KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN KEBIASAAN JAJAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 19 DI WILAYAH SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Oleh:

MILAWATI
NIM: P01730122073

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI D-III GIZI
TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN KEBIASAAN JAJAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 19 DI WILAYAH SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

MILAWATI
NIM: P01730122073

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diperiksa Dan Disetujui
Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji
Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal 7 Juli 2025

Mengetahui

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Pembimbing I	Pembimbing II
Kamsiah ,SST,M,Kes.	**Anang Wahyudi S.Gz.MPH.**
NIP. 197408181997032002	**NIP. 198210192006041002**

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN KEBIASAAN JAJAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 19 DI WILAYAH SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

MILAWATI
P01730122073

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji dan Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal 7 Juli 2025

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima Tim Penguji

Ketua Dewan Penguji

Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM
NIP.197608172000032001

Penguji II

Ahmad Rizal, SKM., MM
NIP. 196303221985031006

Penguji III

Anang Wahyudi, S.Gz.,MPH
NIP. 198210192006041002

Penguji IV

Kamsiah, SST.,M.Kes
NIP.197408181997032002

Mengesahkan
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Anang Wahyudi, S.Gz.,MPH
NIP. 198210192006041002

Kemenkes Poltekkes Bengkulu
Dipindai dengan CamScanner

BIODATA PENULIS



Nama	:MILAWATI
Tempat dan Tanggal Lahir	: Ulu Danau 01 Mei 2004
Jenis Kelamin	:Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	:Jl. Rekso Sumardi Desa Tebat Layang
Email	:milaw5659@gmail.com
Riwayat Pendidikan	: 1.SDN Tebat Layang
	2.SMP Plus Al-Hannan
	3. SMA Plus Al-Hannan
Nama Orang Tua	:
Ayah	: Jamiludin
Ibu	: -
Anak Ke	:4 dari 4 Bersaudara
Nama Saudara	:1.Juli Asmini
	:2.Indra Jaya
	:3.Lili Warni

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Program Studi Diploma III Gizi, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan, Kementerian, Bengkulu Penulis Karya Tulis Ilmiah, 3 Juni 2025

MILAWATI

GAMBARAN KEBIASAAN JAJAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI 19 DI WILAYAH SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

ABSTRAK

Latar Belakang: Anak merupakan investasi bangsa, karena sebagai generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa ditentukan oleh kualitas sejak anak-anak. Anak sekolah belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri. Anak membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung didalamnya. Status gizi merupakan suatu kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh asupan dan pengeluaran zat gizi, yang bersumber dari makanan dan minuman yang telah di konsumsi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kebiasaan jajan dan status gizi pada anak Sekolah Dasar Negeri 19 di Wilayah Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2025. **Metode**: Penelitian ini bersifat deskriptif yaitu untuk melihat Gambaran Kebiasaan Jajan Dan Status Gizi Anak Sekolah Di Sekolah Dasar Negeri 19 Kota Bengkulu Tahun 2025. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Simple Random Sampling (pengambilan sampel acak sederhana), di mana setiap siswa memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin, sehingga diperoleh sebanyak 66 responden.Hasil:analisis data yang didapatkan secara univariat. **Hasil** : penelitian pada kebiasaan jajan anak Sekolah Dasar Negeri 19 Kota Bengkulu menunjukkan dari 66 responden yang di teliti, diperoleh sebagian besar responden 25 orang (37%) sering jajan. Hasil penelitian pada status gizi anak Sekolah Dasar Negeri 19 Kota Bengkulu menunjukkan dari 66 responden yang di teliti, diperoleh sebagian besar responden 25 orang (37,9%) IMT/U dengan status gizi baik. **Kesimpulan**: Sebagian kecil dari responden menunjukkan bahwa siswa-siswi di Sekolah Dasar Negeri 19 Kota Bengkulu tahun 2025 jarang melakukan jajan. Sebagian kecil responden mengenai status gizi pada siswa-siswi di Sekolah Dasar Negeri 19 Kota Bengkulu tahun 2025 mengalami status gizi malnutrisi beban ganda.

Kata Kunci: Gambaran Kebiasaan Jajan, Status Gizi IMT/U.

