

Pengaruh Pola Konsumsi Anak Sekolah Dasar Terhadap Status Gizi (IMT/U) di Desa Oeltua Kecamatan Taibenu Kabupaten Kupang

Yohanes Don Bosko Demu¹, Santa Luciana Diaz Vera da Costa², Regina Maria Boro³
^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Kupang
E-mail: dondemu1071@gmail.com¹

Article History:

Received: 12 Oktober 2023

Revised: 19 Oktober 2023

Accepted: 20 Oktober 2023

Keywords: Consumption
Patterns, Nutritional Status

Abstract: *The role of parents is very important in preparing nutritious food so that it can improve the nutritional status and health of school children. This research aims to determine food consumption patterns on nutritional status (BMI/U) in elementary school children in Oeltua village, Taibenu subdistrict, Kupang regency. The research design used cross-sectional. The sample used in this research was 206 respondents selected using total sampling. Next, the data was analyzed using the T test. The results of the study showed that there was no influence of energy, fat, carbohydrate intake on the nutritional status (BMI/U) of students (sign=0.998, 0.715, 0.999), there was an influence of protein intake, diet on nutritional status (BMI/U) (Sign = 0.016, 0.018) elementary school children in Oeltua Village. It is recommended that parents play a more adequate role in providing food to their children so that they can improve their nutritional status. There needs to be cooperation between parents and teachers in providing education about the importance of consuming nutritious food.*

PENDAHULUAN

Anak sekolah merupakan Sumber Daya Manusia (SDM) generasi penerus bangsa yang potensinya perlu terus dibina dan dikembangkan. Kesehatan merupakan prakondisi utama yang harus dipenuhi untuk keberhasilan upaya pendidikan. Upaya peningkatan SDM yang berkualitas dimulai dengan cara penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi, perawatan yang baik (Yurni & Sinaga, 2017).

Anak usia sekolah dasar adalah kelompok anak usia 6-12 tahun yang duduk di bangku sekolah dasar dan kelompok usia ini sering mengalami masalah gizi. Oleh karena itu, status gizi dan kesehatan pada usia ini penting untuk dijaga untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan, berpikir, aktivitas fisik yang baik, dan menjaga daya tahan tubuh sehingga dapat mendukung kegiatan sekolah (Merryana Adriani, 2016).

Pola makan yang kurang baik karena kekurangan gizi akan berdampak pada kesehatan dan kemampuan anak-anak untuk belajar. Hal ini akan menghambat produktivitas dan potensinya dari yang dimiliki oleh mereka. Untuk itu perlu adanya ketahanan pangan yang ada didalam rumah tangga untuk mencukupi kebutuhan untuk mengatasi permasalahan gizi. ("School Food and Nutrition – Global Action Plan 2022–2026," 2022).

Status gizi adalah gambaran keseimbangan kebutuhan zat gizi dengan tujuan untuk pemeliharaan fungsi tubuh bagi pemeliharaan kehidupan, dan untuk menghasilkan energi pada setiap individu. Asupan makanan memiliki hubungan dengan status gizi seseorang. Untuk memperoleh Status gizi yang baik jika tubuh mendapat cukup zat-zat gizi yang diperlukan secara efisien. Sehingga memungkinkan seseorang mengalami perkembangan otak dan pertumbuhan fisik (Ratnasari & Purniasih, 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan status gizi anak usia 5-12 tahun menurut IMT/U di Indonesia dengan prevalensi kurus yaitu 9,2% terdiri dari sangat kurus 2,4% dan kurus 6,8% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapatkan status gizi anak usia 5-12 tahun menurut IMT/U di Nusa Tenggara Timur dengan prevalensi sangat kurus 4,62%, kurus 13,88%, normal 75,42%, gemuk 3,71%, obesitas 2,38%. (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

Gizi merupakan faktor terpenting dalam indikator kesehatan manusia terutama pada masa anak-anak dan remaja. Masalah gizi diusia sekolah akan mempengaruhi perkembangan kognitif, produktivitas, dan kinerja individu. Ketidakseimbangan antara zat gizi yang masuk ke dalam tubuh dengan kebutuhan zat gizi untuk metabolisme tubuh akan mempengaruhi keadaan status gizi. Permasalahan Gizi akan berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih dan obesitas dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif (Charina et al., 2022).

