

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR**  
**JURUSAN GIZI**  
**Tugas Akhir, Mei 2024**

Putri Ananda Risa

Gambaran Konsumsi Ikan Segar dan Status Gizi pada Siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Kemiling Permai Kota Bandar Lampung Tahun 2024

xiv + 42 halaman + 14 tabel, 2 gambar, 7 lampiran

**ABSTRAK**

Asupan protein hewani khususnya ikan dianjurkan 80-160 gram. Anak usia 10-12 tahun dianjurkan mengkonsumsi protein 50-55 gram perharinya. Ikan memegang peranan penting dalam pemenuhan sumber gizi dan keamanan hidup bagi manusia pada negara berkembang. Kandungan protein ikan sangat mudah di cerna sehingga baik untuk sistem pencernaan manusia. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, apabila antara asupan gizi dan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi normal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran konsumsi ikan dan status gizi di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung tahun 2024.

Jenis penelitian ini adalah jenis deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini mempunyai populasi sebanyak 504 dan dengan sampel berjumlah 84 responden. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 04 Bukit Kemiling Permai Kota Bandar Lampung. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan april 2024. Pengolahan data yang digunakan di penelitian ini adalah univariat.

Hasil penelitian menunjukkan sebesar 97,8% responden yang kurang mengkonsumsi ikan, sedangkan jenis ikan yang banyak dikonsumsi responden yaitu lele 67,4% , frekuensi makan ikan pada responden jarang sebanyak 41,3% dan status gizi (IMT/U) normal sebanyak 52% dengan konsumsi ikan cukup hanya satu responden. Sebaiknya pihak sekolah melakukan pemantauan Berat Badan dan Tinggi Badan anak untuk memudahkan dalam memonitoring status gizi anak sekolah.

Kata kunci : Konsumsi Ikan dan Status Gizi  
Daftar baca : 45 (2010 – 2023)

# **HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR**

## **NUTRITION DEPARTMENT**

Final Assignment, Mei 2024

Description Of Fresh Fish Consumption and Nutritional Status in 5<sup>th</sup> Grade at Elementary School 03 Kemiling Permai Bandar Lampung City in 2024.

xiv + 42 page + 14 tables, 2 figures, 7 appendices

### **ABSTRACT**

Protein intake, especially fish, is recommended to be 80-160. Children aged 10-12 years are recommended to consume 50-55 grams of protein per day. Fish plays an important role in the fulfillment of nutritional sources and security of life for humans in developing countries. The protein content of fish is very easy to digest so it is good for the human digestive system. A person's nutritional status depends on nutritional intake and needs, if between nutritional intake and body needs are balanced, it will result in normal nutritional status. The purpose of this study was to determine the description of fish consumption and nutritional status at SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung in 2024

This type of research is descriptive type of research with a cross sectional approach. This study has a population of 504 and with a sample of 84 respondents. The location of the research was conducted at public elementary school 03 bukit kemiling permai bandar lampung city. Data processing used in this study is univariate.

The results showed 97.8% of respondents who consumed less fish, while the type of fish consumed by respondents was catfish 67.4%, the frequency of eating fish in respondents was rarely as much as 41.3% and nutritional status (IMT / U) was normal as much as 52% with sufficient fish consumption only one respondent. We recommend that schools monitor children's weight and height to make it easier to monitor the nutritional status of school children.

Keyword : Fish Consumption and Nutritional Status

Reference : 45 (2010 – 2023)