

GAMBARAN KARAKTERISTIK STATUS GIZI BERDASARKAN ASUPAN MAKAN ANAK USIA SEKOLAH

Ika Fauziyah R¹, Titih Huriah²

^[1] Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 55183, Indonesia.

^[2] Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta 55183, Indonesia.

E-mail : ikarahma19@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Gizi adalah suatu proses dalam menggunakan zat gizi yang masuk ke dalam tubuh melalui proses penyerapan, pencernaan, transportasi, metabolisme dan sekresi yang digunakan untuk pertumbuhan dan perkembangan fungsi organ dan produksi. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah asupan makanan. Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Keadaan ini terjadi akibat salah satu sifat anak yaitu konsumen aktif atau mulai memilih makanan yang hanya disukai saja. Keadaan ini jika terus dibiarkan akan meningkatkan jumlah anak yang mengalami masalah pada status gizinya.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran karakteristik status gizi berdasarkan asupan makan anak usia sekolah.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan jumlah sampel yaitu 84 siswa-siswi kelas 1 kelas 6 SD Sonosewu Bantul yang dipilih secara acak. Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah *microtoise*, timbangan dan *food record*.

Hasil Penelitian : Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar anak usia sekolah memiliki status gizi normal sejumlah 57 siswa/i (57,0%). Responden pada penelitian ini memiliki asupan karbohidrat kurang 53,6%, asupan mineral kurang 67,9%, asupan lemak kurang 45,2%, asupan vitamin kurang 41,7%, asupan kalori kurang 47,6% dan asupan protein lebih 40,5% yang sebagian besar dialami anak dengan status gizi normal.

Kesimpulan : Mayoritas anak usia sekolah memiliki status gizi normal tetapi untuk asupan zat gizi berupa kalori, karbohidrat, lemak, mineral dan vitamin memiliki asupan kurang dan memiliki asupan protein lebih

Kata Kunci : Status Gizi, Asupan Makan, Anak Usia Sekolah