

SURVEI TINGKAT GIZI SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 ANDONG TAHUN 2022

Ludvian Fajar Saputra ^a, Rima Febrianti ^b, Slamet Santoso ^c

^{abc}Physical Education, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, Surakarta, Indonesia.

Email: ^a ludvianfajars@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Menerima 1 Januari 2023

Revisi 15 Januari 2023

Diterima 20

Online 30 Januari 2023

Kata kunci:

Gizi

Indeks

Konsumsi Makanan

Keywords:

Nutrition

Index

Food Consumption

Style APA

dalam mensitasi artikel ini: [Heading sitasi]

Ludvian Fajar Saputra, Rima Febrianti, Slamet Santoso. (2022). *Survei Tingkat Gizi Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Andong Tahun 2022*. *Jurnal Ilmiah Penjas* (9.1) (1-13)

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022. Metode penelitian adalah prosedur ataupun cara yang dilakukan untuk mencapai tujuan penelitian. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif ini menggunakan analisa data yaitu deskriptif kuantitatif dalam persentase, dengan menggunakan metode survei. Pengambilan data akan dilakukan di SMA Negeri 1 Andong, Desa Andong, Kecamatan Andong, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah penilaian tingkat gizi menggunakan teknik penilaian Indeks Massa Tubuh dan survei konsumsi makanan. Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling. Jumlah sampelnya adalah 20% dari populasi yaitu berjumlah 65 siswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa siswa berstatus kurus tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%), status kurus tingkat ringan sebanyak 11 siswa (16,92%), status normal sebanyak 32 siswa (49,23%), status gemuk tingkat ringan sebanyak 6 siswa (9,23%), dan status gemuk tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%). Dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 adalah normal. Berdasarkan hasil penelitian mengenai survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022, dan setelah dilakukan analisis data menunjukkan bahwa siswa yang menjawab 1-2 hari sebanyak 13 siswa (20,00%), menjawab 3-4 hari sebanyak 36 siswa (55,38%), menjawab 5-6 hari sebanyak 10 siswa (15,38%), menjawab setiap hari sebanyak 6 siswa (9,23%), dan menjawab tidak pernah sebanyak 0 siswa (0,0%). Dapat disimpulkan bahwa rata-rata jawaban hasil survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 adalah 3-4 hari.

ABSTRACT

The purpose of this study was to analyze the nutritional level of class X students of SMA Negeri 1 Andong in 2022. The research method is a procedure or method used to achieve research objectives. This research is a descriptive research. This descriptive research uses data analysis, namely quantitative descriptive in

percentage, using survey methods. Data collection will be carried out at SMA Negeri 1 Andong, Andong Village, Andong District, Boyolali Regency, Central Java Province. The instrument used in this study was an assessment of the nutritional level using a body mass index assessment technique and a food consumption survey. The sampling technique that will be used in this study is simple random sampling. The sample size is 20% of the population, which is 65 students. Based on the results of the study, it can be concluded that based on the results of data analysis, it showed that students with severe underweight status were 8 students (12.31%), mild underweight status were 11 students (16.92%), normal status were 32 students (49.23). %), mild obesity status as many as 6 students (9.23%), and severe obesity status as many as 8 students (12.31%). It can be concluded that the average nutritional level of class X students of SMA Negeri 1 Andong in 2022 is normal. Based on the results of research on the food consumption survey for class X students of SMA Negeri 1 Andong in 2022, and after data analysis showed that students who answered 1-2 days were 13 students (20.00%), answered 3-4 days as many as 36 students (55.38%), answered 5-6 days by 10 students (15.38%), answered every day by 6 students (9.23%), and answered never by 0 students (0.0%). It can be concluded that the average answer to the food consumption survey results for class X students of SMA Negeri 1 Andong in 2022 is 3-4 days.

