

## ABSTRAK

### PENGARUH ASUPAN MAKANAN SELINGAN TERHADAP STATUS GIZI ANAK PRASEKOLAH

Christin Mathilda Theodora Wejak, 2021  
Pembimbing I : Grace Puspasari, dr.M.Gizi  
Pembimbing II: Frecillia Regina, dr.,Sp.A

Status gizi anak merupakan salah satu indikator penting yang harus dipantau terutama pada anak usia balita, karena pada periode ini anak rentan terhadap penyakit, salah satunya merupakan masalah kekurangan dan kelebihan asupan nutrisi yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pertumbuhan dan perkembangan anak ini dapat dipantau melalui status gizi anak secara rutin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui asupan makanan selingan dengan status gizi anak. Penelitian ini dilakukan pada 51 subjek dengan rentan usia 3-5 tahun, data asupan dinilai dari kuesioner *beverage and snack questionnaire 2 (BSQ 2)*, dan asupan makanan selingan akan dikategorikan kedalam tiga kelompok yaitu cemilan jarang (skor 0-1), cemilan sering (skor 2-3) dan cemilan rutin (skor >3) begitupun juga dengan status gizi anak akan dikategorikan kedalam tiga kelompok yaitu normal, kurus atau *underweight* dan berat badan lebih yang terdiri dari gemuk atau *overweight* dan sangat gemuk atau *obesitas*, untuk penentuan status gizi menggunakan IMT/U dan dianalisis menggunakan tabel dari *centers for disease control and prevention (CDC)* BMI berdasarkan usia dan kemudian data dianalisis dengan uji anova, dan didapatkan hasil bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara asupan makanan selingan dengan status gizi anak usia prasekolah ( $p > 0,05$ ).

**Kata kunci:** Asupan makanan selingan, status gizi, anak usia prasekolah

## **ABSTRACT**

### **THE INFLUENCE OF SNACK ON NUTRITION STATUS OF PRESCHOOL CHILDREN**

Christin Mathilda Theodora Wejak, 2021

*Supervisor I* : Grace Puspasari, dr.M.Gizi

*Supervisor II* : Frecillia Regina, dr.,Sp.A

*The nutritional status of children is one of the important indicators that must be monitored, especially in children under five, because in this period children are vulnerable to disease, one of which is a problem of deficiency and excess of nutritional intake that affects the growth and development of children nutritional status of children on a regular basis. This study aims to determine the intake of snacks with the nutritional status of children. This study was conducted on 51 subjects aged 3-5 years old, intake data were assessed from the beverage and snack questionnaire 2 (BSQ 2), and the intake of snacks will be categorized into three groups, namely infrequent snacks (score 0-1), frequent snacks (score 2-3) and routine snacks (score >3) as well as the nutritional status of children, will be categorized into three groups, namely normal, thin or underweight, and overweight which consists of fat or overweight and very fat or obese, for status determination nutrition using BMI/U and analyzed using tables from the centers for disease control and prevention (CDC) BMI based on age and then the data were analyzed using the ANOVA test, and the results showed that there was no significant effect between snacks intake and the nutritional status of preschoolers ( $p > 0.05$ ).*

**Keywords** *snacks intake, nutrition status, preschool children*

## DAFTAR ISI

|  |     |
|--|-----|
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....                                      | i   |
| <b>SURAT PERNYATAAN</b> .....  | ii  |
| <b>ABSTRAK</b> .....   | iii |
| <b>ABSTRACT</b> .....  | iv  |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....  | v   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....  | vii |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....  | ix  |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....   | x   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....   | xi  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>   |     |
| 1.1 Latar Belakang .....   | 1   |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....                                       | 3   |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....  | 3   |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....   | 3   |
| 1.4.1 Manfaat Akademis .....   | 3   |
| 1.4.2 Manfaat Praktis.....   | 4   |
| 1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis .....                           | 4   |
| 1.5.1 Kerangka Pemikiran .....                                       | 4   |
| 1.5.2 Hipotesis .....  | 7   |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                                       |     |
| 2.1 Status Gizi .....  | 10  |
| 2.1.1 Definisi Status Gizi .....                                     | 10  |
| 2.1.2 Metode Penilaian Status Gizi .....                             | 10  |
| 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi.....               | 17  |
| 2.1.3.1 Penyebab Langsung yang Mempengaruhi Status Gizi .....        | 18  |
| 2.1.3.2 Penyebab Tidak Langsung yang Mempengaruhi Status Gizi.....   | 21  |
| 2.2 Masalah Kekurangan Gizi.....                                     | 22  |
| 2.2.1 Etiologi Kekurangan Gizi .....                                 | 23  |
| 2.2.2 Dampak Kekurangan Gizi.....                                    | 24  |
| 2.3 Masalah Kelebihan Gizi.....                                      | 24  |
| 2.3.1 Etiologi Kelebihan Gizi.....                                   | 25  |
| 2.3.2 Dampak Kelebihan Gizi .....                                    | 26  |
| 2.4 Makanan Selingan atau Kudapan.....                               | 26  |
| 2.4.1 Definisi Makanan Selingan/Kudapan .....                        | 26  |
| 2.4.2 Pola Makan Balita dan Bahan Makanan yang Harus Dihindari ..... | 27  |
| 2.4.3 Jenis Makanan dan Minuman Selingan.....                        | 28  |
| 2.4.4 Fungsi dan Syarat Makanan Selingan .....                       | 29  |
| 2.4.5 Pengaruh Positif dan Negatif Asupan Makanan Selingan .....     | 30  |

