

**PENGARUH MAKANAN BEKAL YANG BERVARIASI DAN POLA
ASUH TERHADAP STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH
TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN**

SKRIPSI



DWI PUSPITA AYU

P01031219117

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**PENGARUH MAKANAN BEKAL YANG BERVARIASI DAN POLA
ASUH TERHADAP STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH
TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN**

Skripsi diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Program Studi Sarjana Terapan di Jurusan Gizi dan Dietetika
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



DWI PUSPITA AYU

P01031219117

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Makanan Bekal Yang Bervariasi
Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak
Prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan

Nama Mahasiswa : Dwi Puspita Ayu

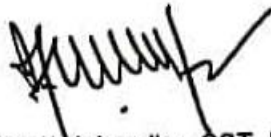
Nomor Induk Mahasiswa : P01031219117

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Mincu Mahalu, S.Gz, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Bernike Daloksaribu, SST, M.Kes
Anggota Penguji



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

Mengetahui

Ketua Jurusan



Dr. Oppusurni, S.Pd, M.Kes
NIP. 196902231990032001

Tanggal Lulus : 16 Juni 2023

RINGKASAN

DWI PUSPITA AYU **“PENGARUH MAKANAN BEKAL YANG BERVARIASI DAN POLA ASUH TERHADAP STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH TK AZ-ZIKRI PERBAUNGAN”** (DIBAWAH BIMBINGAN : MINCU MANALU)

Anak prasekolah merupakan anak dengan rentang usia 3–6 tahun. Perkembangan kecerdasan pada masa ini mengalami peningkatan dari 50% menjadi 80%. Penerapan bekal makan yang sehat bagi anak merupakan tindakan yang bijaksana, selain mencukupi kebutuhan gizi, juga merupakan cara menghindari jajanan. Pola asuh yang diterapkan oleh ibu dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak khususnya status gizi anak.

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan.

Penelitian dilaksanakan di TK Az-Zikri Perbaungan. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Februari 2023 selama 14 hari. Jenis penelitian ini adalah Eksperimental Semu (*Quasi Eksperimen*) dengan rancangan *one group before after intervention design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 70 anak dan sampel adalah yang mengalami gizi kurang yaitu sebanyak 37 anak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa analisis nilai zat gizi pada variasi menu dengan bahan dasar tempe yaitu energi 215 kkal, karbohidrat 15-19,4 gr dan protein 12,3-15,1 gr. Dari 37 sampel yang mengalami perubahan status gizi sebanyak 25 anak (67,7%) gizi baik dan sebanyak 12 anak (32,6%) tidak mengalami perubahan status gizi. Dari 37 sampel anak sebanyak 30 anak (81,1%) pola asuh baik dan 7 anak (18,9%) pola asuh kurang. Berdasarkan uji analisis statistik menunjukkan ada pengaruh makanan bekal yang bervariasi dan pola asuh terhadap status gizi anak prasekolah dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

Kata kunci : Status Gizi, Bekal, Pola Asuh dan Anak Prasekolah

ABSTRACT

DWI PUSPITA AYU "EFFECT OF PACKED MEAL AND PARENTING PATTERN ON THE NUTRITIONAL STATUS OF PRESCHOOL STUDENTS OF AZ-ZIKRI KINDERGARTEN PERBAUNGAN" (CONSULTANT : MINCU MANALU)

Preschoolers are children with an age range of 3-6 years. The development of intelligence at this time has increased from 50% to 80%. Implementing healthy food supplies for children is a wise action, in addition to meeting nutritional needs, it is also a way to avoid snacks. The parenting style applied by the mother can affect the child's growth, especially the child's nutritional status.

The aim of the study was to determine the effect of packed meal and parenting on the nutritional status of preschool children in Az-Zikri kindergarten of Perbaungan.

The research was conducted at Az-Zikri kindergarten of Perbaungan. When the research was conducted in February 2023 for 14 days. This type of research was quasi-experimental with a one group before after intervention design. The population in this study were 70 children and the sample was malnourished, namely 37 children.

The results of this study indicate that the analysis of the nutritional value of menu variations with the basic ingredients of tempeh is energy 215 kcal, carbohydrates 15-19.4 gr and protein 12.3-15.1 gr. Of the 37 samples that experienced changes in nutritional status, 25 children (67.7%) were well nourished and 12 children (32.6%) did not experience changes in nutritional status. Of the 37 samples of children, 30 children (81.1%) had good parenting styles and 7 children (18.9%) had poor parenting styles. Based on statistical analysis tests, it showed that there was an effect of varied food supplies and parenting styles on the nutritional status of preschoolers with a value of $p=0.000$ ($p<0.05$).