1. Pendahuluan

Siswa sangat memerlukan gizi yang baik dan berkecukupan. Menurut (Supariasa & Bakri, 2001) status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari nutriture dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi setiap orang dipengaruhi oleh makanan yang masuk dalam tubuh dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi akan optimal apabila tubuh mendapatkan zat gizi yang cukup dan digunakan secara efisien (Kristanti & Sebtaleasy, 2019). Keadaan gizi yang baik sangat dibutuhkan oleh seorang pelajar untuk mendapatkan kesehatan fisik dan mental supaya tetap optimal dalam melakukan kegiatan belajar. Menurut (Susilowati et al., 2021) status gizi didefinisikan suatu pemantauan terhadap nilai kondisi seseorang mengenai kesehatan tubuhnya guna menggapai kesuksesan terpenuhinya keselarasan kebutuhan zat-zat makanan. (Setiawati, 2018) berpendapat bahwa suatu ukuran mengenai kondisi tubuh

seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Dampak dari kekurangan gizi ini pun juga sangat fatal bagi siswa dalam menjalani kegiatan belajar sehari-hari. Siswa dapat cepat lelah dan sering sakit-sakitan sehingga harus absen dalam kegiatan pembelajaran. Tentunya hal tersebut akan menyulitkan siswa untuk mengikuti dan memahami pelajaran yang diberikan oleh guru dengan baik. Seperti pendapat dari (Hardinsyah & Supariasa, 2016) menyatakan bahwa: "Kekurangan gizi siswa di sekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah, dan sakit-sakitan, sehingga anak menjadi sering absen serta mengalami kesulitan untuk mengikuti dan memahami pelajaran dengan baik". Dampak buruk dari kekurangan gizi juga dikemukakan oleh (Tim Promkes RSST, 2021) bahwa: "Pada anak-anak, kurang gizi bisa menyebabkan mereka mengalami gangguan tumbuh kembang, berkurangnya tingkat kecerdasan dan prestasi akademik, berat badan kurang, serta stunting". Ada model yang menyebabkan gizi buruk. Model tersebut dibagi menjadi tiga tahap seperti yang dikemukakan oleh (Soekirman, 2000) bahwa 1) Terdapat dua penyebab langsung gizi buruk, yaitu asupan gizi yang kurang dan penyakit infeksi. 2) Terdapat tiga faktor pada penyebab tidak langsung, yaitu tidak cukup pangan, pola asuh yang tidak memadai, dan sanitasi air bersih/pelayanan kesehatan dasar yang tidak memadai. 3) Penyebab mendasar/akar masalah gizi buruk adalah terjadinya krisis ekonomi, politik dan sosial termasuk bencana alam yang mempengaruhi ketersediaan pangan, pola asuh dalam keluarga dan pelayanan kesehatan serta sanitasi yang memadai, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi balita. Tingkat gizi sangatlah penting dalam dunia pendidikan. Salah satunya adalah pendidikan di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Dalam mengenyam pendidikan, siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) memang harus membutuhkan tingkat gizi yang baik untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal. Dengan adanya tingkat gizi yang baik, siswa dapat mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental, dan emosional yang baik pula. Tentunya hal tersebut haruslah disokong dengan mengonsumsi makanan yang

gizinya cukup secara teratur, siswa akan tumbuh sehat sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 24 Maret 2022, SMA Negeri 1 Andong terletak di JL. Solo-Karanggede KM. 30, Andong, Kecamatan Andong, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah dengan kepala sekolah Bapak Joko Sutomo. SMA Negeri 1 Andong berakreditasi A. Jumlah guru yang mengajar di SMA Negeri 1 Andong adalah 49 guru. Jumlah siswanya adalah 924 dengan 217 siswa laki-laki dan 707 siswa perempuan dengan rata-rata umur siswa adalah 16-18 tahun. Dengan latar belakang pekerjaan orang tua siswa dan ekonomi keluarga siswa yang bermacam-macam, asupan gizi yang diberikan kepada anak-anaknya bisa juga akan terpenuhi atau tidak terpenuhi. Dalam hal ini, yang akan menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022. Keadaan di atas perlu mendapatkan perhatian dari pihak sekolah maupun orang tua siswa. Jika hal tersebut tidak segera diatasi maka akan mempengaruhi pencapaian tujuan kegiatan belajar siswa. Permasalahan tersebut melatar belakangi judul, "Survei Tingkat Gizi Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Andong Tahun 2022".

2. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Dimana penelitian ini mendeskripsikan tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022. (Bungin, 2015) menyatakan bahwa: Penelitian deskriptif kuantitatif adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan, menjelaskan, atau meringkaskan berbagai kondisi, situasi, fenomena, atau berbagai variabel penelitian menurut kejadian sebagaimana adanya yang dapat dipotret, diwawancara, diobservasi, serta yang dapat diungkapkan melalui bahan-bahan documenter. Menurut (Nawawi, 2012) "Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian". Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA

Negeri 1 Andong yang berjumlah 324 siswa. Menurut (Gay, Mills dan Airasian, 2009) untuk penelitian metode deskriptif, minimal 10% populasi, untuk populasi yang relatif kecil minimal 20%, sedangkan untuk penelitian korelasi diperlukan sampel sebesar 30 responden. Untuk penelitian eksperimen dan komparatif diperlukan sampel 30 responden untuk setiap kelompok yang akan dibandingkan. Penelitian yang dibuat penulis menggunakan metode deskriptif kuantitatif, jadi untuk jumlah sampelnya adalah 20% dari populasi yaitu berjumlah 65 siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling* yang memberikan kesempatan yang sama kepada populasi untuk dijadikan sampel, dimana anggota populasi tidak memiliki strata sehingga relatif homogen. Untuk penelitian ini 65 sampel diambil dari presensi teratas untuk masing-masing kelas dan jumlah sampel dibagi rata dari setiap kelas yang ada. Dalam penelitian ini, instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah timbangan berat badan dan meteran pengukur tinggi badan. Instrument penelitian yang digunakan untuk mengukur keadaan gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Menurut (Depkes RI, 2010) "Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah metode sederhana yang digunakan untuk menilai status gizi seorang individu. IMT merupakan metode yang murah dan mudah dalam mengukur status gizi namun tidak dapat mengukur lemak tubuh secara langsung".

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

Keterangan :

INDEKS : Indek Massa Tubuh (IMT)

BB (kg) : Berat badan dalam satuan kg

TB (m) : Tinggi badan dalam satuan meter

Adapun instrument penelitian yang digunakan lagi adalah survei konsumsi makanan. Survei konsumsi makanan menurut (Kusharto & Supariasa, 2014) adalah salah satu metode pengukuran status gizi secara tidak langsung dengan cara mengukur kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi baik tingkat individu,

rumah tangga, dan masyarakat. Hasil pengukuran ini berguna untuk intervensi program gizi seperti pendidikan gizi dan pedoman makanan. Survei konsumsi makanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah memberikan pertanyaan kepada siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tentang seberapa sering siswa mengkonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna dalam waktu satu minggu.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah batas ambang IMT dan survei konsumsi makanan. Tetapi untuk teknik analisis data survei konsumsi makanan hanya sebagai penguat data yang ditunjukkan oleh persentase hasil dari Indeks Massa Tubuh siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong. Hasilnya nanti apakah dalam satu minggu siswa tersebut mengkonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna atau tidak. Setelah diketahui Indeks Massa Tubuh dan hasil survei konsumsi makanan siswa, kemudian dicari persentase dari masing-masing kelas. Rumus untuk mengetahui persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah siswa

