI SD SWASTA JAYA PANCUR BATU

Rahma Dhea Br Sinuhaji, Berlin Sitanggang
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email : rahmadea2004@gmail.com

Masalah gizi kurang pada anak sekolah dasar masih menjadi perhatian karena dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah pemberian makanan selingan padat gizi, seperti pudding MODISCOCA yang mengandung modified skimmed milk, coconut oil, dan avocado. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pemberian pudding MODISCOCA terhadap berat badan anak sekolah dasar berstatus gizi kurang di SD Swasta Jaya Pancur Batu.

Penelitian menggunakan desain pre-experimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel penelitian adalah 35 siswa yang berstatus gizi kurang dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi dilakukan selama 21 hari berturut-turut dengan memberikan 1 cup pudding MODISCOCA (100 gram) setiap hari sebagai makanan selingan pada saat jam istirahat sekolah. Pemberian pudding dilakukan pada pukul 09.00–09.35 WIB sesuai jadwal istirahat siswa, dan konsumsi pudding diawasi langsung oleh peneliti serta dilakukan pengamatan terhadap sisa konsumsi. Berat badan diukur sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan asupan zat gizi diperoleh melalui food recall 24 jam. Analisis data menggunakan uji Paired Sample t-test dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan dan asupan energi, protein, lemak, serta karbohidrat meningkat setelah intervensi, namun peningkatan berat badan tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$). Hal ini diduga dipengaruhi oleh durasi intervensi yang relatif singkat dan variasi konsumsi harian anak.

Disimpulkan bahwa pemberian pudding MODISCOCA selama 21 hari belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap berat badan anak sekolah dasar berstatus gizi kurang. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan waktu intervensi yang lebih lama, jumlah sampel yang lebih besar, serta pemantauan pola makan dan aktivitas fisik.

Kata Kunci: anak sekolah dasar, gizi kurang, berat badan, MODISCOCA, pudding.

ABSTRACT

THE EFFECT OF GIVING "MODISCOCA" (MODIFIED SKIMMED MILK, COCONUT OIL, AND AVOCADO) PUDDING SNACK ON THE BODY WEIGHT OF UNDERNOURISHED ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AT SD SWASTA JAYA PANCUR BATU

Rahma Dhea Br Sinuhaji, Berlin Sitanggang
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email: rahmadea2004@gmail.com

The problem of undernutrition in elementary school children remains a concern as it can hinder growth and development. One effort that can be undertaken is providing nutrient-dense snacks, such as MODISCOCA pudding, which contains modified skimmed milk, coconut oil, and avocado. This study aims to analyze the effect of MODISCOCA pudding administration on the body weight of undernourished elementary school children at SD Swasta Jaya Pancur Batu.

This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 35 undernourished students selected using a purposive sampling technique. The intervention was conducted for 21 consecutive days by providing 1 cup of MODISCOCA pudding (100 grams) daily as a snack during school recess. The pudding was served at 09:00–09:35 WIB in accordance with the students' recess schedule, and pudding consumption was directly supervised by the researcher along with observations of leftovers. Body weight was measured before and after the intervention, while nutrient intake was obtained through a 24-hour food recall. Data were analyzed using the Paired Sample t-test with a 95% confidence level.

The results showed that the average body weight and the intake of energy, protein, fat, and carbohydrates increased after the intervention; however, the increase in body weight was not statistically significant ($p > 0.05$). This is suspected to be influenced by the relatively short duration of the intervention and variations in the children's daily consumption.

It was concluded that the administration of MODISCOCA pudding for 21 days did not have a significant effect on the body weight of undernourished elementary school children. Future research is recommended to utilize a longer intervention period, a larger sample size, as well as monitoring dietary patterns and physical activity.

Keywords: elementary school children, undernutrition, body weight, MODISCOCA, pudding



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian Makanan Selingan Pudding “*MODISCOCA*” (*Modified Skimmed Milk, Coconut Oil, and Avocado*) Terhadap Berat Badan Anak Sekolah Dasar Gizi Kurang di SD Swasta Jaya Pancur Batu” dengan baik dan tepat waktu.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan nasihat, motivasi, serta arahan yang terbaik bagi saya.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ibu Dr. Herta Masthalena, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
3. Ibu Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan
4. Ibu dr. Ratna Zahara, M.Kes selaku Pembimbing Akademik
5. Bapak Suranta Gurusinga, S.Pd yang telah memberikan izin penelitian.
6. Bapak/Ibu dan Adik yang telah bersedia menjadi responden penelitian saya.
7. Keluarga Tercinta yang telah memberikan support, Destri, Dinda, Ineke, Jastin, Liza, Mufidah, dan Vany aka She Knows selaku partner terbaik selama perkuliahan
8. Seluruh Dosen, Instrktur dan Staf Jurusan Gizi serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Lubuk Pakam, 20 Agustus 2026

Rahma Dhea Br Sinuhaji

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
BIODATA PENULIS	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Peneliti	6
2. Bagi Instansi Pendidikan/Sekolah	6
3. Bagi Siswa	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Anak Sekolah Dasar	7
1. Definisi Anak Sekolah Dasar	7
2. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	7
3. Masalah Gizi pada Anak Sekolah Dasar	8
4. Kebutuhan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar.....	10
B. Makanan Selingan	11
1. Pengertian Makanan Selingan.....	11
2. Pemberian Makanan Selingan	11
C. Antropometri	12
1. Pengertian Antropometri	12
D. Berat Badan	13
1. Pengertian Berat Badan.....	13
2. Pengukuran Berat Badan	13
3. Faktor Faktor yang Mempengaruhi Berat Badan	14
4. Dampak Berat Badan Kurang.....	15
5. Pencegahan Berat Badan Kurang	16
E. Pudding.....	16

1. Pengertian Pudding	16
2. Pengaruh Pemberian Pudding terhadap Berat Badan	17
F. Konsep Pudding Modisco.....	18
1. Definsi Modisco.....	18
2. Cara Pembuatan Modisco	18
3. Penggunaan Formula Modisco	20
4. Definisi Agar-agar	21
G. Alpukat	22
1. Pengertian alpukat.....	22
2. Kandungan Gizi Alpukat	22
H. Penelitian Terdahulu	23
I. Kerangka Teori.....	25
J. Kerangka Konsep	26
K. Definisi Operasional	27
L. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Pendekatan Penelitian	28
B. Desain Penelitian.....	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
1. Lokasi Penelitian	28
2. Waktu Penelitian	28
D. Populasi dan Sampel	28
1. Populasi	28
2. Sampel	29
E. Nilai Gizi dan Bahan Dasar Pembuatan Pudding Modiscoca	29
F. Prosedur Modifikasi Pudding.....	30
G. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	31
1. Jenis data.....	31
2. Cara pengumpulan data	31
H. Pengolahan dan Analisis Data.....	32
1. Pengolahan Data	32
2. Analisis Data	33
I. Diagram Alur Prosedur Intervensi.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	35
B. Karakteristik Sampel	36
C. Pelaksanaan Intervensi Pemberian Pudding “MODISCOCA”	37
D. Status Gizi Anak Sekolah Dasar	38
E. Perubahan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi	39
F. Asupan Zat Gizi Makro (Energi, Karbohidrat, Protein, dan Lemak) Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	40
G. Pengaruh Pemberian Pudding MODISCOCA terhadap Berat Badan Anak	

Sekolah Dasar Gizi Kurang.....	42
H. Pembahasan	43
1. Status Gizi Anak Sekolah Dasar	43
2. Kenaikan Berat Badan	44
3. Asupan Zat Gizi Makro	45
4. Pengaruh Pemberian Pudding MODISCOCA terhadap Berat Badan Anak Sekolah Dasar Gizi Kurang	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Berat Badan, Tinggi Badan dan Angka Kecukupan Gizi Anak Sekolah Dasar	11
Tabel 2. Formula Modisco	20
Tabel 3. Komposisi Kimia Agar agar	21
Tabel 4. Kandungan Gizi Alpukat dalam 100gr	23
Tabel 5. Definisi Operasional	27
Tabel 6. Kandungan Gizi Pudding Modiscoca dalam (100 gr).....	29
Tabel 7. Bahan Pembuatan Pudding Modiscoca dalam 100 gr.....	29
Tabel 8. Distribusi Karakteristik Sampel	36
Tabel 9. Distribusi Kategori Status Gizi	39
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	39
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Sesudah Intervensi.....	40
Tabel 12. Distribusi Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi Makro	40
Tabel 13. Distribusi Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	43
Tabel 14. Distribusi Rata rata Kenaikan Berat Badan Sesudah Intervensi	44
Tabel 15. Distribusi Rata-rata Asupan Zat Gizi.....	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pudding	18
Gambar 2. Alpukat (<i>Persea americana</i>)	22
Gambar 3. Kerangka Teori.....	25
Gambar 4. Kerangka Konsep	26
Gambar 5. Pudding Modiscoca	30
Gambar 6. Diagram Alur Prosedur Intervensi	34

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Master Tabel Penelitian	53
Lampiran 2. Master Tabel Asupan Zat Gizi.....	56
Lampiran 3. Hasil Food Recall	57
Lampiran 4. Pengolahan Data	61
Lampiran 5. Hasil Uji Statistik.....	64
Lampiran 6. Surat izin Survey Pendahuluan.....	66
Lampiran 7. Surat balasan izin Survey Pendahuluan.....	67
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran 9. Surat Balasan Izin Penelitian.....	69
Lampiran 10. Bukti Bimbingan Skripsi	70
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian	72
Lampiran 12. Informed Consent	79
Lampiran 13. Anggaran Biaya	80
Lampiran 14. Jadwal Penelitian	81
Lampiran 15. Data Konsumsi Pudding	82
Lampiran 16. <i>Ethical Clearance</i>	84
Lampiran 17. Turnitin	85