Keywords: Nutritional Status, Provisions, Parenting and Preschool Children



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Makanan Bekal Yang Bervariasi Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah TK Az-Zikri Perbaungan”**.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan masukan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika PoltekNIK Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu bimbingan dan motivasi dalam penulisan skripsi.
4. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Dosen Penguji I yang memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku Dosen Penguji II yang memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini.
6. Rudi Rahayu dan Nur Hafida serta Nur Halimah yang memberi dukungan kepada saya secara moral, moril, kasih sayang dan doa-doa yang tidak terbalaskan.
7. Yulia Zhafira, Nur Halimah dan Aisyah Sauqi Safna Siregar serta teman seperjuangan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak didapatkan kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik guna mendukung perbaikan dan penyempurnaan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERSYARATAN PERSETUJUAN	i
RINGKASAN.....	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Status Gizi.....	9
1. Definisi Status Gizi	9
2. Penilaian Status Gizi Secara Langsung	9
3. Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung	10
4. Kategori Status Gizi.....	11
5. Antropometri.....	12
6. Pengukuran Status Gizi Anak	16
7. Penilaian Konsumsi Pangan	17
B. Bekal	19
1. Definisi Makanan Bekal.....	19
2. Beragam, Bergizi Seimbang, Sehat dan Aman (B2SA).....	19
3. Asupan Energi Dan Protein.....	23
4. Variasi Menu	25
C. Pola Asuh	35
1. Definisi Pola Asuh	35
2. Macam-macam Pola Asuh	36
3. Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh.....	38

D. Anak Prasekolah	38
1. Definisi Anak Prasekolah	38
2. Karakteristik Anak Prasekolah	30
3. Kebiasaan Makan Anak Prasekolah.....	40
4. Pola Asupan Anak Prasekolah	41
5. Kebutuhan Gizi Anak Prasekolah	42
E. Kerangka Teori.....	43
F. Kerangka Konsep.....	44
G. Definisi Operasional.....	45
H. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	47
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	47
C. Populasi dan Sampel	47
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	48
E. Pengolahan dan Analisis Data	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil	53
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	53
2. Karakteristik Sampel	53
3. Status Gizi	56
4. Pola Konsumsi	57
5. Pola Asuh.....	58
6. Analisis.....	59
B. Pembahasan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
Tabel.1 Status Gizi Anak	15
Tabel.2 Nilai Gizi Roll Tempe.....	27
Tabel.3 Nilai Gizi Tempe Gulung	28
Tabel.4 Nilai Gizi Bola-bola Tempe.....	29
Tabel.5 Nilai Gizi Rolade Tempe Wortel Jagung	30
Tabel.6 Nilai Gizi Tempe Bakso Simpati.....	32
Tabel.7 Nilai Gizi Nugget Tempe	33
Tabel.8 Nilai Gizi Sempol Tempe.....	34
Tabel.9 Angka Kecukupan Gizi (2019) Yang Dianjurkan	42
Tabel.10 Definisi Operasional	45
Tabel.11 Kriteria Sampel Berdasarkan Umur	54
Tabel.12 Kriteria Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	54
Tabel.13 Kriteria Sampel Berdasarkan Pendidikan Orangtua.....	55
Tabel.14 Kriteria Sampel Berdasarkan Penghasilan Orangtua.....	55
Tabel.15 Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Kategori Status Gizi.....	56
Tabel.16 Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pola Konsumsi Energi .	57
Tabel.17 Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pola Konsumsi Karbohidrat	57
Tabel.18 Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pola Konsumsi Protein	58
Tabel.19 Distribusi Frekuensi Sampel Menurut Pola Asuh	58
Tabel.20 Pengaruh Status Gizi dengan Pola Asuh	59
Tabel.21 Pengaruh Status Gizi dengan Pola Konsumsi Energi	60
Tabel.22 Pengaruh Status Gizi dengan Pola Konsumsi Karbohidrat	60
Tabel.23 Pengaruh Status Gizi dengan Pola Konsumsi Protein	61
Tabel.24 Pengaruh Pola Asuh dengan Pendidikan Orangtua.....	62
Tabel.25 Pengaruh Pola Asuh dengan Penghasilan Orangtua.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
Gambar.1 Kerangka Teori	43
Gambar.2 Kerangka Konsep.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
Lampiran.1 Bukti Bimbingan	71
Lampiran.2 Dokumentasi Skrining	73
Lampiran.3 Kuesioner Penelitian	73
Lampiran.4 Tabel Food Recall 24 Jam	75
Lampiran.5 Master Tabel	76
Lampiran.6 Daftar Harga	80
Lampiran.7 Formulir Data Responden	82
Lampiran.8 Tabel Recall 24 Jam Responden	83
Lampiran.9 Kuesioner Pola Asuh Responden	86
Lampiran.10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	87
Lampiran.11 Uji Statistik	88
Lampiran.12 Surat Izin Survey Pendahuluan.....	92
Lampiran.13 <i>Etichal Clearance</i>	93
Lampiran.14 Surat Izin Penelitian	94
Lampiran.15 Surat Balasan Izin Penelitian	95
Lampiran.16 Surat Pernyataan	96
Lampiran.17 Daftar Riwayat Hidup	97