3. Hasil dan Pembahasan

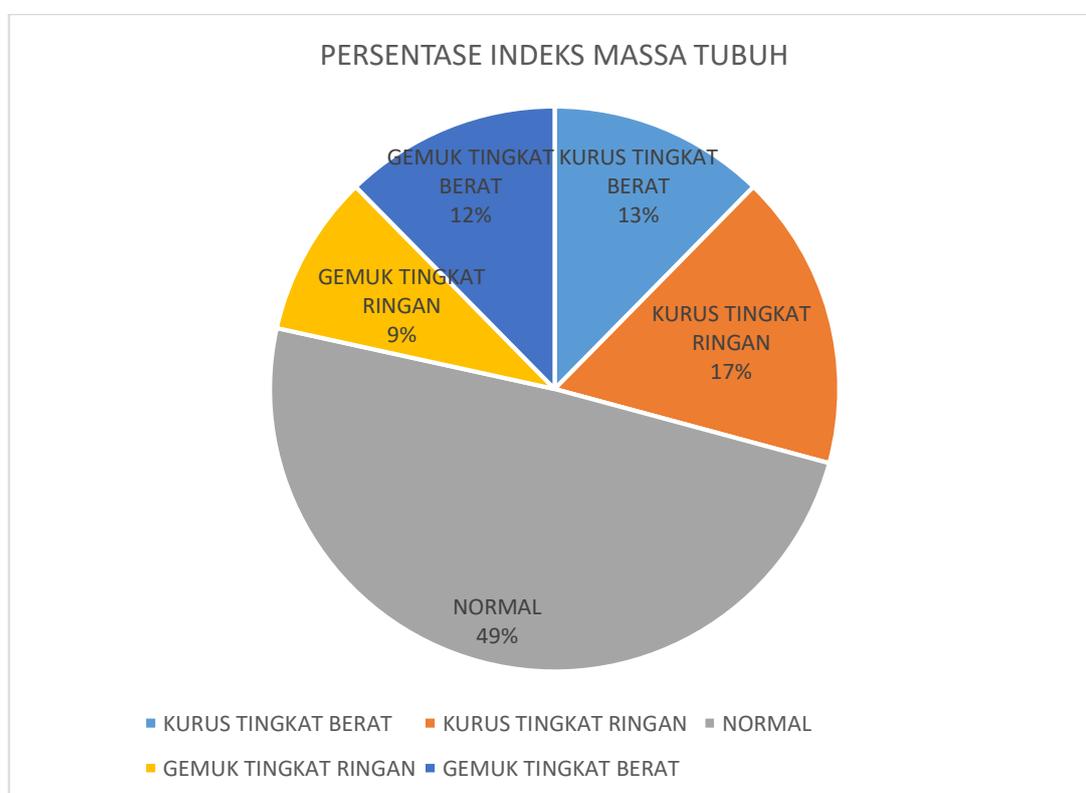
Deskripsi hasil analisis data hasil tes tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi data hasil tes tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong

STATUS	JUMLAH	PERSENTASE (%)
KURUS TINGKAT BERAT	8	12,31
KURUS TINGKAT RINGAN	11	16,92
NORMAL	32	49,23
GEMUK TINGKAT RINGAN	6	9,23

GEMUK TINGKAT BERAT	8	12,31
JUMLAH	65	100

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa pada tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 mayoritas normal dengan deskripsi yang berstatus kurus tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%), status kurus tingkat ringan sebanyak 11 siswa (16,92%), status normal sebanyak 32 siswa (49,23%), status gemuk tingkat ringan sebanyak 6 siswa (9,23%), dan status gemuk tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%). Lebih jelasnya berikut ini disajikan diagram persentase tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 sebagai berikut:



