

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI ANAK SD PADA SUKU
JAWA DAN BATAK**

KARYA TULIS ILMIAH



IMLA ROFIKOH

P01031122119

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI ANAK SD PADA SUKU
JAWA DAN BATAK**

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



IMLA ROFIKOH

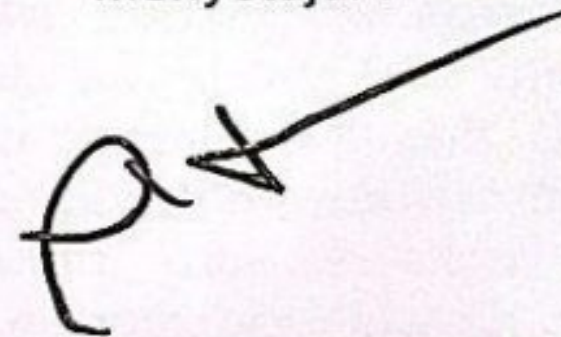
P01031122119

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Anak SD
Pada Suku Jawa Dan Batak
Nama Mahasiswa : Imla Rofikoh
Nomor Induk Mahasiswa : P01031122119
Program Studi : Diploma III

Menyetujui :



Dr. Haripin Toqap Sinaga, MCN
Pembimbing Utama



Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes
Anggota Penguji



Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Anggota Penguji



Mengetahui :
Ketua Jurusan Gizi
Riris Oppusunngu, S.Pd, M.Kes
NIP: 196906231990032001

Tanggal Lulus : 08 Agustus 2025

ABSTRAK

IMLA ROFIKOH “GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI ANAK SD PADA SUKU JAWA DAN BATAK” (DIBAWAH BIMBINGAN HARIPIN TOGAP SINAGA)

Pola makan berperan penting dalam menentukan status gizi, khususnya pada anak usia sekolah dasar yang sedang mengalami pertumbuhan pesat. Perbedaan budaya dan kebiasaan makan tiap suku memengaruhi jenis, frekuensi, serta jumlah konsumsi pangan yang berdampak pada status gizi.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pola makan dan status gizi siswa kelas V suku Jawa di UPT SPF SDN 108239 Tanjung Mulia dan suku Batak di UPT SPF SDN 101914 Kampung Baru.

Penelitian menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross sectional pada 42 siswa (30 suku Jawa, 12 suku Batak). Data diperoleh melalui kuesioner Semi SQ-FFQ dan pengukuran antropometri berat badan serta tinggi badan, kemudian dihitung indeks IMT/U mengacu pada Permenkes No. 2 Tahun 2020. Analisis dilakukan secara univariat.

Hasil menunjukkan pola makan baik dan tidak baik masing-masing sebesar 50,0% pada suku Jawa, sedangkan pola makan tidak baik lebih tinggi pada suku Batak (75,0%). Jenis konsumsi baik ditemukan pada seluruh anak suku Batak (100%) dan sebagian besar anak suku Jawa (90,0%).

Kesimpulan mayoritas responden memiliki status gizi baik, namun masih ditemukan gizi kurang, gizi lebih, dan obesitas. Edukasi gizi berkelanjutan direkomendasikan untuk memperbaiki pola makan dan mempertahankan status gizi optimal.

Kata kunci: pola makan, status gizi, anak sekolah dasar, suku Jawa, suku Batak.

ABSTRACT

IMLA ROFIKOH "DESCRIPTION OF DIETARY PATTERNS AND NUTRITIONAL STATUS OF ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AMONG JAVANESE AND BATAK TRIBES" (CONSULTANT: HARIPIN TOGAP SINAGA)

Dietary patterns play a crucial role in determining nutritional status, especially in elementary school-aged children who are undergoing rapid growth. Differences in culture and eating habits between various ethnic groups influence the types, frequency, and quantity of food consumed, which in turn impacts nutritional status.

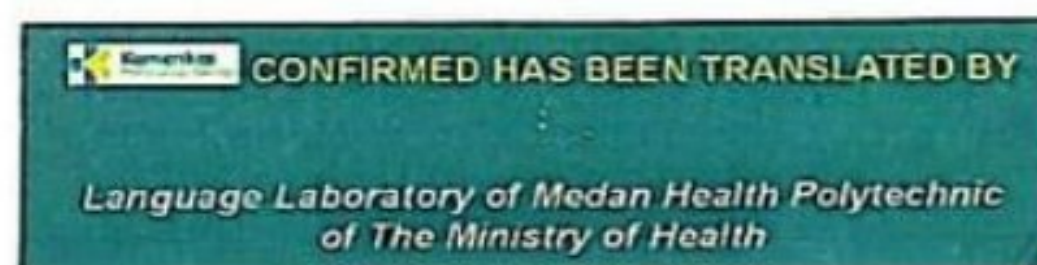
This study aims to describe the dietary patterns and nutritional status of 5th-grade students from the Javanese tribe at SDN 108239 Tanjung Mulia and the Batak tribe at SDN 101914 Kampung Baru.

