

**STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN  
2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh

Lutfi Ahmad Kurniawan

14601241132

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2018**

# **STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN 2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**

Oleh

Lutfi Ahmad Kurniawan

14601241132

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keadaan status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun ajaran 2018/2019 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran antropometri untuk mengetahui status gizi siswa dan angket untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 dengan jumlah 125 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat dideskripsikan sebagai berikut, dari 56 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua kategori rendah status gizi normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kurus 15 siswa (26,8%), gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%) sangat kurus tidak ada ( 0% ), dan obesitas tidak ada (0%). Sedangkan dari 69 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua kategori sedang status gizi normal sebanyak 60 siswa (87,3 %), gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), kurus 3 siswa (4,3%), sangat kurus tidak ada ( 0% ), dan obesitas tidak ada (0%). Siswa dengan sosial ekonomi orng tua kategori tinggi tidak ada (0%).

Kata kunci : Status Gizi, Sosial Ekonomi Orang tua, Siswa kelas VIII

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Lutfi Ahmad Kurniawan

NIM : 14601241132

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Tas : Status Gizi Siswa Kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun Ajaran  
2018/2019 Berdasarkan sosial ekonomi orang tua

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain keuali sebagai acuan atau kutipan denga mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta , 9 Agustus 2018  
Yang menyatakan



Lutfi Ahmad Kurniawan  
NIM 14601241132

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN  
2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**

Disusun Oleh :

Lutfi Ahmad Kurniawan

NIM. 14601241132

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk

Dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang

Bersangkutan,

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

  
Dr. Guntur, M.Pd.  
NIP. 19810926 200604 1 001

Yogyakarta, 9 Agustus 2018  
Menyetujui  
Dosen Pembimbing

  
Drs. Sriawan, M.Kes.  
NIP. 19580803 1987 1003

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN  
2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**

Disusun Oleh:

Lutfi Ahmad Kurniawan  
NIM. 14601241132

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 21 Agustus 2018

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Sriawan, M.Kes. Ketua Penguji/Pembimbing		5/9 18
Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or. Sekretaris Penguji		31/8 18
Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Penguji 1		27-8-18

Yogyakarta, 5 September 2018  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP. 19640707 198812 1 001

## **MOTTO**

“ Maka sesungguhnya di setiap masalah disertai jalan keluar, sesungguhnya di setiap masalah disertai jalan keluar, kemudian apabila engkau bertekad, maka berusahalah, Dan kepada Tuhanmu saja hendaklah kamu menaruh harapan” (Q.S Al Insyirah 5-8)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur, karya terbaikku ini dipersembahkan

1. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Sukardi Tri Widayat dan Ibu Siti Zubaidah yang senantiasa membimbing, mendo'akan, mendukung, dan memberikan segala yang terbaik untuk saya
2. Kepada keempat adikku Ihza Nur Falakh Ahmad Kurniwan, Amiratun Nisa Nur Rahma, Rida Nur Arifah, dan Latifah Nur Azka Sabilla yang selalu mendukung, mendo'akan dan memberi semangat.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berket rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun Ajaran 2018/2019 Berdasarkan Sosial Ekonomi Orang Tua” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Drs. Sriawan, M.Kes, selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. dan Ibu Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, M.Or. selaku dosen penguji dan sekretaris penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan sehingga TAS dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri, Yogyakarta beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposals sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.



6. Ibu Nur Rohmah Muktiani, M.Pd. , selaku pembimbing akademik yang telah memberikan kemudahan dan memberikan arahan rancangan studi.
7. Ibu Etyk Nurhayati, S.Pd.I., M.Pd. selaku Kepala Sekolah MTs N 5 Sleman yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Guru dan pegawai MTs N 5 Sleman yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas segala bantuan dan perhatiannya selama penyusunan tugas.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 29 Agustus 2018  
Penulis



Lutfi Ahmad Kurniawan

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO .....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah .....	3
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Deskripsi Teori.....	6
1. Pengertian Gizi.....	6
2. Jenis Bahan Gizi.....	7
3. Gizi Seimbang.....	17
4. Kesalahan Gizi .....	18
5. Hakikat Status Gizi .....	22
6. Penilaian Status Gizi .....	24
7. Status Sosial Ekonomi .....	28
8. Karakteristik siswa.....	34
9. Keterkaitan Status Gizi dengan Status sosial ekonomi orag tua	35
B. Penelitian Yang Relevan.....	37
C. Kerangka Berpikir.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain penelitian.....	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	41
C. Populasi Penelitian.....	42
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	43
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	43
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	46
G. Tekik Analisis Data.....	49

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	52
1. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman .....	52
2. Status Sosial Ekonomi Orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman .....	53
3. Status gizi berdasarkan sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman .....	54
B. Pembahasan .....	56
C. Keterbatasan Penelitian .....	59
 <b>BAB V</b>	
A. Kesimpulan .....	60
B. Implikasi.....	60
C. Saran.....	60
 <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	62
<b>LAMPIRAN</b> .....	64

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 5 Sleman.....	42
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Status Sosial Ekonomi Orang Tua.....	46
Tabel 3. Kategori Uji Reliabilitas Instrumen .....	49
Tabel 4. Kategori Status Gizi Menurut Indeks Massa Tubuh berdasarkan umur 5-18 tahun.....	50
Tabel 5. Kategori Status sosial ekonomi orang tua.....	51
Tabel 6. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.....	52
Tabel 7. Frekuensi Distribusi Kecenderungan Variabel Status Sosial Ekonomi Orang Tua.....	53
Tabel 8. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua .....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Bagan alur penelitian status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua .....	40
Gambar 2.	Diagram status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.....	53
Gambar 3.	Diagram status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.....	54
Gambar 4	Diagram status gizi berdasarkan sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	65
Lampiran 2. Surat izin penelitian dari KESBANGPOL .....	66
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian dari MTs N 5 Sleman.....	67
Lampiran 4. Lembar Sertifikat Pengujian Timbangan berat badan badan..	68
Lampiran 5. Lembar Sertifikat Pengujian alat ukur tinggi badan.....	69
Lampiran 6. Validitas dan reliabilitas instrumen angket status sosial ekonomi Orangtua .....	70
Lampiran 7. Instrumen (angket) Penelitian status sosial ekonomi orang tua	72
Lampiran 8. Hasil penelitian status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman	75
Lampiran 9. Hasil penelitian status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman .....	79
Lampiran 10. Standar antropometri penilaian status gizi anak .....	83
Lampiran 11. Dokumentasi.....	93

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu faktor utama yang diperlukan dalam melaksanakan Pembangunan Nasional. Kualitas SDM agar meningkat maka harus dilakukan upaya-upaya yang saling berkesinambungan. Faktor yang mempengaruhi kualitas SDM diantaranya faktor kesehatan dan gizi, karena orang tidak akan dapat mengembangkan kemampuannya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal.

Faktor kesehatan tentu tidak terlepas dari makanan yang dikonsumsi dari makanan tersebut diperoleh berbagai zat gizi yang menunjang kesehatan. Salah satu tolak ukur untuk mengetahui kesehatan yaitu dengan mengetahui status gizi tersebut. Gizi menjadi salah satu faktor penting dalam pertumbuhan jasmani anak. Menurut Muhajir (2017:274) Kualitas gizi manusia sejak di dalam kandungan, dan pada masa-masa pertumbuhan selanjutnya mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan jasmani dan kecerdasan.

Harapan Setiap orang tua dan guru tentu setiap anak memiliki status gizi yang baik atau normal. MTs Negeri 5 Sleman merupakan sekolah menengah pertama (SMP) yang berbasis di Departemen Agama. MTs Negeri 5 Sleman terletak di dusun Klaci, Sidoagung, Godean, Sleman. Berdasarkan observasi saat Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) ada beberapa siswa yang tergolong kurus, dan ada pula yang pendek jika dilihat dari sudut pandang usia siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman dan dibandingkan dengan siswa di sekolah lain yang sebaya. Menurut Khosman (2002:3) Anak-anak yang menderita gizi kurang berpenampilan lebih rendah dibandingkan

rekan-rekannya sebaya yang sehat dan bergizi baik. Karena keterbatasan disekolah ada buku yang seharusnya mencatat data tersebut namun dalam beberapa tahun ajaran baru belum dilakukan pengukuran, sehingga siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman belum diketahui secara pasti berat badan dan tinggi badan.

Gizi tidak terlepas dari apa yang dikonsumsi seseorang, pola makan pada anak usia 11-14 masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan terutama lingkungan keluarga yaitu kedua orang tua. Kondisi kedua orang tua asuh akan mempengaruhi pola makan setiap anak, karena anak pada usia tersebut masih bergantung pada orang tua. Termasuk status sosial ekonomi kedua orang tua. Menurut Jellife (1966) dalam Supriasa, dkk (2014:21) faktor ekologi yang berhubungan dengan penyebab malnutrisi dibagi dalam enam kelompok, yaitu keadaan infeksi, konsumsi makanan, pengaruh budaya, sosial ekonomi, produksi pangan, serta kesehatan pendidikan. Melalui tanya jawab dengan guru penjas siswa MTs N 5 Sleman banyak yang berasal dari keluarga menengah kebawah. Menurut Par'i (2014:218) Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Namun walaupun demikian belum ada data pasti mengenai status sosial ekonomi orang tua siswa MTs N 5 Sleman.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang status gizi siswa MTs N 5 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua siswa karena gizi yang dikonsumsi siswa secara tidak langsung dipengaruhi sosial ekonomi orang tua. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian “Status Gizi Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun Ajaran 2018/2019 berdasarkan status Sosial Ekonomi Orang tua” .



## **B. Identifikasi Masalah**

Permasalahan agar tidak terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah. Berdasarkan latar belakang Masalah yang telah diuraikan diatas maka dapat diidentifikasi beberapa Masalah sebagai berikut :

1. Terdapat beberapa siswa VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 yang berpenampilan fisik kurus dan pendek.
2. Belum Diketuinya kategori status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun Ajaran 2018/2019.
3. Belum diketahuinya Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 SLEMAN Tahun Ajaran 2018/2019 berdasarkan sosial ekonomi orang tua siswa.

## **C. Batasan Masalah**

Batasan terhadap permasalahan perlu diberikan untuk menghindari persepsi yang berbeda dan agar pembahasan lebih mendalam, peneliti hanya membatasi pada masalah status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua siswa.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, perlu kiranya dirumuskan permasalahan yang akan diteliti pada penelitian ini. Adapun rumusan masalah tersebut yaitu “ Bagaimana status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua ? ”

## **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan rumusan masalah yang berkaitan dengan status gizi dan status sosial ekonomi orang tua siswa yang telah diuraikan sebelumnya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keadaan status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman Tahun ajaran 2018/2019 berdasarkan status sosial ekonomi orang tua.

## **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang, perumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah diuraikan diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat antara lain :

1. Secara Teoritis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan informasi bagi ilmu pengetahuan yaitu sebagai sarana pengembangan ilmu pendidikan jasmani dan keolahragaan khususnya tentang status gizi
  - b. Hasil Penelitian yang dilakukan peneliti dapat memberikan suatu informasi kepada MTs N 5 Sleman mengenai status gizi siswa kelas VIII berdasarkan status sosial ekonomi orang tua.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti

Kegiatan ini dapat menjadikan pengalaman yang sangat bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah, dan juga peneliti mendapat jawaban yang konkrit tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.

- b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi dan bahan pertimbangan bagi sekolah untuk melakukan penilaian status gizi setiap tahunnya.

c. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai cara untuk memberikan penguatan terkait status gizi siswa.

d. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan para siswa lebih sadar untuk menjaga status gizi mereka yang sudah baik dan memperbaiki bagi yang belum.

e. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan orang tua lebih memahami tentang gizi bagi anak-anaknya dan lebih selektif menyajikan hidangan dengan gizi seimbang bagi, serta lebih memperhatikan sikap anak-anak terhadap pola makannya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pengertian Gizi**

Istilah Gizi Berasal dari bahasa arab (*giza*) yang berarti zat makanan, sedangkan dalam Bahasa Inggris, gizi sering dikenal dengan istilah *nutrition*. *Nutrition* sendiri memiliki banyak arti, seperti bahan makanan, zat gizi, atau sering juga digunakan untuk menyatakan ilmu gizi. Secara luas gizi diartikan sebagai suatu proses organisme dalam menggunakan makanan yang dikonsumsi melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat gizi. Tujuannya adalah untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ tubuh, serta untuk menghasilkan tenaga. Menurut Bogert (1973) dalam Irianto (2017: 2) Mendefinisikan ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari cara memberi makan tubuh (Irianto, 2017: 2). Pendapat lain tentang gizi hampir serupa diungkapkan menurut (Supariasa, dkk 2002: 17-18) Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ tubuh.

Menurut Almatsier (2002: 3) Gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan untuk tubuh melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Sedangkan Ilmu Gizi adalah ilmu yang mempelajari tentang segala sesuatu tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Kata “gizi” berasal dari bahasa arab *giza*,

yang berarti “makanan”. Di satu sisi ilmu gizi berkaitan dengan makanan dan sisi lain dengan tubuh manusia.

Pengertian gizi dari beberapa pendapat ahli diatas dapat diambil kesimpulan bahwa gizi adalah proses organisme dalam menggunakan makanan yang dikonsumsi melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat gizi yang berfungsi menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan, serta bertujuan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ tubuh, serta menghasilkan tenaga.

## **2. Jenis Bahan Gizi**

Makanan adalah lebih dari sekedar bahan untuk menghentikan rasa lapar, ini adalah bahan bakar yang terdiri dari bahan gizi penting terutama untuk pemeliharaan kesehatan optimal dan penampilan prima. Sesuai dengan fungsinya, zat gizi dapat digolongkan menjadi tiga, antara lain zat tenaga (hidrat arang, lemak, dan protein), zat pembangun (protein dan mineral), Zat pengatur ( vitamin, mineral, protein, dan air). Dari penggolongan tersebut dapat dilihat bahwa beberapa zat gizi mempunyai fungsi lebih dari satu. Misalnya, protein dapat berfungsi sebagai zat pembangun, zat tenaga maupun zat pengatur. Demikian pula dengan mineral dan air dapat berfungsi sebagai zat pembangun maupun zat pengatur.

### **a. Karbohidrat**

Salah satu jenis bahan gizi yang memiliki pengaruh penting dalam tubuh yaitu Karbohidrat. Menurut Irianto (2017: 6) Karbohidrat adalah satu atau beberapa senyawa kimia termasuk gula, pati, dan serat tersusun atas unsur karbon (C), hidrogen (H), dan oksigen (O). Rumus kimia dari karbohidrat adalah  $C_n(H_2O)_n$ .

Karbohidrat sendiri merupakan senyawa yang menjadi sumber energi utama bagi tubuh manusia. Kira-kira 80% kalori yang didapat tubuh berasal dari karbohidrat.

Menurut Clark (2001: 3) Sumber kalori sebagai bahan bakar otot dan otak. Selama latihan berat, karbohidrat adalah sumber tenaga utama. Harus mendapat 60% kalori dari zat tepung dan gula yang terdapat pada makanan yang mengandung karbohidrat seperti buah-buahan, sayur-sayuran, roti, dan kacang-kacangan.

Hidrat arang atau karbohidrat disebut juga zat pati atau zat tepung atau zat gula. Susunan hidrat arang terdiri dari unsur Karbon (C), Hidrogen (H), dan Oksigen (O). Hidrat arang dalam tubuh akan dibakar dan menghasilkan tenaga dan panas. Satu gram hidrat arang akan menghasilkan empat kalori. Menurut Muhajir (2017: 289-290) berdasarkan besarnya molekul, hidrat arang dapat digolongkan menjadi tiga yaitu:

1) Monosakarida (Gula Sederhana)

Monosakarida merupakan hidrat arang yang susunan molekulnya paling sederhana. Monosakarida merupakan hasil akhir dari pemecahan sempurna dari disakarida dan polisakarida, yaitu hidrat arang yang susunan molekulnya lebih kompleks. Sifatnya larut dalam air dan rasanya manis. Golongan ini adalah glukosa, fruktosa, dan galaktosa.

2) Disakarida (Gula Ganda)

Dalam proses pencernaan, disakarida akan diubah menjadi monosakarida. Satu molekul disakarida terdiri dari dua molekul monosakarida. Termasuk golongan disakarida ialah sakharosa atau sukrosa, laktosa dan manosa. Hasil pemecahan disakarida adalah sebagai berikut :

Sukrosa ..... Glukosa + fruktosa

Maltosa ..... Glukosa + glukosa

Laktosa ..... Glukosa + galaktosa

### 3) Polisakarida (Karbohidrat Kompleks)

Polisakarida terdiri dari banyak molekul monosakarida. Termasuk dalam golongan polisakarida ialah pati atau tepung, dekstrin dan selulosa.

Karbohidrat bermanfaat untuk berbagai macam keperluan, antara lain Sumber energi utama yang diperlukan untuk bergerak dimana satu gram karbohidrat menghasilkan kalori, pembentuk cadangan sumber energi. Kelebihan karbohidrat dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan sumber energi yang sewaktu-waktu dapat dipergunakan, dan memberi rasa kenyang karena karbohidrat mempunyai volume yang besar dengan adanya selulosa. Makanan yang mengandung karbohidrat diantaranya terdapat pada jenis padi-padian seperti beras jagung, gandum, cantel, dan jenis umbi-umbian seperti kentang, singkong, ubi, dan lain-lain.

#### b. Lemak

Lemak berfungsi sebagai cadangan energi dalam tubuh, namun jumlahnya dalam tubuh dibatasi. Menurut Clark (2001: 3) Lemak adalah sumber penyimpanan tenaga (*kalori*), terutama yang terbakar selama aktivitas ringan, seperti membaca dan tidur. Lemak hewan cenderung jenuh dan menyebabkan penyakit jantung dan kanker, lemak sayur pada umumnya bukan lemak jenuh dan sedikit resikonya. Batas jumlah lemak 25% dari jumlah kalori sehari-hari.

Meurut Muhajir (2017: 292) Molekul lemak terdiri dari unsur-unsur Karbon (C), Hidrogen (H), dan Oksigen (O). Fungsi utama lemak ialah memberi tenaga kepada tubuh. Satu gram lemak yang dibakar dalam tubuh akan menghasilkan 9

kalori. Selain fungsinya sebagai sumber tenaga, lemak juga merupakan bahan pelarut dari beberapa vitamin, yaitu vitamin A, D, E, dan K.