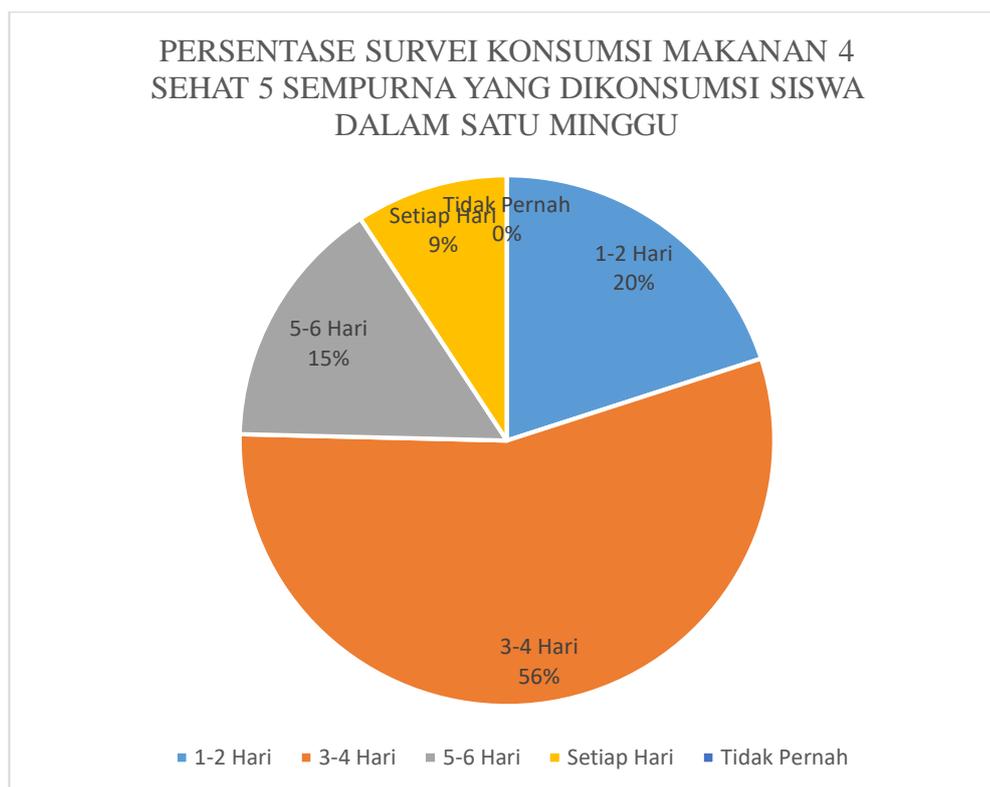
Gambar 1. Diagram persentase tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong

Deskripsi data hasil survei konsumsi makanan tentang intensitas mengkonsumsi makanan 4 sehat dan 5 sempurna dalam waktu satu minggu siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi data hasil survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong

INTENSITAS	JUMLAH	PERSENTASE (%)
1-2 Hari	13	20,00
3-4 Hari	36	55,38
5-6 Hari	10	15,38
Setiap Hari	6	9,23
Tidak Pernah	0	0,00
JUMLAH	65	100

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa pada survei konsumsi makanan tentang intensitas mengkonsumsi makanan 4 sehat dan 5 sempurna dalam waktu satu minggu siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 mayoritas menjawab 3-4 hari dengan deskripsi yang menjawab 1-2 hari sebanyak 13 siswa (20,00%), menjawab 3-4 hari sebanyak 36 siswa (55,38%), menjawab 5-6 hari sebanyak 10 siswa (15,38%), menjawab setiap hari sebanyak 6 siswa (9,23%), dan menjawab tidak pernah sebanyak 0 siswa (0,0%). Lebih jelasnya berikut ini disajikan diagram persentase jawaban survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram persentase survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022

Dalam penelitian ini teknik penilaian tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong menggunakan 2 teknik. Teknik yang pertama menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh dan yang ke dua menggunakan survei konsumsi makanan. Dari tabel 2 dapat diketahui hasil dari penilaian tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 menggunakan teknik penilaian Indeks Massa Tubuh yang berstatus kurus tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%), status kurus tingkat ringan sebanyak 11 siswa (16,92%), status normal sebanyak 32 siswa (49,23%), status gemuk tingkat ringan sebanyak 6 siswa (9,23%), dan status gemuk tingkat berat sebanyak 8 siswa (12,31%). Siswa yang memiliki tingkat gizi berstatus kurus tingkat berat dan status kurus tingkat ringan untuk penyebab yang mendasar adalah kurangnya asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh siswa, sehingga siswa tersebut memiliki tingkat gizi berstatus kurus. Siswa yang memiliki tingkat gizi berstatus normal asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sudah terpenuhi dan cukup, sehingga siswa memiliki tingkat gizi yang normal.

