

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, April 2025

Nadia Puspa Rani

**Gambaran Status Gizi dan Konsumsi Sayur Buah Pada Anak SDN 1 Tuguratu
Kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat**

xiii + 62 halaman + 13 tabel, 1 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Anak usia sekolah merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Status gizi merupakan keadaan tubuh manusia sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran konsumsi sayur buah dan status gizi pada anak SDN 1 Tuguratu Kecamatan Suoh Kabupaten Lampung Barat Tahun 2025.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif untuk mengetahui gambaran status gizi, jumlah konsumsi sayur buah, dan frekuensi konsumsi sayur buah. Penelitian ini dilakukan pada bulan April tahun 2025 dengan populasi sebanyak 70 responden kelas IV dan V dengan mengambil sampel 50 responden. Data diambil dengan menggunakan teknik *simple random*. Data dikumpulkan menggunakan metode pengukuran dan wawancara dengan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.

Hasil penelitian ini status gizi dengan kategori gizi kurang 2%, gizi baik 64%, gizi lebih 26% dan obesitas 8%. Jumlah konsumsi sayur dengan kategori baik 8% dan kurang 92%. Jumlah konsumsi buah dengan kategori baik 56% dan kurang 44% Frekuensi konsumsi sayur dengan kategori sesuai 36% dan tidak sesuai 64%. Frekuensi konsumsi buah dengan kategori sesuai 74% dan tidak sesuai 26%. Sekolah perlu mengadakan penyuluhan dan edukasi gizi mengenai pentingnya konsumsi sayur buah serta sekolah hendaknya rutin mengadakan pemantauan status gizi siswa setiap tahun. Orang tua perlu memotivasi anak untuk mengonsumsi sayur dan buah setiap hari dan menyediakan sayur dan buah di rumah untuk dikonsumsi anak.

Kata kunci : konsumsi sayur buah, frekuensi, status gizi
Daftar bacaan : 53 (2014-2024)

HEALTH POLYTECHNIC TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, April 2025

Nadia Puspa Rani

**Description of Eating Patterns and Nutritional Status of Children at SDN 1
Tuguratu Suoh District West Lampung Regency**

xiii + 62 page + 13 tables, 1 illustrations, 7 attachments

ABSTRAK

School-age children are a very important period for good growth and development. Nutritional status is the condition of the human body as a result of food consumption and use of nutrients. This study aims to determine the description of fruit and vegetable consumption and nutritional status of children at SDN 1 Tugurau, Suoh District, West Lampung Regency in 2025.

This type of research is descriptive in nature to determine the description of nutritional status, the amount of fruit and vegetable consumption, and the frequency of fruit and vegetable consumption. This study was conducted in April 2025 with a population of 70 respondents in grades IV and V by taking a sample of 50 respondents. Data were taken using a simple random technique. Data were collected using measurement and interview methods with questionnaires. Data analysis used univariate analysis to describe the characteristics of each research variable.

The results of this study nutritional status with the category of undernutrition 2%, good nutrition 64%, at risk of overnutrition 26% and overnutrition 8%. The amount of vegetable consumption with the good category 8% and less 92%. The amount of fruit consumption with the good category 56% and less 44%. The frequency of vegetable consumption with the appropriate category 36% and not appropriate 64%%. The frequency of fruit consumption with the appropriate category 74% and not appropriate 26%. Schools need to provide counseling and nutrition education on the importance of consuming vegetables and fruits, and schools should routinely conduct nutritional status checks and record students' height and weight to monitor students' nutritional status every year. Parents need to motivate their children to consume vegetables and fruits every day and provide vegetables and fruits at home for children to consume.

Kata kunci : fruit and vegetable consumption, frequency, nutritional status
Daftar bacaan : 53 (2014-2024)