Anak sekolah dasar rata rata setiap hari menghabiskan waktu di sekolah kurang lebih 6 jam. Oleh karena itu orang tua perlu menyiapkan makanan untuk anaknya atau memberikan uang saku kepada anaknya sehingga anak bisa membeli makanan yang dijual di sekitar sekolah. Pola konsumsi jajanan yang tidak sehat dinilai akan mengganggu pola makan pada anak sekolah. Apabila mengkonsumsi makanan yang tinggi kalori beresiko timbulnya permasalahan gizi (Royidah & Andrias,2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola konsumsi makanan terhadap status gizi (IMT/U) pada anak sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah desain cross-sectional. Studi dilakukan untuk mengetahui pola konsumsi anak sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang. Penelitian dilaksanakan di SD GMT dan SD Negeri Binilaka Desa Oeltua. Waktu penelitian pada bulan Januari 2023 hingga bulan Oktober 2023. Populasi pada penelitian ini adalah anak sekolah dasar Negeri Binilaka dan SD GMT di Desa Oeltua yang memenuhi syarat- syarat inklusi yaitu anak sekolah kelas I-VI, berdomisili di desa Oeltua Kecamatan Taebenu, dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusif siswa yang tidak mengikuti saat antropometri, tidak dalam keadaan sakit. Instrumen dan alat yang digunakan adalah formulir identitas, formulir recall dan form FFQ. Timbangan digital untuk mengetahui berat badan responden dan microtoise untuk pengukuran tinggi badan responden.

Kategori status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), dengan kategori Gizi buruk (severely thinness) < -3 SD, Gizi kurang (-3 (- 3 SD sd < -2 SD), Gizi Baik (Normal) -2 SD sd $+1$ SD, Gizi Lebih (Overweight $+1$ SD sd $+2$ SD), Obesitas (Obese) $> +2$ SD (KemenkesRI,2020). Kategori Pola konsumsi diperoleh dengan menggunakan food Frequency Questionnaire (FFQ) hasilnya dikategorikan baik apabila nilai kisaran skor maksimum dikurangi interval, sampai skor maksimum(528-730). Cukup apabila nilai kisaran berada pada batas bawah kelas dikurangi interval (326-527). Kurang apabila nilai kisaran batas bawah kelas cukup dikurangi interval batas bawah kelas cukup sampai dengan nilai minimum.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Hasil****1. Karakteristik Responden****Tabel 1. Karakteristik responden anak sekolah dasar di Desa Oeltua.**

NO	KETERANGAN		N	%
1	Jenis Kelamin	Laki laki	111	53,9
		Perempuan	95	46,1
2	Usia Responden (Tahun)	6 th	4	1,9
		7th	27	13,1
		8 th	39	18,9
		9 th	47	22,8
		10 th	44	21,4
		11 th	26	12,6
3	Status Gizi	Normal	162	78,6
		Malnutrisi	44	21,4
4	Asupan Energi	Baik	13	6,3
		Lebih	1	.5
		Defisit	192	93,2
5	Asupan Protein	Baik	47	22,8
		Lebih	23	11,2
		Defisit	136	66,0
6	Asupan Lemak	Baik	26	12,6
		Lebih	5	2,4
		Defisit	175	85,0
7	Asupan Karbohidrat	Baik	11	5,3
		Defisit	195	94,7
8	Pola Makan	Baik	43	20,9
		Cukup	40	19,4
		Kurang	123	59,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 206 responden yang berjenis kelamin laki laki sebanyak 111 responden (53,9%) dan perempuan 95 responden (46,1%), umur terendah 4 tahun (1,9%) dan usia tertinggi 12 tahun (6,8%). Status gizi normal 162 (78,6%) dan malnutrisi 44 responden (21,4%). Asupan energi baik sebanyak 13 responden (6,3%), lebih sebanyak 1 responden (0,5%) dan deficit 192 responden (93,2%). Asupan protein baik sebanyak 47 responden (22,8%), lebih 23 responden (11,2%) dan deficit 136 responden (66,0%). Asupan lemak baik sebanyak 26 responden (12,6%) dan lebih 5 responden (2,4%). Asupan karbohidrat baik sebanyak 11 responden (5,3%) dan deficit sebanyak 195 responden (94,7%). Pola makan baik sebanyak 43 responden (20,9%) dan cukup sebanyak 40 responden (19,4%).