Pencernaan lemak di dalam tubuh memerlukan waktu yang lebih lama. Oleh karena itu, lemak akan tinggal lebih lama di dalam lambung. Oleh sebab itulah bila makan makanan yang mengandung lemak banyak akan memberi rasa kenyang yang lebih lama. Selain itu, lemak memberi rasa gurih pada makanan. Menurut Irianto (2017: 11-13) Lemak dikelompokkan menjadi beberapa jenis, yaitu :

1) Lemak sederhana atau lemak bebas(*Simple fat*)

Lebih dari 95% lemak dalam tubuh adalah *trigliserida* yang terbagi menjadi dua jenis, yaitu asam lemak jenuh dan asam lemak tidak jenuh. Asam lemak jenuh terdapat dalam daging sapi, biri-biri, kelapa, kelapa sawit, dan kuning telur, sedangkan asam lemak tidak jenuh terdapat dalam minyak jagung, minyak zaitun dan mete. Asam lemak tak jenuh ini dikelompokkan menjadi dua, yakni asam lemak tak jenuh tunggal (ikatan atom C rangkap satu) dan asam lemak tak jenuh ganda (ikatan atom C rangkap lebih dari dua).

2) Lemak Ganda

Lemak ganda mempunyai komposisi lemak bebas ditambah dengan senyawa kimia lainnya. Jenis-jenis lemak ganda meliputi *phospolipid*, merupakan komponen membran sel serta komponen dan struktur otak dan jaringan saraf, ini bermanfaat untuk penggumpalan darah, *lecithin* juga merupakan phospolipid. *Glucolipid*, mempunyai ikatan dengan karbohidrat dan nitrogen. *Lipoprotein* terdiri atas HDL (*High Density Lipoprotein*), LDL (*Low Density Lipoprotein*), dan VLDL (*Very Low Density Lipoprotein*)



### 3) Derivat Lemak

Salah satu yang termasuk dalam lemak jenis ini adalah kolesterol. Kolesterol terdapat pada produk olahan yang berasal dari binatang, misalnya otak, ginjal, hati, daging binatang berkaki empat, unggas, dan ikan, serta kuning telur. Satu butir kuning telur mengandung 357 mg kolesterol. Kolesterol sendiri memiliki beberapa manfaat diantaranya Sebagai komponen penting dalam syaraf dan membran sel, membentuk hormon tertentu seperti hormon seks, pelopor pembentukan vitamin D, pemecah kolesterol oleh hati menghasilkan garam empedu untuk pencernaan dan penyerapan lemak. Jumlah kolesterol yang berlebihan dalam tubuh dapat menyebabkan timbulnya berbagai macam penyakit, antara lain aterosklerosis (pengerasan pembuluh darah karena menumpuknya kolesterol dalam arteri), jantung koroner, hipertensi, dan lain-lain.

Sifat Lemak berbeda dengan karbohidrat, lemak memiliki sifat yang unik seperti Mengapung pada permukaan air, tidak larut dalam air, mencair pada suhu tertentu, melarutkan vitamin A,D,E, dan K. Manfaat lemak bagi tubuh diantaranya sebagai sumber energi dimana satu gram lemak mengandung sembilan kilokalori, melarutkan vitamin sehingga dapat diserap oleh usus, dan memperlama rasa kenyang. Kelebihan makanan dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak, terutama pada jaringan bawah kulit, sekitar otot, jantung, paru-paru, ginjal, dan organ tubuh lainnya. Simpanan lemak dalam tubuh ini bermanfaat sebagai cadangan energi, bantalan alat-alat tubuh seperti ginjal dan biji mata, isolasi tubuh, mempertahankan tubuh dari gangguan luar seperti pukulan atau zat-zat kimia yang berbahaya yang dapat merusak jaringan otot, serta memberikan garis-garis tubuh. Makanan sumber lemak diantaranya berasal dari tumbuh-tumbuhan (nabati), meliputi buah, biji,

lembaga biji kemiri, zaitun, kelapa, dan jagung, serta berasal dari hewan (hewani), meliputi mentega, susu, keju, dan kuning telur.

### c. Protein

Protein merupakan senyawa yang memiliki peran penting dalam pembentukan sel dalam tubuh. Menurut Clark (2001: 4) Bermanfaat untuk membangun dan memperbaiki otot, sel darah merah, rambut, dan jaringan lainnya, dan menghasilkan hormon. Protein dibentuk menjadi asam amino, yang dibentuk kembali menjadi protein pada otot dan jaringan-jaringan lain. Protein adalah sumber kalori dan berguna sebagai tenaga jika karbohidrat yang tersedia tidak sesuai selama diet ketat atau latihan yang melelahkan. Kira-kira 15 persen dari kalori hendaknya berasal dari makanan yang banyak mengandung protein seperti ikan, ayam, dan kacang-kacangan.

Menurut Muhajir (2017: 292) Protein berasal dari bahasa Yunani yang berarti menempati tempat pertama. Protein sering pula disebut zat putih telur. Kata ini berasal dari bahasa Belanda “*Eiwit*” yang berarti putih telur. Pertama kali protein memang ditemukan dalam putih telur, namun kemudian terbukti bahwa protein tidak hanya terdapat dalam putih telur, sehingga istilah putih telur sebenarnya tidak tepat lagi. Selain berfungsi sebagai zat pembangun, protein juga berfungsi sebagai zat pengatur dan zat tenaga. Protein berbeda dengan hidrat arang dan lemak, selain mengandung unsur karbon, hidrogen dan oksigen, protein mengandung pula unsur nitrogen (N). Beberapa jenis protein mengandung sulfur (S), fosfor (P), dan kadang-kadang unsur-unsur lain. Unsur-unsur tersebut membentuk unit-unit yang disebut asam amino. Asam amino inilah yang merupakan bahan dasar pembentuk protein. Asam amino yang tidak dapat dibuat oleh tubuh disebut asam amino esensial.

Kedelapan asam amino esensial bagi manusia antara lain *lysine, leusine, isoleucine, theonine, methione, valine, phenilalanine, tryptophane*. Protein dapat digolongkan antara lain, protein sempurna yaitu protein yang mengandung semua asam amino esensial dalam jumlah yang cukup banyak, protein kurang sempurna yang mengandung asam-asam amino yang esensial akan tetapi ada beberapa yang jumlahnya hanya sedikit, dan protein tidak sempurna yang mengandung sedikit sekali asam amino esensial. Menurut Muhajir (2017:293-294) Fungsi protein terdiri dari dari tiga macam yaitu :

1) Protein sebagai zat pembangun

Pada masa pertumbuhan, kebutuhan tubuh akan protein relatif lebih besar. Pada masa dewasa, dalam keadaan tertentu tubuh memerlukan pula protein dalam jumlah yang lebih besar dari biasanya. Pada waktu latihan-latihan olahraga, setelah menderita sakit keras atau sakit yang menahun, dan pada waktu hamil, protein dibutuhkan antara lain untuk pertumbuhan janin dalam kandungan.

2) Protein sebagai zat pengatur

Baik secara langsung maupun tidak langsung di dalam tubuh protein mengatur berbagai proses, antara lain protein merupakan bagian dari haemoglobin (Hb), yaitu bagian dari darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen ke jaringan-jaringan tubuh, sebagai protein plasma berfungsi untuk mengatur tekanan osmosa dan mempertahankan keseimbangan cairan dalam jaringan dan saluran darah, Sebagai protein darah berperan dalam mengatur keseimbangan asam basa dalam tubuh, kekebalan tubuh terhadap penyakit disebabkan oleh adanya Zat anti yang juga terbuat dari protein, serta enzim-enzim dan hormon-hormon yang mengatur berbagai proses dalam tubuh juga terbuat dari protein.

### 3) Protein sebagai zat tenaga

Karena protein mengandung unsur karbon (C) maka protein dapat pula berperan sebagai zat tenaga. Satu gram protein akan menghasilkan 4 kalori. Protein akan digunakan sebagai zat pembakar, apabila kebutuhan tubuh akan kalori tidak dapat dipenuhi oleh hidrat arang dan lemak. Apabila protein digunakan sebagai zat tenaga atau zat pembakar, maka protein tidak dapat digunakan sebagai bahan pembentuk sel-sel tubuh. Tubuh manusia memerlukan protein untuk berbagai fungsi, antara lain : Membangun sel tubuh, mengganti sel tubuh, membuat air susu, enzim, dan hormon, membuat Protein darah, menjaga keseimbangan asam dan basa cairan tubuh, dan pemberi kalori.

#### d. Vitamin

Vitamin merupakan salah satu senyawa penting yang mendukung reaksi kimia dalam tubuh. Menurut Clark (2001: 4) Katalisator metabolisme, yang mengatur reaksi kimia dalam tubuh, meliputi vitamin A, B kompleks, C, D, E, dan K. Kebanyakan vitamin adalah zat kimia yang tidak dihasilkan tubuh, jadi anda harus mendapatkannya melalui makanan. Vitamin bukan sumber tenaga (kalori).

Menurut Muhajir (2017:297) Vitamin ialah zat organik yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah yang sangat sedikit, namun penting untuk mempertahankan kesehatan tubuh. Fungsi utama vitamin ialah mengatur proses metabolisme protein, lemak, dan hidrat arang. Vitamin A dan D apabila dikonsumsi berlebihan akan berakibat buruk. Vitamin bekerja sebagai biokatalisator-berperan untuk memperlancar reaksi memperlancar reaksi-reaksi dalam tubuh. Salah satu contohnya adalah vitamin B6 yang dapat membantu pemecahan asam amino menjadi glikogen. Dasarnya setiap vitamin mempunyai fungsi khusus, walaupun demikian beberapa

vitamin dapat berperan bersama-sama dalam mengatur fungsi tubuh, misalnya memacu dan memelihara pertumbuhan, reproduksi, stabilitas sistem syaraf, selera makan, pencernaan, penggunaan zat-zat makanan lainnya. Vitamin juga berperan sebagai antioksidan- zat untuk menghindarkan terjadinya reaksi radikal bebas. Jenis vitamin yang termasuk zat antioksidan adalah vitamin A,C, dan E. Beberapa hal yang menyebabkan timbulnya kekurangan vitamin antara lain kurang memakan bahan makanan yang mengandung vitamin, tubuh kekurangan zat tertentu sehingga penyerapan vitamin dalam tubuh terganggu, adanya Zat tertentu dalam bahan makanan atau dalam obat yang akan mengganggu penyerapan vitamin tertentu, dan dalam tubuh terjadi interaksi dari beberapa vitamin.

Berdasarkan sifatnya vitamin digolongkan menjadi dua Menurut Irianto (2017: 20) , yaitu vitamin yang larut dalam lemak (vitamin A, D, E, dan K), jenis vitamin ini dapat disimpan dalam tubuh dengan jumlah yang cukup besar, terutama dalam hati. Kedua yaitu vitamin yang larut dalam air (vitamin B dan C), jenis vitamin ini tidak dapat disimpan dalam tubuh sehingga kelebihan vitamin ini akan dibuang melalui urine, hal ini dapat membuat tubuh lebih mudah mengalami kekurangan (defisiensi) vitamin B dan C.

#### e. Mineral

Sumber zat gizi yang dapat dihasilkan dari makanan maupun minuman yang dalam tubuh hanya dibutuhkan dalam jumlah kecil yaitu mineral. Menurut Clark (2001: 4) Unsur-unsur yang terdapat pada makanan dikombinasikan dengan berbagai cara untuk membentuk struktur tubuh (misalnya : kalsium untuk tulang) dan mengatur proses dalam tubuh (misalnya:zat besi yang mengalirkan oksigen dalam sel

darah merah).Mineral penting lainnya adalah magnesium,phosporus, sodium, potassium,dan seng. Mineral tidak menghasilkan tenaga.

Menurut Muhajir (2017: 294) Meskipun mineral hanya dibutuhkan dalam jumlah kecil tetapi zat ini mempunyai peranan penting dalam berbagai proses tubuh, yaitu pertama sebagai zat pembangun mineral berperan dalam pembentukan jaringan-jaringan tubuh misalnya kalsium dan fosfor berfungsi sebagai pembentuk tulang dan gigi. Kedua sebagai zat pengatur, mineral berfungsi antara lain keseimbangan asam basa, dalam proses pembekuan darah , dalam pengangkutan oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh dan sebaliknya kepekaan syaraf dan kontraksi otot, Proses metabolisme, sebagai bagian dari enzim-enzim dan hormon-hormon.

#### f. Air

Tubuh manusia lebih dari setengahnya merupakan cairan. Menurut Clark (2001: 4) Zat penting yang jumlahnya kira-kira 50-55% berat tubuh. Air menstabilkan temperatur badan, mengangkut bahan makanan ke sel dan membuang sampah dari sel-sel, dan air diperlukan oleh sel untuk berfungsi. Air tidak menghasilkan tenaga.

Menurut Muhajir (2017: 299) Kebutuhan tubuh akan air dapat dikatakan nomor dua setelah oksigen. Orang dapat hidup tanpa makan untuk beberapa minggu, namun tanpa air orang hanya dapat bertahan untuk beberapa hari. Kehilangan 10% dari cairan tubuh akan sangat membahayakan. Kematian yang terjadi bila kehilangan cairan tubuh mencapai 20%. Tubuh sebageian besar terdiri dari air. Pada bayi jumlah cairan tubuh mencapai lebih kurang 20% dari berat badan, sedangkan pada orang dewasa lebih kurang 65%. Air terdapat disemua jaringan di dalam tubuh dengan

kadar yang sangat berbeda-beda, dalam gizi misalnya, jumlah cairan lebih kurang hanya 5%, dalam lemak atau tulang kira-kira 25%, sedang dalam jaringan otot dapat mencapai 80%.

Air di dalam tubuh, selain berfungsi sebagai zat pembangun, berfungsi pula sebagai zat pengatur, sebagai zat pengatur, air berperan antara lain sebagai pelarut hasil-hasil pencernaan, sehingga zat yang diperlukan tubuh dapat diserap melalui dinding usus. Tubuh memperoleh air dari tiga sumber, yaitu dari minuman, dari air yang terkandung dalam bahan-bahan makanan dan dari air yang terbentuk dalam jaringan sebagai hasil pembakaran zat makanan sumber tenaga.

Jenis zat gizi yang diperlukan oleh tubuh manusia kurang lebih ada enam yaitu karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air. Semuanya memiliki peran masing-masing dalam memenuhi kebutuhan jasmani. Keenam jenis bahan zat gizi tersebut adalah zat yang dibutuhkan tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan harus dipenuhi kebutuhannya dalam tubuh agar memiliki gizi yang baik.

### **3. Gizi Seimbang**

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal. Pedoman Gizi Seimbang yang telah diimplementasikan di Indonesia sejak tahun 1955 merupakan realisasi dari rekomendasi Konferensi Pangan Sedunia di Roma tahun 1992. Pedoman tersebut menggantikan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” yang telah diperkenalkan sejak tahun 1952 dan sudah tidak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam bidang gizi serta masalah dan tantangan yang dihadapi.

Mengimplementasikan pedoman tersebut diyakini bahwa masalah gizi beban ganda dapat teratasi. Prinsip gizi seimbang terdiri dari 4 (empat) pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur. (kemenkes, 2014:5)

Gizi seimbang di Indonesia pedomannya adalah “4 Sehat, 5 Sempurna” yang merupakan acuan dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi setiap orang. Pedoman “4 Sehat 5 Sempurna” mengandung makna untuk makan makanan yang beragam dan sesuai porsi, selain itu harus ditunjang dengan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, dan mengontrol berat badan.

#### **4. Kesalahan Gizi**

Kesalahan gizi merupakan kondisi dimana seseorang mengonsumsi suatu zat gizi tertentu dalam jumlah yang tidak semestinya, bisa jadi kurang maupun lebih. Menurut Muhajir (2017: 299) Gizi salah ialah suatu keadaan yang disebabkan ketidakseimbangan antara jumlah zat gizi yang dikonsumsi dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh. Termasuk golongan ini ialah : penyakit-penyakit gizi kurang dan penyakit-penyakit gizi lebih.

Menurut Supariasa,dkk (2002: 18) Gizi salah atau malnutrisi adalah keadaan patologis akibat kekurangan atau kelebihan secara relatif, maupun absolut satu atau lebih zat gizi. Ada empat bentuk malnutrisi diantaranya *under nutrition* (Kekurangan konsumsi pangan secara relatif maupun absolut untuk periode tertentu), *specific deficiency* (Kekurangan zat gizi tertentu), *over nutrition* (kelebihan konsumsi pangan untuk periode tertentu), dan *imbalance* (karena disproporsi zat gizi)



Menurut Muhajir (2017: 299-233) Penyakit-penyakit gizi kurang antara lain sebagai berikut:

a. Kurang kalori protein

Kekurangan protein biasanya disertai dengan kekurangan kalori. Penyakit akibat kekurangan kalori dan protein disebut kurang kalori protein atau terkenal istilah KKP (Kurang Kalori Protein). Penyakit ini banyak menimpa golongan anak, terutama anak-anak yang berumur di bawah lima tahun. Akibat yang sangat merugikan dari kurang kalori protein ialah anak menjadi kurang lincah, lemah dan malas, tidak cerdas dan sering jatuh sakit. Tanda khas yang mendahului gejala-gejala KKP ialah terganggunya pertumbuhan anak.

Pada tingkat berat kita mengenal dua bentuk KKP, yaitu "*Kwashiorkor*" dan "*Marasmus*". *Kwashiorkor* terutama disebabkan oleh kekurangan protein tanda-tanda yang khas diantaranya bengkak terutama kaki dan tangan, berat badan kurang bila dilihat dari umurnya, muka sembab, dan otot-otot kendur. Tanda-tanda yang biasanya menyertai diantaranya rambut tipis, kulit kusam, pucat karena kurang darah (anemia), berak encer, kulit pecah mengelupas, gejala kurang vitamin A, dan pembesaran hati. Sedangkan *Marasmus* terutama akibat kekurangan kalori, tanda-tanda yang khas yaitu sangat kurus tinggal tulang terbungkus kulit, wajahnya seperti orang tua, dan kulitnya keriput, tanda-tanda yang biasanya menyertai pucat karena anemia, berak encer, dehidrasi (banyak kehilangan cairan tubuh), dan gejala kurang vitamin A dan lainnya.

b. Kurang vitamin A

Kurang vitamin A merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Penyakit ini banyak menimpa anak balita. Gejala utama vitamin A tampak pada

gangguan alat penglihatan. Buta senja merupakan gejala dini dari kekurangan vitamin A, yaitu mata kurang dapat menyesuaikan diri pada perubahan cahaya terang dan sebaliknya. Pada tingkat berat kekurangan vitamin A akan terjadi kelainan anatomik. Selaput bening mata (*cornea*) menjadi kering, kemudian lama kelamaan menjadi rusak yang berakhir dengan kehancuran bola mata sehingga mata menjadi buta sama sekali. Tingkat kelainan yang berat ini disebut *Karatomalacia*. Selain mengakibatkan gangguan terhadap penglihatan, kekurangan vitamin A akan menyebabkan juga kelambatan pertumbuhan, pengeringan epitel kulit, dan pengeringan kelenjar air mata. Mengonsumsi vitamin A yang berlebihan dapat menimbulkan akibat yang kurang baik, yang disebut keracunan vitamin A.