Diploma III Nutrition Study Program, Nutrition Department, Health Polytechnic, Ministry, Bengkulu Author of Scientific Paper, June 3, 2025

MILAWATI

DESCRIPTIONS OF SNACKING HABITS AND NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN AT STATE ELEMENTARY SCHOOL 19 IN SAWAH LEBAR AREA, BENGKULU CITY IN 2025

ABSTRACT

Background: Children are the nation's investment, because they are the next generation of the nation. The quality of the nation is determined by the quality since childhood. School children do not understand how to choose healthy snacks so that it has a bad effect on their own health. Children buy snacks according to their own preferences without thinking about the ingredients contained in them. Nutritional status is a condition of the body that is influenced by the intake and excretion of nutrients, which come from food and drinks that have been consumed. **Objective**: This study aims to determine the description of snacking habits and nutritional status of children at State Elementary School 19 in the Sawah Lebar Area of Bengkulu City in 2025. **Method**: This study is descriptive in nature, namely to see the Description of Snacking Habits and Nutritional Status of School Children at State Elementary School 19, Bengkulu City in 2025. The sampling technique used was Simple Random Sampling, where each student has an equal chance of being selected as a respondent. The number of samples was determined using the Slovin formula, so that 66 respondents were obtained. Results: analysis of the data obtained univariately. **Results**: research on the snacking habits of children at State Elementary School 19, Bengkulu City showed that of the 66 respondents studied, the majority of respondents, 25 people (37%) often snacked. The results of the study on the nutritional status of children at State Elementary School 19, Bengkulu City showed that of the 66 respondents studied, the majo rity of respondents, 25 people (37.9%) had BMI/U with good nutritional status. **Conclusion**: A small percentage of respondents indicated that students at State Elementary School 19, Bengkulu City, in 2025 rarely bought snacks. A small percentage of respondents regarding the nutritional status of students at State Elementary School 19, Bengkulu City, in 2025 experienced double burden malnutrition.

Keywords: Overview of Snacking Habits, Nutritional Status BMI/U.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrrahim, Alhamdulillah hirobbil alamin puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya Karya Tulis Ilmiah Dengan judul "**Gambaran Kebiasaan Jajan Dan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 19 Di Wilayah Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025"** sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terima kasih kepada Ibu/Bapak:

1. Linda, SST., M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH sebagai Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, dan selaku Pembimbing II yang telah memotivasi dan memfasilitasi agar penulis cepat menyelesaikan studi.
3. Kusdalinah, SST., M.Gz., sebagai Ketua Prodi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
4. Kamsiah, SST, M.Kes sebagai Dosen Pembimbing I dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini yang telah membimbing, meluangkan waktunya dan memberikan saran serta perbaikan.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

5. Prof. Dr Demsa Simbolon, SKM., MKM sebagai Ketua Dewan Penguji dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran perbaikan.
6. Ahmad Rizal, SKM., MM sebagai penguji II dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran perbaikan.
7. Teristimewa penulis sampaikan kepada ayahandaku cinta pertamaku dan ibu tercinta belahan jiwaku yang selalu menjadi penyemangat penulis sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia, yang tiada hentinya selalu memberikan semangat dan kasih sayang, serta do'a yang tak lupa mereka panjatkan agar aku selalu diberi kelancaran, kemudahan, sehat selalu, dan dapat menyelesaikan perkuliahan tepat waktu.
8. Teman-teman terdekat dan teman seangkatan program studi Diploma III Gizi yang memberi semangat serta dorongan untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penyusunan Karya tulis Ilmiah ini penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Terima kasih.

Bengkulu, 7 Juli 2025

Penulis

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Sesungguhnya Bersama Kesulitan Ada Kemudahan"

(Q.S Al-Insyirah:5)

"Jika Tidak Hari Ini, Mungkin Minggu Depan, Jika Tidak Minggu Ini Mungkin Bulan Depan, Jika Tidak Bulan Ini Mungkin Tahun Depan Segala Harapan Kan Datang Yang Kita Impikan"

(Batas Senja-Kita Usahakan Lagi)

"Terlambat Bukan Berarti Gagal, Cepat Bukan Berarti Hebat. Terlambat Bukan Menjadi Alasan Untuk Menyerah, Setiap Orang Memiliki Proses Yang Berbeda. PERCAYALAH PROSES Itu Yang Paling Penting Karena Allah Telah Mempersiapkan Hal Baik Dibalik Proses Yang Kamu Anggap Rumit"

(Edwar Satria)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

PERSEMBAHAN

Sebagai ungkapan terimakasih karya tulis ilmiah ini penulis persembahkan kepada:

1. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Jamiludin. Beliau yang selalu menjadi sumber semangat bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan karya tulis ilmiah ini. Terimakasih selalu berjuang untuk penulis, sehingga penulis bisa berada di titik ini. Do'a Ayah, didikan ayah, yang selalu membuat penulis kuat sehinga membuat penulis bisa menyelesaikan pendidikan. Sehat selalu, panjang umur, serta harus selalu ada disetiap perjalanan dan perjuangan hidup penulis love you cinta pertamaku.