|  |   |           |
|--|---|-----------|
| 2.4.6  | Cara Pengukuran Asupan Makanan Selingan .....                           | 31        |
| <b>BAB III BAHAN DAN METODOLOGI PENELITIAN</b> |   |           |
| 3.1  | Alat dan Bahan Penelitian .....   | 33        |
| 3.2  | Lokasi dan Waktu Penelitian .....                                       | 33        |
| 3.3  | Prosedur Penelitian.....  | 33        |
| 3.4  | Rancangan Penelitian .....  | 34        |
| 3.4.1  | Desain Penelitian .....   | 34        |
| 3.4.2  | Variabel Penelitian.....  | 34        |
| 3.4.3  | Definisi Operasional Penelitian .....                                   | 34        |
| 3.5  | Subjek atau Objek Penelitian .....                                      | 36        |
| 3.6  | Prosedur Pengambilan/Pemilihan Sampel dan Penentuan Unit Analisis... 36 |           |
| 3.6.1  | Populasi Penelitian.....  | 36        |
| 3.6.2  | Definisi Operasional Penelitian .....                                   | 36        |
| 3.7  | Sumber dan Teknik Pengumpulan Data.....                                 | 38        |
| 3.7.1  | Sumber Data Penelitian .....  | 38        |
| 3.7.2  | Teknik Pengumpulan Data .....   | 38        |
| 3.8  | Pengolahan dan Analisis Data Serta Uji Validitas Data .....             | 40        |
| 3.9  | Etik Penelitian .....   | 40        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>  |   |           |
| 4.1  | Hasil .....   | 41        |
| 4.2  | Pembahasan.....   | 45        |
| <b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>                |   |           |
| 5.1  | Simpulan .....  | 47        |
| 5.2  | Saran.....  | 47        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                    |   | <b>48</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                           |   | <b>51</b> |
| <b>RIWAYAT HIDUP .....</b>                     |   | <b>66</b> |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak .....   | 11 |
| 2.2 Kebutuhan Gizi Anak untuk Usia 3-5 Tahun.....  | 18 |
| 2.3 Takaran Konsumsi Makanan Sehari Pada Anak .....  | 28 |
| 4.1 Data Subjek Penelitian Anak TK “X” Kota Bandung TA 2020/2021 .....                                 | 41 |
| 4.2 Gambaran Status Gizi Anak TK “X” Kota Bandung TA 2020/2021.....                                    | 42 |
| 4.3 Gambaran Frekuensi Makanan Selingan Anak TK “X” Kota Bandung<br>TA 2020/2021 .....                 | 43 |
| 4.4 Hubungan Status Gizi dengan Jumlah Makanan Selingan Anak TK “X”<br>Kota Bandung TA 2020/2021 ..... | 44 |



## DAFTAR GRAFIK

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Grafik Pertumbuhan BMI Menurut Umur Anak Laki-Laki (0-5 tahun).... | 9  |
| 2.2 Grafik Pertumbuhan BMI Menurut Umur Anak Perempuan (0-5 tahun)...  | 10 |
| 2.3 Diagram Masalah Gizi .....   | 17 |
| 2.4 Tumpeng Gizi Seimbang.....   | 20 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| Lampiran   |    |
| 1 Surat Keputusan Etik.....  | 51 |
| 2 Surat Izin Penyebaran Kuesioner .....  | 52 |
| 3 Kuesioner Penelitian .....   | 53 |
| 4 Grafik <i>centers for disease control and prevention</i> (CDC).....                                    | 55 |
| 5 Data Hasil Pengisian Kuesioner Asupan Makanan Selingan Murid TK “X”<br>Kota Bandung TA 2020/2021 ..... | 57 |
| 6 Data Jenis Kelamin, Berat Badan, Tinggi Badan, dan Indeks Massa<br>Tubuh Anak .....                    | 61 |
| 7 Hasil Uji Anova.....   | 63 |

