



## Gambaran Pola Makan Dan IMT Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung

Dimas Adrean Septnto<sup>1</sup>, Slamet Junaidi<sup>1</sup>, Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nisantara PGRI Kediri

\*Email Korespondensi: [dimasandrean141@gmail.com](mailto:dimasandrean141@gmail.com)

**Diterima:**  
7 Agustus 2024

**Dipresentasikan:**  
10 Agustus 2024

**Disetujui Terbit:**  
08 Oktober 2024

### ABSTRAK

Pola makan merupakan cara yang mudah tetapi susah untuk diterapkan seseorang untuk dapat mengurangi permasalahan gizi. Karena dengan memecahkan permasalahan gizi tersebut akan mendapatkan gizi yang baik dan tercukupi karena dapat berperan dalam pencegahan penyakit dan menjaga kesehatan. Dari pola makan yang tidak teratur dan buruk akan berakibat munculnya berbagai macam penyakit degeneratif seperti DM, hipertensi, kanker, dan jantung. Maka perlu adanya pedoman dalam menerapkan pola makan yang sehat, dan dapat memulainya dari saat masih kecil sampai dengan dewasa. . Usia penting pemenuhan gizi yaitu pada masa masih usia sekolah, karena jika masa tersebut mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada perkembangan potensi dan kemampuan mereka. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran dari pola makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung. Metode pendekatan yang dilakukan yaitu menggunakan pendekatan observasional dan deskriptif. Jumlah sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 28 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian berdasarkan usia responden yaitu usia 10 tahun berjumlah 8 responden (29%), usia 11 tahun berjumlah 16 responden (57%), dan usia 12 tahun berjumlah 4 responden (14%). Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 16 responden laki-laki (57%), dan sebanyak 12 responden perempuan (43%). Berdasarkan pola makan, diketahui sebanyak 16 responden (57%) berada pada kategori baik, dan sebanyak 12 responden (43%) berada pada kategori buruk. berdasarkan IMT, diketahui sebanyak 17 responden (61%) berada pada kategori normal, sebanyak 6 responden (21%) berada pada kategori *overweight*, dan sebanyak 5 responden (18%) berada pada kategori kurang. Dari hasil pengolahan data, gambaran pola makan dan IMT yang terjadi pada siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung termasuk dalam kategori baik dan normal.

**Kata Kunci :** Pola Makan, IMT, Status Gizi

### PENDAHULUAN

Di Indonesia bahkan diseluruh belahan dunia manapun, anak-anak memiliki peran dan juga pengaruh yang besar dalam pembentukan karakter suatu bangsa agar memiliki masa depan yang baik. Selebihnya bangsa tersebut dapat bersaing dengan bangsa-bangsa lain diseluruh dunia ini. Khususnya anak-anak yang masih berada di Sekolah Dasar (SD) menjadi salah satu pondasi awal bagi perkembangan anak. Menurut (Kemenkes RI, 2019), program pembangunan kesehatan ditujukan bagi manusia terutama bagi anak yang berada di Sekolah Dasar atau anak usia 7 – 12 tahun.



Laporan dari (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013), menyebutkan di Indonesia anak dengan usia 10 tahun keatas sebanyak 93,5% banyak yang tidak mengkonsumsi buah dan sayuran. Padahal dengan usia tersebut sangat rentan sekali terhadap permasalahan yang berkaitan dengan gizi, karena dengan gizi yang rendah dapat berdampak negatif bagi perkembangan kualitas manusia selanjutnya. Saat ini sudah tidak menjadi rahasia umum lagi, jika terjadi perbedaan antara asupan gizi yang masuk dengan gizi yang dikeluarkan. Sehingga pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi sangat perlu dilakukan untuk menjaga kondisi tubuh agar selalu stabil antara apa yang dikeluarkan dengan yang dikonsumsi setiap harinya.