2. Pintu surgaku, Bunda tercinta yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi yang luar biasa. Terimakasih untuk do'a yang selalu diberikan untuk penulis, Terimakasih selalu berjuang untuk penulis, sehingga penulis bisa berada di titik ini. Sehat selalu, panjang umur, serta harus selalu ada disetiap perjalanan dan perjuangan hidup penulis love you surgaku.
3. Untuk yang tersayang Bunda Kamsiah SST., M.Kes terimakasih banyak bunda telah meluangkan waktu bunda, dan mau di repotkan , yang selalu memberi semangat serta memotivasi untuk tidak menyerah, selalu memberi semangat, bunda tak pernah menyerah membimbing mila walaupun mila lambat dalam berproses. Bunda selalu mendorong mila supaya cepat, jangan lambat untuk menyelesaikan tugas.
4. Ketiga kakakku, Juli Asmini, Indra Jaya, dan Lili Warni. Terimakasih sudah menjadi support terbaik bagi penulis, tempat penulis mencurahkan rasa keluh kesah, senang dan sedih selama perkuliahan.
5. Kakak ipar ku kakak Riki Suprianto terimaksih banyak kak , kakak yang selalu mengantar jemput. Saat libur kuliah, maupun akan kembali memulai perkuliahan lagi. Kakak meluangkan waktu mengantar jemput aku menggantikan posisi ayah karena jalan yang di tempuh cukup jauh.
6. Teman seperjuangan Enjelika Karolin, Putri Hernita dan Cinthya Agustin.Terimakasih atas segala bentuk dukungannya, semangat,

motivasi, canda, tawa, dan yang tak kalah penting selalu menjadi support terbaik aku untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini (KTI). Terimakasih kalian sudah menjadi rumah ke 2 bagi saya dalam melewati kehidupan di perantauan.

7. Kepada seseorang yang namanya tidak bisa disebutkan terimakasih sudah hadir di dalam hidup penulis meskipun hanya sebentar saja, cuman menghadirkan rasa sakit yang dapat di ingat. Jika kamu merasa hidup mu susah, rumit dan berat untuk mewujudkan apa yang kamu impikan, maka ingatlah kamu membutuhkan maaf dariku.
8. Terakhir terimakasih kepada diriku sendiri, yang telah bertahan sampai di titik ini. Terimakasih sudah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat meenyelesaikan studi ini sampai selesai. Meskipun banyak di iringi dengan air mata, tetapi terimakasih sudah bertahan sampai di garis finish.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN i
HALAMAN PENGESAHAN ii
BIODATA iii
ABSTRAK iv
KATA PENGANTAR vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN viii
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1. Latar belakang 1
1.2. Rumusan masalah 5
1.3. Tujuan penelitian 5
1.4. Manfaat penelitian 5
1.5. Keaslian Penelitian 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 9
2.1 Status Gizi 9
2.2 Anak Sekolah 18
2.3 Makanan Jajanan 22
2.4 Kerangka Teori 28
BAB III METODE PENELITIAN 29
3.1 Desaian Penelitian 29
3.2 Defenisi Operasional 29
3.3 Tempat Dan Waktu Penelitian 32
3.4 Pengumpulan Data 32
3.5 Pengolahan Data 33
3.6 Analisis Data 34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 36
4.1 Jalannya Penelitian 36
4.2 Hasil Penelitian 36
4.3 Pembahasan 38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 47
A. Kesimpulan 47
B. Saran 47
DAFTAR PUSTAKA 49
LAMPIRAN 54

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 7
Tabel 2.1 (SOP) Pengukuran Berat Badan 13
Tabel 2.2 (SOP) Pengukuran Tinggi Badan 15
Tabel 2.3 Penilaian Status Gizi 17
Tabel 2.4 kerangka Teori 28
Tabel 3.2 Desain Operasional 29
Tabel 3.3 Jumlah Setiap Kelas 32
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden 37
Tabel 4.2 Frekuensi Kebiasaan Jajan 37
Tabel 4.3 Frekuensi IMT/U 38

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Informed Consent* 54
Lampiran 2 Kesediaan Menjadi Responden 55
Lampiran 3 Surat Selesai Penelitian 56
Lampiran 4 Surat Keterangan Layak Etik..... 57
Lampiran 5 Surata Rekomendasi Penelitian 58
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian..... 59
Lampiran 7 Kuesioner 60
Lampiran 3 Master Table..... 63

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu