

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah .....	3
1.3    Tujuan.....	3
1.3.1    Tujuan Umum .....	3
1.3.2    Tujuan Khusus .....	3
1.4    Manfaat.....	4
1.4.1    Bagi Peneliti .....	4
1.4.2    Bagi Institusi .....	4
1.4.3    Bagi Pihak Sekolah .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
2.1    Status Gizi .....	5
2.1.1    Pengukuran Status Gizi .....	6
2.1.2    Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	8
2.2    Pola Makan.....	11
2.2.1    Komponen Pola Makan.....	13
2.2.2    Kebutuhan Gizi Dewasa.....	15
2.2.3    Metode Pengukuran Pola Makan .....	19
2.3    Dewasa .....	20
2.3.1    Definisi Dewasa .....	20
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP</b> .....	<b>25</b>
3.1    Kerangka Konseptual .....	25
3.2    Penjelasan Kerangka Konsep .....	26
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
4.1    Jenis Penelitian .....	27
4.2    Waktu dan Tempat Penelitian .....	27
4.2.1    Waktu .....	27
4.2.2    Tempat Penelitian.....	27
4.3    Populasi Dan Sampel Penelitian.....	27
4.3.1    Populasi .....	27
4.3.2    Sampel.....	28
4.3.3    Teknik Pengambilan Sampel.....	28

4.4	Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional .....	29
4.4.1	Variabel Penelitian .....	29
4.4.2	Definisi Operasional.....	29
4.5	Teknik Pengumpulan Data .....	31
4.5.1	Metode Pengumpulan Data .....	31
4.5.2	Jenis Data .....	31
4.5.3	Instrumen Penelitian.....	32
4.6	Pengolahan Data.....	32
4.6.1	<i>Editing</i> (Pemeriksaan Data) .....	32
4.6.2	<i>Coding</i> (Mengkode Data).....	33
4.6.3	<i>Tabulating</i> (Pentabulasian) .....	34
4.6.4	<i>Entry Data</i> (Memasukkan Data) .....	34
4.6.5	<i>Clearing</i> (Membersihkan Data) .....	34
4.7	Analisis Data .....	34
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>35</b>
5.1	Hasil.....	35
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi .....	35
5.1.2	Karakteristik Responden .....	37
5.1.3	Status Gizi .....	39
5.1.4	Pola Makan .....	40
5.1.5	Pola Makan Bahan Makanan Karbohidrat .....	44
5.1.6	Pola Makan Bahan Makanan Protein Hewani .....	45
5.1.7	Pola Makan Bahan Makanan Protein Nabati .....	46
5.1.8	Pola Makan Bahan Makanan Sayur-Sayuran.....	47
5.1.9	Pola Makan Bahan Makanan Buah-Buahan .....	48
5.1.10	Pola Makan Bahan Makanan Lemak .....	49
5.1.11	Pola Makan Bahan Makanan Lain-lain (Snack Ringan).....	50
5.1.12	Pola Makan Bahan Minuman.....	51
5.1.13	Asupan Energi dengan Status Gizi.....	52
5.1.14	Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi .....	53
5.1.15	Asupan Protein dengan Status Gizi.....	54
5.1.16	Asupan Lemak dengan Status Gizi .....	55
5.2	Pembahasan .....	56
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>65</b>
6.1	Kesimpulan.....	65
6.2	Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>67</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

		Hal
Tabel 2.1	Klasifikasi IMT Nasional di Indonesia Tahun 2018.....	7
Tabel 2.2	Kategori kecukupan gizi.....	14
Tabel 2.3	Kategori skor pada frekuensi makanan.....	15
Tabel 2.4	Asupan Energi Usia Dewasa Menurut AKG Tahun 2019.....	16
Tabel 2.5	Asupan Protein Usia Dewasa Menurut AKG Tahun 2019.....	17
Tabel 2.6	Asupan Lemak Usia Dewasa Menurut AKG Tahun 2019.....	18
Tabel 2.7	Asupan Karbohidrat Usia Dewasa Menurut AKG Tahun 2019.....	19
Tabel 4.1	Definisi Operasional Variabel.....	30
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Umur Responden di SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	38
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	39
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Asupan Energi SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	40
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Asupan Protein SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	40
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Asupan Lemak SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	41
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	42
Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden di SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	42
Tabel 5.8	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Karbohidrat Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	43
Tabel 5.9	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Protein Hewani Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	44
Tabel 5.10	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Protein Nabati Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	45
Tabel 5.11	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Sayur-Sayuran Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	46
Tabel 5.12	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Protein Buah-Buahan Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	47
Tabel 5.13	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Lemak Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	48
Tabel 5.14	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan Makanan Lain-lain (Snack Ringan) Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	49
Tabel 5.15	Tabulasi Silang Frekuensi Pola Makan dengan Bahan	50

	Makanan Minuman Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	
Tabel 5.16	Tabulasi Silang Asupan Energi dengan Status Gizi Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022	51
Tabel 5.17	Tabulasi Silang Asupan Protein dengan Status Gizi Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	52
Tabel 5.18	Tabulasi Silang Asupan Lemak dengan Status Gizi Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022	53
Tabel 5.19	Tabulasi Silang Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Guru dan Karyawan SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya Tahun 2022.....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian .....	25
Gambar 5. 1 Peta Lokasi SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pernyataan Menjadi Responden .....	69
Lampiran 2 Identitas Responden dan Pengukuran Antropometri .....	70
Lampiran 3 Formulir SQ-FFQ .....	71
Lampiran 4 Status Gizi Guru dan Karyawan .....	77
Lampiran 5 Master Tabel Guru dan Karyawan.....	79
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	84
Lampiran 7 Dokumentasi .....	86

## DAFTAR SINGKATAN

AKG	= Angka Kecukupan Gizi
BB	= Berat Badan
Bln	= Bulan
cm	= centimeter
Depkes	= Departemen Kesehatan
gr	= gram
Kemenkes RI	= Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Kg	= kilogram
Kkal	= kilokalori
IMT	= Indeks Massa Tubuh
M	= meter
Mgg	= Minggu
PUGS	= Panduan Umum Gizi Seimbang
Risikesdas	= Riset Kesehatan Dasar
SD	= Sekolah Dasar
SDN	= Sekolah Dasar Negeri
SQ-FFQ	= <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
TB	= Tinggi Badan
TP	= Tidak pernah
WHO	= <i>World Health Organization</i>