2. Pengaruh Asupan Energi terhadap Status Gizi Siswa**Tabel 2. Pengaruh asupan energi terhadap status gizi siswa**

Keterangan	Status Gizi				Total	Sign .998
	Normal	%	Malnutrisi	%		
Asupan energi						
Baik	13	8,02	0	0	13	
Lebih	1	0,61	0	0	1	
Defisit	148	0,71	44	100	192	
TOTAL	162	9,37	44	100	206	

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 206 anak sekolah dasar di Desa Oeltua terdapat asupan energy dengan kategori status gizi normal sebanyak 13 responden (8,02%), sedangkan responden yang asupan energy lebih dengan kategori status gizi normal sebanyak 1 responden (0,61%), sedangkan responden dengan asupan energy deficit dengan kategori status gizi normal sebanyak 148 responden (0,71%) dan malnutrisi sebanyak 44 responden (100%).

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai sign = 0,998 > 0,05 yang artinya tidak ada pengaruh antara asupan energy dengan status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua

3. Pengaruh Asupan Protein terhadap Status Gizi Siswa

Tabel 3. Pengaruh asupan protein terhadap status gizi siswa

Keterangan	Status Gizi				Total	Sign .016
	Normal	%	Malnutrisi	%		
Asupan Protein						
Baik	46	28,39	1	2,27	47	
Lebih	16	9,87	7	15,90	23	
Defisit	100	61,72	36	81,81	136	
TOTAL	162	99,98	44	99,98	206	

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 206 anak sekolah dasar di Desa Oeltua terdapat asupan protein baik dengan kategori status gizi normal sebanyak 46 responden (28,39%) dan malnutrisi 1 responden (2,27%) sedangkan asupan protein lebih dengan kategori status gizi normal sebanyak 16 responden (9,87%) dan malnutrisi 7 responden (15,90) sedangkan asupan protein deficit dengan kategori status gizi normal sebanyak 100 responden (61,72%) dan malnutrisi sebanyak 36 responden (81,81%).

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai sign = 0,016 < 0,05 yang artinya ada pengaruh asupan protein anak sekolah dasar di Desa Oeltua

4. Pengaruh Asupan Lemak terhadap Status Gizi Siswa

Tabel 4. Pengaruh asupan lemak terhadap status gizi siswa

Keterangan	Status Gizi				Total	Sign .715
	Normal	%	Malnutrisi	%		
Asupan Lemak						
Baik	23	14,19	3	6,81	26	
Lebih	4	2,46	1	2,72	5	
Defisit	135	83,33	40	90,90	175	
TOTAL	162	99,98	44	100	206	

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 206 anak sekolah dasar di Desa Oeltua terdapat asupan lemak baik dengan kategori status gizi normal sebanyak 23 responden (14,19%) dan malnutrisi 3 responden (6,81%) sedangkan asupan lemak lebih dengan kategori status gizi normal sebanyak 4 responden (2,46%) dan 1 responden (2,72%) malnutrisi, sedangkan asupan lemak deficit dengan kategori status gizi normal sebanyak 135 responden (83,33%) dan malnutrisi sebanyak 40 responden (90,90%).

Berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa nilai sign = 0,715 > 0,05 yang artinya tidak ada pengaruh asupan lemak terhadap status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua

5. Pengaruh Asupan Karbohidrat terhadap Status Gizi Siswa

Tabel 5. Pengaruh asupan karbohidrat terhadap status gizi siswa

Keterangan	Status Gizi				Total	Sign .999
	Normal	%	Malnutrisi	%		
Asupan Karbohidrat						
Baik	11	6,79	0	0	11	
Defisit	151	93,20	44	100	195	
TOTAL	162	99,98	44	100	206	

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa dari 206 anak sekolah dasar di Desa Oeltua terdapat asupan karbohidrat baik, dengan kategori status gizi normal sebanyak 11 responden (6,79%), sedangkan responden dengan asupan karbohidrat deficit dengan kategori status gizi normal sebanyak 151 responden (93,20%) dan malnutrisi sebanyak 44 responden (100%).

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai sign = 0,999 > 0,05 yang artinya tidak ada pengaruh asupan karbohidrat terhadap status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua

6. Pengaruh Pola Makan terhadap Status Gizi Siswa

Tabel 6. Pengaruh pola makan terhadap status gizi siswa

Keterangan	Status Gizi				Total	Sign .018
	Normal	%	Malnutrisi	%		
Pola Makan						
Baik	40	24,69	3	6,81	43	
Cukup	32	19,75	8	18,18	40	
Defisit	90	55,55	33	75	123	
TOTAL	162	99,99	44	99,99	206	

Berdasarkan tabel 6, menunjukkan dari 206 anak sekolah dasar di Desa Oeltua terdapat Pola makan baik dengan kategori status gizi normal sebanyak 40 responden (24,69%), dan malnutrisi 3 responden (6,81%), sedangkan responden yang Pola makan cukup dengan status gizi normal sebanyak 32 responden (19,75%) dan 8 responden malnutrisi (18,18%) sedangkan responden yang memiliki pola makan deficit dengan status gizi normal sebanyak 90 responden (55,55%) dan 33 responden (75%) malnutrisi.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai sign = 0,018 < 0,05 yang artinya ada pengaruh pola makan dengan status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua

Pembahasan

1. Pengaruh Asupan Energi Terhadap Status Gizi Siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan, dari hasil Uji T didapatkan nilai sign 0,998. dimana nilai sign 0,998 > dari 0,005 maka disimpulkan tidak ada pengaruh asupan energy terhadap status gizi siswa sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang seperti makanan ringan (ciki, salome,) karena sebelum berangkat ke sekolah anak tidak sarapan di rumah. Sehingga anak lebih memilih untuk membeli jajanan yang dijual disekitar sekolah.

Makanan yang di beli oleh anak ini kandungan energi sangat rendah. Sehingga asupan gizi yang diperoleh juga rendah.

Orang tua murid dengan kesibukan dengan pekerjaan tidak sempat menyiapkan makanan untuk anaknya ketika mau berangkat sekolah, sehingga anak hanya diberikan uang jajan untuk membeli makanan yang dijual disekitar lingkungan sekolah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Damayanti et al., 2020) yang menyatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan status gizi anak sekolah dasar MI Nurussalam.

2. Pengaruh Asupan Protein Terhadap Status Gizi Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil Uji T didapatkan nilai sign 0,016. Dimana nilai sign kurang dari 0,005 maka disimpulkan ada pengaruh asupan protein terhadap status gizi siswa sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang

Berdasarkan hasil wawancara dengan menggunakan food recall dan food frekuensi anak sekolah dasar di Desa Oeltua asupan yang dikonsumsi setiap hari maupun dalam seminggu ada bahan makanan dari protein hewani seperti telur ayam, dan ikan serta mengkonsumsi salome yang dijual di sekolah. Untuk lauk hewani rata rata dikonsumsi dalam seminggu 1-3 kali. Berdasarkan hasil wawancara dengan responden asupan makanan untuk lauk hewani yang lebih sering dikonsumsi adalah makanan yang di masak oleh keluarga maupun jajanan yang dijual di sekolah. Rata rata anak sekolah dasar mengkonsumsi lauk nabati dalam seminggu 1-3 kali. Tetapi jumlah yang dikonsumsi jauh lebih sedikit.