The research used a descriptive design with a cross-sectional approach on 42 students (30 Javanese, 12 Batak). Data was collected through a semi-structured SQ-FFQ questionnaire and anthropometric measurements of weight and height. The BMI-for-age (IMT/Age) index was then calculated, referencing the Minister of Health Regulation No. 2 of 2020. The analysis was conducted univariately.

The results showed that among the Javanese tribe, good and poor dietary patterns were equally distributed at 50.0% each, while a higher percentage of the Batak tribe (75.0%) had poor dietary patterns. Good consumption types were found in all children from the Batak tribe (100%) and most children from the Javanese tribe (90.0%).

In conclusion, most respondents had good nutritional status, but undernutrition, overweight, and obesity were still found. Continuous nutritional education is recommended to improve dietary patterns and maintain optimal nutritional status.

Keywords: Dietary Patterns, Nutritional Status, Elementary School Children, Javanese Tribe, Batak Tribe.



9

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahnya berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Gambaran Pola Makan Dan Statu Gizi Anak SD Pada Suku Jawa Dan Batak ”** .

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

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan waktunya dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku ketua prodi D-III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan
3. Dr.Haripin Togap Sinaga, MCN selaku Dosen Pembimbing saya yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan waktunya dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Dr.Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku penguji I yang telah banyak memberikan saran dan motivasi.
5. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku penguji II yang telah banyak memberikan saran dan motivasi
6. Kedua orang tua saya tersayang, ayah Zulfikar Batubara dan Ibu Siti Adawiyah dan saudara kandung saya yaitu kakak saya Suryani Batubara yang sudah senantiasa memberikan saya dukungan baik serta doa-doa yang telah disampaikan selama proses kehidupan saya.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karna itu, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun untuk melengkapi usulan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Anak Sekolah	5
1. Pengertian Anak Sekolah	5
2. Kecukupan Gizi Anak Sekolah Dasar.....	5
B. Pola Makan	6
1. Pengertian pola makan	6
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan	6
C. Status Gizi	8
1. Pengertian Status Gizi.....	8
2. Masalah Yang Terdapat Pada Anak-Anak	9
3. Metode Penilaian Status Gizi	10
D. Definisi Operasional	14
BAB III.....	17
METODE PENELITIAN.....	17

A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	17
B. Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	17
C. Populasi Dan Sampel.....	17
1. Populasi.....	17
2. Sampel	17
D.. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	19
BAB IV	25
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	25
B. Karakteristik sampel	25
C. Jenis konsumsi	30
D. Frekuensi konsumsi.....	30
E. Jumlah konsumsi.....	32
F. Pola makan	34
BAB V	38
KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan.....	38
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi.....	4
Tabel 2. Kategori Dan Ambang Batas Dan Status Gizi.....	9
Tabel 3. Defenisi Operasional.....	14
Tabel 4.Distribusi Frekuensi umur	26
Tabel 5.Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	26
Tabel 6.Distribusi Frekuensi Suku	27
Tabel 7.Distribusi Frekuensi Pekerjaan Orang Tua	28
Tabel 8.Distribusi Frekuensi Pendapatan Keluarga	29
Tabel 9.Distribusi Frekuensi Jenis Konsumsi.....	30
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Konsumsi.....	31
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Jumlah Konsumsi	33
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Pola Makan.....	34
Tabel 13 . Distribusi Frekuensi Status Gizi	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent.....	42
Lampiran 2. Master Tabel	43
Lampiran 3. Data Mentah	47
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian	51
Lampiran 5. Bukti Bimbingan	54
Lampiran 6. Jadwal Kegiatan.....	57
Lampiran 7. Surat Penelitian.....	58
Lampiran 8. Surat Balasan Penelitian	60
Lampiran 9. Out Hasil Analisis Statistik Dengan SPSS	62
Lampiran 10. Etik Penelitian	66
Lampiran 11. Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah.....	69
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup	70
Lampiran 13. Dokumentasi	71