

LAPORAN TUGAS AKHIR

**“HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
STATUS GIZI PADA ANAK SD BERTINGKAT KELAPA LIMA 1
KOTA KUPANG”**



OLEH :

YORI FEMILA TAOPAN

PO5303241210128

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKESKUPANG

PROGAM STUDI GIZI

ANGKATAN XVI

2024

HALAMAN PERSYARATAN GELAR

“ HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
STATUS GIZI PADA ANAK SDI BERTINGKAT KELAPA LIMA 1 KOTA
KUPANG”

DISUSUN

YORI FEMILA TAOPAN

PO5303241210128

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
Tahun Akademik 2024

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI GIZI
ANGKATAN XVI
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI
PADA ANAK SD BERTINGKAT KELAPA LIMA 1
KOTA KUPANG

Disusun Oleh

Yori Femila Taopan
PO5303241210128

Telah Mendapat Persetujuan

Pembimbing



Christina R. Nenotek, SKM., M. Kes
NIP. 0

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Lonisa Sine, S.TP., M. Kes

NIP. 1980060120091220

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**“HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI
PADA ANAK SD BERTINGKAT KELAPA LIMA 1
KOTA KUPANG”**

DISUSUN

**YORI FEMILA TAOPAN
PO5303241210128**

Telah Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 20 Mei 2024

Penguji I : Asweros Umbu Zogara, SKM..MPH
NIP : 198909152015031009

()

Penguji II : Christina R.Nenotek,SKM..M.Kes
NIP :

()

Mengetahui

Ketua Prodi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Lonisa Sine S.TP.M.Kes

NIP.1980060120091220

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah, saya:

Nama : Yori Femila Taopan

NIM : PO.5303241210128

Prodi : Gizi

Angkatan : XVI

Jenjang : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul :

”HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SDI BERTINGKAT KELAPA LIMA 1 KOTA KUPANG”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya

Kupang, 02 september 2024

Penulis

Yori Femila Taopan

NIM: PO.5303241210128

Biodata penulis



Nama : Yori Femila Taopan
Tempat/Tanggal Lahir : Pana, 14 Februari 2003
Agama : Kristen Protestan
Jenis Kelamin : Perempuan
Riwayat Pendidikan :

1. Pada tahun 2010-2015 menjalani Pendidikan di SD GMT Pana
2. Pada tahun 2015-2018 menjalani Pendidikan di SMP Kristen 2 Amanuban Tengah
3. Pada tahun 2018-2021 menjalani Pendidikan di SMA Negeri Banat
4. Pada tahun 2021-2024 menjalani Pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Moto

" Tidak Ada Kesuksesan Tanpa Kerja Keras. Tidak Ada Keberhasilan Tanpa Kebersamaan. Tidak Ada Kemudahan Tanpa Doa"

Dengan Rendah Hati Karya Tulis Ilmiah Ini Saya Persembahkan untuk:

1. Tuhan Yesus karna kasih dan penyertaan yang selalu menuntun saya sehingga dapat menyelesaikan studi dengan tepat waktu.
2. Kedua orang tua tercinta bapak Piter Taopan dan mama Fersis Boimau yang selalu memotivasi dan mendukung dan mengiringi dalam doa
3. Untuk keluarga Keluarga Bapak Orianus Kause dan Mama Yudita Taopan yang telah mendukung saya sehingga dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan baik.
4. Untuk keluarga tercinta Ka Desy,Ka Deby,Ka Pelda,Ka Yopi,Ka Ricki Adik Fikul,Bil,Soli,Aila,Givasya yang telah mendukung saya sehingga dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan baik.
5. Teman teman seperjuangan gizi 16 Dede, Putri, Yeni, Yuni,Reforsa,Monika yang telah mendukung dan membantu saya dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan baik.
6. Almamater tercinta poltekkes Kupang Jurusan Gizi

ABSTRAK

Yori Femil Taopan “Hubungan Asupan Makan dan Aktivitas Fisik dengan status gizi Pada Anak SDI Bertingkat Kelapa Lima 1 Kota Kupang” Di Bimbing oleh Christina R.Nenotek,SKM.,M.Kes

Latar Belakang: Konsumsi makanan dan kerja aktif berhubungan dengan status gizi pada siswa kelas bawah. Tiket masuk makanan memberikan tiket masuk makanan kepada siswa kelas bawah, dan kerja aktif akan membantu anak-anak tumbuh menjadi lebih baik, lebih energik, dan inovatif. Sementara itu, status sehat anak menjadi salah satu tolak ukur untuk mengukur kepuasan asupan gizi anak yang ditunjukkan dari berat badan dan tinggi badan anak.

Tujuan Penelitian: Menganalisis hubungan asupan makan dan aktivitas fisik pada anak SDI Bertingkat Kelapa Lima 1 Kota Kupang.

Metode Penelitian: Penelitian kuantitatif cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Contoh yang digunakan adalah 151 orang. Pemeriksaan ini dilakukan pada keturunan SDI Berangkat Lima 1 Kota Kupang pada tanggal 16-25 Juni 2024 dengan penyelidikan menggunakan uji chi square.