#### c. Kurang vitamin B

##### 1) Kurang vitamin B1 (*thiamine*)

Vitamin B1 berfungsi dalam metabolisme hidrat arang. Oleh sebab itu, kekurangan vitamin ini akan menyebabkan gangguan pada metabolisme hidrat arang. gejala-gejala awal dari kekurangan vitamin B1, antara lain kurang nafsu makan, sukar buang air besar, rasa lelah, dan sukar tidur. Kekurangan vitamin B1 tingkat berat akan menyebabkan penyakit beri-beri.

##### 2) Kurang vitamin B2 (*riboflavine*)

Gejala kekurangan *riboflavine* biasanya terdapat bersamaan dengan gejala kekurangan vitamin B lainnya. Tanda-tanda yang khas ialah bibir kering pecah-pecah, juga pecah-pecah pada sudut mulut, radang pada lidah, kulit sekitar hidung kering dan kasar berbintik-bintik.

### 3) Kurang *niacin*

Tubuh manusia dan hewan menyusui dapat membuat niacin dari asam amino tryptophan. Penyakit akibat kekurangan niacin disebut pellagra. Gejala-gejala pellagra dikenal dengan istilah “3 D”, yaitu singkatan dari Diare, Disentri dan Dimensia.

#### d. Kurang vitamin C

Penyakit yang disebabkan kekurangan vitamin C disebut *scorbut* (sariawan). Gejala-gejala yang lazim, antara lain perdarahan di bawah kulit sehingga tampak bercak-bercak hitam kemerah-merahan, gusi bengkak, kemerahan, dan mudah berdarah.

#### e. Kurang vitamin D

Kekurangan vitamin D akan menyebabkan penyakit yang disebut rachitis, yaitu kelainan-kelainan pada pertumbuhan tulang. Penyakit ini terdapat pada anak-anak yang masih kecil. Tanda-tanda kekurangan vitamin D ialah tulangtulang panjang menjadi bengkak dan pertumbuhan gigi terlambat. Kelebihan vitamin D akan menyebabkan keracunan yang memberi efek antara lain : tulang menjadi rapuh, karena zat kapur dan fosfor diserap keluar dari tulang-tulang.

#### f. Kurang vitamin E

Kekurangan vitamin E akan menyebabkan kemandulan dan kelainan pada jantung. Pengaruhnya terhadap keadaan gizi manusia hingga sekarang masih belum dapat diketahui dengan pasti.

#### g. Kurang vitamin K

Vitamin K diperlukan untuk pembuatan *protrombin*, sesuatu yang diperlukan untuk pembekuan darah. Oleh sebab itu, kekurangan vitamin K akan mengakibatkan

hambatan pada proses pembekuan darah. Pada operasi atau luka-luka misalnya, akan mudah terjadi perdarahan.

#### h. Kekurangan zat mineral

Bidang gizi yang akan dibicarakan adalah mengenai kekurangan kalsium (zat kapur), fosfor, zat besi, dan yodium. Walaupun demikian, bukan berarti bahwa zat mineral lainnya tidak penting.

Penyakit akibat kekurangan atau kesalahan gizi bermacam-macam, ada yang efeknya jangka pendek dan ada yang efeknya jangka panjang. Penyakit akibat kesalahan atau kekurangan gizi dapat terjadi karena kurangnya pemenuhan zat gizi tertentu, biasanya ada tanda-tanda yang menyertai dan jika dibiarkan bisa beraibat buruk bagi kesehatan. Penyakit akibat kekurangan atau kesalahan gizi dapat dicegah dengan cara mengonsumsi makanan dengan gizi yang seimbang dan sesuai porsi.

### **5. Hakikat Status Gizi**

Hakikat status gizi memiliki berbagai artian yang dikemukakan para ahli yang pada dasarnya memiliki artian yang hampir sama. Supriasa (2002: 18), menyatakan status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan dari *nutrient* dalam bentuk variabel tertentu, contoh gondok endemik merupakan keadaan tidak seimbang nya pemasukan dan pengeluaran yodium dalam tubuh.

Menurut Irianto, (2007: 65) status gizi adalah ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan dalam mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu tumbuh kembang anak serta menunjang pembinaan prestasi olahragawan.

Konsumsi makanan seseorang berpengaruh terhadap status gizi orang tersebut. Status gizi baik terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara optimal. Sedangkan status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah yang berlebihan sehingga menimbulkan efek toksis atau membahayakan (Istiany dan Ruslianti 2013: 5).

Menurut Ali (2011: 64) Tingkat status gizi seseorang merupakan perilaku seseorang terhadap kebiasaan pola makan sehari-hari sebab apa yang dimakan atau dikonsumsi seseorang juga akan berdampak pada proses metabolisme dan apa yang dihasilkan dari dalam dirinya sendiri. Keadaan gizi seseorang sangat berbeda-beda dan begitu juga pada sekelompok orang. Status gizi pada setiap orang berbeda karena berhubungan dengan kecukupan gizi yang dikonsumsi setiap hari seperti karbohidrat, lemak dan protein, dan juga dipengaruhi oleh faktor umur dan juga jenis kelamin. Status gizi dipengaruhi dan sangat tergantung dari kualitas dan pola makan terhadap zat makanan yang dikonsumsi, sehingga akan tercapai status gizi yang baik dalam menghasilkan energi. Status gizi yang ideal adalah status gizi normal, artinya tidak kegemukan (kelebihan berat badan) dan tidak pula kurus (kekurangan berat badan). Pada kategori kegemukan dan kurus masing-masing dapat dibagi dua lagi yaitu: kelebihan berat badan tingkat ringan dan kelebihan berat badan tingkat berat. Pada kategori kurus juga dibagi dua: kurus tingkat ringan dan kurus tingkat berat, kelebihan berat badan dan

kekurangan berat badan mempunyai resiko yang sama yaitu membuat status gizi jadi tidak normal.

Hakikat status gizi telah diungkapkan oleh banyak ahli, dari beberapa pendapat ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa status gizi merupakan ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan dan perilaku makan sehari-hari yang setiap orang berbeda-beda kebutuhannya.

## **6. Penilaian Status Gizi**

Metode penilaian status gizi merupakan cara yang hendak digunakan dalam proses penilaian status gizi. Metode dalam penilaian status gizi bermacam-macam, penggunaan metode dalam penilaian status gizi tergantung pada berbagai faktor yang perlu diperhatikan.

### **a. Metode Penilaian status gizi**

Ada beberapa metode pengukuran yang dapat digunakan untuk mengetahui status gizi. Seperti yang dikemukakan oleh Supariasa (2001: 18-21) , penilaian status gizi dapat dilakukan dengan berbagai cara antara lain:

#### **1. Penilaian Status Gizi secara langsung**

Penilaian status gizi secara langsung merupakan cara penilaian yang dilakukan dengan melakukan tes, pengukuran, atau observasi secara langsung. Penilaian status gizi secara langsung dapat dibagi menjadi empat penilaian yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik.

##### **a) Antropometri**

Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai

tingkat umur dan tingkat gizi. Pengukuran dengan menggunakan metode antropometri diantaranya dengan cara mengukur lingkar beberapa bagian tubuh dan mengukur IMT seseorang.

b) Klinis

Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan atas perubahan-perubahan yang terjadi yang dihubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi. Perubahan-perubahan yang terjadi dapat dilihat pada jaringan *epitel* seperti kulit, mata, rambut, dan mukosa oral atau pada organ-organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid.

c) Biokimia

Penilaian gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan spesimen yang diuji secara laboratoris yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. Jaringan tubuh yang digunakan antara lain: darah, urine, tinja dan juga beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot.

d) Biofisik

Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi (khususnya jaringan) dan melihat perubahan struktur dari jaringan. Penilaian status gizi menggunakan metode biofisik perlu pengamatan yang teliti dan akurat.

2. Penilaian status gizi secara tidak langsung

Penilaian status gizi secara tidak langsung maksudnya peneliti tidak melakukan tindakan secara langsung. Penilaian status gizi secara tidak langsung dapat dibagi tiga yaitu :

a) Survei konsumsi makanan

Survei konsumsi makanan adalah metode penentuan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Survei konsumsi makanan dapat dilakukan dengan wawancara ataupun responden menuliskan apa saja yang dikonsumsi selama periode tertentu.

b) Statistik vital

Pengukuran status gizi dengan statistik vital adalah dengan menganalisis data beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan, dan kematian akibat tertentu dan data lainnya yang berhubungan dengan gizi. Metode penilaian statistik vital mengaitkan berbagai faktor dengan status gizi.

c) Faktor ekologi

Malnutrisi merupakan masalah ekologi sebagai hasil interaksi beberapa faktor fisik, biologis dan lingkungan budaya. Jumlah makanan yang tersedia sangat tergantung dari keadaan ekologi seperti iklim, tanah, irigasi, dan lain-lain.

b. hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penilaian status gizi

Setiap metode penilaian status gizi mempunyai kelebihan dan kelemahan masing-masing. Kita dapat memilih metode penilaian dengan menyadari kelebihan dan kekurangan tiap-tiap metode. Beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan dalam memilih dan menggunakan metode penilaian status gizi menurut Supriasa (2002: 22-24) adalah sebagai berikut :

1) Tujuan

Tujuan pengukuran sangat perlu diperhatikan dalam memilih metode dan berpengaruh untuk mempertimbangkan faktor lain. Contoh jika tujuan ingin melihat fisik seseorang, maka metode yang digunakan adalah antropometri.



2) Unit sampel yang akan diukur

Berbagai jenis sampel yang akan diukur mempengaruhi metode penilaian status gizi. Jenis sampel yang akan diukur meliputi individual, rumah tangga/keluarga, dan kelompok rawan gizi.

3) Jenis Informasi yang dibutuhkan

Pemilihan metode penilaian status gizi sangat tergantung pula dari jenis informasi yang diberikan. Jenis informasi antara lain asupan makanan, berat dan tinggi badan, tingkat hemoglobin dan situasi sosial ekonomi.

4) Tingkat reliabilitas dan akurasi yang dibutuhkan

Masing-masing metode penilaian status gizi mempunyai tingkat reliabilitas dan akurasi yang berbeda-beda. Perbedaan reliabilitas dan akurasi ini disebabkan karena metode dan cara dalam penilaian yang berbeda, namun data yang didapat dapat dipertanggungjawabkan.

5) Tersedianya fasilitas dan peralatan

Berbagai jenis fasilitas dan peralatan yang dibutuhkan dalam penilaian status gizi. Fasilitas tersebut ada yang mudah didapat dan ada pula yang sulit diperoleh. Pada umumnya fasilitas dan peralatan yang dibutuhkan dalam penilaian status gizi secara antropometri lebih mudah didapat dibanding dengan peralatan penentuan status gizi dengan biokimia

6) Tenaga

Ketersediaan tenaga baik jumlah maupun mutunya sangat mempengaruhi penggunaan metode penilaian status gizi. Penilaian gizi secara biokimia membutuhkan

tenaga ahli kimia, sedangkan penilaian status gizi secara klinis membutuhkan tenaga medis (dokter).

#### 7) Waktu

Ketersediaan waktu dalam pengukuran status gizi sangat mempengaruhi metode yang akan digunakan. Apabila kita ingin menilai status gizi secara singkat, sebaiknya menggunakan metode antropometri

#### 8) dana

Masalah dana sangat memengaruhi jenis metode yang akan digunakan untuk menilai status gizi. Umumnya penggunaan metode biokimia relatif mahal dibanding dengan metode lainnya.

Metode penilaian status gizi ada dua yaitu secara langsung dan secara tidak langsung. Secara langsung ada beberapa macam diantaranya menggunakan teknik antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Penilaian status gizi yang dilakukan secara tidak langsung meliputi statistik vital, survei konsumsi makanan, dan statistik vital. Dalam melakukan penilaian status gizi perlu mempertimbangkan faktor-faktor diantaranya tujuan, informasi yang dibutuhkan, tingkat reliabilitas yang diutamakan, tersedianya peralatan, tenaga, waktu, dan dana.

### **7. Status Sosial Ekonomi**

Status sosial ekonomi orang tua merupakan status yang dimiliki oleh orang tua di dalam keluarga. Ada indikator yang mempengaruhi status sosial ekonomi orang tua diantaranya pendidikan, jenis pekerjaan, jabatan atau golongan orang tua dan pendapatan. Status sosial ekonomi orang tua menurut Usman (2004: 126) bahwa “status sosial ekonomi tercermin pada pemikiran atau penguasaan kekayaan, prestige dan kekuasaan ekonomi. Status sosial merupakan sekumpulan hak dan kewajiban

yang dimiliki seseorang dalam masyarakatnya”. Menurut Sugihartono, dkk (2007: 30) bahwa “status sosial ekonomi orang tua meliputi tingkat pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua”. Pendapat lain dikemukakan Mahmud (1990: 99) bahwa “status sosial ekonomi meliputi tingkat pendidikan orang tua, jenis pekerjaan dan penghasilan orang tua, jabatan orang tua, fasilitas khusus dan barang-barang berharga yang ada di rumah seperti radio, televisi, mesin cuci, almari es, dan sebagainya”.

Beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa status sosial ekonomi orang tua adalah status yang dimiliki orang tua dalam keluarga yang meliputi tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, penghasilan, jabatan dan golongan orang tua.

#### a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan dapat dipahami sebagai suatu proses seseorang untuk mengetahui, memahami dan mampu mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Seringkali pendidikan hanya dimaknai sebagai aktivitas yang dilakukan di lingkungan sekolah saja, padahal pendidikan dapat ditempuh kapanpun dan dimanapun, tidak hanya terbatas pada lembaga pendidikan formal. Menurut Depdiknas (2008: 326), pendidikan adalah “proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan; proses, cara, perbuatan mendidik”.

Pendidikan menurut Salim (1995: 353), “pendidikan merupakan proses pengubahan cara berpikir atau tingkah laku dengan cara pengajaran, penyuluhan dan latihan, proses mendidik. Pendidikan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dari tingkat SD, SMP, SMA atau Perguruan Tinggi”. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional, mengklasifikasikan jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar,

pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Pendidikan dasar berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs) atau bentuk lain yang sederajat. Pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK) atau bentuk lain yang sederajat. Sedangkan perguruan tinggi dapat berbentuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institute atau universitas.

#### b. Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan atau dikerjakan untuk mendapatkan hasil kerja berupa nafkah. Pekerjaan yang dimiliki orang tua dapat mensejahterakan keluarganya. Melalui pekerjaan tersebut dapat meningkatkan status sosial seseorang, apabila jenis pekerjaan merupakan pekerjaan yang memiliki pandangan status sosial yang tinggi. Menurut Mantra (2009: 241) bahwa status pekerjaan dikelompokkan menjadi:

- 1) Berusaha sendiri tanpa bantuan orang lain, seperti sopir taksi yang membawa mobil atas resiko sendiri dan kuli-kuli di pasar yang tidak mempunyai majikan.
- 2) Berusaha dengan dibantu anggota rumah tangga dan buruh tidak tetap seperti pengusaha warung, petani, penjaja keliling dengan dibantu keluarga atau dibantu buruh tidak tetap, serta berusaha dengan buruh tetap, pengusaha yang memperkerjakan buruh tidak tetap dibayar tanpa memperhatikan ada kegiatan apa tidak
- 3) Buruh karyawan, seseorang yang bekerja ada orang lain atau instansi dengan menerima upah berupa uang dan atau barang

- 4) Pekerja, tanpa menerima upah. Sebagai contoh, anak membantu ibu berjualan, pekerja keluarga, pekerja bukan keluarga tetapi tidak dibayar.

Analisis pekerjaan menurut status pekerjaan ada hal yang bertujuan untuk mengetahui status pekerjaan formal dan status pekerjaan informal. Pekerjaan yang formal diasumsikan pekerjaan yang memiliki produktivitas kerja yang tinggi dibandingkan dengan pekerjaan informal. Seperti yang dikemukakan oleh Pamungkas (2011:12) yang menyatakan bahwa jenis pekerjaan di Indonesia dapat diklasifikasikan menjadi 5 golongan yaitu:

- 1) Golongan Pegawai Negeri, merupakan golongan pekerja yang telah memenuhi syarat-syarat yang telah ditentukan, diangkat oleh pejabat yang berwenang dan disertai tugas dalam suatu jabatan Negeri tertentu serta digaji menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku. Pegawai Negeri dibagi menjadi dua bagian yaitu pegawai negeri yang terdiri dari pegawai negeri pusat dan daerah serta pegawai negeri lain seperti TNI dan POLRI
- 2) Golongan pegawai swasta, merupakan golongan pekerja yang bekerja pada instansi non-pemerintahan atau yang bekerja pada perusahaan-perusahaan swasta.
- 3) Golongan pedagang, adalah golongan pekerja yang memiliki perusahaan/bidang usaha yang besar maupun yang kecil
- 4) Golongan petani, nelayan dan perkebunan merupakan golongan pekerja yang mata pencahariannya dari hasil bumi atau sumber daya alam yang tersedia di laut dan di darat. Misalnya hasil bercocok tanam, memancing, dan berkebun

- 5) Golongan buruh adalah golongan pekerja yang bekerja menjual jasa seperti tukang becak, tukang bangunan, tukang batu, dan pekerjaan yang berkaitan dengan jasa pekerja itu sendiri.

#### c. Pendapatan

Pendapatan merupakan hasil dari suatu pekerjaan berupa penghasilan atau pendapatan yang diterima oleh orang tua. Melalui pendapatan ini nantinya akan digunakan untuk memenuhi kehidupan sehari-hari. Menurut Depdiknas (2008: 293), “pendapatan adalah hasil kerja atau usaha”. Pengertian lain diungkapkan menurut Darmawan (1984: 136) dalam Anita (2015: 15) pendapatan diartikan sebagai berikut:

- 1) Pendapatan berupa uang atau yang ekuivalen (sederajat) dengan uang selama periode tertentu.
- 2) Penghasilan seseorang, seperti gaji, bunga, sewa, honorarium
- 3) Hasil atas investasi
- 4) Laba/sisa pendapatan setelah dikurangi harga pokok penjualan dan biaya-biaya lain.

Kesimpulan dari beberapa pendapat diatas bahwa pendapatan adalah hasil kerja seseorang yang berupa uang atau barang dari gaji, bunga, keuntungan, dan sewa. Dalam penelitian ini, pendapatan lebih ditekannya pada pendapatan rata-rata yang diperoleh orang tua selama satu bulan dari pekerjaan yang digelutinya.

