

ABSTRAK

PENGARUH ASUPAN MAKANAN BERSERAT TERHADAP STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH

Falya Alifya Marfin, 2021,

Pembimbing I : Grace Puspasari., dr., M.Gizi.

Pembimbing II : Frecillia Regina., dr., Sp.A, IBCLC.

Latar belakang: Masalah kesehatan di Indonesia yang dihadapi saat ini salah satunya adalah masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Prevalensi masalah gizi ganda pada anak prasekolah di Indonesia berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018, prevalensi anak balita dengan status gizi gemuk adalah 8% dan status gizi kurus adalah 6,7%. Sedangkan di Jawa Barat prevalensi anak balita dengan status gizi gemuk adalah 8,7% dan status gizi kurus adalah 8%. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh asupan makanan pada anak dikarenakan kurangnya asupan sayur dan buah-buahan yang merupakan sumber serat.

Tujuan: Mengetahui adakah hubungan antara asupan berserat dengan status gizi pada anak usia 3-5 tahun di TK “X” Kota Bandung.

Metode: Observasional analitik dengan desain studi *cross sectional*. Data penelitian diambil dari kuesioner *food record* 1x24 jam. Data yang diambil adalah jumlah asupan berserat yang diperoleh dari kuesioner kemudian dilakukan analisis hubungannya dengan status gizi pada anak usia 3-5 tahun di TK “X” Kota Bandung. Data ditabulasi dan diuji dengan uji ANOVA dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil: Hubungan antara jumlah asupan serat yang dikonsumsi dengan status gizi anak prasekolah memberikan hasil $p = 0,000$.

Simpulan: Asupan berserat yang dikonsumsi anak usia 3-5 tahun di TK “X” berpengaruh terhadap status gizi pada anak tersebut.

Kata kunci: makanan berserat, status gizi, anak prasekolah

ABSTRACT
**THE EFFECT OF FIBROUS FOOD INTAKE TOWARDS PRESCHOOLER'S
NUTRITIONAL STATUS**

Falya Alifya Marfin, 2021,
1st Tutor : Grace Puspasari., dr., M.Gizi.
2nd Tutor : Frecillia Regina., dr., Sp.A, IBCLC.

Background: *Double Burden of Malnutrition, undernutrition and overnutrition, is a health problem that is being faced by Indonesia. According to Basic Health Research (RISKESDAS), the prevalence of double burden of malnutrition, particularly in preschool children in Indonesia, in 2018 shows that 8% of children under five have obese nutritional status and 6.7% have underweight nutritional status. Specifically, in West Java, the prevalence of children under five shows 8.7% with obese nutritional status and 8% with underweight nutritional status. It can be influenced by food intake in children due to inadequate intake of vegetables and fruits are a source of fiber.*

Objective: *This study aims to determine whether there is a relationship between fiber intake and nutritional status in children aged 3-5 years in kindergarten "X" Bandung City.*

Method: *Analytical observation with cross sectional study design. The research data are taken from the food record questionnaires 1x24 hours. The data taken are the amount of fibrous intake obtained from the questionnaire then analyzed the relationship of fiber intake and nutritional status in children aged 3-5 years in kindergarten "X" in Bandung. Data were tabulated and tested by ANOVA test with $\alpha = 0.05$.*

Result: *The relationship between the amount of fiber intake consumed and the nutritional status of preschool children gave the result $p = 0.000$.*

Conclusion: *Fibrous intake consumed by children aged 3-5 years in kindergarten "X" affect the nutritional status of the child.*

Key words: *fibrous food, nutritional status, preschooler*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	3
1.4.1 Manfaat Akademik	3
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis	4
1.5.1 Kerangka Pemikiran	4
1.5.2 Hipotesis Penelitian	5
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Anak Usia Pra sekolah	6
2.1.1 Pertumbuhan & Perkembangan Pada Anak Usia Pra Sekolah	6
2.2 Status Gizi	11
2.2.1 Definisi Status Gizi	11

2.2.2	Penilaian Status Gizi Secara Langsung	12
2.2.2.1	Antropometri	12
2.2.2.2	Biokimia	16
2.2.2.3	Klinis	16
2.2.3	Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung	17
2.2.3.1	Ketersediaan Pangan	17
2.2.3.2	Survei Konsumsi Pangan	17
2.2.3.3	Statistik Vital	23
2.2.3.4	Faktor Ekologi	24
2.2.4	Faktor Yang Dapat Memengaruhi Status Gizi	24
2.2.4.1	Umur	24
2.2.4.2	Jumlah Asupan Energi	25
2.2.4.3	Frekuensi Makan	25
2.2.4.4	Tingkat Pendidikan	25
2.2.4.5	Pengetahuan	25
2.3	Pedoman Asupan Makanan Bagi Anak Usia Pra Sekolah	26
2.3.1	Definisi Makanan Berserat	30
2.3.2	Jenis-Jenis Makanan Berserat	30
2.3.3	Jumlah Anjuran Serat Yang Harus Dikonsumsi	36
2.3.4	Manfaat Konsumsi Makanan Berserat Terhadap Kesehatan	37
2.4	Penelitian Mengenai Hubungan Asupan Serat Dan Status Gizi Anak	40
BAB III	43
BAHAN DAN METODE PENELITIAN	43
3.1	Alat dan Bahan Penelitian	43
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	43
3.2.1	Lokasi Penelitian	43
3.2.2	Waktu Penelitian	43
3.3	Prosedur Penelitian	43
3.4	Rancangan Penelitian	44