Hasil: eksplorasi bivariat menunjukkan bahwa 72 siswa (47,7%) mengonsumsi karbohidrat dengan frekuensi lebih sedikit, 15 (9,9%) lebih sedikit protein, dan 136 lebih sedikit (90%) lemak. 1%). Pekerjaan nyata yang dimiliki siswa pada kelas sangat ringan sebanyak 31 orang (20,5%). Berdasarkan status gizinya, terdapat 49 siswa (32,5 persen) yang masuk dalam kategori gizi buruk. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan protein ($p=0,102$), lemak ($p=0,779$), dan aktivitas fisik ($p=0,464$), yang ditentukan melalui analisis bivariat menggunakan uji Chi Square. Sedangkan terdapat hubungan antara status gizi dengan asupan karbohidrat ($p=0,098$).

Kesimpulan: Uji Chi Square menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi anak sekolah dasar, aktivitas fisik, dan asupan makanan.

Kata Kunci : Asupan makans, aktivitas fisik, status gizi.

KATA PENGANTAR

Sang Pencipta ingin mensyukuri kehadiran Tuhan Yang Maha Esa berkat anugerah dan bimbingan-Nya, Sang Pencipta berkesempatan mengakhiri penjelajahan ini dengan judul “Hubungan Asupan Pangan dengan Pekerjaan dan Status Kesehatan Remaja di Kelapa SD Kelas 1 Lima Kota Kupang.” Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membimbing, mendampingi, mendoakan, dan memberi semangat kepada penulis selama proses penyusunan proposal ini.

1. Irfan, SKM,M.kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang
2. Juni Gressilda Louisa Sine,S.TP,M.Kes, selaku ketua program studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
3. Christina R.Nenotek,SKM.,M,Kes selaku dosen pembimbing dan penguji 2 yang telah memberikan arahan,bimbingan dan motivasi untuk menyelesaikan proposal ini.
4. Asweros Umbu Zogara, SKM, MPH selaku penguji 1 yang telah memberikan saran dalam penyelesaian proposal ini.
5. Teman teman seperjuangan Angkatan XVI Poltekes Kemenkes Kupang Program Studi Gizi yang turut mendukung penyusunan penulisan proposal ini
6. Seluruh staf Dosen dan staf administrasi Prodi Gizi yang telah membantu dalam menyelesaikan penyusunan penulisan proposal ini
7. Teristimewa dari lubuk hati yang paling dalam, penulis mengucapkan terima kasih kepada keluargaku atas segala doa dan pengorbanannya diberikan, baik moral maupun material selama ini

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terima kasih.

Kupang, September 2024

penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
BIODATA PENULIS.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Asupan Gizi	8
B. Aktivitas Fisik.....	13
C. Status Gizi.....	19
D. Anak Sekolah	26
E. Kerangka Teori	31
F. Kerangka Konsep.....	32
G. Hipotesis	32

BAB III	METODE PENELITIAN.....	33
	A. Jenis Penelitia.....	33
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian	33
	C. Populasi dan Sampel	33
	D. Variabel Penelitian.....	35
	E. Definisi Operasional	35
	F. Jenis dan Sumber Data.....	36
	G. Intrumen Pengumpulan Data	37
	H. Cara Pengumpulan Data	37
	I. Pengolahan Data	38
	J. Metode Analisis Data.....	40
	K. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	40
	L. Etika Penelitian	41
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
	A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	42
	B. Karakteristik Responden.....	43
	C. Status Gizi.....	43
	D. Aktivitas Fisik.....	44
	E. Asupan Protein.....	45
	F. Asupan Lemak	45
	G. Asupan Karbohidrat	46
	H. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	46
	I. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi.....	47
	J. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi	47
	K. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi	48
BAB V	PENUTUP.....	54
	A. Kesimpulan	54
	B. Saran	55
	DAFTAR PUSTAKA.....	57
	LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	6
Tabel 2. Angka Kecukupan Energi.....	10
Tabel 3. Klarifikasi Status Gizi.....	25
Tabel 4. Angka Kecukupan Gizi.....	29
Tabel 5. Definisi Operasional	42
Tabel 6. Jumlah Fasilitas SDI Bertingkat Kelapa Lima 1	35
Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	43
Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 9. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	46
Tabel 10. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi	47
Tabel 11. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi	47
Tabel 12. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori	31
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	32

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1 Jumlah Siswa SDI Bertingkat Kelapa Lima 1	42
Grafik 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi IMT/U.....	44
Grafik 3 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Responden	44
Grafik 4 Distribusi Frekuensi Asupan Protein Responden	45
Grafik 5 Distribusi Frekuensi Asupan Lemak Responden	45
Grafik 6 Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat Responden	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Dokumentsi Penelitian.....	70
Master Tabel.....	72
Surat Ijin Penelitian	78
Kuesioner Penelitian.....	79