#### d. Pemilikan Barang Berharga

Pemilikan barang berharga adalah kepemilikan barang yang berada dirumah yang bernilai. Menurut Depdiknas (2008: 140), “barang adalah benda umum (segala sesuatu yang berwujud atau berjasad)”. Sedangkan menurut Salim (1995: 146), “barang adalah semua benda meliputi alat, perabot rumah, perhiasan, sepeda, mobil,

bola dan sebagainya”. Disamping itu, Menurut Depdiknas (2008: 141), “berharga adalah barang yang bernilai tinggi dan mahal harganya”. Sedangkan pengertian berharga menurut Salim (1995: 506) adalah “berguna, bermanfaat, mahal, penting dan tinggi nilainya”. Dari beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa barang berharga merupakan benda atau barang yang berwujud yang memiliki guna, penting serta mahal harganya.

#### e. Jabatan Sosial

Jabatan sosial merupakan jabatan yang dimiliki seseorang dalam masyarakat. Menurut Depdiknas (2008: 554), “jabatan adalah pekerjaan (tugas) dalam pemerintahan atau organisasi”. Pengertian jabatan menurut Salim (1995: 586) adalah “pekerjaan, kedudukan dan sebagainya dalam suatu organisasi”. Sedangkan pengertian sosial menurut Salim (1995: 1454) adalah berkenaan dengan masyarakat. Pembahasan menurut beberapa ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa jabatan sosial merupakan pekerjaan yang mengatur hubungan atau interaksi dengan masyarakat. Jabatan yang terdapat dalam lingkungan masyarakat diantaranya gubernur, bupati, camat, lurah, kepala desa, ketua RT/RW atau tokoh agama. Orang yang memiliki jabatan sosial cenderung lebih dihormati dan dihargai oleh orang lain serta memiliki pandangan yang luas dalam berhubungan dengan masyarakat.

Status sosial ekonomi merupakan status sosial dan ekonomi yang dimiliki seseorang dalam keluarga. Indikator yang menjadi tolak ukur status sosial ekonomi yaitu pendidikan, pekerjaan, penghasilan, kepemilikan barang berharga, dan jabatan sosial seseorang di masyarakat.

## **8. Karakteristik Siswa**

Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman merupakan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang berkisar antara usia 12-16 tahun, atau bisa dikatakan masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, pada masa ini individu mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun psikis. Ahmadi dan Sholeh (2005: 125) membagi masa remaja menjadi masa pueral (pra pubertas) berlangsung antara umur 12-14 tahun, masa pubertas berlangsung antara umur 14- 18 tahun, dan masa adolesen berlangsung antara umur 18-21 tahun. Masa remaja juga disebut sebagai masa kritis karena perkembangan mental remaja berada pada taraf kritis yaitu ada keinginan untuk mengetahui tentang kehidupan dan berusaha mengenal dirinya secara lebih mendalam (Achir dikutip dari Sinta 1996: 5). Terjadinya perubahan psikis menimbulkan keadaan yang membingungkan dikalangan remaja. Remaja tidak mau lagi diperlakukan sebagai anak-anak, tetapi jika dilihat dari pertumbuhan fisik dan psikis belum dapat dikatakan sebagai orang dewasa. Hal ini akan mempengaruhi remaja pada kehidupan sosial dan kegiatan belajarnya di sekolah, lebih dikawatirkan lagi apabila remaja tidak mampu menguasai emosinya, sehingga meledakkan emosinya di hadapan orang lain, pada saat dan tempat yang tidak tepat dan dengan cara-cara yang tidak dapat diterima oleh masyarakat, bahkan dimungkinkan dapat terjerumus ke hal-hal yang negatif (Sunardi, 2009: 27).

Usia remaja usia peralihan dari anak-anak menjadi remaja muda sampai dewasa. Kondisi penting yang berpengaruh terhadap kebutuhan zat gizi kelompok ini adalah pertumbuhan cepat memasuki usia pubertas, kebiasaan jajan, menstruasi dan perhatian terhadap penampilan fisik "*Body image*" pada remaja putri. Perhitungan



terhadap kebutuhan zat gizi pada kelompok ini harus memperhatikan kondisi-kondisi tersebut. Khusus pada remaja puteri, perhatian harus lebih ditekankan terhadap persiapan mereka sebelum menikah. (Kemenkes, 2014: 8)

Siswa MTs N 5 Sleman kelas VIII berada pada usia 12-16 tahun, Masa ini sering disebut masa remaja, secara psikis remaja ingin mengetahui dirinya lebih dalam dan tidak ingin dianggap sebagai anak-anak. Masa remaja ini siswa mengalami masa pubertas dan pada masa ini siswa mengalami pertumbuhan fisik yang cepat, sehingga kebutuhan gizinya perlu diperhatikan.

#### **9. Keterkaitan Status Gizi dengan Status sosial ekonomi orang tua**

Status sosial ekonomi orang tua memiliki pengaruh secara tidak langsung terhadap status gizi anaknya. Menurut Par'i (2014: 218) Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Keadaan sosial yang dapat mempengaruhi status gizi ialah jumlah anggota keluarga yang tinggal dalam satu rumah, kepadatan penduduk, keadaan dapur untuk mengolah makanan, dan ketersediaan air bersih untuk keperluan rumah tangga. Keadaan ini secara langsung mempengaruhi status gizi terutama pada balita. Keadaan ekonomi juga dapat memengaruhi status gizi, yaitu pekerjaan ayah, pendapatan perbulan, dan harga pangan di pasaran. Ini semua memengaruhi ketersediaan makanan dalam rumah tangga yang dapat dikonsumsi keluarga sehingga berdampak pada status gizi anggota keluarga.

Menurut Jellife (1966) dalam Supriasa, dkk (2014: 21) faktor ekologi yang berhubungan dengan penyebab malnutrisi dibagi dalam enam kelompok, yaitu keadaan infeksi, konsumsi makanan, pengaruh budaya, sosial ekonomi, produksi

pangan, serta kesehatan pendidikan. Lebih lanjut faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi menurut Supriasa,dkk (2014: 201-202) meliputi :

a. Data Sosial

- 1) Keadaan penduduk di suatu masyarakat (jumlah,umur, distribusi jenis kelamin, dan geografis).
- 2) Keadaan Keluarga (jumlah anggota keluarga, hubungan, jarak kelahiran).
- 3) Pendidikan, meliputi tingkat pendidikan ibu/bapak, keberadaan buku-buku, dan usia anak sekolah.
- 4) Perumahan (tipe lantai, atap, dinding, listrik, ventilasi, perabotan, jumlah kamar, kepemilikan, dll).
- 5) Dapur (bangunan,lokasi, kompor, bahan bakar, alat masak, pembuangan sampah)
- 6) Penyimpanan makanan (ukuran, isi, penutup serangga)
- 7) Air (sumber dan jarak dari rumah)
- 8) Kakus (tipe jika ada dan keadaannya)

b. Data Ekonomi

- 1) Pekerjaan (Pekerjaan utama misalnya, petani dan pekerjaan tambahan, misalnya pekerjaan musiman).
- 2) Pendapatan keluarga (gaji,industri rumah tangga, pertanian pangan/non pangan, utang)
- 3) Kekayaan yang terlihat, seperti tanah, jumlah ternak, perahu, mesin jahit, kendaraan, radio,TV, dll
- 4) Pengeluaran/anggaran (pengeluaran untuk makan, pakaian, menyewa, minyak atau bahan bakar, listrik, pendidikan, transportasi, rekreasi, hadiah/ persembahan)
- 5) Harga makanan yang bergantung pada pasar dan variasi musim.

## **B. Penelitian yang relevan**

Usaha untuk melengkapi dan membantu penelitian ini, maka peneliti mencari bahan-bahan penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan diteliti, antara lain:

1. Prasetyo (2016) dengan judul Status Gizi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Gatot Subroto Kecamatan Karangreja Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2013/2014. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi siswa kelas V SD Negeri Se-Gugus Gatot Subroto Kecamatan Karangreja Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2013/2014. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa status gizi siswa dan siswi SD Negeri Se-Gugus Katot Subroto Kecamatan Karangreja Kabupaten Purbalingga sebagian besar berada pada kategori Normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setatus gizi siswa kelas V SD negeri segugus gatot subroto kecamatan karangreja, kabupaten purbalingga dengan kategori sangat kurus sebanyak 9 siswa (4,05%), kategori kurus sebanyak 39 siswa (17,57%), kategori normal sebanyak 156 siswa (70,27%), kategori gemuk sebanyak 16 siswa (7,21%), dan kategori obesitas sebanyak 2 siswa (0,90%).
2. Anita (2015) dengan Judul Hubungan antara Status Sosial Ekonomi Orang Tua dan Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Bantul Tahun Ajaran 2014/2015. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara status sosial ekonomi orang tua dengan prestasi belajar, hubungan antara motivasi berprestasi dengan prestasi belajar,serta hubungan status sosial ekonomi orang tua dan motivasi berprestasi secara bersama-sama dengan prestasi belajar siswa kelas XI Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Bantul tahun ajaran 2014/2015. Dari penelitian tersebut diperoleh data mengenai status

sosial ekonomi orang tua siswa siswa kelas XI Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Bantul tahun ajaran 2014/2015 Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa kecenderungan status sosial ekonomi orang tua siswa kelas XI kompetensi keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Bantul tahun ajaran 2014/2015 adalah cenderung sedang yaitu 15 siswa (51,72%). frekuensi distribusi kecenderungan variabel status sosial ekonomi orang tua pada interval 19 – 37 kategori rendah sebanyak 14 siswa (48,28%), interval 38 – 57 kategori sedang sebanyak 15 siswa (51,72%) dan tidak ada siswa yang masuk dalam interval 56 – 76 kategori tinggi.

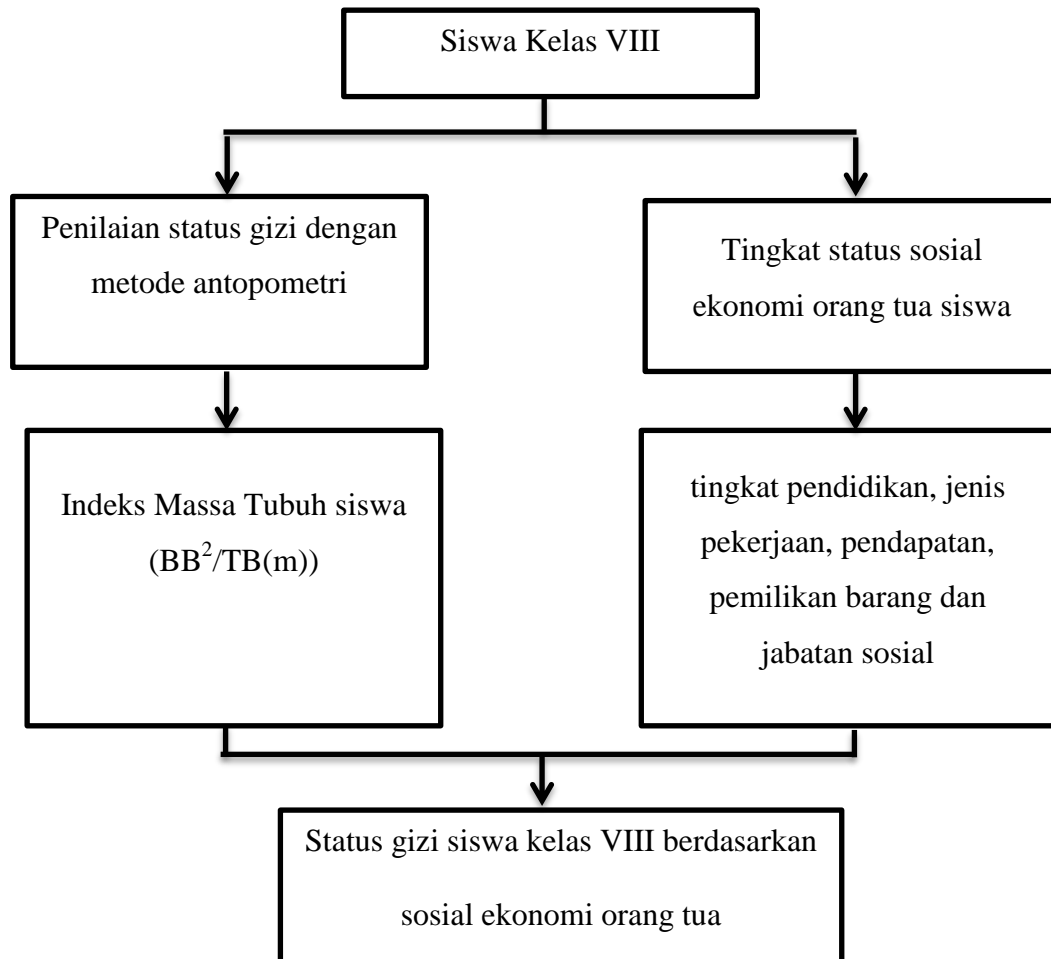
### **C. Kerangka Berfikir**

Status gizi merupakan ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi yang baik diperlukan dalam mempertahankan derajat kebugaran dan kesehatan, membantu tumbuh kembang anak serta menunjang pembinaan prestasi olahragawan. Namun tidak semua orang memperoleh status gizi yang baik.

Penyediaan makanan yang baik terutama bagi anak sekolah atau siswa tidak terlepas dari campur tangan orang tua karena penyedia makanan bagi anak berasal dari orang tua. Kondisi status sosial ekonomi orang tua memiliki andil dalam penyediaan jenis makanan, maka dari itu peran serta orang tua dalam mewujudkan status gizi yang baik bagi siswa sangat penting.

Siswa/anak yang memiliki status gizi yang baik adalah harapan dari setiap orang tua dan guru terlepas dari status sosial ekonominya begitu pula dengan siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019. siswa kelas VIII MTs N 5

Sleman tahun ajaran 2018/2019 belum diketahui status gizinya dan status sosial ekonomi orang tua siswa belum diketahui. Setelah diperoleh data mengenai status gizi siswa berdasarkan sosial ekonomi orang tua, diharapkan dapat menjadi informasi bagi siswa, guru, ataupun orang tua dalam rangka mewujudkan anak/siswa memiliki status gizi yang baik.



Gambar 1. Bagan alur penelitian status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial eknomi orang tua

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2005: 21) menyatakan bahwa metode deskriptif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas. Penelitian deskriptif menurut Arikunto (2013: 3) adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan, dan lain-lain yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif murni atau survei. Menurut Arikunto (2013: 3) Penelitian deskriptif murni atau survei merupakan penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu. Data yang dikumpulkan diklasifikasikan atau dikelompokkan menurut jenis, sifat, atau kondisinya. Sesudah data lengkap, kemudian dibuat kesimpulan.

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan instrumen stadiometer dan timbangan berat badan, data yang diambil adalah tinggi dan berat badan, sedangkan untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua siswa menggunakan angket.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di MTs N 5 Sleman, yang beralamat di Dusun Klaci, Sidoagung, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada saat siswa tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar (KBM).

Alokasi siswa di MTs N 5 Sleman kelas VIII terdapat 4 kelas, kelas VIII terdapat 4 kelas, dan kelas IX terdapat 4 kelas dan masing-masing kelas terdiri 32 siswa. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 17 sampai 21 juli 2018.

### C. Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2013: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan dengan pendapat di atas maka peneliti ingin mengetahui status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi prang tua. Sekolah tersebut memiliki 3 tingkatan kelas yaitu kelas VII, VIII, dan IX, disetiap tingkatan kelas terdapat 4 kelas paralel. Sesuai dengan latar belakang penelitian, maka peneliti memutuskan bahwa populasinya yaitu kelas VIII, berikut ini adalah pembagian kelas VIII yaitu kelas VIII A, VIII B, VIII C dan VIII D, jumlah keseluruhan siswa kelas VIII adalah 125 siswa dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 1. Populasi siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 5 Sleman

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Siswa</b>
VIII A	32 Siswa
VIII B	31 Siswa
VIII C	32 Siswa
VIII D	30 Siswa
<b>Jumlah</b>	<b>125 Siswa</b>



#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dan batasan masalah yang telah ditetapkan maka variabel dalam penelitian ini memiliki dua variabel yaitu status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman dan Status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman. Definisi operasional variabel status gizi menggambarkan ekspresi dan keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau dapat di katakan bahwa status gizi merupakan indikator baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari. Status gizi dalam penelitian ini diukur dengan metode antropometri, meliputi pengukuran tinggi badan dan berat badan . Variabel yang kedua yaitu status sosial ekonomi orangtua, merepresentasikan status yang dimiliki oleh orang tua di dalam keluarga, diantaranya pendidikan, jenis pekerjaan, kepemilikan barang berharga, jabatan atau golongan orang tua dan pendapatan, dalam penelitian ini diukur menggunakan angket tertutup berupa kuisioner.

#### **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

##### **1. Teknik Pengumpulan Data**

##### **a. Pengukuran langsung.**

Pengukuran langsung digunakan untuk pengukuran status gizi siswa. Langkah pertama yang dilakukan mendapatkan surat izin penelitian, kemudian peneliti menentukan tempat dan waktu pengukuran berat dan tinggi badan, mendaftarkan alat ukur timbangan dan stadiometer di UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta. Pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan oleh peneliti dibantu dua tenaga, peneliti mempersiapkan presensi kelas VIII dan mendata umur dan jenis kelamin, pengukuran dilaksanakan pada jam istirahat atau sesuai kondisi

dan keadan sekolah, siswa diukur satu persatu tinggi badan sampai selesai kemudian dilanjutkan pengukuran berat badan. Pelaksanaan pengukuran tinggi badan dilakukan oleh dua orang dengan masing-masing bertugas mencatat hasil pengukuran dan orang yang lain mengamati proses pengukuran, stadiometer ditempatkan pada dinding setinggi 2 meter tegak lurus pada lantai pijakan, untuk mengetahui akurasi pengukuran stadiometer dapat ditarik sampai angka nol “0” dan tepat menyentuh lantai. Pengukuran dimulai dengan memanggil siswa sesuai presensi, salah satu petugas mengawasi dan mengarahkan posisi siswa selama pengukuran yaitu berdiri tegak di bawah stadiometer tanpa alas kaki, tumit, pinggul dan kepala berada satu garis dan pandangan lurus kedepan kemudian setelah stadiometer ditarik sampai menyentuh kepala siswa yang diukur salah satu petugas melaporkan hasil pengukuran dalam satuan centimeter (cm). Pelaksanaan pengukuran berat badan dilakukan juga oleh dua orang petugas dengan tugas masing-masing mencatat hasil pengukuran dan mengamati proses pengukuran, timbangan ditempatkan pada permukaan lantai yang datar siswa di panggil sesuai presensi kemudian naik di atas timbangan tanpa alaskaki dan petugas mencatat hasil pengukuran dalam satuan kilogram (kg).

#### b. Kuisisioner

Angket tertutup berupa kuisisioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengungkapkan informasi mengenai status sosial ekonomi orang tua Peneliti membagikan angket kepada semua siswa kelas VIII kemudian peneliti menjelaskan cara pengisian ,angket tersebut dibawa pulang diisikan oleh orang tua sesuai dengan kondisi sebenarnya.

