

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN POLA MAKAN, ASUPAN ZAT GIZI DAN
STATUS GIZI SISWA SD KELAS V DI DISTRIK
EBUNGFAUW SENTANI TENGAH
KABUPATEN JAYAPURA



Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program
Diploma III Gizi

YULVIA MONIM
NIM. PO.71.32.2.09.53

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA
JURUSAN GIZI
2012

LEMBARAN PERSETUJUAN

GAMBARAN POLA MAKAN, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI SISWA SD KELAS V DI DISTRIK EBUNGAUW SENTANI TENGAH KABUPATEN JAYAPURA

Oleh :

YULVIA MONIM
NIM.PO.71.32.2.09.53

Telah Mendapat Persetujuan Untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah
Jayapura 2012

Pembimbing I



Ir. Marlin. P. Gultom, M. Kes
NIP. 196407131987032001

Pembimbing II



Nia Budhi Astuti, SGz
NIP. 19850429 200812 2 002

Telah Diterima Oleh Jurusan Gizi
Pada Tanggal, 26 September 2012



I Rai Ngardita, SKM., M. Kes
NIP.19660315 1989031 001

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

GAMBARAN POLA MAKAN, ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI SISWA SD KELAS V DI DISTRIK EBUNGFUW SENTANI TENGAH KABUPATEN JAYAPURA

Oleh :
YULVIA MONIM
NIM. PO.71,32,2,09,53

Telah Diuji dan Dipertahankan Di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal 01 September 2012

Susunan Tim Penguji

- | | | |
|----------------------------------|--|-----------|
| 1. Ir. Marlin. P. Gultom. M, Kes |  | (Ketua) |
| 2. Nia Budhi Astuti, S.Gz |  | (Anggota) |
| 3. Gutit Enny Susanti, SKM.M.Kes |  | (Anggota) |
| 4. Ana Sarpumpwain, S.Gz |  | (Anggota) |

Telah Diterima
Pada Tanggal, 26 September 2012
Ketua Jurusan



I Rai Ngardita, SKM, M, Kes
NIP. 19660315 198903 1 002

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Yulvia Monim
Tempat dan tanggal lahir : Puyoh Besar, 13 Januari 1989
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Organda Padang Bulan II

DAFTAR RIWAYAT PENDIDIKAN

- | | |
|--------------------------------------|------------|
| 1. SD YPK Puyoh Besar Jayapura | Tahun 2003 |
| 2. SMP YPPF Hobong Jayapura | Tahun 2006 |
| 3. SMA PGRI Jayapura | Tahun 2009 |
| 4. Jurusan Gizi Poltekes Di Jayapura | Tahun 2012 |

MOTTO

MOTTO

- *Orang yang berjalan maju dengan menangis sambil menabur benih, pasti pulang dengan sorak-sorai sambil membawa berkas-berkasnya.*
- *Di berkatilah Orang yang mengandalkan TUHAN, yang menaruh harapannya pada TUHAN.*

KATA PENGANTAR

Segala Puji Syukur di panjatkan kehadirat Tuhan yang Maha Kuasa, Oleh karena kasih dan kemurahan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini terasa kurang dan masih jauh dari sempurna, namun demikian apa yang di sajikan ini merupakan hasil maksimal dari keterbatasan yang penulis miliki. Oleh karena-Nya masukan dan saran dari berbagai pihak dalam menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini sangat di harapkan. penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini dapat di selesaikan oleh karena bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Isak Jurun Hans Tukayo, S.Kp, M.Sc, Direktur Politeknik Kesehatan Jayapura yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan.
2. I Rai Ngardita, SKM, M.Kes, Ketua Jurusan Gizi yang turut memberikan dorongan dan arahan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ir. Marlin. P. Gultom, M. Kes, dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, dorongan dan arahan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
4. Nia Budhi Astuti, S.Gz, dosen pembimbing II yang telah memberikan petunjuk, arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapa dan Mama dan juga Keluarga Tercinta yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, semangat bagi penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
6. Kepala Sekolah dan Guru-guru SD di Distrik Ebungfauw Sentani Tengah, yang telah menerima penulis dengan baik dalam mengambil data dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Kekasihku yang Tercinta Ribertho Monim yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, memberikan dorongan dan semangat bagi Penulis untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
8. Buat Tante ku Ivan Ibo, Temanku Susan Giyai Dan Selvina Salfessa yang telah membantu Penulis dalam melakukan Penelitian di SD di Distrik Ebungfauw Sentani Tengah.
9. Rekan-rekan dan sahabatku Angkatan 2009 yang memberikan dukungan dan masukan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk penyempurnaan karya Tulis Ilmiah ini.

Jayapura 25 September 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
MOTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
INTISARI	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Penelitian	2
D. Manfaat Penelitian	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Pola Makan	4
1. Pengertian Pola Makan	4
2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	4
B. Asupan Gizi	6
1. Pengertian Asupan Gizi	6
C. Status Gizi	7
1. Pengertian Status Gizi	7
2. Penilaian Status Gizi	8

D. Kerangka Konsep	13
1. Kerangka Teori	13
2. Kerangka Pikir	14
E. Definisi Operasional	15

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	16
D. Tahapan Penelitian	17
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	17
F. Pengolahan Data	18

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil	20
1. Gambaran Umum Lokasi	20
2. Pembatasan Masalah	21
3. Hasil Penelitian	21
1) Karakteristik Penelitian	21
2) Karakteristik Sampel	23
B. Pembahasan	24

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	26
B. Saran	26

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Definisi Operasional	15
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur	22
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan	22
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan	23
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	23
Tabel 4.5 Distribusi Sampel Menurut Pola Makan	24
Tabel 4.6 Distribusi Sampel Menurut Asupan Zat Gizi	24
Tabel 4.7 Distribusi Sampel Menurut Status Gizi	24

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Teori	13
2. Kerangka Pikir	14

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kuesioner
2. Surat Pengantar
3. Master Tabel
4. Surat Selesai Penelitian

YULVIA MONIM

**Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Siswa SD
Kelas V Di Distrik Ebungfauw Sentani Tengah Kabupaten Jayapura
xiii hal, 27 hal, 8 Tabel, 2 gambar dan 4 lampiran**

INTISARI

Anak usia sekolah merupakan investasi bangsa, karena anak usia tersebut adalah generasi penerus bangsa. Masalah yang sering terjadi pada Anak-anak yaitu kurang asupan zat gizi. Masalah ini akan mengakibatkan terganggunya pertumbuhan badan, mental, kecerdasan, dan muda terserang penyakit kurang gizi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Siswa SD Kelas V di Distrik Ebungfauw Sentani Tengah Kabupaten Jayapura. Jenis penelitian yang digunakan adalah dilakukan secara deskriptif dengan pendekatan (cross sectional study)". Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2012 selama 2 minggu dengan jumlah sampel 54 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Asupan Zat Gizi Anak Sekolah kurang sebanyak 100% . Pola makan anak sekolah dikategorikan baik sebanyak 40,7% dan kurang sebanyak 59,3%. Status Gizi anak baik sebanyak 96,3% dan kurang sebanyak 3,7%.

Daftar Bacaan : 5 Buku (2003 – 2012)

Kata Kunci : Pola makan, Asupan zat gizi, Status gizi.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan investasi bangsa, karena anak usia tersebut adalah generasi penerus bangsa. Pertumbuhan anak usia sekolah yang optimal tergantung pada pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Masa anak sekolah tersebut masih sangat membutuhkan zat-zat gizi seperti energi, protein dan zat-zat gizi lainnya. Banyak sekali masalah yang ditimbulkan dalam pemberian makan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ dan sistem tubuh anak (Judarwanto, 2006).

Anak usia sekolah mempunyai laju pertumbuhan fisik yang lambat tetapi konsisten. Mereka secara terus menerus memperoleh pendewasaan dalam ketrampilan motorik serta menunjukkan peningkatan yang berarti dalam ketrampilan kognitif, sosial, dan emosional. Kebiasaan makan yang terbentuk pada usia ini, serta jenis makanan yang disukai dan tidak disukai, merupakan dasar bagi pola konsumsi makanan dan asupan gizi anak usia selanjutnya. Pemilihan makanan pada anak usia ini sangat dipengaruhi oleh teman sebaya, dan orang-orang lain selain keluarga (Soetardjo, 2011).

Masalah yang sering terjadi pada Anak-anak yaitu kurangnya asupan zat gizi. Masalah ini akan mengakibatkan terganggunya pertumbuhan badan, mental, kecerdasan, dan mudah terserang penyakit kurang gizi. Disamping masalah kurang gizi ditemukan juga masalah kesehatan lain seperti infeksi dan penyakit degeneratif, penyakit yang terakhir ini disebabkan karena gizi lebih (obesitas) (Santoso, 2004).

Kurang gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, menurunkan daya tahan, meningkatkan kesakitan dan kematian (Achmad, 2000). Dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (2000) disebutkan bahwa pada anak usia sekolah kekurangan gizi akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan

sakit-sakitan sehingga anak seringkali absen serta mengalami kesulitan mengikuti dan memahami pelajaran. Keadan kesehatan anak tergantung dari tingkat konsumsi. Tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas hidangan. Kualitas hidangan menunjukkan semua zat gizi yang diperlukan tubuh di dalam susunan hidangan dan perbandingan yang satu terhadap yang lain. Bila susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari kualitas maupun kuantitas, maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan yang baik (Sediaoetama, 1996).

Dari data yang di ambil oleh Departemen Sosial tahun 2002 Di Jokjakarta terdapat 3,6 % anak sekolah yang mederita gizi buruk dan 24 % menderita gizi kurang. Sedangkan menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2010 mencatat 35,7 % anak Indonesia tergolong pendek akibat masalah gizi kronis. Anak-anak sekolah di Indonesia disinyalir masih mengalami kurang gizi hingga saat ini. Hal ini terjadi karena kurangnya asupan energi dan protein yang seharusnya di peroleh anak-anak sehari-hari melalui makanan yang bergizi seimbang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul gambaran pola makanan, asupan zat gizi dan status gizi pada siswa SD di Distrik Ebungfauw.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian yaitu : Bagaimanakah gambaran pola makan asupan zat gizi dan status gizi siswa/siswi di SD di Distrik Ebungfauw.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tentang pola makan, asupan zat gizi (Energi dan Protein) dan status gizi siswa SD di Distrik Ebungfauw.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pola makan siswi SD di Distrik Ebungfauw
- b. Untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi (Energi dan Protein) siswa SD di Distrik Ebungfauw
- c. Untuk mengetahui gambaran status gizi siswa SD di Distrik Ebungfauw.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

- a. Dapat menjadi informasi bagi guru-guru dan siswa di Distrik Ebungfaw
- b. Dapat menjadi bahan masukan bagi peneliti selanjutnya.

2. Bagi Penulis

Menjadi pengalaman dan penerapan ilmu yang telah diperoleh selama dalam pendidikan di jurusan gizi poltekes.

3. Institusi Sekolah

- a. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi para guru dalam menghimbau siswanya tentang pola makan yang benar.
- b. Sebagai bahan informasi bagi pihak sekolah dalam mengawasi pola makan anak murid nya di sekolah.
- c. Memberikan pengetahuan tentang gizi pada anak didiknya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pola Makan

1. Pengertian Pola Makan

Pola konsumsi pangan adalah susunan jenis dan jumlah pangan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu.

Pola makan atau pola konsumsi pangan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu (Baliwati, 2004).

2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan

Pola makan merupakan berbagai informasi yang memberi gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh suatu orang dan merupakan ciri khas untuk suatu kelompok masyarakat tertentu (Santosa & Lies Rati, 2004).

Pola makan yang sehat, menyebabkan kondisi fisik akan lebih terjamin sehingga tubuh akan dapat melakukan aktifitasnya dengan baik pula. Dengan tubuh yang sehat, orang akan lebih bersemangat untuk bekerja, berpikir dan akan lebih produktif. Begitupun dengan anak-anak. Anak yang sehat akan tampak lebih lincah, kreatif dan lebih semangat untuk belajar. Hal ini karena kebutuhan tubuh dapat dipenuhi dengan baik sehingga organ-organ tubuh dapat melakukan fungsinya dengan baik pula (Rika ,2002).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pola makan yaitu faktor budaya, agamakepercayaan, status sosial ekonomi, *personal preference*, rasa lapar, nafsu makan, rasa kenyang dan kesehatan.

a. Budaya

Budaya cukup menentukan jenis makanan yang sering dikonsumsi, demikian juga letak geografis dapat mempengaruhi makanan yang diinginkan. Pola makan Indonesia terdiri dari 3 kali terdiri dari makanan pokok, lauk nabati, lauk hewani, lauk nabati,

sayur dan buah. Untuk orang Papua makanan yang banyak disukai oleh masyarakat Papua seperti Bete, Keladi, Singkong, Sagu sedangkan sayuran seperti daun pepeya, daun singkong, kangkung, sayur lilin, daun betatas, daun paku, genemo, gedi, jantung pisang, nangka muda, papaya muda.

b. Agama/Kepercayaan

Pengaruh agama terhadap pola makan yaitu, agama Islam dan yahudi Orthodox mengharamkan daging babi, dan agama Adven melarang mengkonsumsi daging, the, kopi, dan alcohol.

c. Status Sosial Ekonomi

Pilihan seseorang terhadap jenis makananyang dikonsumsi turut dipengaruhi oleh status sosial ekonomi. Contohnya masyarakat kelas menengah kebawah tidak sanggup membeli makanan jadi, daging, buah dan sayur yang mahal. Pendapatan akan membatasi seseorang untuk mengkonsumsi makanan yang mahal harganya.

d. *Personal Preference*

Hal-hal yang disukai dan yang tidak disukai sangat berpengaruh terhadap kebiasaan makan seseorang. Orang seringkali memulai kebiasaan makannya sejak dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa. Perasaan suka dan tidak suka seorang terhadap makanan tergantung asosiasinya terhadap makanan tersebut.

e. Rasa Lapar, Nafsu Makan Dan Rasa Kenyang

Rasa lapar umumnya merupakan sensasi yang kurang menyenangkan, karena berhubungan dengan kekurangan makanan. Sebaliknya nafsu makan merupakan sensasi yang menyenangkan berupa keinginan seseorang untuk makan. Sedangkan rasa kenyang merupakan perasaan puas karena telah memenuhi keinginannya untuk makan. Pusat pengaturan dan

pengontrolan mekanisme lapar, nafsu makan dan rasa kenyang ditentukan dengan sistem saraf pusat yaitu hipotalamus.

f. Kesehatan

Kesehatan seseorang juga ikut berpengaruh terhadap kebiasaan makan seseorang. Contohnya orang yang sariawan dan sakit gigi akan cenderung untuk memilih makanan yang lembut. Tidak jarang pula orang yang sulit menelan, akan memilih untuk menahan lapar dari pada makan (Depdiknas, 2001).

B. Asupan Gizi

1. Pengertian Asupan Gizi

Asupan gizi adalah makanan yang di konsumsi oleh sekelompok atau sekelompok orang dengan jumlah yang besar untuk mempertahankan kebutuhan gizi (Depkes, 1999).

Asupan gizi makanan adalah banyaknya intake zat gizi yang dikonsumsi sehari-hari dinilai dengan kebutuhan gizi. Semakin beragamnya makanan yang dikonsumsi semakin lengkap pula kandungan gizi yang diperoleh tubuh dan semakin baik konsumsi makanan akan semakin baik pula asupan gizi makanan (Waspadji, 2003).

Pada umumnya asupan gizi makanan dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu faktor sosial, faktor ekonomi, dan faktor budaya. Yang termasuk faktor sosial antara lain meliputi tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi keluarga sedangkan faktor ekonomi meliputi tingkat persediaan pangan dipasar sampai pada keluarga/konsumen, distribusi pangan pada tingkat pendapatan/daya beli keluar, faktor budaya mencakup kebiasaan makan dan pantangan-pantangan/tabu yang masih melekat di masyarakat (Depkes, 2000).

Prinsip dari metode *recall* 24 jam, dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam

yang lalu. Dalam metode ini responden disuruh menceritakan semua yang dimakan dan diminum selama 24 jam yang lalu.

Hal penting yang perlu diketahui adalah dengan *recall* 24 jam data yang diperoleh cenderung lebih bersifat kualitatif. Oleh karena itu, untuk mendapatkan data kuantitatif, maka jumlah konsumsi makan individu ditanyakan secara teliti dengan menggunakan alat URT (gelas, sendok, piring dan lain-lain) atau ukuran lainnya yang bisah dipergunakan sehari-hari.

Apabila pengukuran hanya dilakukan 1 kali (1x24 jam) maka data yang diperoleh kurang representative untuk menggambarkan kebiasaan makan individu. Oleh karena itu, *recall* 24 jam sebaiknya dilakukan berulang-ulang dan harinya tidak berturut-turut (Supariasa, 2002).

C. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Gizi adalah satu proses organisme menggunakan makanan yang di konsumsi secara normal melalui proses digesti, observasi, transportasi, penyimpanan metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ-organ, serta menghasilkan energi. Status gizi adalah ekspresi dari keseimbangan dalam bentuk variable tertentu (Supariasa, 2001) sedangkan menurut Almatier,(2001). Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara lain status gizi kurang baik dan lebih. Status gizi juga di artikan sebagai keadaan kesehatan fisik seseorang atau sekelompok orang yang di tentukan dengan salah satu kombinasi dari ukuran – ukuran gizi tertentu (Soekirman, 2000)

Pengukuran status gizi dilakukan dengan menggunakan Rumus z-kore sebagai berikut :

$$Z - Score = \frac{TB - Median}{+1SD - Median}$$

Menurut PERSAGI (2004) klasifikasi status gizi anak yang di sepakati dalam pertemuan gizi di Cipanas, Jawa Barat, Januari 2000 yaitu :

1. Indeks berat badan menurut umur (BB/U)

- Gizi lebih $> 2SD$
- Gizi baik $> -2SD$ sampai $< 2SD$
- Gizi buruk $< -3SD$

2. Indeks tinggi badan menurut umur (TB/U)

- Pendek $< -2SD$
- Normal $> -2SD$

3. Indeks berat badan menurut (BB/TB)

- Gemuk $> 2SD$
- Normal $> -2SD$ sampai $+ 2 SD$
- Kurus $> -3SD$ sampai $< - 2SD$
- Kurus sekali $< -3SD$

2. Penilaian Status Gizi

Menurut Supariasa, dkk (2001) penilaian status gizi secara langsung di bagi menjadi 4, yaitu :

a) Antropometri

Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Di tinjau dari sudut pandang gizi, antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran di mensi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Antropometri secara umum di gunakan untuk melihat ketidakkeseimbangan asupan energi dan protein. Ketidakkeseimbangan ini terlihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot, dan jumlah air dalam tubuh.

Parameter Antropometri merupakan dasar dari penilaian status gizi. Parameter adalah ukuran tunggal dari tubuh manusia, antara lain : umur, berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, lingkar kepala, lingkar dada, lingkar pinggul dan tebal lemak di bawa kulit.

Kombinasi dari beberapa parameter disebut Indeks Antropometri. Beberapa Indeks Antropometri yang sering digunakan yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). (Supriasa, dkk, 2001)

1) Indeks Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Menurut Suapriasa, dkk (2001), indeks BB/U mempunyai beberapa kelebihan antara lain : lebih mudah di mengerti oleh masyarakat umum, baik untuk pengukuran status gizi akut atau kronis, berat badan dapat fluktuasi, sangat sensitive terhadap perubahan-perubahan kecil terhadap mendeteksi kegemukan. Adapun kekurangan indeks BB/U, antara lain :

- (a) Dapat mengakibatkan interpretasi status gizi yang keliru bila terdapat edema maupun asites.
- (b) Di daerah pedesaan yang masih terpencil dan tradisional, umur sering sulit ditaksir secara tepat karena pencatatan umur yang belum baik.
- (c) Memerlukan data umur yang berurutan terutama untuk anak di bawah usia 5 tahun.
- (d) Sering terjadi kesalahan dalam pengukuran, seperti pengaruh pakaian apa gerakan anak pada saat penimbangan.
- (e) Secara operasional sering mengalami hambatan karena masalah sosial budaya setempat, misalnya orang tua tidak mau menimbang anak-Nya, karena di anggap seperti barang dagang,

Menurut Soekirman (2001) kelebihan dan kelemahan BB/U

a. Kelebihan

- 1) Dapat mudah dan cepat di mengerti oleh masyarakat umum

2) Sensitif untuk melihat perubahan status gizi dalam jangka waktu pendek

3) Dapat mendeteksi kegemukan

b. Kelemahan

1) Interpretasi status gizi dapat keliru apabila terdapat oedema

2) Data umur yang akurat sering sulit diperoleh.

3) Kesalahan pada saat pengukuran karena pakian anak yang tidak di lepas dan anak bergerak .

2) Indeks Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Tinggi badan merupakan Antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Tinggi badan tubuh seiring dengan penambahan umur pada keadaan normal.

Pertumbuhan tinggi badan tidak seperti berat badan, relatif kurang sensitive terhadap masalah kekurangan gizi dalam waktu yang pendek. Pengaruh defisiensi zat gizi terhadap tinggi badan akan nampak dalam waktu yang relative lama.

Berdasarkan karakteristik tersebut di atas, maka indeks TB/U menggambarkan status gizi masa lalu. Beaton dan Bengoa (1973) dalam Supriasa, dkk (2001) menyatakan bahwa indeks TB/U di samping memberikan gambaran status gizi masa lampau, juga lebih erat kaitannya dengan status sosial ekonomi. Keuntungan dan indeks TB/U, antara lain : baik untuk menilai status gizi masa lampau, ukuran panjang dapat di buat sendiri, murah dan mudah di bawa, sedangkan kelemahan dari indeks TB/U adalah : tinggi badan tidak cepat naik, bahkan tidak mungkin turun, pengukuran relatif sulit di lakukan karena anak harus berdiri tegak, sehingga dilakukan dua orang untuk melakukannya, ketetapan umur sulit di dapat.

Menurut Soekirman (2001) kelebihan dan kelemahan TB/U

a. Kelebihan

- 1) Dapat memberikan gambaran riwayat gizi masa lampau
- 2) Dapat di jadikan indicator keadaan social ekonomi pendidikan

b. Kelemahan

- 1) Kesulitan dalam melakukan pengukuran panjang badan pada kelompok usia balita
- 2) Tidak dapat menggambarkan keadaan gizi saat ini
- 3) Memerlukan data umur yang akurat yang sering sulit di peroleh di negara- negara berkembang

3) Berat Badan Menurut Tinggi Badan (BB/TB)

Indeks BB/TB merupakan indicator yang baik untuk menilai status gizi saat ini (sekarang). Indeks BB/TB merupakan indeks yang independen terhadap umur. Berdasarkan sifat-sifat tersebut indeks BB/TB mempunyai beberapa keuntungan yaitu tidak memerlukan data umur, dapat membedakan proposi indeks BB/TB menurut (Supariasa,dkk,2001) adalah :

- (a) Tidak dapat memberikan gambaran, apakah anak tersebut pendek, cukup tinggi badan atau kelebihan tinggi badan menurut umurnya, karena factor umur tidak di pertimbangkan.
- (b) Dalam praktek sering mengalami kesulitan dalam melakukan pengukuran panjang atau tinggi badan pada kelompok balita.
- (c) Membutuhkan dua macam alat ukur.
- (d) Pengukur relatif lebih lama.
- (e) Membutuhkan dua orang untuk melakukan nya

Sering terjadi kesalahan dalam membacakan hasil pengukuran, terutama bila di lakukan oleh kelompok non professsional (Supariasa, dkk, 2001).

a. Kelebihan

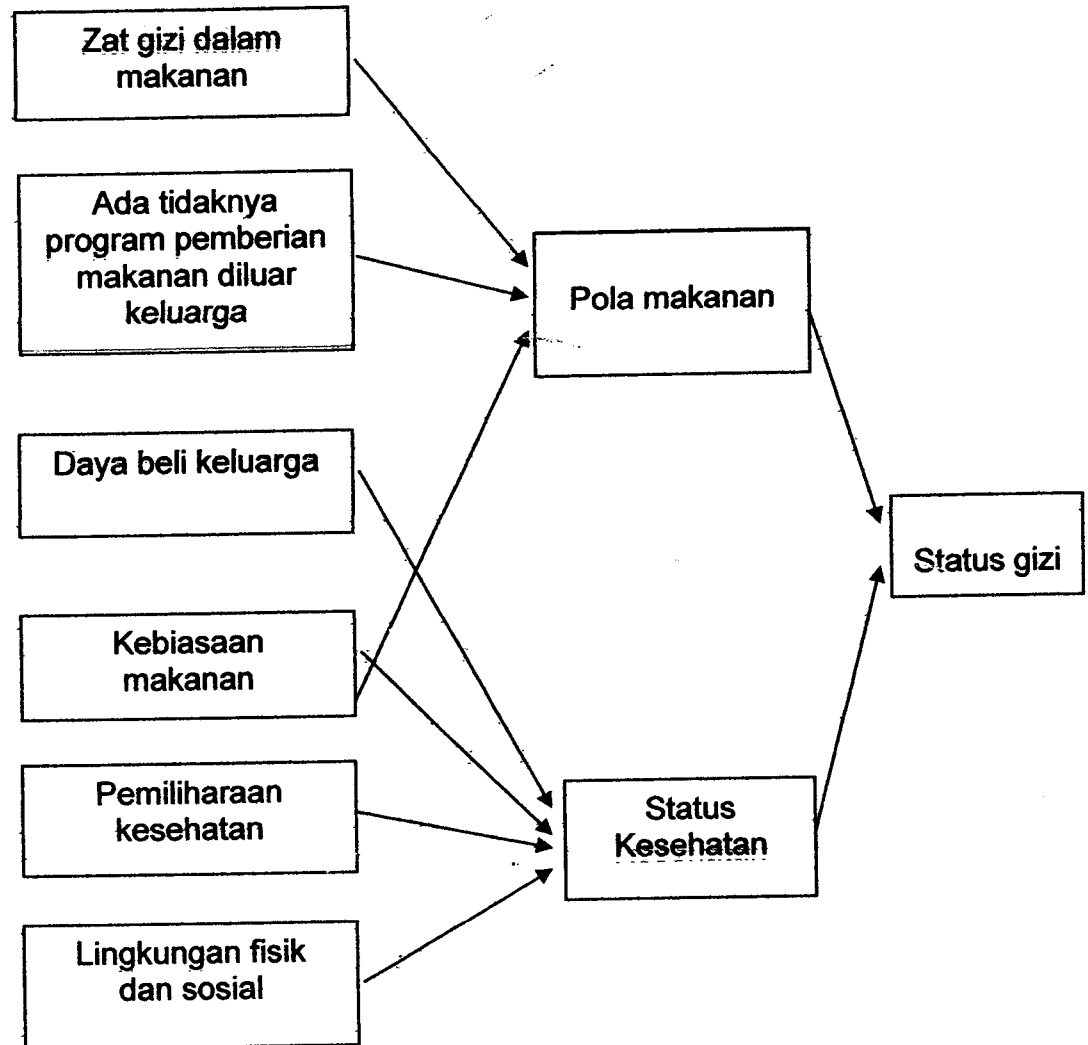
- 1) Independent terhadap umur dan ras
- 2) Dapat menilai status kurus dan gemuk dan keadaan marasmus atau KEP berat lain

b. Kelemahan

- 1) Kesalahan pada saat pengukuran
- 2) Masalah sosial budaya setempat yang mempengaruhi orang tua
- 3) Kesulitan dalam melakukan pengukuran panjang atau tinggi badan
- 4) Kesalahan sering di jumpai pada pembaca skala
- 5) Tidak dapat memberikan gambaran apakah anak tersebut pendek normal atau panjang.

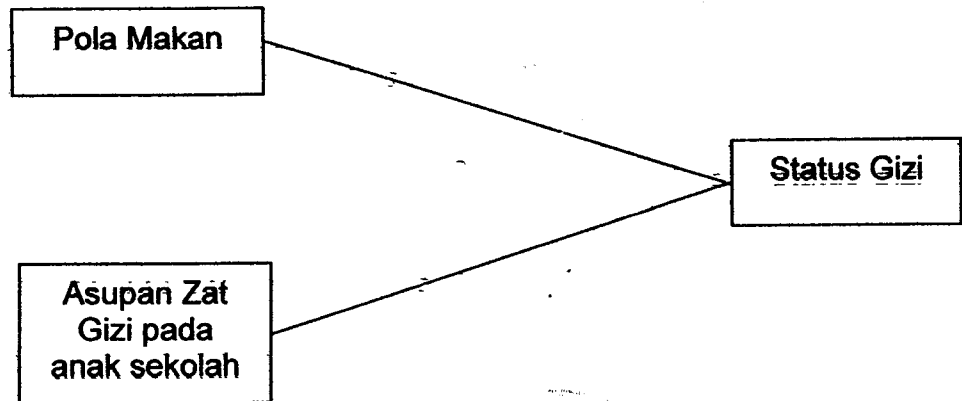
D. Kerangka Konsep

1. Kerangka Teori



Gambar 1. Faktor faktor yang menyebabkan timbulnya masalah gizi
(supariasa, 2002)

2. Kerangka Pikir



Gambaran 2. Kerangka Pikir

E. Definisi Operasional

NO	Definisi oprasional	Kriteria Objektif
1.	Pola makan adalah gambaran mengenai macam, frekuensi dan jumlah bahan makanan yang di makan seorang stiap hari yang diukur dengan menggunakan hasil Recall 2 hari.	Baik = jika frekuensi makan $\geq 3x/hr$ dengan mengkonsumsi makanan 3 sumber zat gizi KH, Protein, Lemak Kurang = tidak sesuai dengan kritria di atas
2.	Asupan Gizi makan sehari(Energi dan Protein) Asupan gizi adalah intake zat gizi rata-rata (energi dan protein) makan sehari anak yang dimakan. Penilaian asupan makan sehari menggunakan metode Recall 1 x 24 jam selama 2 hari.	Baik : Jika energy & protein $\geq$ dari kebutuhan sehari Kurang : Jika energi & protein $<$ dari kebutuhan sehari
3.	Status gizi adalah keadan tubuh yang diakibatkan oleh konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi dalam tubuh. BB/T dengan menggunakan rumus z-score	Gemuk $> 2SD$ Normal $-2SD$ sampai $+ 2SD$ Kurus $< - 2SD$

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cros ssectional study*, Yaitu variabel bebas dan variabel terikat diambil dalam waktu yang bersamaan.

B. Waktu dan Tempat

1. Waktu

Penelitian dilakukan selama 2 minggu, dimulai pada bulan Agustus 2012.

2. Tempat

Penelitian ini di laksanakan di 4 SD di Wilayah Distrik Ebungfauw

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi kelas V SD yang berada di wilayah Distrik Ebungfauw.

2. Sampel penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah Total populasi seluruh siswa/siswi SD kelas V di Distrik Ebungfauw

a. Kriteria sampel

- a) Siswa kelas V yang terdapat sebagai murid di SD tersebut.
- b) Hadir pada saat meneliti

D. Tahapan Penelitian

Jalannya pelaksanaan penelitian ini di bagi menjadi dua tahap persiapan dan tahap pelaksanaan dari :

1. Tahapan Persiapan :

- a. Pengurusan surat ijin penelitian kepada kepala kampung
- b. Mengumpul data sekunder yang akan digunakan untuk pendataan dalam penelitian ini.
- c. Melakukan persiapan alat tulis, alat hitung, timbangan dacin, microtoise, daftar pertanyaan

2. Tahap Pelaksanaan :

Penelitian dilaksanakan selama 2 minggu pada minggu kedua bulan Agustus 2012 di 4 Sekolah. Yang berada di Distrik Ebungfauw. Adapun data yang akan dikumpulkan adalah sebagai berikut :

E. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data

Data merupakan faktor yang sangat penting dalam setiap penelitian, pengambilan data pada penelitian ini disesuaikan dengan jenis data sebagai berikut :

1. Data Primer

- a. Data pola konsumsi makan diperoleh dengan mewawancarai langsung pada responden menggunakan metode Food Frekuensi Quesioner (FFQ)
- b. Data asupan gizi diperoleh dengan wawancara pada siswa/siswi dengan metode food recall 1 x 24 jam selama 2 hari.
- c. Data status gizi yang diperoleh dengan cara mengukur TB/BB siswa/siswi dengan menggunakan: Microtoise untuk mengukur TB dan timbangan injak (Bath Room Scale) untuk mengukur BB.

Untuk mengukur TB digunakan alat microtoise dengan cara :

- a) Microtoise digantung setinggi 2 meter dari lantai yang rata
- b) Anak yang di ukur tidak menggunakan alas kaki dan kaos kaki
- c) Anak berdiri pada tempat yang rata dan tepat dibawa microtoise

- d) Berat merata pada kedua kaki dan posisi kepala tegak menghadap kedepan
- e) Kedua tumit berdekatan dan menyatu dasar lantai /dinding
- f) Scapula bagian belakang dan menyatu dengan dinding
- g) Bagian microtoise yang dapat di grak sampei bagian atas kepala dan sedikit mendekat rambut
- h) Pengukuran berada di depan anak mencatat hasil pengukuran.

Untuk mengukur BB digunakan alat Timbangan injak (Bath Scale) dengan cara :

- 1) Memeriksa timbangan pada posisi nol
- 2) Anak yang ditimbang tidak menggunakan alas kaki
- 3) Anak berdiri di atas timbangan dengan berat badan mereka pada kedua kaki, posisi menghadap kedepan dan tidak bergerak.
- 4) Kedua lengan menggantung beban di samping dengan telapak tangan menghadap paha
- 5) Pengukuran status gizinya menggunakan rumus z skor BB/U

2. Data Skunder

Data skunder diperoleh berdasarkan data dari SD di Distrik Ebungfauw tentang jumlah siswa dari kelurahan diperoleh data berupa demografi, geografi, sosial ekonomi, budaya, agama, dan pendidikan.

F. Pengolahan Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan penggunaan bantuan kalkulator. Data yang telah di peroleh kemudian di olah menggunakan program SPSS 12.

Langkah-langkah pengolahan data ini antara lain sebagai berikut :

- a. Data pola makan di dapat dari hasil pengumpulan data dengan menggunakan FFQ (Food Frekuensi Quesioner).
- b. Data asupan di olah dengan menggunakan Program Nutri Survey.

c. Data status gizi yang di dapat dari pengukuran BB/T di hitung dengan menggunakan Z Score.

2. Analisis Penyajian Data

Data yang di peroleh pada penelitian ini dianalisis secara Deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi yang dinarasikan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi

Distrik Ebungfauw atau Distrik Sentani Selatan merupakan distrik pemecahan atau pemekaran dari Kecamatan Sentani. Saat ini bernama Distrik Sentani Kota.

Distrik Ebungfauw termasuk dalam kawasan wilaya danau Sentani bagian tengah yang beranggotakan 5 kampung. Perjalanan ke Distrik ini melalui pante Yahim kemudian menuju ke arah selatan. Menggunakan jasa transportasi perahu motor tempel, ketinting (kenta) maupun spit boat dapat melintas diperairan, pulau dan darat dengan lama perjalanan antara 0 sampe 1 jam.

Ke 5 kampung anggota Distrik Ebungfauw masing-masing :

1. Kampung Kameayakha atau Atamali.
2. Kampung Ebungfa atau Putali.
3. Kampung Abar.
4. Kampung Simpor.
5. Kampung Bab'rongko.

Kondisi obyektif kependudukan di Distrik Ebungfauw dalam beberapa hal meliputi :

- a. Jumlah penduduk seluruhnya berjumlah 2.917 jiwa atau 798 kepala keluarga, terdiri dari:
 - 1) Kampung Ebungfa- Putali 1058 jiwa atau 214 kk
 - 2) Kampung Kameayakha-atamali 386 jiwa atau 176 kk
 - 3) Kampung Abar 219 jiwa atau 53 kk
 - 4) Kampung Simporo-homfolo 392 jiwa atau 193 kk
 - 5) Kampung Bab'rongko 862 jiwa atau 162 kk
- b. Sebagian besar penduduk beprofensi sebagai petani, pekebun, nelayan, dan pramu tradisional. Dengan keadaan seperti itu

menggambarkan bahwa rata-rata penghasilan keseharian tergolong rendah dengan tingkat kehidupan ekonomi lemah dan kurang mampu.

- c. Menganut 1 (satu) jenis kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa yaitu Agama Nasrani beraliran Kristen Protestan.
- d. Kehidupan sosil bermasyarakat di distrik ini tergolong sopan dan ramah. Masyarakatnya mudah bergaul, beradaptasi dan gampang diajak berdialog.
- e. Lembaga pendidikan di Distrik Ebungfauw hanya pada tingkat sekolah dasar saja. Tingkat SLTP dan SLTA belum ada.

2. Pembatasan Masalah

Berangkat dari kondisi obyektif yang digambarkan secara singkat, khususnya pada huruf (e) diatas tentang pendidikan, maka untuk karya tulis ilmia penulis membatasi diri dalam pembahasan dan uraian sekitar sasaran penelitian yakni pada murid atau siswa kelas 5 di 4 sekolah dasar se Distrik Ebungfauw, masing-masing :

- 1. SD YPK Puyoh Besar.
- 2. SD Negri Inpres Kameayakha.
- 3. SD Negri Inpres Persiapan Abar.
- 4. SD Negri Inpres Simporo Bab'rongko.

3. Hasil Peneitiian

1) Kerateristik Responden

Hasil penelitian yang dilakukan dilapangan dengan wawancara, observasi langsung kepada responden, maka karakteristik responden yang di peroleh adalah :

a) Umur Orang Tua

Dari 54 sampel responden yang di teliti, di peroleh datah umur orang tua responden seperti pada tabel 4.1

Tabel 4.1 Distribusi Responden berdasarkan Umur

Umur Orang Tua	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
20-30	1	1,9	15	1,9
31-40	17	31,5	18	33,3
40-50	24	44,4	30	55,6
51-60	12	22,2	5	9,3
Total	54	100	54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa umur orang tua yang paling banyak adalah ayah sebanyak 24 responden (44,4%) dan ibu sebanyak 30 responden (55,6%).

b) Pekerjaan Orang Tua

Dari 54 sampel responden yang di teliti, di peroleh data pekerjaan orang tua responden seperti pada tabel 4.

Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan orang tua	Ayah		Ibu	
	n	%	n	%
Petani/neiayan	43	79,6	1	1,9
PNS/POLRI/TNI	4	7,4	1	1,9
Swasta	7	13,0	51	94,4
IRT	-	-	1	1,9
Total	54	100	54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel di atas menunjukan bahwa 100% berdasarkan pekerjaan orang tua yang paling banyak adalah ayah sebagai petani/nelayan 43 responden (79,6%) dan ibu Swasta sebanyak 51 responden (94,4%).

c) Pendidikan Orang Tua

Dari 54 sampel reponden yang diteliti, di peroleh data pendidikan orang tua responden seperti pada tabel 4.3

Tabel 4.3 distribusi responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan Orang Tua	Jumlah			
	Ayah		Ibu	
	n	%	N	%
SD	2	3,7	16	29,6
SMP	22	40,7	23	42,6
SMA	27	50,0	14	25,9
PT	3	5,6	1	1,9
Total	54	100	54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa pendidikan orang tua yang paling banyak adalah SMA ayah sebanyak 27 responden (50,0%) dan SMP ibu sebanyak 23 responden (42,6%).

2) Karakteristik Sampel

Hasil penelitian yang dilakukan di lapangan dengan cara wawancara, observasi langsung kepada responden, maka identitas responden yang diperoleh adalah:

a) Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin

54 sampel yang di teliti berdasarkan jenis kelamin maka yang terbanyak adalah perempuan.

Tabel 4.4 Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis kelamin	n	%
1	Laki-laki	26	48,1
2	Perempuan	28	51,9
Total		54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 54 sampel ternyata prestasi tertinggi (51,9%).

b) Pola Makan

Tabel 4.5 Distribusi sampel menurut pola makan

No	Pola makan	n	%
1	Kurang	32	59,3
2	Baik	22	40,7
Total		54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

c) Asupan zat gizi

Tabel 4.6 Distribusi sampel menurut asupan zat gizi

No	Asupan zat gizi	n	%
1	Kurang	54	100
2	Baik	0	0
Total		54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel di atas dari 54 responden bahwa Asupan Zat Gizi anak sekolah kurang 54 (100%).

d) Status Gizi

Tabel 4.7 Distribusi sampel menurut status gizi

No	Status gizi	n	%
1	Kurang	2	3,7
2	Normal	52	96,3
Total		54	100

Sumber : data primer yang di olah 2012

Berdasarkan tabel di atas dari 54 responden bahwa status gizi anak yang normal 52 (96,3%) dan yang kurang 2 (3,7%).

B. Pembahasan

1) Pola Makan Anak Sekolah

Makanan merupakan kebutuhan manusia yang paling pokok dan mendasar yang mau dan tidak mau harus dipenuhi oleh setiap manusia karna ketersediaanya makanan di dalam tubuh menyebabkan seseorang dapat melaksanakan segala aktifitas sehari-hari dengan lebih produktif.

Makanan bergizi merupakan makanan yang memberikan energi dari bahan pembangun untuk kelangsungan hidup dan pertumbuhan organisasi hidup.

Penelitian ini diketahui bahwa dari 54 sampel yang diteliti terdapat bahwa pola makan baik 22 atau (40,7%) dan yang kurang 32 atau (59,3%). Secara teoritis terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi pola makan seperti : jumlah anggota keluarga, budaya, lingkungan alam.

2) Asupan Zat Gizi

Dari tabel 4.6 di jelaskan dari 54 sampel yang diteliti terdapat asupan energi kurang sebanyak 54 responden (100%). Berdasarkan hasil wawancara dengan responden di ketahui bahwa asupan zat gizi di katakan kurang. Asupan zat gizi kurang disebabkan karena faktor ekonomi, pendapatan, faktor pendidikan, budaya (adat) dan kurang pengetahuan orang tua tentang makanan yang baik anak.

3) Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Makanan melalui proses pencernaan di pecah menjadi zat gizi, zat gizi kemudian diserap kedalam aliran darah yang menyangkut ke berbagai bagian tubuh. Beberapa diantaranya digunakan untuk memenuhi kebutuhan tubuh.

Dari tabel 4.7 dijelaskan dari 54 sampel yang di teliti terdapat status gizi baik sebanyak 52 responden atau (96,3%) dan yang di katakan kurang sebanyak 2 responden atau 3,7%.

Dengan status gizi yang baik dapat mempengaruhi prestasi anak yang baik pula dengan daya pikir yang baik pula. Adanya status gizi yang baik maka anak akan mudah memahami dan mengerti dengan pelajaran.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari 54 sampel yang diteliti menunjukkan 22 (40,7%) pola makan yang normal dan 32 (59,3%) pola makan yang kurang.
2. Dari 54 sampel 100% dengan energi kurang.
3. Status gizi dikumpul dengan cara antropometri dan indeks (BB/TB).
Dari 54 sampel hasil yang diteliti adalah : 52 (96,3%) berstatus gizi normal dan 2 (3,7%) berstatus gizi kurang.

B. Saran

1. Kepada anak sekolah yang memiliki pola makan yang baik agar dapat mempertahankannya dan anak sekolah yang mempunyai pola makan kurang agar diharapkan pada orang tua para anak sekolah untuk memperhatikan dan memperbaikinya.
2. Kepada anak sekolah yang mempunyai asupan sat gizi kurang agar dapat memperbaiki dengan cara makan yang teratur dan makanan yang beraneka ragam.
3. Kepada anak sekolah yang mempunyai status gizi kurang dapat memperbaikinya dan yang berstatus gizi baik dapat mempertahankannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier Sunita. 2002. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT. Gramedia Pusat Utama, Jakarta.
- Ayubi, Dian. 2007. *Bahan Kuliah Dasar PKIP . Dempok : Faktor Kesehatan Masyarakat UI*
- Baliwati, Y. F., dkk, 2004. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Penebar Swadaya, Bogor.
- Depdiknas. 2001. *Pengertian Pola Konsumsi Makan Sehari*, Jakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi Papua. *Penilaian Status Gizi*, Jayapura 2001.
- Fikawati, Sandra. 2008. *Kumpulan Materi Gizi Kesehatan Masyarakat*. Depok : FKM UI Suhardjo. 1992. *Prinsip-prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta : Kanisius.
- Komsan, Ali dkk. 2004. *Pembangunan Pradigma Sehat*, Jakarta
- Kartasapoetra, Masetyo, 2002. *Ilmu Gizi, Korelasi gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja*. PT. Rineka Cipta.
- Khomsan, Ali, 2003. *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. PT . Raja Grafindo Persanda, Jakarta.
- Supriasa I Dewa Nyoma. 2000. *Penilaian Status Gizi*, Buku Kedokteran (EGC), Jakarta 2001.
- Soekiman, dkk. 2006. *Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusi*. PT Primadi Pustaka Jakarta.



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA
SEKOLAH DASAR NEGERI INPRES SIMPORO-BAB'RONGKO
DISTRIK EBUNGFUW - KABUPATEN JAYAPURA**

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : /SD.N.INP/Siba/VIII/2012

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

N a m a : MESAK WALLI, A.Ma.Pd.

N I P : 195307151977011008

Pangkat / Golongan : Pembina/IV/a

Jabatan : Kepala SD Negeri Inpres Simporo Bab'rongko

Dengan ini menerangkan bahwa

N a m a : YULVIA MONIM

N I M : PO.71.32.2.09.53

Pendidikan saat ini : Mahasiswa Semester VI Jurusan Gizi Politeknik
Jayapura

Judul Karya Tulis : Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi Dan Status
Gizi Siswa SD Kelas V Di Distrik Ebungfauw Sentani
Tengah Kabupaten Jayapura.

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut benar-benar telah melakukan Penelitian terhadap murid kelas V SD N Inpres Simporo Bab'rongko sejak Tanggal 9 Agustus s/d 23 Agustus 2012 di Kampung Simporo.

Demikian Surat Keterangan ini yang telah kami buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Simporo Bab'rongko

Pada Tanggal : 27 Agustus 2012

Kepala Sekolah,

MESAK WALLI, A.Ma.Pd.

NIP. 195307151977011008



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA
SD YPK PUYOH BESAR KAMPUNG EBUNGFA
DISTRIK EBUNGFAUW - KABUPATEN JAYAPURA

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : / SD-YPK/PB/VIII/2012

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

N a m a : JONETJE MEBRI
N I P : 195311071971012001
Pangkat / Golongan : Guru Dewasa, III/d (Penata Tk.I)
Jabatan : Kepala SD YPK Puyoh Besar

Dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : YULVIA MONIM
N I M : PO.71.32.2.09.53
Pendidikan saat ini : Mahasiswa Semester VI Jurusan Gizi Politeknik
Jayapura
Judul Karya Tulis : Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi Dan Status
Gizi Siswa SD Kelas V Di Distrik Ebungfauw Sentani
Tengah Kabupaten Jayapura.

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut benar-benar telah melakukan Penelitian terhadap murid Kelas V SD YPK Puyoh Besar sejak Tanggal 9 Agustus s/d 23 Agustus 2012 di Kampung Ebungfa - Putali.

Demikian Surat Keterangan ini yang telah kami buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Putali
Pada Tanggal : 27 Agustus 2012

Kepala Sekolah,

JONETJE MEBRI.
NIP. 195311071971012001



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA
SEKOLAH DASAR NEGERI INPRES KAMEAYAKHA
DISTRIK EBUNGFAUW - KABUPATEN JAYAPURA**

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : /SD.N.INP/Kmyk/VIII/2012

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

N a m a : NIKOLAS IBO, A.Ma.Pd.
N I P : 196880326200212002
Pangkat / Golongan : Pengatur Tk. I/II/d
Jabatan : Kepala SD Negeri Inpres Kameayakha

Dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : YULVIA MONIM
N I M : PO.71.32.2.09.53
Pendidikan saat ini : Mahasiswa Semester VI Jurusan Gizi Politeknik
Jayapura
Judul Karya Tulis : Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi Dan Status
Gizi Siswa SD Kelas V Di Distrik Ebungfauw Sentani
Tengah Kabupaten Jayapura.

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut benar-benar telah melakukan Penelitian terhadap murid kelas V SD N Inpres Kameayakha sejak Tanggal 9 Agustus s/d 23 Agustus 2012 di Kampung Kameayakha - Atamali.

Demikian Surat Keterangan ini yang telah kami buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Kameayakha
Pada Tanggal : 27 Agustus 2012

Kepala Sekolah,

NIKOLAS IBO, A.Ma.Pd.
NIP. 196880326200212002



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA
SEKOLAH DASAR NEGERI INPRES PERSIAPAN ABAR
DISTRIK EBUNGFUW - KABUPATEN JAYAPURA**

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : 011 / SD.N.Siba / VIII / 2012

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

N a m a : HENNIKE MOKAY
N I P : 196206071996102001
Pangkat / Golongan : Penata Muda Tk. I/III/b
Jabatan : Kepala SD Negeri Inpres Persiapan Abar

Dengan ini menerangkan bahwa

N a m a : YULVIA MONIM
N I M : PO.71.32.2.09.53
Pendidikan saat ini : Mahasiswa Semester VI Jurusan Gizi Politeknik
Jayapura
Judul Karya Tulis : Gambaran Pola Makan, Asupan Zat Gizi Dan Status
Gizi Siswa SD Kelas V Di Distrik Ebungfauw Sentani
Tengah Kabupaten Jayapura.

Menerangkan bahwa Mahasiswa tersebut benar-benar telah melakukan Penelitian terhadap murid kelas V SD N Inpres Persiapan Abar sejak Tanggal 9 Agustus s/d 23 Agustus 2012 di Kampung Abar.

Demikian Surat Keterangan ini yang telah kami buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Abar
Pada Tanggal : 27 Agustus 2012

Kepala Sekolah,

HENNIKE MOKAY.
NIP. 196206071996102001

**Lampiran I : Daftar Pertanyaan Pola Konsumsi Pangan Food Frekuensi
Quesioner (FFQ)**

A. Karakteritis Responden

1. Nama Ibu
2. Umur
3. Responden

No	Jenis Bahaan Pangan	Frekuensi Konsumsi Pangan					
		A	B	C	D	E	F
1	2	Tiap kali	4-6 x se minggu	3x per minggu	Kurang dari 3x per minggu	Kurang dari 3x per miggu	Tidak pernah
I. Makanan Pokok							
1.	Beras						
2.	Jagung						
3.	Singkong						
4.	Keladi						
5.	Pisang						
6.	Ubi jalar/petatas						
7.	Mie						
8.	Roti						
9.	Sagu						
II. Lauk Hewani							
1.	Daging Babi						
2.	Ayam Kampung						
3.	Telur Puyuh						
4.	Telur Ayam						
5.	Telur Bebek						
6.	Ikan Mujair						
7.	Ikan Ekor Kuning						
8.	Ikan Cekalang						
9.	Ikan Asin						
10.	Hati Ayam						
11.	Ikan Kaleng						
12.	Ikan Gabus						

13.	Ikan Gete-gete						
14.	Ikan Puri						
III. Lauk Nabati							
1.	Tahu						
2.	Tempe						
3.	Kacang Hijou						
4.	Kacang Tanah						
5.	Kacang Merah						
IV. Sayuran							
1.	Bayam						
2.	Kacang Panjang						
3.	Kangkung						
4.	Daun Pepaya						
5.	Daun Katok						
6.	Daun Singkong						
7.	Daun Betatas						
8.	Daun Gedi						
9.	Daun Pangkis						
10.	Sawi						
11.	Sayur lilin						
12.	Kool						
13.	Jantung Pisang						
14.	Pepaya Muda						
15.	Nangka Muda						
16.	Rebung						
17.	Terong						
18.	Wortel						
19.	Buncis						
20.	Ketimun						
21.	Jagung Muda						
22.	Sayur paku						
V. Buah-buahan							
1	Mangga						
2	Geyawas						
3.	Jambu Air						
4.	Nangka						
5.	Pepaya						

6.	Nenas						
7.	Semangka						
8.	Pisang Ambon						
9.	Jeruk Manis						
10.	Rambutan						
11.	Kendondong						
12.	Salak						
13.	Belimbing						
14.	Matoa						
VI. Minyak							
1.	Minyak Sawit						
2.	Minyak Kelapa						
3.	Santan Kelapa						
VII. Lain-Lain							
1.	Susu Bubuk						
2.	Susu Cair						
3.	Gula Pasir						
4.	Gula Merah						
5.	Sirup						
6.	Coklat						
7.	Kecap						
8.	Kopi						
9.	Teh						

Catatan :

- A. Lebih dari 1kali sehari (Tiap Kali Makan) diberi skor = 50
- B. 1 x sehari (4 – 6 x seminggu) diberikan skor = 25
- C. 3 x per minggu diberi skor = 15
- D. Kurang dari 3 x per minggu, skor = 10 (1 – 2 x seminggu)
- E. Kurang dari 3 x per minggu (Jarang); skor =1
- F. Tidak pernah; skor = 0

LAMPIRAN II. FORMULIR METODE RECALL 24 JAM

Nama Responden :

No Responden :

Hari ke :

No	Waktu Makan	Nama Masakan	Jenis Bahan Makanan	URT	GRM
1.	Pagi / jam				
2.	Siang / jam				
3.	Malam / jam				

Lampiran III : Data Status Gizi di SD Distrik Ebungfauw Kabupaten Sentani**B. Karakteritis Responden**

4. Nama
5. Umur
6. Jenis Kelamin
7. Kelas
8. Alamat
9. Berat Badan
10. Tinggi Badan

Kode sampel	SEX	Umur (tahun)	BB (kg)	TB (cm)	Status Gizi