Menurut teori (Asmin et al., 2021) dimana didalam tubuh memiliki komponen zat gizi dan harus memiliki cukup, karbohidrat merupakan sumber energi yang tersedia dalam jumlah yang cukup sebab kekurangan 15% dari kalori yang ada, maka dapat menyebabkan kelaparan dan berat badan menurun, protein merupakan zat gizi dasar yang berguna dalam pembentukan proto plasma sel, protein dalam jumlah yang cukup untuk pertumbuhan, vitamin dan mineral kesemuanya harus dalam jumlah yang cukup.

3. Pengaruh Asupan Lemak Terhadap Status Gizi Siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan dari hasil Uji T didapatkan nilai sign 0,715. Oleh karena nilai sign lebih besar 0,715 dari 0,05 maka disimpulkan tidak ada pengaruh asupan lemak terhadap status gizi siswa sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden berdasarkan food frekuensi anak sekolah dasar tidak menyukai lauk nabati yang berasal dari produk olahan seperti tempe dan tahu.

Asupan lemak yang kurang disebabkan karena jumlah porsi dan frekuensi makan responden yang kurang sehingga belum mampu mencukupi kebutuhan lemak responden. Hal ini juga dapat disebabkan karena responden hanya mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung lemak sedikit, seperti sayuran yang ditumis, tempe goreng, tahu goreng, ikan goreng dan telur goreng (Herlina et al., 2022).

Penelitian ini juga dengan sejalan dengan penelitian (Siwi, 2019), menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dengan status gizi. Hal Hasil ini sejalan dengan (Levina & Sumarmi, 2019) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dengan status gizi. Hal ini dapat disebabkan karena adanya faktor lain seperti pendapatan keluarga yang rendah. Pendapatan keluarga yang rendah dan jumlah keluarga yang besar dapat mempengaruhi daya beli konsumsi makanan untuk mencukupi kebutuhan gizi keluarga. Namun berbeda dengan, (Waruis et al., 2015) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan status gizi. Hal ini sesuai dengan teori bahwa konsumsi

lemak sebanyak 15-30% dari kebutuhan energi total, dianggap baik untuk kesehatan (Ernawati, et al, 2019). Makanan yang tinggi lemak memiliki rasa yang lezat, makanan yang mengandung lemak kurang disukai dibandingkan dengan makanan yang mengandung karbohidrat dan protein, sehingga menyebabkan anak mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak secara berlebihan yang dapat menyebabkan obesitas pada anak (Utari et al., 2016)

4. Pengaruh Asupan Karbohidrat Terhadap Status Gizi Siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan dari hasil Uji T didapatkan nilai sign 0,999. Oleh karena nilai sign lebih besar dari 0,05 maka disimpulkan tidak ada pengaruh asupan karbohidrat terhadap status gizi siswa sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang

Tingkat konsumsi makanan ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanan. Baiknya pola makan keluarga dapat ditunjukkan dengan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh dalam susunan hidangan, lengkap tidaknya susunan makanan keluarga banyak bergantung pada kemampuan keluarga untuk menyusun makanan, kemampuan untuk mendapat bahan makanan, adat kebiasaan dan pengetahuan dalam menyusun makanan.

Karbohidrat adalah sumber energi dasar yang digunakan agar otot tetap bekerja. Karbohidrat merupakan komponen terbesar penyusun sumber energi yaitu 50-60% (Hastuti & Zulaekah, 2009). Jika terjadi defisiensi karbohidrat dapat berefek terhadap berkurangnya simpanan energi sehingga berdampak pada gangguan status gizi anak, menyebabkan tubuh lesu, lemah, tidak bertenaga dan terganggunya tumbuh kembang anak. (Damayanti et al., 2020)

5. Pengaruh Pola Makanan Terhadap Status Gizi Siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan dari hasil Uji T didapatkan nilai sign 0,018. Oleh karena nilai sign kurang dari 0,05 maka disimpulkan ada pengaruh pola makanan terhadap status gizi siswa sekolah dasar di Desa Oeltua Kecamatan Taebenu Kabupaten Kupang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan anak sekolah dasar dimana frekuensi makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah sangat bervariasi. Ada yang mengkonsumsi makanan dalam sehari kurang dari tiga kali bahkan ada yang mengkonsumsi lebih dari tiga kali. Menurut teori kebiasaan makanan yang baik adalah sehari makan tiga kali. Apabila mengkonsumsi makanan kurang dari tiga kali maka anak sekolah akan mengalami kekurangan zat gizi dan akan menyebabkan permasalahan gizi (Sunaryo, 2018).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sholikah, 2017, yang menyatakan tidak hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi anak. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi seperti tingkat kemampuan keluarga untuk menyediakan makanan yang masih rendah.