Pola makan merupakan cara yang mudah tetapi susah untuk diterapkan seseorang untuk dapat mengurangi permasalahan gizi (Muhammad Akbar Husein Allsabab et al., 2023). Karena dengan memecahkan permasalahan gizi tersebut akan mendapatkan gizi yang baik dan tercukupi karena dapat berperan dalam pencegahan penyakit dan menjaga kesehatan. Pola makan yang salah akan berdampak pada kekurangan gizi seseorang, sebagai contoh konsumsi makanan yang tidak seimbang dan juga makan berlebihan. Dari pola makan yang tidak teratur dan buruk akan berakibat munculnya berbagai macam penyakit degeneratif seperti DM, hipertensi, kanker, dan jantung. Maka perlu adanya pedoman dalam menerapkan pola makan yang sehat, dan dapat memulainya dari saat masih kecil sampai dengan dewasa.

Pada saat sekarang ini, di Indonesia sedang menghadapi permasalahan gizi ganda. Selain penyakit menular seperti infeksi dan penyakit menular lainnya juga ada penyakit tidak menular, seperti masalah obesitas dan berat badan berlebih. Senada dengan pernyataan diatas, menurut (WHO, 2016) dengan semakin pesatnya pertumbuhan ekonomi saat ini, maka penyakit tidak menular juga menjadi semakin umum di masyarakat. Maka dengan adanya permasalahan tersebut menjadikan ketersediaan bahan pangan yang memenuhi standar gizi bagi seseorang harus terjangkau agar dapat dengan mudah dikonsumsi. Tetapi selain bahan pangan juga ada faktor pendukung lain diantaranya perilaku, budaya, makanan serta pengelolaan lingkungan yang baik.

Sebagai salah satu penentu dalam keberhasilan pembangunan nasional, faktor gizi memiliki peranan yang sangat penting (Muhammad Akbar Husein Allsabab et al., 2022). Dalam pemenuhan gizi seseorang siklus dilakukan mulai dari janin masih didalam kandungan sampai lanjut usia. Usia penting pemenuhan gizi yaitu pada masa masih usia sekolah, karena jika masa tersebut mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada perkembangan potensi dan kemampuan mereka. Menurut (Kemenkes RI, 2014), status gizi merupakan kondisi dimana tubuh seseorang dipengaruhi oleh asupan makanan berupa nutrisi dan gizi yang masuk didalam tubuh. Status gizi dapat dilihat melalui indeks massa tubuh seseorang, dengan melihat melalui indikator berat badan menurut umur (BB/U) tinggi badan menurut umur (TB/U) dan bisa juga berat badan menurut tinggi badan (BB/TB).

Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa siswa-siswi kelas IV dan V, mereka mengatakan ada yang sarapan terlebih dahulu

sebelum berangkat sekolah, ada juga yang sarapan buah dan ada juga yang tidak sarapan karena ingin jajan dilingkungan sekolah. Selain itu juga didapatkan hasil dari observasi fisik sebanyak 2 siswa gemuk, 3 siswa kurus dan 6 siswa normal. Peneliti beranggapan bahwa ada sesuatu hal yang membuat siswa-siswi berada pada kondisi yang demikian. Maka, berdasarkan pengamatan awal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran pola makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung”.

## **METODE**

Jenis rancangan pada penelitian ini yaitu deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pola Makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian campuran dengan kuantitatif dan kualitatif, yang pada praktiknya menggunakan pendekatan observasional dan deskriptif. Yang ditujukan untuk memberikan gambaran mengenai tentang fenomena-fenomena yang terjadi pada saat itu maupun masa lampau, bisa dilakukan pada individual atau juga kelompok. Tempat yang dijadikan penelitian dan pengambilan data yaitu di SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung. Waktu penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu dari awal mengajukan judul sampai sidang skripsi yaitu dari bulan Januari 2024 sampai dengan Juli 2024.

Menurut (Sugiyono, 2019), menjelaskan bahwa populasi merupakan generalisasi hasil penelitian yang memiliki ciri dan karakter agar dapat dibedakan oleh subjek lain. Dalam penelitian ini populasi merupakan keseluruhan siswa kelas IV dan V yang ada di SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung yang berjumlah 28 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini merupakan keseluruhan dari populasi yang akan diteliti dan kemudian diambil datanya. Dengan jumlah sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 28 siswa yang ada dikelas IV dan V, yang berjumlah 13 siswa kelas IV dengan jumlah siswa laki-laki 8 dan perempuan 5 dan 15 siswa kelas V dengan jumlah siswa laki-laki 8 dan perempuan 7 karena pada kelas IV dan V merupakan usia dimana anak-anak sangat rentan terhadap kurangnya gizi, sehingga dengan penelitian ini diharapkan bisa mengetahui rata-rata pola makan dan juga indeks tubuh pada anak. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, yang menurut (Sugiyono, 2019) menjelaskan bahwa keseluruhan populasi atau sampel yang memenuhi kriteria inklusi akan mendapatkan kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel dalam penelitian. Sampel yang digunakan sebanyak 28 siswa yang ada dikelas IV dan V, yang berjumlah 13 siswa kelas IV dengan jumlah siswa laki-laki 8 dan perempuan 5 dan 15 siswa kelas V dengan jumlah siswa laki-laki 8 dan perempuan 7. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu peralatan yang digunakan sebagai alat bantu untuk mendukung dan mendapatkan hasil data dari penelitian (Sugiyono, 2019).

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Dengan cara memberikan kuesioner kepada siswa yang telah dikumpulkan dan diberikan penjelasan penelitian. Alat ukur kuesioner yang digunakan berjumlah 17 pertanyaan tentang pola makan dengan nilai tidak = 0, dan Ya = 1 menggunakan



skala ordinal. Dikatakan baik jika skor antara 0 – 8, buruk jika skor 9 – 17. Pada penelitian ini kuesioner pola makan yang digunakan sudah baku dan telah teruji. Hasil uji validitas dari 17 kuesioner didapatkan hasil  $r_{hitung}$  pada rentang 0,571 – 0,895. Pertanyaan dinyatakan valid jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$ , yang mana  $r_{tabel}$  dalam penelitian yaitu 0,444. Maka setiap pertanyaan yang digunakan dalam penelitian tersebut dinyatakan valid. Kemudian uji reliabilitas dengan signifikansi sebesar 5% dengan menggunakan *cronbach alpha*. Nilai reliabilitas yang didapatkan yaitu 0,956, dimana hasil tersebut menunjukkan kuesioner ajeg atau reliabel dan layak untuk dijadikan instrumen penelitian. Jenis data yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer dan sekunder. Beberapa tahapan yang digunakan peneliti untuk pengumpulan data menggunakan kuesioner yaitu : Penyebaran kuesioner, Data primer yang dipakai untuk melakukan pengumpulan data yaitu menggunakan kuesioner yaitu dengan mengambil data pola makan dan IMT. Dengan alur siswa diberikan inform consent untuk menetujui mau atau tidak menjadi subjek penelitian, kemudian peneliti menjelaskan maksud dan tujuan dari penelitian dan pengambilan data. Kerahasiaan subjek akan terjaga untuk menjaga privasi data subjek. Setelah itu peneliti menjelaskan tata cara pengisian dan menjawab kuesioner. Setelah semua dijelaskan, peneliti memberikan kesempatan sibejek untuk mengerjakan kuesioner, dan juga mendampingi dalam pengerjaan. Pendampingan kuesioner subjek didampingi sampai selesai, untuk meyakinkan jika ada kesulitan dan pertanyaan dari subjek. Kuesioner dikerjakan di sekolah pada saat jam pelajaran olahraga. Dokumentasi, Teknik kedua yang digunakan oleh peneliti yaitu dokumentasi, dipakai untuk melakukan perekaman data dan juga dokumen asli yang sama dengan penelitian sejenis dan relevan. Data tersebut yaitu data sekunder yang terdiri dari lokasi penelitian, identitas subjek. Data Primer, Karakteristik data primer diambil dari : 1) Pola makan dengan menggunakan kuesioner dengan 17 pertanyaan dengan nilai Baik skor (0 – 8), dan Buruk skor (9 – 17). 2) Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan menggunakan kuesioner, alat timbangan, dan pengukur tinggi badan dengan nilai 1 = Malnutrisi (sangat kurus, kurus, gemuk dan obesitas) 2 = Gizi baik (Normal). Data Sekunder, Karakteristik data sekunder dalam penelitian ini merupakan gambaran umum dari subjek penelitian yang meliputi jenis kelamin dan usia. Pengolahan data dilakukan dengan melihat data identitas yang telah dikumpulkan yang kemudian diolah secara manual dengan menggunakan bantuan komputer, tahapan yang dilalui adalah sebagai berikut : *Editing*, Tahapan ini dilakukan untuk memperjelas pakah data yang didapatkan telah diisi lengkap oleh subjek atau belum. Menurut (Notoatmodjo, 2018), jika ada data yang belum lengkap diisi oleh subjek maka berhak untuk dilakukan eliminasi atau *drop out* data. Maka, tahapan ini sangat penting sekali dilakukan sebagai tahapan awal pemeriksaan kuesioner dari subjek. *Coding*, Pada tahap ini, adalah tahapan yang dapat mempermudah peneliti untuk melakukan pengolahan data dari setiap pertanyaan dan jawaban dari subjek dengan memberikan kode tertentu yang telah ditentukan peneliti. *Scoring data*, Skor yang dipakai oleh peneliti merupakan skor paten dari kuesioner. Maka peneliti hanya memastikan saja apakah skor data yang dipakai sudah sesuai atau

belum. *Entry data*, Tahap ini yaitu memasukkan data yang diperoleh dari subjek berdasarkan jawaban dari masing-masing responden kedalam komputer dan juga aplikasi yang telah disiapkan sebelumnya sebagai alat bantu pengolahan data. *Clearing*, Pada tahap akhir ini, peneliti hanya melakukan pemeriksaan dan memastikan kembali data yang telah terekam kedalam komputer agar tidak terjadi kesalahan pada saat melakukan pengolahan data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan analisis univariat. Analisis ini menjelaskan dan mendeskripsikan setiap variabel penelitian yang digunakan. Selanjutnya, dari setiap analisis tersebut membentuk distribusi frekuensi dan juga persentase dari masing-masing variabel yang digunakan (Notoatmodjo, 2018), Subjek melakukan pengisian kuesioner setelah sebelumnya menyetujui *inform consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan bukti tanda tangan sebjek. Subjek penelitian mengumpulkan kuesioner yang telah diisi kepada peneliti. Menganalisis data yang telah diisi oleh subjek. Menuliskan pembahasan dan juga kesimpulan penelitian yang dilakukan.

Lembar penelitian diberikan sebelum penelitian dimulai, diberikan untuk mengetahui maksud dan tujuan dari penelitian ini dilakukan. Dengan bukti tanda tangan persetujuan bahwa setuju untuk menjadi responden. Sebelum penelitian dimulai peneliti menjelaskan mengenai kerahasiaan setiap informasi yang diberikan oleh subjek kepada peneliti melalui kuesioner penelitian. Peneliti juga menjelaskan mengenai hak calon responden untuk menolak menjadi subjek penelitian. Rencana penelitian akan dilakukan seseuai dengan pemaparan jadwal yang telah dilampirkan diatas yaitu pada minggu kedua bulan Maret sampai dengan minggu pertama bulan April 2024.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

SDN 1 Batokan merupakan sekolah dengan jenjang pendidikan dasar yang ada di kecamatan Ngantru, Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur. Yang mana secara administrasi SDN 1 Batokan dibawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Jam pelajaran yang dipakai yaitu dimulai jam pagi selama 6 hari. Dengan jumlah guru sebanyak 9 orang, jumlah siswa laki-laki sebanyak 45 siswa, dan siswi perempuan sebanyak 36 siswi. Akreditasi yang dimiliki oleh SDN 1 Batokan yaitu akreditasi B berdasarkan SK akreditasi Nomor : 164/BAP-S/M/SK/XI/2017.

**Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin**

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	16	57
2	Perempuan	12	43
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan distribusi frekuensi menurut jenis kelamin pada tabel 4.1 terdapat 16 siswa (57%) berjenis kelamin laki-laki, dan 12 siswa (43%) berjenis kelamin perempuan.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan usia**

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	10 Tahun	8	29
2	11 Tahun	16	57
3	12 Tahun	4	14
Jumlah		28	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas mengenai distribusi frekuensi berdasarkan usia didapatkan lebih dari separuh siswa yang dijadikan responden memiliki usia 11 tahun yaitu sebanyak 16 siswa/i dengan persentase (57%).

**Tabel 3. Distribusi frekuensi kategori pola makan**

No	Pola Makan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	16	57
2	Buruk	12	43
Jumlah		28	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dari 28 siswa/i kelas IV dan V didapatkan lebih dari separuh jumlah keseluruhan responden mempunyai pola makan baik yaitu sebesar 16 siswa/i dengan persentase (57%). Dengan sebaran jumlah siswa/i yaitu :

**Tabel 4. Sebaran distribusi pola makan berdasarkan jenis kelamin**

No	Jenis Kelamin	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	Baik	9	32
		Buruk	7	25
2	Perempuan	Baik	7	25
		Buruk	5	18
Jumlah			28	100

Berdasarkan tabel 4.4 sebaran distribusi pola makan berdasarkan jenis kelamin laki-laki didapati sebanyak 9 responden (32%) memiliki pola makan kategori baik, sedangkan pada jenis kelamin perempuan terdapat sebanyak 7 responden (25%) memiliki pola makan kategori baik.

**Tabel 5. Distribusi frekuensi kategori IMT**

No	IMT	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	5	18
2	Normal	17	61
3	<i>Overweight</i>	6	21
4	Obesitas	0	0
Jumlah		28	100

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dari 28 siswa kelas IV dan V juga didapatkan lebih dari separuh jumlah keseluruhan responden mempunyai IMT normal (gizi baik) yaitu sebanyak 17 siswa/i dengan persentase (61%) dan selebihnya (malnutrisi) ada pada kategori kurang dan *overweight*.

Tabel 6. Sebaran distribusi IMT berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	Kurang	3	11
		Normal	9	32
		<i>Overweight</i>	4	14
2	Perempuan	Kurang	2	7
		Normal	8	29
		<i>Overweight</i>	2	7
Jumlah			28	100

Berdasarkan tabel 4.6 sebaran distribusi IMT berdasarkan jenis kelamin laki-laki didapati sebanyak 9 responden (32%) memiliki IMT kategori normal, sedangkan pada jenis kelamin perempuan terdapat sebanyak 8 responden (29%) memiliki IMT kategori normal, sedangkan sejumlah 11 responden lainnya (49%), dari laki-laki dan perempuan ada pada kategori overweight dan kurang.

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dan telah diolah mengenai pola makan siswa/i memiliki hasil yang berbeda-beda dari hasil pola makan baik sampai dengan buruk. Hasil penelitian ini didapatkan dari siswa/i yang setuju menjadi responden penelitian kemudian mengisi kuesioner yang telah disiapkan sebelumnya.

Biasanya perubahan pola makan sering dialami oleh para anak yang beranjak menjadi remaja. Dipengaruhi oleh beberapa faktor yang diantaranya seperti bertambahnya usia, dan juga jenis kelamin. Merujuk pada tabel 4.3 diatas berdasarkan distribusi kategori pola makan, lebih dari separuh siswa/i yang menjadi responden berada pada kategori pola makan baik yaitu sejumlah 16 responden (57%). Dari sebaran responden berdasarkan jenis kelamin didapati sebanyak 9 responden (32%) berada pada kategori pola makan baik, dan hanya 7 responden perempuan (25%) berada pada kategori baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Christiana Hertiningdyah Sulistiani & Luh Seri Ani, 2020), dalam penelitiannya menunjukkan dalam penelitiannya mayoritas responden adalah laki-laki dengan jumlah 22 responden (51,2%). Penelitian lain yang mendukung dari (Fauziyyah et al., 2021), bahwa lebih dari separuh responden yang digunakan dalam penelitian berjenis kelamin laki-laki yaitu sejumlah 27 responden (58,7%). Dari hasil penelitian diatas dan beberapa penelitian yang mendukung diatas diperkuat dengan teori yang dipaparkan oleh (Tussakinah et al., 2018), perbedaan pola makan antara laki-laki dan perempuan diakibatkan oleh perbedaan aktifitas dan komposisi tubuh seseorang.

Berdasarkan tabel 4.5 distribusi frekuensi gambaran IMT pada siswa kelas IV dan V didapatkan sebanyak 17 responden (61%) berada pada IMT normal dan selebihnya tersebar pada beberapa kategori IMT kurang, dan *overweight*. Kemudian dari sebaran IMT berdasarkan jenis kelamin didapati laki-laki sebanyak 9 responden (32%) berada pada kategori IMT normal, dan perempuan sebanyak 8 responden (29%) berada pada kategori normal. Setelah pemantauan yang dilakukan terhadap gambaran IMT anak tersebut, bahwasanya IMT merupakan salah satu cara yang cukup baik digunakan dalam mengklasifikasikan apakah seseorang tersebut dalam kondisi gizi yang baik atau tidak. Hal ini dilakukan karena gizi anak usia sekolah menjadi faktor penting bagi pendukung tumbuh dan

kembang anak di usia tersebut. Senada dengan penelitian diatas, oleh (Puspasari et al., 2021), dalam penelitiannya menyampaikan bahwa IMT sangat tepat digunakan dalam melakukan skrining melihat status gizi anak, terutama pada anak usia sekolah. Penelitian lain oleh (Mughtar et al., 2022), menjelaskan dalam penelitiannya anak usia sekolah (SD) merupakan fase penting dalam pembentukan pertumbuhan dan perkembangan anak sebelum menuju jenjang selanjutnya. Diperkuat dengan teori yang disampaikan oleh (Kamilah et al., 2022), dengan dilakukannya skrining IMT untuk melihat ststus gizi siswa/i maka akan memberikan edukasi mengenai pentingnya makanan yang sehat dan terpola untuk membentuk tubuh yang kuat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa gambaran karakteristik umum dari siswa/i kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung berdasarkan usia responden yaitu usia 10 tahun berjumlah 8 responden (29%), usia 11 tahun berjumlah 16 responden (57%), dan usia 12 tahun berjumlah 4 responden (14%). Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 16 responden laki-laki (57%), dan sebanyak 12 responden perempuan (43%). Gambaran dari siswa/i kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung berdasarkan pola makan, diketahui sebanyak 16 responden (57%) berada pada kategori baik, dan sebanyak 12 responden (43%) berada pada kategori buruk. Gambaran dari siswa/i kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung berdasarkan IMT, diketahui sebanyak 17 responden (61%) berada pada kategori normal, sebanyak 6 responden (21%) berada pada kategori *overweight*, dan sebanyak 5 responden (18%) berada pada kategori kurang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Allsabab, Muhammad Akbar Husein, Sugito., & Kurniawan, B. T. (2022). Level of physical activity , body mass index ( BMI ), and sleep patterns among school students. *Journal Sport Area*, 7(1), 134–147. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(1\).8188](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(1).8188)
- Allsabab, Muhammad Akbar Husein, Putra, R. P., & Sugito. (2023). Body mass index and physical fitness level of elementary school students. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 4(3), 215–229. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4\(3\).13775](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4(3).13775)
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). Laporan Nasional 2013. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013*, 46, 1–384. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4\(3\).13775](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/esijope.2023.vol4(3).13775)
- Christiana Hertiningdyah Sulistiani, & Luh Seri Ani. (2020). Gambaran Status Gizi Anak Berdasarkan Pola Makan Dan Pola Asuh Di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur. *Jurnal Medika Udayana*, 9(7), 2020. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Darmiah, D. (2021). Hakikat Anak Didik Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal*





- MUDARRISUNA: *Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(1), 165.  
<https://doi.org/10.22373/jm.v11i1.9333>
- Fauziyyah, A. N., Mustakim, M., & Sofiany, I. R. (2021). Pola Makan dan Kebiasaan Olahraga Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 115–122.  
<https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i2.51971>
- Hanani, R., Badrah, S., & Noviasty, R. (2021). Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 14(2), 120–129.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26630/jkm.v14i2.2665>
- Irianto, D. P. (2017). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan* (1st Revisi). CV. Andi Offset.
- Juliantika, Rohmah, H. N., Putri, S. R., Zahra, S., & Al Munawaroh. (2022). Urgensi Penguasaan Penerapan Variasi dalam Pembelajaran untuk Menumbuhkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Journal on Education*, 05(02), 1718–1726. <http://jonedu.org/index.php/joe>
- Kamilah, S. N., Supriati, R., Haryanto, H., Sipriyadi, & Atmaja, V. Y. (2022). Pemeriksaan Status Gizi berdasarkan Nilai Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 159 Bengkulu Utara. *Indonesian Journal of Community Empowerment and Service (ICOMES)*, 2(2), 95–100.  
<https://doi.org/10.33369/icom.es.v2i2.25579>
- Kemenkes RI. (2014). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA*. Kementerian Kesehatan.
- Kemenkes, PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 2 TAHUN 2020 1 (2020). <https://talenta.usu.ac.id/politeia/article/view/3955>
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019* (B. Hardhana, F. Sibuea, & W. Widiyantini (eds.); 1st Ed). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Pandemi COVID-19*.  
<https://infeksiemerging.kemkes.go.id/document/download/XBW>
- Loka, Iola vita, Martini, Margaretha, & Relina, S. (2018). Hubungan Pola Pemberian Makan dengan Perilaku Sulit Makan pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6). *Keperawatan Suaka Intan (JKSI)*, 3(2), 1–10.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.51143/jksi.v3i2.108>
- McDowell, M., Cain, M. A., & Brumley, J. (2019). Excessive Gestational Weight Gain. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 64(1), 46–54.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jmwh.12927>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Hastian, H. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*, 4(2), 2–6. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4098>



- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (3rd Editio). PT. Rineka Cipta.
- Pangestu, F. D., Agustina, V., & Agung Nugroho, K. P. (2022). Pola Asuh, Status Gizi, Asupan Zat Gizi dan Hubungannya Dengan Kejadian Kelebihan Berat Badan pada Anak SD Kristen Satya Wacana Salatiga. *Amerta Nutrition*, 6(3), 235–244. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.235-244>
- Primasoni, N. (2022). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh ( IMT ) dengan fleksibilitas otot hamstring atlet sepak bola junior Daerah Istimewa Yogyakarta Relationship between Body Mass Index ( BMI ) and hamstring muscle flexibility of junior football athletes in Yogyakarta Speci. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(2), 66–72. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v18i2.57990>
- Puspasari, A., Fitri, A. D., & Shafira, N. N. A. (2021). Skrining Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Komunitas Suku Anak Dalam Di Desa Nyogan, Muaro Jambi. *Medical Dedicatoin (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 140–145. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13462>
- Rahman, N. (2016). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Prilaku Makan Pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*, 7(1), 1–64.
- Saputra, M. A. S., Tamzil, E., & Murbiah. (2011). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Pasien di Puskesmas Pembina Palembang. *Jurnal Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang*, 1(1), 15–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.17605/OSF.IO/8PJE4>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>
- WHO. (2016). International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems, 10th Revision ICD-10 : Tabular List. *World Health Organization*, 1, 332–345. <http://www.who.int/classifications/icd/icdonlineversions/en/>