Siswa yang memiliki tingkat gizi berstatus gemuk tingkat ringan dan status gemuk tingkat berat penyebab mendasarnya adalah siswa tersebut tidak mengontrol jumlah asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh, sehingga siswa tersebut memiliki tingkat gizi berstatus gemuk. Dari tabel 3 dapat diketahui hasil dari survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 yang menjawab 1-2 hari sebanyak 13 siswa (20,00%), menjawab 3-4 hari sebanyak 36 siswa (55,38%), menjawab 5-6 hari sebanyak 10 siswa (15,38%), menjawab setiap hari sebanyak 6 siswa (9,23%), dan menjawab tidak pernah sebanyak 0 siswa (0,0%). Dalam hasil survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong rata-rata menjawab 3-4 hari dalam mengkonsumsi makanan 4 sehat 5 sempurna dalam waktu satu minggu.

Pembahasan

Hasil penelitian (Oktawiyanto, Jati Sri Wahjuni, 2019), (Simanjuntak & Atiq, n.d.) (Rohmah et al., 2020) menyatakan bahwa kecenderungan status gizi anak sekolah masih diangka normal karena aktivitas fisik anak masih cenderung tinggi. Tetapi banyak juga siswa yang diambang batas normal baik di kurus maupun gemuk. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian (Tumaloto, 2021) status gizi siswa terbanyak merupakan kategori siswa yang berstatus gizi gemuk (tingkat berat) yaitu 130 orang (88.43%) karena banyak anak-anak sekarang sering mengkonsumsi makanan cepat saji. Menurut (Kartini et al., 2019) Anak usia sekolah cenderung memiliki nafsu makan yang bervariasi, saat terjadi lonjakan pertumbuhan biasanya nafsu makan dan asupan makanan anak meningkat. Selain fase lonjakan pertumbuhan, juga ada fase pertumbuhan yang menurun yaitu fase dimana terjadi penurunan nafsu makan dan asupan makanan anak. Hal tersebut seharusnya bisa ditingkatkan lagi untuk mencapai tingkat gizi yang baik. Faktor tersebut bisa dipengaruhi oleh kurang sadarnya orang tua dan bahkan siswa itu sendiri untuk memenuhi kebutuhan gizi bagi tubuh mereka untuk mencapai tingkat gizi yang baik dari pola makan, olahraga

dan waktu istirahat. Rutin mengonsumsi sayur dan buah adalah salah satu pesan dari 10 pesan yang tertuang dalam pedoman gizi seimbang yang harus diperhatikan karena sayur dan buah merupakan sumber vitamin, mineral, serat dan juga kaya akan antioksidan yang sangat dibutuhkan oleh tubuh walaupun dalam jumlah yang sedikit.

4. Simpulan

Hasil dari penilaian tingkat gizi siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong menggunakan teknik penilaian Indeks Massa Tubuh yang berstatus **kurus tingkat berat** sebanyak 8 siswa (**12,31%**), status **kurus tingkat ringan** sebanyak 11 siswa (**16,92%**), status **normal** sebanyak 32 siswa (**49,23%**), status **gemuk tingkat ringan** sebanyak 6 siswa (**9,23%**), dan status **gemuk tingkat berat** sebanyak 8 siswa (**12,31%**). Hasil dari survei konsumsi makanan siswa kelas X SMA Negeri 1 Andong tahun 2022 yang menjawab **1-2 hari** sebanyak 13 siswa (**20,00%**), menjawab **3-4 hari** sebanyak 36 siswa (**55,38%**), menjawab **5-6 hari** sebanyak 10 siswa (**15,38%**), menjawab **setiap hari** sebanyak 6 siswa (**9,23%**), dan menjawab **tidak pernah** sebanyak 0 siswa (**0,0%**).