Menurut (Asmin et al., 2021), tingkat konsumsi makanan ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanan. Baiknya pola makan keluarga dapat ditunjukkan dengan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh dalam susunan hidangan, lengkap tidaknya susunan makanan keluarga banyak bergantung pada kemampuan keluarga untuk menyusun makanan, kemampuan untuk mendapat bahan makanan, kemampuan untuk mendapat bahan makanan, adat kebiasaan dan pengetahuan dalam menyusun makanannya.

KESIMPULAN

Tidak ada pengaruh asupan energy dengan status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua, ada pengaruh asupan protein dengan status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua, tidak ada pengaruh asupan lemak terhadap status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua, tidak ada pengaruh

asupan karbohidrat terhadap status gizi anak sekolah dasar di Desa Oeltua, ada pengaruh pola makan dengan status gizi pada anak sekolah dasar di Desa Oeltua. Diharapkan peran orang tua dalam memberikan makanan kepada anak yang lebih adekuat sehingga dapat meningkatkan status gizi anak. Perlu kerjasama antara orang tua dan guru dalam memberikan penyuluhan mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan yang bergizi. Saran : Perlu perhatian orang tua dalam memberikan makanan yang bergizi kepada anak . Perlu kerjasama antara guru sekolah dan orang tua dalam meningkatkan status gizi anak

DAFTAR REFERENSI

- Asmin, A., Arfah, A. I., Arifin, A. F., Safitri, A., & Laddo, N. (2021). Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *FAKUMI MEDICAL JOURNAL: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 54–59. <https://doi.org/10.33096/fmj.v1i1.9>
- Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak*. 21(1), 1–9.
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, April, 197–204.
- Damayanti, A. Y., Santaliani, A. D., Fathimah, & Nabawiyah, H. (2020). Hubungan Asupan Makronutrien Dan Uang Saku Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5, 57–64.
- Herlina, S., Sartika, W., Qomariah, S., & Juwita, S. (2022). Pengaruh Asupan Lemak Terhadap Gizi Lebih pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal SMART Kebidanan*, 9(1), 7. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v9i1.554>
- Kemkes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, pp. 154–165).
- Levina, A., & Sumarmi, S. (2019). Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Mahasiswa Asing Di Surabaya, Indonesia. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 132–139.
- Merryana Adriani, S. K. M. (2016). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Prenada Media.
- Ratnasari, D., & Purniasih, L. (2019). Status Gizi dan Pola Konsumsi Makanan Anak Usia. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 1(1), 34–41.
- School Food and Nutrition – Global Action Plan 2022–2026. (2022). In *School Food and Nutrition – Global Action Plan 2022–2026*. <https://doi.org/10.4060/cc0919en>
- Siwi, N. P. (2019). HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT, LEMAK, DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI (Studi Kasus pada Pekerja Wanita Penyadap Getah Karet di Perkebunan Kalijompo Jember). *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i1.2018.1-12>
- Sunaryo, M. (2018). Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Siswa Di Sd Putra Indonesia Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal*, 2(1), 42–50. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v2i1.766>
- Utari, L. D., Ernalia, Y., & Suyanto, S. (2016). Gambaran Status Gizi Dan Asupan Zat Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Sungai Sembilan Kota Dumai. *Jom Fk*, 3(1), 1–3.
- Waruis, A., Punuh, M. I., & Kapantow, N. H. (2015). Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Pelajar Smp Negeri 10 Kota Manado. *Pharmakon*, 4(4), 303–308.
- Yurni, A. F., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan praktik membawa bekal menu seimbang anak sekolah dasar. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 183–190.