

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Sampul Depan</b>	
<b>Halaman Sampul Dalam</b> .....	i
<b>Halaman Pernyataan Keaslian</b> .....	ii
<b>Lembar Persetujuan</b> .....	iii
<b>Halaman Pengesahan</b> .....	v
<b>Kata Pengantar</b> .....	vi
<b>Abstrak</b> .....	vii
<b>Daftar Isi</b> .....	ix
<b>Daftar Tabel</b> .....	xii
<b>Daftar Gambar</b> .....	xiii
<b>Daftar Lampiran</b> .....	xiv
<b>Daftar Arti Lambang, Singkatan, dan Istilah</b> .....	xv
<b>Bab 1. Pendahuluan</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	3
1.3 Rumusan Masalah .....	4
1.4 Tujuan Penelitian .....	4
1.5 Manfaat Penelitian .....	5
<b>Bab 2. Tinjauan Pustaka</b> .....	7
2.1 Pengertian Pola Makan .....	7
2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan .....	8
2.2.1 Jumlah (Porsi) Makanan .....	8
2.2.2 Jenis Makanan .....	9
2.2.3 Frekuensi Makan .....	10
2.2.4 Faktor-faktor Lain yang Mempengaruhi Pola Makan .....	10
2.3 Makanan Bagi Tubuh .....	13
2.3.1 Fungsi Makanan Bagi Tubuh .....	13
2.3.2 Energi dan Karbohidrat .....	13
2.3.3 Protein .....	14

2.3.4	Lemak/Minyak .....	15
2.3.5	Peranan Vitamin .....	15
2.3.6	Peran Air dalam Tubuh .....	16
2.3.7	Pedoman Umum Gizi Seimbang .....	16
2.4	Status Gizi .....	22
2.4.1	Pengertian .....	22
2.4.2	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi .....	23
2.4.3	Konsep Pertumbuhan dan Perkembangan .....	24
	a. Tahapan Tumbuh-Kembang .....	24
	b. Pertumbuhan .....	25
	c. Perkembangan .....	26
	d. Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan .....	26
2.4.4	Penilaian Status Gizi .....	27
	A. Antropometri .....	28
	B. Survei Konsumsi Makanan .....	33
2.5	Gizi Anak Sekolah .....	37
2.5.1	Pengertian Anak Sekolah .....	37
2.5.2	Kebutuhan Gizi Anak Sekolah .....	38
2.5.3	Faktor-faktor yang Memperburuk Keadaan Gizi Anak .....	40
2.5.4	Peranan Gizi .....	40
2.5.5	Makanan Bagi Anak Sekolah .....	42
<b>Bab 3. Kerangka Konseptual .....</b>		<b>43</b>
<b>Bab 4. Metode Penelitian .....</b>		<b>45</b>
4.1	Jenis Penelitian .....	45
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	45
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian .....	45
4.4	Variabel penelitian dan Definisi Operasional .....	47
4.5	Teknik Pengumpulan Data .....	51
4.6	Instrumen Pengumpulan Data .....	52
4.7	Pengolahan Data dan Analisis Data .....	53

<b>Bab 5. Pembahasan</b> .....	55
5.1 Hasil Penelitian .....	55
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	55
5.1.2 Gambaran Umum Responden .....	56
5.1.3 Pola Makan Responden .....	60
5.1.4 Data Status Gizi Responden.....	63
5.1.5 Data Status Gizi berdasarkan Indeks Berat Badan	
Menurut Umur .....	63
5.1.6 Data Status Gizi berdasarkan Indeks Tinggi Badan	
Menurut Umur .....	64
5.1.7 Data Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi.....	65
5.2 Pembahasan .....	67
5.2.1 Berat Badan menurut Umur .....	67
5.2.2 Tinggi Badan menurut Umur .....	68
5.2.3 Asupan Energi dan Protein Siswa.....	69
5.2.4 Jenis Makanan yang Dikonsumsi Siswa .....	71
5.2.5 Frekuensi Makan Siswa .....	73
5.2.6 Status Gizi Siswa .....	74
5.2.7 Status Gizi berdasarkan Indeks Berat Badan menurut Umur .....	76
5.2.8 Status Gizi berdasarkan Indeks Tinggi Badan menurut Umur .....	77
5.2.9 Asupan Energi dengan Status Gizi .....	78
5.2.10 Asupan Protein dengan Status Gizi.....	79
<b>Bab 6. Penutup</b> .....	81
6.1. Kesimpulan .....	81
6.2. Saran .....	81
<b>DaftarPustaka</b> .....	83
<b>Lampiran</b> .....	84

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 = Formula Perkiraan Berat .....	31
Tabel 1.2= Data Gambaran Umum Responden .....	53
Tabel 1.3= Status Gizi Siswa .....	53
Tabel 1.4= Distribusi Umur Responden di Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	57
Tabel 1.5= Distribusi Jenis Kelamin Responden di Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	58
Tabel 1.6= Distribusi Berat Badan Responden menurut Umur di Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	58
Tabel 1.7= Distribusi Tinggi Badan Responden menurut Umur di Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	59
Tabel 1.8= Distribusi Asupan Energi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	60
Tabel 1.9= Distribusi Asupan Protein Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	61
Tabel 1.10= Distribusi Jenis Makanan yang Dikonsumsi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	62
Tabel 1.11= Distribusi Frekuensi Makan Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	62
Tabel 1.12= Distribusi Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	63
Tabel 1.13= Distribusi Responden berdasarkan Status Gizi menurut Indeks BB/U Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya ..	64
Tabel 1.14= Distribusi Tinggi Badan dengan Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	64
Tabel 1.15= Distribusi Asupan Energi dengan Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	65
Tabel 1.16= Distribusi Asupan Protein dengan Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang Surabaya .....	66

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 = PedomanGiziSeimbang.....	18
---------------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Angka Kecukupan Gizi

Lampiran 2 : Gambaran Umum Responden

Lampiran 3 : Asupan Energi dan Protein Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah  
4 Pucang Surabaya

Lampiran 4 : Jenis Makanan yang dikonsumsi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4  
Pucang Surabaya

Lampiran 5 : Frekuensi Makan Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4  
Pucang Surabaya

Lampiran 6 : Status Gizi Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Pucang  
Surabaya

Lampiran 7 : Foto Kegiatan Penelitian

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

IMT = Indeks Masa Tubuh

BB = Berat Badan

TB = Tinggi Badan

U = Umur

AKG = Angka Kecukupan Gizi

WHO = World Health Organization

CDC = Center for Disease Control and Prevention

*Dietary Patterns* = Pola Makan

*Dietary Habit* = Kebiasaan Makan

*Food Habit* = Kebiasaan Makanan

*Food Patterns* = Pola Pangan