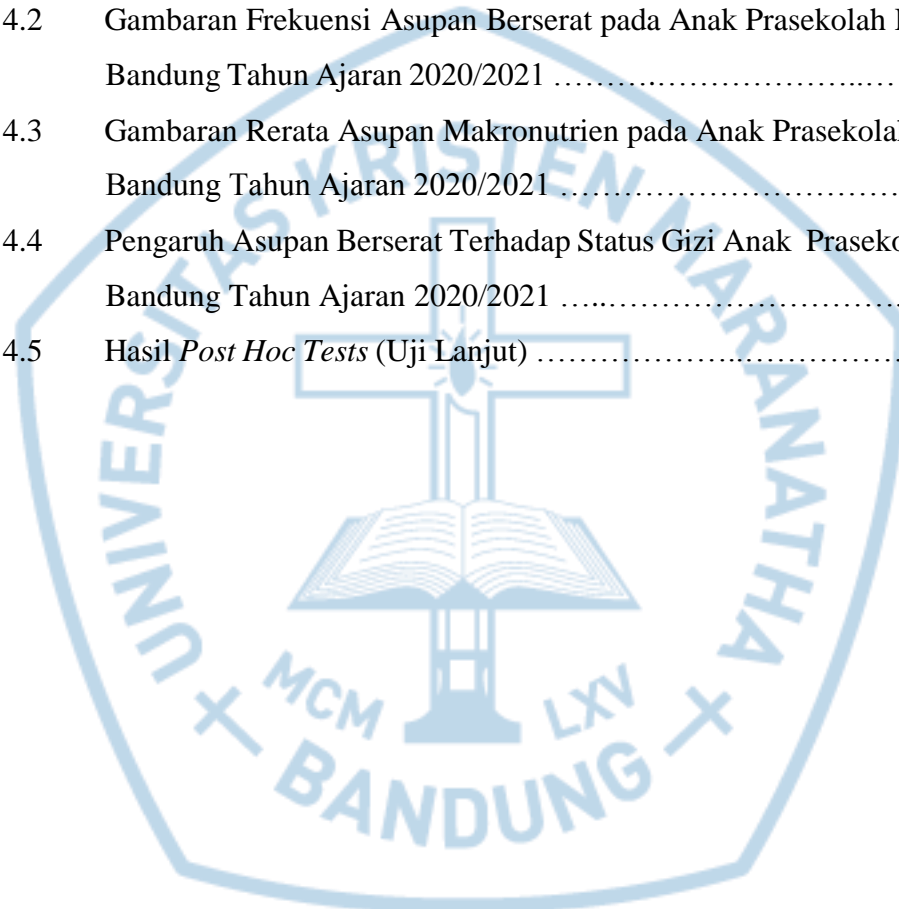
3.4.1	Desain Penelitian	44
3.4.2	Variabel Penelitian	45
3.4.3	Definisi Operasional	45
3.5	Subjek Penelitian	46
3.6	Prosedur Pengambilan / Pemilihan Sampel dan Penentuan Unit Analisis	46
3.6.1	Populasi Penelitian	46
3.6.2	Sampel Penelitian	46
3.7	Sumber dan Teknik Pengumpulan Data serta Instrumen Penelitian	47
3.7.1	Sumber Data Penelitian	47
3.7.2	Teknik Pengumpulan Data	47
3.7.2.1	Prosedur Pengukuran Berat Badan	47
3.7.2.2	Prosedur Pengukuran Tinggi Badan	48
3.7.2.3	Instrumen Penelitian	49
3.8	Pengolahan dan Analisis Data Penelitian Serta Uji Validitas Data	49
3.9	Etik Penelitian	49
BAB IV	50
HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1	Hasil Penelitian	50
4.1.1	Gambaran Status Gizi Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	50
4.1.2	Gambaran Frekuensi Asupan Berserat pada Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	51
4.1.3	Gambaran Rerata Asupan Makronutrien pada Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	51
4.1.4	Pengaruh Asupan Berserat Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	52
4.2	Pembahasan	54
BAB V	57
SIMPULAN DAN SARAN	57

5.1 Simpulan	57
5.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	67
RIWAYAT HIDUP	82



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak	15
Tabel 2.2	Kandungan Serat Berdasarkan Kelarutannya	33
Tabel 4.1	Gambaran Status Gizi Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	49
Tabel 4.2	Gambaran Frekuensi Asupan Berserat pada Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	50
Tabel 4.3	Gambaran Rerata Asupan Makronutrien pada Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	50
Tabel 4.4	Pengaruh Asupan Berserat Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021	51
Tabel 4.5	Hasil <i>Post Hoc Tests</i> (Uji Lanjut)	51



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kurva <i>Z-score</i> untuk anak laki-laki usia 0-5 tahun	14
Gambar 2.2 Kurva <i>Z-score</i> untuk anak perempuan usia 0-5 tahun	14
Gambar 2.3 Tumpeng Gizi Seimbang	27
Gambar 2.4 Piring Makanku : Porsi Sekali Makan	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Etik Penilitan.....	64
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian.....	65
Lampiran 3 Kuesioner <i>Food Record</i> 1x24 jam.....	69
Lampiran 4 Tabulasi Data.....	72
Lampiran 5 Ukuran Rumah Tangga.....	74
Lampiran 6 Hasil Uji Statistik.....	74
Lampiran 7 Foto Dokumentasi Penelitian.....	76