## 2. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat ukur yang digunakan dalam suatu penelitian. Instrumen menurut Arikunto (2013: 191) yaitu bahwa instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu status gizi dan status sosial ekonomi orang tua, adapun instrumen dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut :

### 1. Instrumen Penilaian Status Gizi

Instrumen yang dipakai dalam penilaian status gizi yaitu stadiometer dan timbangan berat badan. Stadiometer digunakan untuk mengukur tinggi badan siswa dan timbangan berat badan untuk mengukur berat badan siswa. Satuan stadiometer dalam centimeter (cm) dan timbangan berat badan dalam kilogram (kg).

### 2. Instrumen Status Sosial Ekonomi orang tua

Instrumen yang digunakan dalam untuk mengetahui status sosial ekonomi orang tua siswa peneliti mengadopsi penelitian tentang status sosial ekonomi orang tua siswa dari Dian Anita (2015) dimana instrumen merupakan angket tertutup berupa kuisioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban lengkap sehingga responden hanya memilih satu jawaban yang tersedia. Instrumen ini menggunakan skala likert.. Kisi-kisi Angket Penelitian Kisi-kisi angket setiap variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Status Sosial Ekonomi Orang Tua

No	Indikator	Butir	Jumlah butir
1	Tingkat pendidikan orang tua	1, 2	2
2	Jenis pekerjaan orang tua	3, 5, 7, 9	4
3	Penghasilan orang tua	4, 6, 8, 10, 11	5
4	Pemilikan barang berharga	12,13, 14, 15, 16, 17	6
5	Jabatan sosial orang tua	18, 19	2
Total Butir			19

Peneliti dalam mengajukan pertanyaan-pertanyaan peneliti menggunakan skala bertingkat sebagai pedoman dengan empat alternatif jawaban yaitu a, b, c, d untuk angket status sosial ekonomi orang tua. Adapun penelitian jawaban subyek bergerak dari nilai 1 sampai nilai 4, dengan perincian sebagai berikut:

- a. Jawaban a memiliki nilai 1
- b. Jawaban b memiliki nilai 2
- c. Jawaban c memiliki nilai 3
- d. Jawaban d memiliki nilai 4

## **F. Validitas dan Relibilitas Instrumen**

### **1. Instrumen Status Gizi**

Instrumen yang dipakai dalam penilaian status gizi yaitu stadiometer untuk mengukur tinggi badan siswa dan timbangan berat badan untuk mengukur berat badan siswa. Instrumen penelitian tersebut sudah dikalibrasi oleh UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta Nomor 1253 / MET/ UP – 147/VII/2018 dan 1254 / MET/

TP – 132/VII/2018, dengan demikian data tinggi badan dan berat badan yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan.

## 2. Status Sosial Ekonomi Orang Tua

### a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid adalah yang memiliki validitas yang tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 2013: 211). Menguji kevaliditas dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi Pearson Product Moment (Arikunto, 2013: 211) yaitu :

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total

X = Skor butir

Y = Skor total

N = Banyaknya subjek

Perhitungan uji validitas yang menggunakan bantuan program SPSS versi 20.0.

Suatu item pernyataan dikatakan valid apabila  $r_{xy} \geq r$  tabel atau  $r$  hitung  $\geq r$  tabel.

Uji coba yang dilakukan dalam penelitian Anita (2015:129) menggunakan responden siswa yang berjumlah 11 responden, sehingga  $r$  tabel sebesar 0,553. Artinya jika nilai hitung  $\geq r$  tabel maka pertanyaan tersebut dianggap valid sedangkan apabila kurang dari  $r$  tabel yang ditentukan yaitu 0,553 maka pernyataan tersebut dianggap tidak valid atau gugur. Hasil ujicoba menunjukkan bahwa semua pertanyaan yang berjumlah 19 item dinyatakan valid karena  $r$  hitung  $\geq r$  tabel.

b. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas atau reliabel menurut Darmadi (2014: 116) reliabel menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut menunjukkan tingkat kestabilan, konsistensi sehingga instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga.

Uji reliabilitas yang diadopsi dari penelitian Anita (2015:72-73) menggunakan *Cronbach Alpha*. Berikut ini adalah rumusnya

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan

$r_{11}$ : Reliabilitas instrumen

$k$ : Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ : Jumlah varians butir

$\sigma_t^2$ : Varians total

(Sumber: Arikunto, 2013: 239)

Besarnya koefisien nilai alpha yang diperoleh dari rumus tersebut menunjukkan reliabilitas instrumen. Hasil perhitungan menunjukkan tinggi rendahnya reliabilitas instrumen. Apabila reliabilitas tinggi maka instrumen tersebut dapat dipercaya, untuk menginterpretasikan koefisien reliabilitas digunakan kategori sebagai berikut:

Tabel 3. Kategori Uji Reliabilitas Instrumen

<b>Koefisien r</b>	<b>Interpretasi</b>
Antara 0,800 – 1,000	Sangat tinggi
Antara 0,600 – 0,800	Tinggi
Antara 0,400 – 0,600	Cukup
Antara 0,200 – 0,400	Rendah
Antara 0,000 – 0,200	Sangat rendah

Uji reliabilitas menunjukkan tingkat keterpercayaan atau keandalan apabila instrumen yang digunakan dapat menghasilkan data yang hampir sama dalam waktu yang berbeda-beda. Berdasarkan koefisien alpha yang diperoleh menunjukkan koefisien reliabilitas instrumen. Berdasarkan hasil analisis komputer program SPSS versi 20.0, dari instrument status sosial ekonomi orang tua diperoleh koefisien Alpha sebesar 0,963. Instrumen motivasi berprestasi diperoleh koefisien Alpha sebesar 0,967, sehingga instrumen status sosial ekonomi orang tua dan motivasi berprestasi dinyatakan tingkat reliabilitasnya sangat tinggi.

### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh setelah data terkumpul maka dilakukan pengklasifikasian data status gizi siswa dan status sosial ekonomi orang tua.

#### 1. Analisis Status Gizi siswa

Hasil dari pengukuran atau antropometri dimasukkan dalam rumus IMT (Indeks Massa Tubuh):

$$\text{IMT} = \frac{\text{BB (kg)}}{\text{TB (m)}^2}$$

Indek Massa Tubuh yang sudah dihitung ,kemudian data IMT tersebut dimasukan dalam tabel norma standar antropometri penilaian status gizi anak menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor:

1995/Menkes/SK/XII/2010 pada anak usia 5–18 tahun.

Tabel 4. Kategori Status Gizi Menurut Indeks Massa Tubuh berdasarkan umur 5-18 tahun.

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun	Sangat Kurus	<-3 SD
	Kurus	-3 sampai dengan < -2 SD
	Normal	-2 sampai dengan < 1 SD
	Gemuk	1 sampai dengan < 2 SD
	Obesitas	> 2 SD

## 2. Analisis Status Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi orang tua dikategorikan menjadi tiga kategori berdasarkan klasifikasi kecenderungan variabel status sosial ekonomi orang tua, kemudian dapat dibuat tabel distribusi kecenderungan. Penilaiannya menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu 4 untuk skor tertinggi dan 1 untuk skor terendah. Dari 19 butir pertanyaan, diperoleh skor tertinggi  $(19 \times 4) = 76$  dan skor terendah  $(19 \times 1) = 19$ . Dari data tersebut diperoleh mean ideal  $(M_i) = 47,5$  dan standar deviasi ideal  $(SD_i) = 9,5$ . Data tersebut kemudian digolongkan ke dalam tiga kategori tingkat status sosial ekonomi orang tua.

Adapun untuk pengkategorian variabel status sosial ekonomi orang tua menurut Anita (2015:84-85) sebagai berikut:



1) Kategori rendah =  $< (Mi - 1SDi)$

2) Kategori sedang =  $(Mi - 1SDi)$  sampai dengan  $(Mi + 1SDi)$

3) Kategori tinggi =  $> (Mi + 1SDi)$

Keterangan:  $Mi$  = nilai rata-rata yang besarnya diperoleh dari  $\frac{1}{2}$  (skor tertinggi + skor terendah)  $SDi$  = standar deviasi atau simpangan baku yang diperoleh dari  $\frac{1}{6}$  (skor tertinggi – skor terendah).

Tabel 5. Kategori Status sosial ekonomi orangtua.

No	Interval	Kategori
1	19-37	Rendah
2	38-57	Sedang
3	58-76	Tinggi

### 3. Analisis Status Gizi Berdasarkan Status Sosial Ekonomi orang tua

Teknik analisis data adalah dengan menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah suatu statistik penyajian data melalui tabel, grafik, perhitungan modus, perhitungan rata-rata, nilai distribusi serta standar deviasi (Rangkuti, 2006). Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Untuk menghitung persentase status gizi siswa berdasarkan sosial ekonomi orang tua dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = (F/N) \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

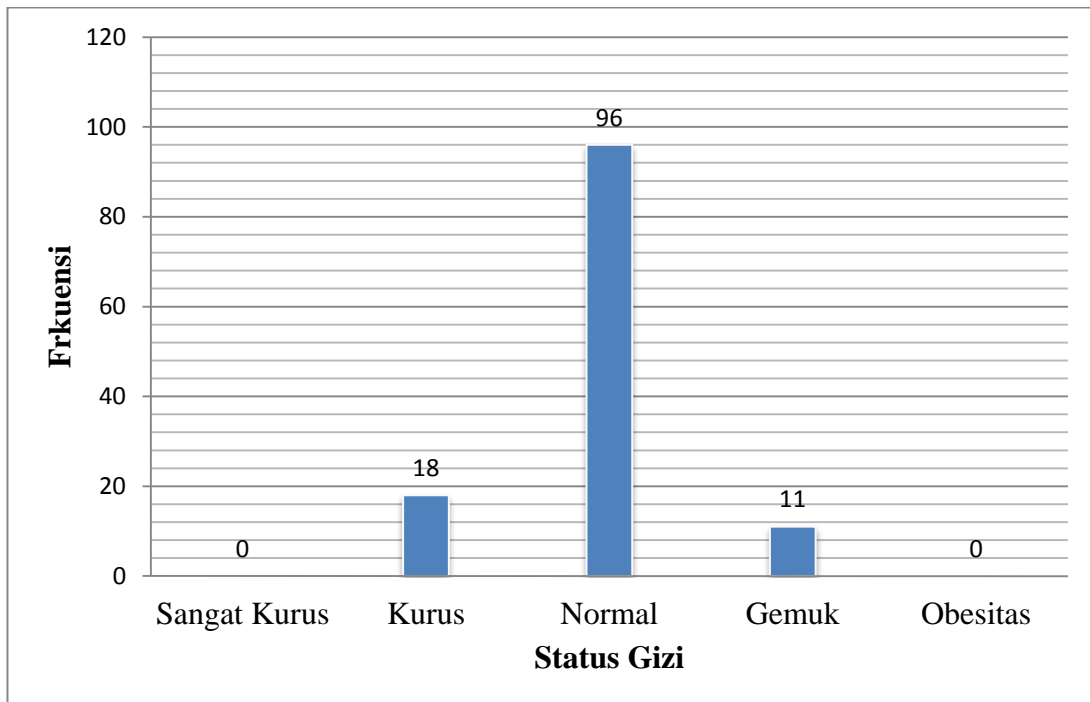
##### 1. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

Hasil perhitungan status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman adalah sebagai berikut :

Tabel 6. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

No	Status Gizi	Frekuensi	Persentase
1	Sangat Kurus	0	0,0%
2	Kurus	18	14,4%
3	Normal	96	76,8%
4	Gemuk	11	8,8%
5	Obesitas	0	0,0%
Total		125	

Berdasarkan tabel tersebut diatas dapat diketahui bahwa status gizi siswa putra dan putri kelas VIII MTs N 5 Sleman tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak 18 siswa (14,4%), kategori normal sebanyak 96 siswa (76,8%), kategori gemuk sebanyak 11 siswa (8,8%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Dapat pula kami sajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

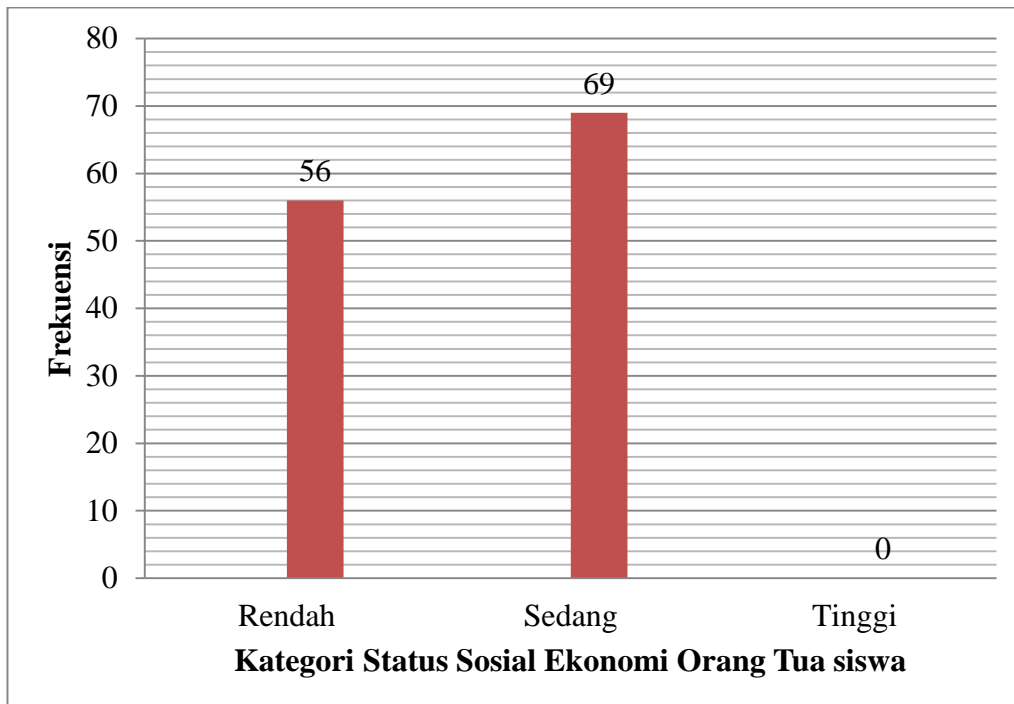
## 2. Status Sosial Ekonomi Orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

Hasil perhitungan status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman adalah sebagai berikut :

Tabel 7. Frekuensi Distribusi Kecenderungan Variabel Status Sosial Ekonomi Orang Tua

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	19-37	56	44,8%	Rendah
2	38-57	69	55,2%	Sedang
3	58-76	0	0,0%	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, frekuensi distribusi kecenderungan variabel status sosial ekonomi orang tua pada interval 19 – 37 kategori rendah sebanyak 56 siswa (44,8%), interval 38 – 57 kategori sedang sebanyak 15 siswa (55,2%) dan tidak ada siswa yang masuk dalam interval 56 – 76 kategori tinggi.



Gambar 3. Diagram status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.

### 3. Status gizi berdasarkan sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

Hasil perhitungan status gizi siswa kelas VIII A MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi orang tua:

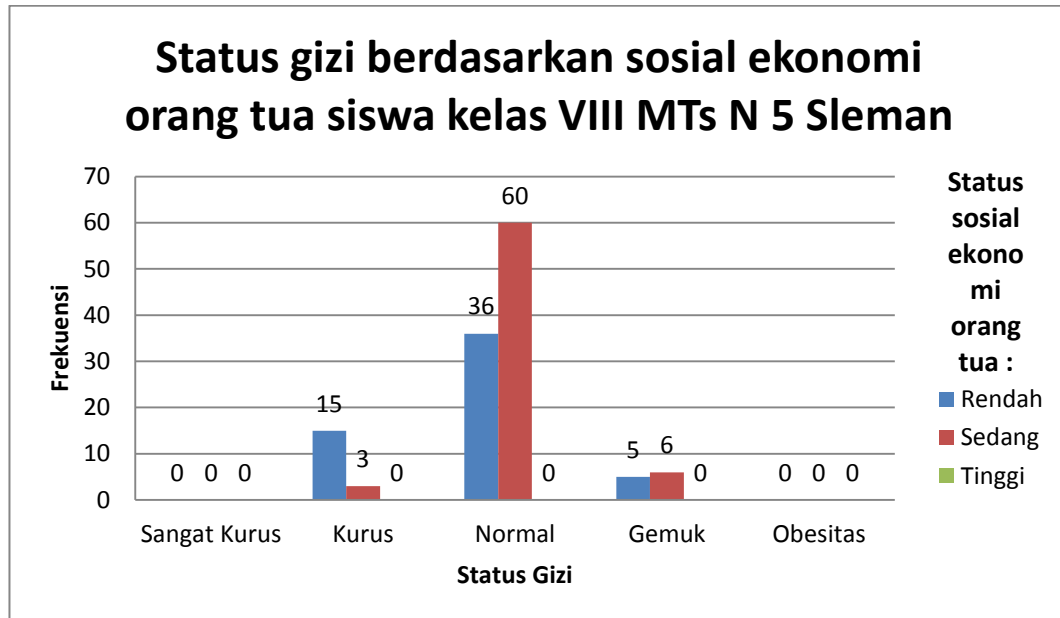
Tabel 8. Status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua

Kategori Status Sosial Ekonomi	Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Rendah	Sangat Kurus	0	0.0%
	Kurus	15	26.8%
	Normal	36	64.3%
	Gemuk	5	8.9%
	Obesitas	0	0.0%
<b>Jumlah</b>		<b>56</b>	

<b>Kategori Status Sosial Ekonomi</b>	<b>Status Gizi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Sedang	Sangat Kurus	0	0,0%
	Kurus	3	4,3%
	Normal	60	87,0%
	Gemuk	6	8,7%
	Obesitas	0	0,0%
<b>Jumlah</b>		<b>69</b>	
Tinggi	Sangat Kurus	0	0 %
	Kurus	0	0 %
	Normal	0	0 %
	Gemuk	0	0 %
	Obesitas	0	0 %
<b>Jumlah</b>		<b>0</b>	

Berdasarkan tabel tersebut diatas dapat diketahui bahwa status gizi siswa putra dan putri kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi orang tua dengan kaegori rendah tidak ada siswa masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak 15 siswa (26,8%), kategori normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kategori gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Status gizi siswa putra dan putri kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan status sosial ekonomi orang tua dengan kategori sedang tidak ada siswa masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak 3 siswa (4,3%), kategori normal sebanyak 60 siswa (87 %), kategori gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), serta tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Sedangkan untuk sosial ekonomi orang tua

siswa yang masuk dalam kategori tinggi tidak ada. Dapat pula kami sajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram status gizi berdasarkan sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

## B. Pembahasan

Berdasarkan penelitian dan pengambilan data yang dilakukan diketahui bahwa siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua dengan kategori rendah status gizinya normal, dengan rincian tidak ada siswa yang status gizinya sangat kurus ( 0% ), kategori kurus 15 siswa (26,8%), kategori normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kategori gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman berdasarkan sosial ekonomi orang tua dengan kategori sedang status gizinya normal, dengan rincian tidak ada siswa masuk dalam kategori sangat kurus, kategori kurus sebanyak 3 siswa (4,3%), kategori normal sebanyak 60 siswa (87,3 %), kategori gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas. Siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 rata-rata memiliki status

gizi normal, baik dari orang tua dengan kategori sosial ekonomi rendah maupun sedang hal ini karena status sosial ekonomi pengaruhnya tidak langsung terhadap status gizi anak, Menurut Par'i (2014:8) Faktor yang mempengaruhi gizi ,terutama penyebab masalah gizi ada dua yaitu langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu asupan gizi dan penyakit infeksi. Sedangkan, Faktor penyebab tidak langsung ialah ketersediaan makanan dirumah, pola asuh, pelayanan kesehatan dan lingkungan. Par'i (2014:9) menambahkan orang yang status gizi baik adalah orang yang kondisi tubuhnya seimbang antara faktor penjamu, faktor agens , dan faktor lingkungan. Lingkungan terdiri dari lingkungan fisik, biologis, dan sosial ekonomi.

Hasil penelitian menunjukkan lebih banyak permasalahan gizi siswa yang status sosial ekonomi orang tuanya rendah dengan rincian 13 anak dengan status gizi kurus dan 7 anak dengan status gizi gemuk, dibandingkan status gizi anak dengan sosial ekonomi orang tuanya dalam kategori sedang yaitu 3 anak dengan status gizi kurus dan 6 anak dengan kategori gemuk. Menurut Par'i (2014:218) Keadaan sosial ekonomi keluarga akan memberikan kesempatan ibu untuk menyediakan makanan bagi anggota keluarga. Keadaan ekonomi juga dapat memengaruhi status gizi, yaitu pekerjaan ayah, pendapatan perbulan, dan harga pangan di pasaran. Ini semua memengaruhi ketersediaan makanan dalam rumah tangga yang dapat dikonsumsi keluarga sehingga berdampak pada status gizi anggota keluarga.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat kategori status sosial ekonomi orang tua yang masuk dalam kategori tinggi, karena indikator status sosial ekonomi ada 5, sehingga bisa saja penghasilan dan pendidikan ayah dan ibu masuk dalam kategori tinggi, tetapi tidak memiliki penghasilan tambahan, juga tidak memiliki jabatan sosial di masyarakat. Faktor yang memperkuat yaitu siswa bayak

yang bertempat tinggal dari dua kecamatan yang mengapit MTs N yaitu Kecamatan Seyegan dan Kecamatan Godean, menurut survey statistik penduduk DIY tahun 2017 semester II berdasarkan pekerjaan kepala keluarga paling banyak di kecamatan godean yaitu pekerjaan buruh/tukang berkeahlian khusus, karawan swasta dan wiraswasta untuk Kecamatan Godean, sedangkan untuk kecamatan seyegan paling banyak yaitu buruh, pertanian/peternakan/perikanan, dan karyawan swasta, selain itu tingkat pendidikan di dua kecamatan tersebut mayoritas lulusan SMA/Sederajat .( Kependudukan Biro Tata Pemerintahan Setda DIY, 2017)

Terlepas dari Status sosial ekonomi orang tua siswa secara keseluruhan status gizi siswa kelas VIII rata-rata normal dengan frekuensi 96 siswa atau Persentase 76,6% , namun tidak sedikit juga yang mengalami masalah gizi diantaranya 18 anak (14,4%) yang status gizinya masuk kategori kurus dan 11 anak dengan status gizi gemuk (8,8%) hal ini dikarenakan pertumbuhan remaja dengan usia yang sama satu dengan lain tidaklah sama, faktor yang mempengaruhi pertumbuhan menurut supriasa (2002: 2) ada dua yaitu faktor internal (genetik) dan eksternal (ras, gizi, perawatan kesehatan, fungsi metabolisme, kepekaan terhadap penyakit, , dan lingkungan ). Faktor gizi berpengaruh dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja, dari makanan yang bergizi remaja mendapatkan asupan energi. Menurut Istiany dan Ruslianti ( 2013 : 168 ) Asupan energi mempengaruhi pertumbuhan tubuh, jika asupan tidak kuat dapat menyebabkan seluruh fungsional remaja ikut menderita, antara lain derajat metabolisme yang buruk, tingkat afektifitas tampilan fisik, dan kematangan seksual. Lebih lanjut alasan remaja rentan defisiensi gizi karena :



1. Percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik memerlukan energi dan zat besi yang lebih banyak
2. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan yang menuntut penyesuaian masukan energi dan protein yang tidak memenuhi kebutuhan gizi para remaja.
3. Kehamilan yang terlalu dini dialami oleh sebagian remaja
4. Olahraga berlebihan sedangkan *intake* makanan dan zat gizinya kurang memadai
5. Kecanduan alkohol dan rokok yang menyebabkan mengalami kerusakan organ tubuh
6. Memakan makanan secara berlebihan menyebabkan remaja sering sekali mengalami gizi kurang namun mengidap obesitas.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan yaitu :

1. Peneliti tidak dapat mengontrol keseluruhan kesiapan fisik siswa, yang meliputi kondisi siswa apakah pada pagi hari sarapan atau tidak dan apakah siswa dalam keadaan sakit atau tidak.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol berat badan yang sedikit bertambah karena pakaian dan asesoris siswa yang dipakai saat pengambilan data.
3. Meskipun terdapat asumsi yang mendasari digunakannya angket sebagai teknik pengumpulan data yaitu bahwa responden dapat memberikan jawaban sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya, namun dalam kenyataannya hal tersebut sulit dikontrol karena dalam pengisiannya belum tentu para siswa yang dijadikan subyek penelitian melakukan pengisian angket sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian dan pembahasan di atas siswa MTs N 5 Sleman tahun ajaran 2018/2019 status gizinya normal. Status sosial ekonomi orang tua memiliki pengaruh secara tidak langsung terhadap status gizi siswa. Persentase status gizi siswa berdasarkan sosial ekonomi orang tua, dari 56 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua rendah status gizi normal sebanyak 36 siswa (64,3 %), kurus 15 siswa (26,8%), gemuk sebanyak 5 siswa (8,9%) sangat kurus 0 ( 0% ), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas (0%). Sedaangkan dari 69 siswa dengan kategori sosial ekonomi orang tua sedang status gizi normal sebanyak 60 siswa (87,3 %), gemuk sebanyak 6 siswa (8,7%), kurus 3 siswa (4,3%), sangat kurus 0 ( 0% ), dan tidak terdapat siswa dengan kategori obesitas (0%).

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan diatas, penelitian ini memiliki implikasi :

1. Menjadi informasi keadaan saat ini pada siswa kelas VIII bagi sekolah mengenai status gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman.
2. Hasil penelitian dapat menjadi referensi dan kajian pustaka bagi peneliti selanjutnya, sehingga dapat dijadikan penelitian yang relevan.

#### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa untuk selalu menjaga kondisi satatus gizi agar normal, dengan menjaga pola hidup sehat.

2. Bagi orang tua untuk memberikan asupan makanan yang selektif dan variatif demi menjaga dan memperbaiki status gizi siswa.
3. Bagi sekolah untuk selalu memperhatikan status gizi siswa, dengan cara melakukan pengecekan status gizi secara rutin.
4. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M .(2011:). *Kontribusi Status Gizi dan Motivasi Belajar Terhadap Kesehatan Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi. Yogyakarta.* Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Almasier, S. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi.* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Anita, D. (2015). *Hubungan antara Status Sosial Ekonomi Orang Tua dan Motivasi Berprestasi dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI Kompetensi Keahlian Administrasi Perkantoran SMK Muhammadiyah 2 Bantul Tahun Ajaran 2014/2015. Skripsi.* Tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik.* Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Biro Tata Pemerintahan Setda DIY. (2017). *Jumlah Kepala Keluarga Kecamatan Godean, Menurut Jenis Pekerjaan .*Yogyakarta : Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil DIY.
- Biro Tata Pemerintahan Setda DIY .(2017). *Jumlah Kepala Keluarga Kecamatan Seyegan, Menurut Jenis Pekerjaan .*Yogyakarta : Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil DIY.
- Clark .(2001). *Petunjuk Gizi Untuk setiap cabang olahraga.* Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa.* Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama
- Irianto, D.P. (2007). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan.* Yogyakarta. Andi Offset.
- Irianto, D.P. (2012). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan.* Yogyakarta : Andi Offset
- Istiany, A. & Ruslianti. (2013). *Gizi Terapan.*Bandung :PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Kemenkes. (2010) Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 1995/Menkes/SK/XII/2010 tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang.* Jakarta : Depkes.

- Khosman, A. (2002). *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Mahmud, M (1990). *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Terapan*. Yogyakarta: BPFPE
- Mantra, I.B. (2009). *Demografi Umum*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Muhajir. (2017). *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII (Rev. Ed)*. Jakarta: Kemendikbud.
- Pamungkas, R.F. (2011). *Hubungan Antara Tingkat Sosial ekonomi keluarga dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Siswa Program Keahlian Administrasi Perkantoran di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta*. Skripsi. UNY: Yogyakarta
- Par'i, H.M. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Prasetyo, A.A. (2016) *Status Gizi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Se-Gugus Gatot Subroto Kecamatan Karangreja Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Salim, P. (1995). *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Jakarta: Modern Inggris Press
- Sholehudin, D. (2012). *Perkembangan Sosial dan Ekonomi Masyarakat desa* Diunduh pada tanggal 30 Juli 2018 dari [https://dedensholehuddin.wordpress.com/2012/09/02/kerangka-teoritis/#\\_ftnref24](https://dedensholehuddin.wordpress.com/2012/09/02/kerangka-teoritis/#_ftnref24)
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Sugiyono. (2005). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfa Beta.
- Sunardi, J. (2009). *Membentuk Kematangan Emosi Remaja Melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah*. Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Supariasa, I.D.N, dkk. (2001). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Usman, S. (2004). *Sosiologi Sejarah, Teori dan Metodologi*. Yogyakarta: CIRED

## **LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kaliurang No.1 Yogyakarta 55181 Telp. (0274) 343093, 346168 faks: 282, 295, 291, 341

---

Nomor : 7.12/UN.34.16/PP/2018. 11 Juli 2018.  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Kepada Yth.**  
**Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik**  
**Kabupaten Sleman, Jl. Candi Gebang,**  
**Beran, Tirdadi, Sleman, Yogyakarta.**

Diberitahakan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Lutfi Ahmad Kurniawan  
NIM : 14601241132  
Program Studi : PJKR  
Dosen Pembimbing : Sriawan, M.Kes.  
NIP : 195808301987031003  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Juli s/d Agustus 2018.  
Tempat : MTs Negeri 5 Sleman  
Judul Skripsi : Status Gizi Siswa Kelas VIII MTs Negeri 5 Sleman Tahun Ajaran 2018/2019 Berdasarkan Sosial Ekonomi Orang Tua.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**

1. Kepala MTs Negeri 5 Sleman
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing Tas
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat izin penelitian dari KESBANGPOL

410

**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 864850, Faksimile (0274) 864850  
Website: www.slemankab.go.id, E-mail : krsbang.sleman@yahoo.com

---

**SURAT IZIN**  
Nomor : 070 / Kesbangpol / 2593 / 2018  
**TENTANG PENELITIAN**

**KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 32 Tahun 2017 Tentang Izin Penelitian, Izin Praktik Kerja Lapangan, Dan Izin Kuliah Kerja Nyata.  
Menunjuk : Surat dari Dekan FIK UNY  
Nomo : 7.12/UN.34.16/PP/2018  
Hal : Ijin Penelitian  
Tanggal : 11 Juli 2018

**MENGIZINKAN :**

Kepada :  
Nama : LUTFI AHMAD KURNIAWAN  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 14601241132  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta  
Alamat Rumah : Jetis Jombongan XII Sidorejo Godean Sleman  
No. Telp / HP : 087838502574  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul **STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTS NEGERI 5 SLEMAN TAHUN AJARAN 2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**  
Lokasi : MTsN 5 Sleman  
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 11 Juli 2018 s/d 10 Oktober 2018

**Dengan ketentuan sebagai berikut :**


1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Sleman.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.  
Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman  
Pada Tanggal : 11 Juli 2018  
a.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik  
Sekretaris

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kepala MTs N 5 Sleman
4. Kaprodi PJKR
5. Pembimbing TAS
6. Yang bersangkutan





Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian dari MTs N 5 Sleman



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN SLEMAN  
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 5 SLEMAN  
Jalan Klaci Sidogung Godean Sleman Yogyakarta 55564 Telp.(0274) 797389  
Email: mtsngodean@gmail.com

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : B/3418/MTs.12.05/PP.00.5/ 07 /2018

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri Godean menerangkan bahwa :

Nama	: Lutfi Ahmad Kurniawan
NIM	: 14601241132
Program/ Tingkat	: S1
Fakultas	: Universitas Negeri Yogyakarta
Jurusan/ Prodi	: Pendidikan Olahraga / PJKR


Benar-benar telah melaksanakan penelitian di MTs Negeri 5 Sleman Semester Genap pada Tahun Pelajaran 2018 / 2019 yang dilaksanaka pada tanggal, 11 Juli 2018 s/d 21 Juli 2018 dengan judul “**STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs NEGERI 5 SLEMAN TAHUN AJARAN 2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**”

Godean, 19 Juli 2018  
Kepala

  
Etyk Nurhayati, S.Pd.I, M.Pd  
NIP.198009302005012007



Lampiran 4. Lembar Sertifikat Pengujian Timbangan berat badan badan



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN**  
**UPT METROLOGI LEGAL**

Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274) .....  
 sms : 085643491009 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id

---

**SERTIFIKAT PENGUJIAN**  
**VERIFICATION CERTIFICATE**

**Nomor** : 1254 / MET / TP - 132 / VII / 2018  
*Number*

No. Order	: A 00500
Diterima tgl	: 6 Juli 2018

**ALAT**  
*Equipment*

Nama : Timbangan Badan <i>Name</i>	Nomor Seri : <i>Serial number</i>
Kapasitas : 130 kg <i>Capacity</i>	Merek/Buatan : One Med <i>Brand / Made in</i>
Tipe/Model : <i>Type/Model</i>	Daya Baca : 1 kg <i>Readability</i>

**PEMILIK**  
*Owner*

Nama : Luthfi Ahmad Kurniawan <i>Name</i>	
Alamat : Jetis Jombongan, Sidorejo, Godean, Sleman <i>Address</i>	

**METODE, STANDART, TELUSURAN**  
*Method, Standard, Traceability*

Metode : SK DJ PDN No. 131/SPK/KEP/10/2015 <i>Method</i>	
Standard : Anak Timbangan Standar M2 <i>Standard</i>	
Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN <i>Traceability</i>	

**TANGGAL PENGUJIAN** : 9 Juli 2018  
*Date of Verified*

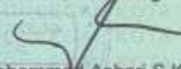
**LOKASI PENGUJIAN** : Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta  
*Location of Verified*

**KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN** : Suhu : 30°C ±3°C ; Kelembaban : 55% ± 3%  
*Environment condition of Verified*

**HASIL** : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2018  
*Result*

**DISARANKAN UNTUK DIUJI ULANG** : 9 Juli 2019  
*Reverification*

Yogyakarta, 9 Juli 2018  
 Kepala UPT Metrologi Legal




Mohammad Ashari S Kom  
 NIP. 19630126. 198202. 1.001

Halaman 1 dari 2 Halaman

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA BEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA

Lampiran 5. Lembar Sertifikat Pengujian alat ukur tinggi badan



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN**  
**UPT METROLOGI LEGAL**

Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274) .....  
 sms : 085643491009 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id

---

**SERTIFIKAT PENGUJIAN**  
**CALIBRATION CERTIFICATE**

**Nomor** : 1253 / MET / UP - 147 / VII/2018  
*Number*

<b>No. Order</b> : A 00500
<b>Diterima tgl</b> : 6 Juli 2018

**ALAT**  
*Equipment*

Nama <i>Name</i>	: Ukuran Tinggi Badan	Nomor Seri <i>Serial number</i>	:
Kapasitas <i>Capacity</i>	: 200 cm	Merek/Buatan <i>Brand / Made in</i>	: General Care
Tipe/Model <i>Type/Model</i>	:	Daya Baca <i>Readability</i>	: 1 mm

**PEMILIK**  
*Owner*

Nama <i>Name</i>	: Luthfi Ahmad Kurniawan
Alamat <i>Address</i>	: Jetis Jombongan, Sidorejo, Godean, Sleman

**METODE, STANDART, TELUSURAN**  
*Method, Standard, Traceability*

Metode <i>Method</i>	: SK DJ PDN No. 32 / PDN / KEP / 3 / 2010
Standard <i>Standard</i>	: Meter kuningan standar 1 meter
Telusuran <i>Traceability</i>	: Ke satuan SI melalui LK-045-IDN

**TANGGAL PENGUJIAN** : 9 Juli 2018  
*Date of Calibrated*

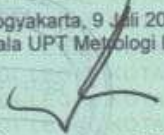
**LOKASI PENGUJIAN** : Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta  
*Location of Calibrated*

**KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN** : Suhu : 30°C ±3°C ; Kelembaban : 55% ± 3%  
*Environment condition of Calibrated*

**HASIL** : Lihat sebaliknya  
*Result*

**DISARANKAN UNTUK DIUJI ULANG** : 9 Juli 2019  
*Recalibration*

Yogyakarta, 9 Juli 2018  
 Kepala UPT Metrologi Legal



**Mohammad Ashari S Kom**  
 NIP. 19630126.198202.1.001

Halaman 1 dari 2 Halaman

DILARANG MENGGANDAKAN BEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA BEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA

Lampiran 6. Validitas dan reliabilitas instrumen angket status sosial ekonomi Orang tua

**DATA HASIL UJI COBA INSTRUMEN**

Responden	Status Sosial Ekonomi Orang Tua																			Skor Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	1	2	1	1	26
2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	26
3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	2	3	2	1	1	1	30
4	1	3	2	2	3	1	4	2	1	1	3	3	2	4	4	2	4	2	2	46
5	3	2	1	1	1	1	2	1	3	1	3	3	1	4	4	2	3	1	4	41
6	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	1	4	3	1	2	1	1	31
7	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	1	3	3	1	1	1	1	28
8	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	1	2	1	2	26
9	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	4	3	2	1	1	1	28
10	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	4	3	1	2	3	2	3	1	1	37
11	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	3	2	1	2	3	2	1	1	1	34

## Scale: Status Sosial Ekonomi Orang Tua

### Correlations

#### Correlations

TOTAL

	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
SSE1	.904**	.000	11
SSE2	.884**	.000	11
SSE3	.848**	.001	11
SSE4	.857**	.001	11
SSE5	.656*	.028	11
SSE6	.779**	.005	11
SSE7	.810**	.002	11
SSE8	.721*	.012	11
SSE9	.902**	.000	11
SSE10	.889**	.000	11
SSE11	.790**	.004	11
SSE12	.716*	.013	11
SSE13	.807**	.003	11
SSE14	.741**	.009	11
SSE15	.744**	.009	11
SSE16	.896**	.000	11
SSE17	.807**	.003	11
SSE18	.889**	.000	11
SSE19	.680*	.021	11
TOTAL	1		11

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Reliability

#### Scale: ALL VARIABLES

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	11	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	11	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.963	19

Lampiran 7. Instrumen (angket) Penelitian status sosial ekonomi orang tua

**ANGKET PENELITIAN**

**STATUS GIZI SISWA KELAS VIII MTs N 5 SLEMAN TAHUN AJARAN**

**2018/2019 BERDASARKAN SOSIAL EKONOMI ORANG TUA**

**Petunjuk pengisian:**

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan seksama
2. Isilah dengan jujur sesuai kenyataan pada diri Saudara
3. Pilihlah salah satu jawaban yang tersedia dengan memberi tanda silang (X)

**Identitas Responden:**

Nama : .....

Kelas : .....

No : .....

1. Pendidikan terakhir ayah saya adalah .....

- |                      |                                  |
|----------------------|----------------------------------|
| a. SD/MI/Sederajat   | c. SMA/SMK/MA/MAK/Sederajat      |
| b. SMP/MTs/Sederajat | d. Universitas/Akademi/Sederajat |

2. Pendidikan terakhir ibu saya adalah .....

- |                      |                                  |
|----------------------|----------------------------------|
| a. SD/MI/Sederajat   | c. SMA/SMK/MA/MAK/Sederajat      |
| b. SMP/MTs/Sederajat | d. Universitas/Akademi/Sederajat |

3. Jenis pekerjaan pokok ayah saya adalah .....

- |                  |   |
|------------------|---|
| a. Tidak bekerja | c. Pegawai (Swasta/PNS/ABRI/TNI/Polisi) |
| b. Buruh/Petani  | d. Wirausaha                            |

4. Berkaitan dengan pekerjaan pokok Ayah saya, pendapatan rata-rata yang diperoleh per bulan berkisar .....

- a. Tidak ada pemasukan - Kurang dari 700.000
- b. Antara 700.000 – 1.000.000
- c. Antara 1.000.000 – 1.300.000

- d. Lebih dari 1.300.000
- 5. Jenis pekerjaan sampingan ayah saya adalah .....

  - a. Tidak ada    c. Peternak
  - b. Petani    d. Lainnya (.....)

- 6. Berkaitan dengan pekerjaan sampingan ayah saya, pendapatan rata-rata yang diperoleh per bulan berkisar .....

  - a. Tidak ada pemasukan - Kurang dari 700.000
  - b. Antara 700.000 – 1.000.000
  - c. Antara 1.000.000 – 1.300.000
  - d. Lebih dari 1.300.000

- 7. Jenis pekerjaan pokok ibu saya adalah .....

  - a. Tidak bekerja/Ibu rumah tangga      c. Pegawai (Swasta/PNS/ABRI/TNI/Polisi)
  - b. Buruh/petani    d. Wirausaha

- 8. Berkaitan dengan pekerjaan pokok Ibu saya , pendapatan rata-rata yang diperoleh per bulan berkisar .....

  - a. Tidak ada pemasukan - Kurang dari 700.000
  - b. Antara 700.000 – 1.000.000
  - c. Antara 1.000.000 – 1.300.000
  - d. Lebih dari 1.300.000

- 9. Jenis pekerjaan sampingan ibu saya adalah .....

  - a. Ibu rumah tangga/Tidak ada                          c. Peternak
  - b. petani    d. Lainnya (.....)

- 10. Berkaitan dengan pekerjaan sampingan ibu saya, pendapatan rata-rata yang diperoleh per bulan berkisar .....

  - a. Tidak ada pemasukan - Kurang dari 700.000
  - b. Antara 700.000 – 1.000.000
  - c. Antara 1.000.000 – 1.300.000
  - d. Lebih dari 1.300.000

- 11. Uang saku yang diberikan orang tua guna menunjang pendidikan saya per hari berkisar ....

  - a. Tidak pernah diberi uang saku      c. 5.000 – 10.000

- b. 1.000 – 5.000  
d. Lebih dari 10.000
12. Jenis transportasi yang digunakan orang tua ketika bekerja adalah .....
- a. Sepeda  
c. Motor  
b. Kendaraan umum (angkot, bus, dll)  
d. Mobil
13. Alat komunikasi yang dimiliki keluarga saya adalah .....
- a. HP non-internet  
c. Telepon rumah  
b. HP Smartphone  
d. Telepon rumah dan HP Smartphone
14. Rumah saya berlantai .....
- a. Tanah  
c. Tegel/ubin  
b. Semen  
d. Keramik/marmer/granit
15. Sumber penerangan utama rumah yang saya tinggali adalah .....
- a. Bukan listrik  
b. Listrik PLN tanpa meteran  
c. Listrik PLN tipe 450 watt  
d. Listrik PLN tipe 900 watt atau (menyalur tetangga) lebih
16. Bahan bakar utama untuk memasak adalah .....
- a. Kayu  
c. Gas non-subsidi  
b. Gas subsidi (gas isi 3 kg)  
d. Listrik
17. Barang-barang yang dibeli orang tua saya untuk menunjang pendidikan saya adalah .....
- a. Buku pelajaran dan peralatan sekolah  
b. Sepeda, peralatan sekolah, dan buku pelajaran  
c. Motor, peralatan sekolah dan buku pelajaran  
d. Motor, komputer/laptop, peralatan sekolah, buku pelajaran
18. Jabatan ayah saya di lingkungan rumah adalah .....
- a. Tidak menjabat  
c. Dukuh  
b. Pengurus RT/RW  
d. Perangkat Desa
19. Jabatan ibu saya di lingkungan rumah adalah .....
- a. Tidak menjabat  
c. Dukuh  
b. Pengurus RT/RW  
d. Perangkat Desa



Lampiran 8. Hasil penelitian status Gizi siswa kelas VIII MTs N 5 Sleman

NO.	NAMA PESERTA DIDIK	JK	KELAS	DATA				
				Usia *)	TB	BB	IMT	STATUS GIZI (IMT/U)
1	ANA	P	VIII A	1403	1,45	34,5	16,409	NORMAL
2	AIR	L	VIII A	1303	1,52	34	14,7161	KURUS
3	AN	P	VIII A	1300	1,435	34,5	16,7539	NORMAL
4	AM	P	VIII A	1308	1,52	49	21,2084	NORMAL
5	ANDU	P	VIII A	1311	1,49	61	27,4762	GEMUK
6	BM	L	VIII A	1402	1,63	51,5	19,3835	NORMAL
7	DRAA	P	VIII A	1407	1,52	43,5	18,8279	NORMAL
8	DJAP	L	VIII A	1307	1,53	39,5	16,8739	NORMAL
9	DAA	L	VIII A	1309	1,535	35	14,8543	KURUS
10	DGS	L	VIII A	1302	1,56	50	20,5457	NORMAL
11	EYP	L	VIII A	1305	1,47	38	17,5853	NORMAL
12	FMS	P	VIII A	1402	1,435	41	19,9104	NORMAL
13	FH	L	VIII A	1405	1,59	45	17,7999	NORMAL
14	HAW	L	VIII A	1302	1,52	72	31,1634	GEMUK
15	ICS	L	VIII A	1303	1,485	45	20,4061	NORMAL
16	JI	L	VIII A	1409	1,59	54	21,3599	NORMAL
17	JPR	L	VIII A	1309	1,51	37	16,2274	NORMAL
18	KA	P	VIII A	1404	1,415	51	25,4717	GEMUK
19	LWR	P	VIII A	1211	1,405	35	17,7303	NORMAL
20	MBW	L	VIII A	1306	1,585	35,5	14,1309	KURUS
21	MJS	L	VIII A	1409	1,515	41	17,8632	NORMAL
22	NMA	P	VIII A	1306	1,475	44	20,2241	NORMAL
23	RRR	L	VIII A	1308	1,64	46,5	17,2888	NORMAL
24	RUE	P	VIII A	1303	1,525	46	19,7796	NORMAL
25	RW	P	VIII A	1303	1,49	33	14,8642	KURUS
26	REP	P	VIII A	1303	1,46	41,5	19,4689	NORMAL
27	RSA	P	VIII A	1308	1,535	41,5	17,6129	NORMAL
28	RR	P	VIII A	1307	1,52	39	16,8802	NORMAL
29	RAS	L	VIII A	1303	1,57	41,5	16,8364	NORMAL
30	SNAM	P	VIII A	1307	1,48	41,5	18,9463	NORMAL

31	SNR	P	VIII A	1303	1,52	43,5	18,8279	NORMAL	
32	SNC	L	VIII A	1308	1,59	47	18,591	NORMAL	
1	ARAF	L	VIII B	1407	1,52	40	17,313	NORMAL	
2	AH	L	VIII B	1403	1,5	33	14,6667	KURUS	
3	ASBY	L	VIII B	1309	1,53	39	16,6603	NORMAL	
4	AR	P	VIII B	1408	1,61	46	17,7462	NORMAL	
5	AZA	P	VIII B	1303	1,54	40	16,8663	NORMAL	
6	ANL	P	VIII B	1305	1,46	39,5	18,5307	NORMAL	
7	AH	L	VIII B	1305	1,65	75	27,5482	GEMUK	
8	AL	P	VIII B	1307	1,49	36	16,2155	NORMAL	
9	ANR	P	VIII B	1302	1,465	38	17,7055	NORMAL	
10	ASN	P	VIII B	1307	1,47	36	16,6597	NORMAL	
11	BRI	L	VIII B	1401	1,66	45	16,3304	NORMAL	
12	DW	P	VIII B	1402	1,44	58	27,9707	GEMUK	
13	EF	P	VIII B	1304	1,55	46	19,1467	NORMAL	
14	FI	L	VIII B	1302	1,475	32	14,7084	KURUS	
15	HD	L	VIII B	PINDAH					
16	ISR	P	VIII B	1402	1,69	55	19,257	NORMAL	
17	IDI	P	VIII B	1210	1,45	38	18,0737	NORMAL	
18	MJ	L	VIII B	1309	1,495	32	14,3175	KURUS	
19	MS	L	VIII B	1207	1,445	32	15,3255	NORMAL	
20	NHC	P	VIII B	1302	1,48	40	18,2615	NORMAL	
21	PR	P	VIII B	1302	1,488	33	14,9042	KURUS	
22	PA	P	VIII B	1303	1,576	61	24,5594	GEMUK	
23	RSW	P	VIII B	1303	1,609	74	28,5838	GEMUK	
24	RS	P	VIII B	1304	1,545	50	20,9466	NORMAL	
25	RES	L	VIII B	1310	1,53	40	17,0874	NORMAL	
26	SRD	P	VIII B	1300	1,375	39	20,6281	NORMAL	
27	SNP	L	VIII B	1410	1,59	48	18,9866	NORMAL	
28	SM	L	VIII B	1307	1,605	50	19,4097	NORMAL	
29	TNR	L	VIII B	1305	1,52	48	20,7756	NORMAL	
30	TMKD	P	VIII B	1309	1,57	55	22,3133	NORMAL	
31	TA	L	VIII B	1300	1,37	35	18,6478	NORMAL	
32	WNA	P	VIII B	1401	1,64	60	22,3081	NORMAL	
1	ASS	P	VIII C	1310	1,565	50	20,4146	NORMAL	
2	ADS	P	VIII C	1310	1,54	50	21,0828	NORMAL	
3	AHH	P	VIII C	1211	1,56	51	20,9566	NORMAL	
4	AA	P	VIII C	1305	1,5	35	15,5556	NORMAL	
5	AYH	P	VIII C	1401	1,47	32	14,8086	KURUS	
6	ARA	L	VIII C	1310	1,59	48	18,9866	NORMAL	

7	ADM	P	VIII C	1309	1,55	54	22,4766	NORMAL
8	ANK	L	VIII C	1304	1,62	49	18,6709	NORMAL
9	BDP	L	VIII C	1400	1,63	46	17,3134	NORMAL
10	DDA	L	VIII C	1303	1,57	35	14,1994	KURUS
11	FH	P	VIII C	1304	1,414	39	19,5059	NORMAL
12	FIA	P	VIII C	1307	1,516	33	14,3587	KURUS
13	FEN	L	VIII C	1404	1,44	37	17,8434	NORMAL
14	HF	L	VIII C	1301	1,539	53	22,3768	GEMUK
15	IMH	L	VIII C	1305	1,453	36	17,0518	NORMAL
16	ISAP	P	VIII C	1302	1,565	53	21,6395	NORMAL
17	IR	L	VIII C	1308	1,412	30	15,0471	KURUS
18	IARP	L	VIII C	1305	1,57	42	17,0392	NORMAL
19	JAW	L	VIII C	1401	1,59	60	23,7332	GEMUK
20	KAF	P	VIII C	1404	1,435	45	21,8529	NORMAL
21	MH	L	VIII C	1310	1,425	43	21,1757	NORMAL
22	NFA	L	VIII C	1303	1,565	40	16,3317	NORMAL
23	NPJ	L	VIII C	1307	1,5	36	16	NORMAL
24	NK	P	VIII C	1310	1,576	51	20,5333	NORMAL
25	NIR	P	VIII C	1303	1,504	33	14,5888	KURUS
26	PW	P	VIII C	1402	1,576	41	16,5071	NORMAL
27	PDMS	P	VIII C	1210	1,504	36	15,915	NORMAL
28	RPR	P	VIII C	1304	1,399	37	18,9045	NORMAL
29	SNK	L	VIII C	1402	1,54	42	17,7096	NORMAL
30	TS	P	VIII C	1305	1,455	31	14,6432	KURUS
31	TY	P	VIII C	1405	1,55	57	23,7253	GEMUK
32	ZA	P	VIII C	1406	1,475	35	16,0873	NORMAL
1	ARS	P	VIII D	1306	1,6	70	27,3438	GEMUK
2	ADU	P	VIII D	1306	1,43	31	15,1597	KURUS
3	AGS	P	VIII D	1406	1,49	39	17,5668	NORMAL
4	AR	P	VIII D	1210	1,53	35	14,9515	NORMAL
5	ANB	P	VIII D	1310	1,56	49	20,1348	NORMAL
6	DWW	P	VIII D	1304	1,465	35	16,3077	NORMAL
7	DAA	P	VIII D	1303	1,52	34	14,7161	KURUS
8	DP	P	VIII D	1211	1,48	41	18,718	NORMAL
9	ENA	P	VIII D	1204	1,43	40	19,5609	NORMAL
10	ENDS	L	VIII D	1407	1,6	43	16,7969	NORMAL
11	EYP	L	VIII D	1300	1,58	44	17,6254	NORMAL
12	FTR	L	VIII D	1405	1,6	48	18,75	NORMAL
13	FIR	P	VIII D	1305	1,495	34	15,2124	NORMAL
14	FNA	P	VIII D	1208	1,49	36	16,2155	NORMAL

15	FM	L	VIII D	1311	1,485	40	18,1387	NORMAL
16	<b>FAO</b>	<b>L</b>	<b>VIII D</b>	<b>PINDAH</b>				
17	IAN	L	VIII D	1308	1,49	44	19,8189	NORMAL
18	KCD	P	VIII D	1301	1,54	34	14,3363	KURUS
19	LCH	P	VIII D	1408	1,49	38	17,1163	NORMAL
20	MCM	L	VIII D	1301	1,515	41	17,8632	NORMAL
21	MDI	L	VIII D	1307	1,46	35	16,4196	NORMAL
22	MSDT	L	VIII D	1211	1,48	38	17,3484	NORMAL
23	MWN	L	VIII D	1311	1,67	54	19,3625	NORMAL
24	OMF	L	VIII D	1403	1,58	50	20,0288	NORMAL
25	RF	P	VIII D	1400	1,56	50	20,5457	NORMAL
26	SN	P	VIII D	1503	1,48	44	20,0877	NORMAL
27	SAW	L	VIII D	1300	1,515	38	16,5561	NORMAL
28	UL	P	VIII D	1309	1,5	46	20,4444	NORMAL
29	UAS	L	VIII D	1301	1,5	37	16,4444	NORMAL
30	<b>VN</b>	<b>P</b>	<b>VIII D</b>	<b>PINDAH</b>				
31	WLN	L	VIII D	1405	1,52	34	14,7161	KURUS
32	YK	L	VIII D	1402	1,5	40	17,7778	NORMAL

\*) Usia dalam tahun dan bulan, contoh 13 Tahun 2 bulan = 1302

Lampiran 9. Hasil penelitian status sosial ekonomi orang tua siswa kelas VIII MTs N

5 Sleman

<b>NO.</b>	<b>NAMA PESERTA DIDIK</b>	<b>JK</b>	<b>KLS</b>	<b>SKOR ANGKET STATUS SOSIAL EKONOMI ORNG TUA</b>
1	ANA	P	VIII A	37
2	AIR	L	VIII A	35
3	AN	P	VIII A	33
4	AM	P	VIII A	39
5	ANDU	P	VIII A	41
6	BM	L	VIII A	36
7	DRAA	P	VIII A	38
8	DJAP	L	VIII A	42
9	DAA	L	VIII A	37
10	DGS	L	VIII A	35
11	EYP	L	VIII A	41
12	FMS	P	VIII A	37
13	FH	L	VIII A	37
14	HAW	L	VIII A	43
15	ICS	L	VIII A	40
16	JI	L	VIII A	49
17	JPR	L	VIII A	40
18	KA	P	VIII A	36
19	LWR	P	VIII A	39
20	MBW	L	VIII A	38
21	MJS	L	VIII A	40
22	NMA	P	VIII A	38
23	RRR	L	VIII A	34
24	RUE	P	VIII A	40
25	RW	P	VIII A	33
26	REP	P	VIII A	32
27	RSA	P	VIII A	36
28	RR	P	VIII A	41
29	RAS	L	VIII A	39
30	SNAM	P	VIII A	43
31	SNR	P	VIII A	49
32	SNC	L	VIII A	34
1	ARAF	L	VIII B	42
2	AH	L	VIII B	34

3	ASBY	L	VIII B	57
4	AR	P	VIII B	33
5	AZA	P	VIII B	45
6	ANL	P	VIII B	29
7	AH	L	VIII B	41
8	AL	P	VIII B	44
9	ANR	P	VIII B	33
10	ASN	P	VIII B	42
11	BRI	L	VIII B	52
12	DW	P	VIII B	40
13	EF	P	VIII B	23
14	FI	L	VIII B	37
15	HD	L	VIII B	PINDAH
16	ISR	P	VIII B	32
17	IDI	P	VIII B	37
18	MJ	L	VIII B	34
19	MS	L	VIII B	37
20	NHC	P	VIII B	49
21	PR	P	VIII B	29
22	PA	P	VIII B	25
23	RSW	P	VIII B	43
24	RS	P	VIII B	32
25	RES	L	VIII B	34
26	SRD	P	VIII B	35
27	SNP	L	VIII B	27
28	SM	L	VIII B	44
29	TNR	L	VIII B	39
30	TMKD	P	VIII B	45
31	TA	L	VIII B	40
32	WNA	P	VIII B	37
1	ASS	P	VIII C	39
2	ADS	P	VIII C	43
3	AHH	P	VIII C	36
4	AA	P	VIII C	41
5	AYH	P	VIII C	37
6	ARA	L	VIII C	33
7	ADM	P	VIII C	34
8	ANK	L	VIII C	40
9	BDP	L	VIII C	37
10	DDA	L	VIII C	36

11	FH	P	VIII C	35
12	FIA	P	VIII C	34
13	FEN	L	VIII C	34
14	HF	L	VIII C	36
15	IMH	L	VIII C	40
16	ISAP	P	VIII C	43
17	IR	L	VIII C	34
18	IARP	L	VIII C	36
19	JAW	L	VIII C	37
20	KAF	P	VIII C	38
21	MH	L	VIII C	51
22	NFA	L	VIII C	43
23	NPJ	L	VIII C	38
24	NK	P	VIII C	40
25	NIR	P	VIII C	36
26	PW	P	VIII C	32
27	PDMS	P	VIII C	48
28	RPR	P	VIII C	49
29	SNK	L	VIII C	27
30	TS	P	VIII C	33
31	TY	P	VIII C	28
32	ZA	P	VIII C	44
1	ARS	P	VIII D	41
2	ADU	P	VIII D	38
3	AGS	P	VIII D	45
4	AR	P	VIII D	45
5	ANB	P	VIII D	42
6	DWW	P	VIII D	39
7	DAA	P	VIII D	40
8	DP	P	VIII D	42
9	ENA	P	VIII D	35
10	ENDS	L	VIII D	48
11	EYP	L	VIII D	43
12	FTR	L	VIII D	47
13	FIR	P	VIII D	36
14	FNA	P	VIII D	41
15	FM	L	VIII D	44
16	FAO	L	VIII D	PINDAH
17	IAN	L	VIII D	36
18	KCD	P	VIII D	37

19	LCH	P	VIII D	48
20	MCM	L	VIII D	38
21	MDI	L	VIII D	44
22	MSDT	L	VIII D	38
23	MWN	L	VIII D	36
24	OMF	L	VIII D	44
25	RF	P	VIII D	39
26	SN	P	VIII D	37
27	SAW	L	VIII D	38
28	UL	P	VIII D	39
29	UAS	L	VIII D	42
30	VN	P	VIII D	PINDAH
31	WLN	L	VIII D	33
32	YK	L	VIII D	40



Lampiran 10. Standar antropometri penilaian status gizi anak





**KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR: 1995/Menkes/SK/XII/2010**

**TENTANG**

**STANDAR ANTROPOMETRI PENILAIAN STATUS GIZI ANAK**

**MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

- Menimbang** : a. bahwa untuk menilai status gizi anak diperlukan standar antropometri yang mengacu pada Standar World Health Organization (WHO 2005);  
b. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a perlu menetapkan Keputusan Menteri Kesehatan tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak;
- Mengingat** : 1. Undang-undang Nomor 32 Tahun 2004 tentang pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2004 Nomor 125, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4437) sebagaimana telah diubah terakhir dengan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2008 tentang Perubahan Kedua Atas Undang-Undang Nomor 32 Tahun 2004 tentang Pemerintahan Daerah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2008 Nomor 59, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4844);  
2. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5063);  
3. Peraturan Pemerintah Nomor 38 Tahun 2007 tentang Pembagian Urusan Pemerintahan Antara Pemerintah, Pemerintahan Daerah Provinsi dan Pemerintahan Daerah Kabupaten/Kota (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 82, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4737);  
4. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 741/Menkes/PER/ VIII/2008 tentang Standar Pelayanan Minimal Bidang Kesehatan di Kabupaten/Kota;  
5. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1141/Menkes/PER/VIII/2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Departemen Kesehatan.



## MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
- KESATU** : **KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN TENTANG STANDAR ANTROPOMETRI PENILAIAN STATUS GIZI ANAK**
- KEDUA** : Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak tercantum dalam Lampiran Keputusan ini.
- KETIGA** : Standar Antropometri sebagaimana dimaksud Diktum Kedua digunakan sebagai acuan bagi Dinas Kesehatan Provinsi, Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota, Fasilitas pelayanan kesehatan, tenaga kesehatan dan pihak lain yang terkait dalam menilai status gizi anak
- KEEMPAT** : Dengan berlakunya Keputusan ini, maka Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 920/Menkes/SK/VIII/2002 tentang Klasifikasi Status Gizi Anak Bawah Lima Tahun (Balita) dicabut dan dinyatakan tidak berlaku.
- KELIMA** : Keputusan ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan.

Ditetapkan di : Jakarta  
Pada tanggal : 30 Desember 2010





Lampiran 1  
Keputusan Menteri Kesehatan  
Nomor : 1995/MENKES/SK/XII/2010  
Tanggal : 30 Desember 2010

#### KETENTUAN UMUM PENGUNAAN STANDAR ANTROPOMETRI WHO 2005

##### A. Istilah dan Pengertian

1. **Umur** dihitung dalam bulan penuh. Contoh: umur 2 bulan 29 hari dihitung sebagai umur 2 bulan.
2. Ukuran **Panjang Badan (PB)** digunakan untuk anak umur 0 sampai 24 bulan yang diukur telentang. Bila anak umur 0 sampai 24 bulan diukur berdiri, maka hasil pengukurannya dikoreksi dengan menambahkan 0,7 cm.
3. Ukuran **Tinggi Badan (TB)** digunakan untuk anak umur di atas 24 bulan yang diukur berdiri. Bila anak umur di atas 24 bulan diukur telentang, maka hasil pengukurannya dikoreksi dengan mengurangi 0,7 cm.
4. **Gizi Kurang** dan **Gizi Buruk** adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) yang merupakan padanan istilah **underweight** (gizi kurang) dan **severely underweight** (gizi buruk).
5. **Pendek** dan **Sangat Pendek** adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) yang merupakan padanan istilah **stunted** (pendek) dan **severely stunted** (sangat pendek).
6. **Kurus** dan **Sangat Kurus** adalah status gizi yang didasarkan pada indeks Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) yang merupakan padanan istilah **wasted** (kurus) dan **severely wasted** (sangat kurus).



### B. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak

Kategori dan ambang batas status gizi anak adalah sebagai mana terdapat pada tabel di bawah ini:

**Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks**

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Berat Badan menurut Umur (BB/U) Anak Umur 0 – 60 Bulan	Gizi Buruk	< -3 SD
	Gizi Kurang	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Gizi Baik	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gizi Lebih	>2 SD
Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Umur 0 – 60 Bulan	Sangat Pendek	<-3 SD
	Pendek	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
Berat Badan menurut Panjang Badan (BB/PB) atau Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) Anak Umur 0 – 60 Bulan	Tinggi	>2 SD
	Sangat Kurus	<-3 SD
	Kurus	-3 SD sampai dengan <-2 SD
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Anak Umur 0 – 60 Bulan	Normal	-2 SD sampai dengan 2 SD
	Gemuk	>2 SD
	Sangat Kurus	<-3 SD
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Anak Umur 5 – 18 Tahun	Kurus	-3 SD sampai dengan <-2 SD
	Normal	-2 SD sampai dengan 1 SD
	Gemuk	>1 SD sampai dengan 2 SD
	Obesitas	>2 SD
	Sangat Kurus	<-3 SD


 MENTERI KESEHATAN RI,  
*(Signature)*  
 ENDANG RAMAYU SEDYANINGSIH



Lanjutan  
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)  
Anak Laki-Laki Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
11	1	13.1	14.1	15.3	17.0	19.2	22.5	28.2
11	2	13.1	14.1	15.4	17.0	19.3	22.6	28.4
11	3	13.1	14.1	15.4	17.1	19.3	22.7	28.5
11	4	13.2	14.2	15.5	17.1	19.4	22.8	28.7
11	5	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	22.9	28.8
11	6	13.2	14.2	15.5	17.2	19.5	23.0	29.0
11	7	13.2	14.3	15.6	17.3	19.6	23.1	29.2
11	8	13.3	14.3	15.6	17.3	19.7	23.2	29.3
11	9	13.3	14.3	15.7	17.4	19.7	23.3	29.5
11	10	13.3	14.4	15.7	17.4	19.8	23.4	29.6
11	11	13.4	14.4	15.7	17.5	19.9	23.5	29.8
12	0	13.4	14.5	15.8	17.5	19.9	23.6	30.0
12	1	13.4	14.5	15.8	17.6	20.0	23.7	30.1
12	2	13.5	14.5	15.9	17.6	20.1	23.8	30.3
12	3	13.5	14.6	15.9	17.7	20.2	23.9	30.4
12	4	13.5	14.6	16.0	17.8	20.2	24.0	30.6
12	5	13.6	14.6	16.0	17.8	20.3	24.1	30.7
12	6	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.2	30.9
12	7	13.6	14.7	16.1	17.9	20.4	24.3	31.0
12	8	13.7	14.8	16.2	18.0	20.5	24.4	31.1
12	9	13.7	14.8	16.2	18.0	20.6	24.5	31.3
12	10	13.7	14.8	16.3	18.1	20.7	24.6	31.4
12	11	13.8	14.9	16.3	18.2	20.8	24.7	31.6
13	0	13.8	14.9	16.4	18.2	20.8	24.8	31.7
13	1	13.8	15.0	16.4	18.3	20.9	24.9	31.8
13	2	13.9	15.0	16.5	18.4	21.0	25.0	31.9
13	3	13.9	15.1	16.5	18.4	21.1	25.1	32.1
13	4	14.0	15.1	16.6	18.5	21.1	25.2	32.2
13	5	14.0	15.2	16.6	18.6	21.2	25.2	32.3
13	6	14.0	15.2	16.7	18.6	21.3	25.3	32.4
13	7	14.1	15.2	16.7	18.7	21.4	25.4	32.6
13	8	14.1	15.3	16.8	18.7	21.5	25.5	32.7
13	9	14.1	15.3	16.8	18.8	21.5	25.6	32.8
13	10	14.2	15.4	16.9	18.9	21.6	25.7	32.9
13	11	14.2	15.4	17.0	18.9	21.7	25.8	33.0
14	0	14.3	15.5	17.0	19.0	21.8	25.9	33.1



Lanjutan  
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)  
Anak Laki-Laki Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
14	1	14.3	15.5	17.1	19.1	21.8	26.0	33.2
14	2	14.3	15.6	17.1	19.1	21.9	26.1	33.3
14	3	14.4	15.6	17.2	19.2	22.0	26.2	33.4
14	4	14.4	15.7	17.2	19.3	22.1	26.3	33.5
14	5	14.5	15.7	17.3	19.3	22.2	26.4	33.5
14	6	14.5	15.7	17.3	19.4	22.2	26.5	33.6
14	7	14.5	15.8	17.4	19.5	22.3	26.5	33.7
14	8	14.6	15.8	17.4	19.5	22.4	26.6	33.8
14	9	14.6	15.9	17.5	19.6	22.5	26.7	33.9
14	10	14.6	15.9	17.5	19.6	22.5	26.8	33.9
14	11	14.7	16.0	17.6	19.7	22.6	26.9	34.0
15	0	14.7	16.0	17.6	19.8	22.7	27.0	34.1
15	1	14.7	16.1	17.7	19.8	22.8	27.1	34.1
15	2	14.8	16.1	17.8	19.9	22.8	27.1	34.2
15	3	14.8	16.1	17.8	20.0	22.9	27.2	34.3
15	4	14.8	16.2	17.8	20.0	23.0	27.3	34.3
15	5	14.9	16.2	17.9	20.1	23.0	27.4	34.4
15	6	14.9	16.3	18.0	20.1	23.1	27.4	34.5
15	7	15.0	16.3	18.0	20.2	23.2	27.5	34.5
15	8	15.0	16.3	18.1	20.3	23.3	27.6	34.6
15	9	15.0	16.4	18.1	20.3	23.3	27.7	34.6
15	10	15.0	16.4	18.2	20.4	23.4	27.7	34.7
15	11	15.1	16.5	18.2	20.4	23.5	27.8	34.7
16	0	15.1	16.5	18.2	20.5	23.5	27.9	34.8
16	1	15.1	16.5	18.3	20.6	23.6	27.9	34.8
16	2	15.2	16.6	18.3	20.6	23.7	28.0	34.8
16	3	15.2	16.6	18.4	20.7	23.7	28.1	34.9
16	4	15.2	16.7	18.4	20.7	23.8	28.1	34.9
16	5	15.3	16.7	18.5	20.8	23.8	28.2	35.0
16	6	15.3	16.7	18.5	20.8	23.9	28.3	35.0
16	7	15.3	16.8	18.6	20.9	24.0	28.3	35.0
16	8	15.3	16.8	18.6	20.9	24.0	28.4	35.1
16	9	15.4	16.8	18.7	21.0	24.1	28.5	35.1
16	10	15.4	16.9	18.7	21.0	24.2	28.5	35.1
16	11	15.4	16.9	18.7	21.1	24.2	28.6	35.2
17	0	15.4	16.9	18.8	21.1	24.3	28.6	35.2



Lanjutan  
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)  
Anak Perempuan Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
11	1	12.8	13.9	15.4	17.3	19.9	23.8	30.3
11	2	12.8	14.0	15.4	17.4	20.0	23.9	30.5
11	3	12.8	14.0	15.5	17.4	20.1	24.0	30.6
11	4	12.9	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1	30.8
11	5	12.9	14.1	15.6	17.5	20.2	24.2	30.9
11	6	12.9	14.1	15.6	17.6	20.3	24.3	31.1
11	7	13.0	14.2	15.7	17.7	20.4	24.4	31.2
11	8	13.0	14.2	15.7	17.7	20.5	24.5	31.4
11	9	13.0	14.3	15.8	17.8	20.6	24.7	31.5
11	10	13.1	14.3	15.8	17.9	20.6	24.8	31.6
11	11	13.1	14.3	15.9	17.9	20.7	24.9	31.8
12	0	13.2	14.4	16.0	18.0	20.8	25.0	31.9
12	1	13.2	14.4	16.0	18.1	20.9	25.1	32.0
12	2	13.2	14.5	16.1	18.1	21.0	25.2	32.2
12	3	13.3	14.5	16.1	18.2	21.1	25.3	32.3
12	4	13.3	14.6	16.2	18.3	21.1	25.4	32.4
12	5	13.3	14.6	16.2	18.3	21.2	25.5	32.6
12	6	13.4	14.7	16.3	18.4	21.3	25.6	32.7
12	7	13.4	14.7	16.3	18.5	21.4	25.7	32.8
12	8	13.5	14.8	16.4	18.5	21.5	25.8	33.0
12	9	13.5	14.8	16.4	18.6	21.6	25.9	33.1
12	10	13.5	14.8	16.5	18.7	21.6	26.0	33.2
12	11	13.6	14.9	16.5	18.7	21.7	26.1	33.3
13	0	13.6	14.9	16.6	18.8	21.8	26.2	33.4
13	1	13.6	15.0	16.7	18.9	21.9	26.3	33.6
13	2	13.7	15.0	16.7	18.9	22.0	26.4	33.7
13	3	13.7	15.1	16.8	19.0	22.0	26.5	33.8
13	4	13.8	15.1	16.8	19.1	22.1	26.6	33.9
13	5	13.8	15.2	16.9	19.1	22.2	26.7	34.0
13	6	13.8	15.2	16.9	19.2	22.3	26.8	34.1
13	7	13.9	15.2	17.0	19.3	22.4	26.9	34.2
13	8	13.9	15.3	17.0	19.3	22.4	27.0	34.3
13	9	13.9	15.3	17.1	19.4	22.5	27.1	34.4
13	10	14.0	15.4	17.1	19.4	22.6	27.1	34.6
13	11	14.0	15.4	17.2	19.5	22.7	27.2	34.6
14	0	14.0	15.4	17.2	19.6	22.7	27.3	34.7





Lanjutan  
Standar Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)  
Anak Perempuan Umur 5-18 Tahun

Umur		Indeks Massa Tubuh (IMT)						
Tahun	Bulan	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
14	1	14.1	15.5	17.3	19.6	22.8	27.4	34.7
14	2	14.1	15.5	17.3	19.7	22.9	27.5	34.8
14	3	14.1	15.6	17.4	19.7	22.9	27.6	34.9
14	4	14.1	15.6	17.4	19.8	23.0	27.7	35.0
14	5	14.2	15.6	17.5	19.9	23.1	27.7	35.1
14	6	14.2	15.7	17.5	19.9	23.1	27.8	35.1
14	7	14.2	15.7	17.8	20.0	23.2	27.9	35.2
14	8	14.3	15.7	17.6	20.0	23.3	28.0	35.3
14	9	14.3	15.8	17.6	20.1	23.3	28.0	35.4
14	10	14.3	15.8	17.7	20.1	23.4	28.1	35.4
14	11	14.3	15.8	17.7	20.2	23.5	28.2	35.5
15	0	14.4	15.9	17.8	20.2	23.5	28.2	35.5
15	1	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.3	35.6
15	2	14.4	15.9	17.8	20.3	23.6	28.4	35.7
15	3	14.4	16.0	17.9	20.4	23.7	28.4	35.7
15	4	14.5	16.0	17.9	20.4	23.7	28.5	35.8
15	5	14.5	16.0	17.9	20.4	23.8	28.5	35.8
15	6	14.5	16.0	18.0	20.5	23.8	28.6	35.8
15	7	14.5	16.1	18.0	20.5	23.9	28.6	35.9
15	8	14.5	16.1	18.0	20.6	23.9	28.7	35.9
15	9	14.5	16.1	18.1	20.6	24.0	28.7	36.0
15	10	14.6	16.1	18.1	20.6	24.0	28.8	36.0
15	11	14.6	16.2	18.1	20.7	24.1	28.8	36.0
16	0	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16	1	14.6	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
16	2	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16	3	14.6	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
16	4	14.6	16.2	18.3	20.8	24.3	29.0	36.2
16	5	14.6	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16	6	14.7	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
16	7	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.1	36.2
16	8	14.7	16.3	18.3	20.9	24.4	29.2	36.2
16	9	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16	10	14.7	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
16	11	14.7	16.3	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
17	0	14.7	16.4	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3

Lampiran 11. Dokumentasi



Penjelasan alur pengambilan data



Pengisian data siswa (nama, kelas usia)



Pengukuran berat badan siswa



Pengukuran Tinggi badan siswa



Pembagian angket