5. Refrensi

- Alwi, Idrus. 2012. "Kriteria Empirik dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika dan Analisis Butir". Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA, 2(2): 140-148.
- Bungin, B. (2015). Komunikasi pariwisata: pemasaran dan brand destinasi. *Jakarta: Kencana*, 85–87.
- Hardinsyah & Supariasa. (2016). *Buku 2016_1_TV5.pdf*.
- Kartini, T. D., Manjilala, M., & Yuniawati, S. E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Pangan*, 26(2), 201. <https://doi.org/10.32382/mgp.v26i2.1231>.
- Kesmas. 2014. "Penyebab dan Dampak Gizi Buruk", <https://www.indonesia-publichealth.com/penyebab-dan-dampak-gizi-buruk/>, diakses pada 24 Maret

Survei Tingkat Gizi Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Andong Tahun 2022.

Ludvian Fajar Saputra, Rima Febrianti, Slamet Santoso

2022 pukul 11.28.

Kristanti, L. A., & Sebtalezy, C. Y. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri Purworejo 3 Kabupaten Madiun. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1), 73–80.

Kusharto, C. M., & Supariasa, I. D. N. (2014). Survei konsumsi gizi. *Yogyakarta: Graha Ilmu*, 59.

Koko, N., Mulyadi., & Gresty, N.M.M. 2016. "Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Semester 2 Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran". *E-journal Keperawatan (e-Kp)*. doi: <https://doi.org/10.35790/jkp.v4i2.12918>.

Nawawi, H. (2012). *A. Kinerja Karyawan*. Yogyakarta: Gajah Mada Universitas Press.

Min, Mas. 2021. "14 Pengertian Siswa Menurut Para Ahli Terlengkap", <https://www.pelajaran.co.id/pengertian-siswa-menurut-para-ahli/>.

Oktawiyanto, Jati Sri Wahjuni, E. (2019). Survei Tingkat Status Gizi Pada Siswa Kelas 1 Sd Se-Kecamatan Jambangan Kota Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 111–114.

Rohmah, M. H., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember The Relationship between having a breakfast and snack consumption habit to the. *Ilmu Gizi Indonesia*, 04(01), 39–50.
file:///C:/Users/user/AppData/Local/Temp/155-957-1-PB.pdf

Setiawati, N. K. (2018). Gambaran Tingkat Konsumsi Energi dan Protein serta Keragaman Konsumsi Pangan Rumah Tangga Penduduk Desa Besan Kecamatan Dawan Kabupaten Klungkung. *Jurnal Dunia Kesehatan*, (2), 6–21.

Simanjuntak, V., & Atiq, A. (n.d.). *Survei tingkat status gizi dan general motor ability di sd negeri 13 lesung*. 1–10.

Soekirman, S. (2000). Ilmu gizi dan aplikasinya untuk keluarga dan masyarakat. *Dirjen Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional*.

Survei Tingkat Gizi Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Andong Tahun 2022.

Ludvian Fajar Saputra, Rima Febrianti, Slamet Santoso

Supariasa, I. D. N., & Bakri, B. (2001). Ibnu Fajar. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Susilowati, F., Lestari, N. E., & Shifa, N. A. (2021). Konsentrasi Belajar pada Anak Sekolah Dasar dapat di Pengaruhi oleh Sarapan Pagi dan Status Gizi. *Oajjhs: Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 1(1), 16–24.

Prasetyo, E., Sutisyana, A., & Ilahi, B.R. 2017. “Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Indeks Massa Tubuh pada Siswa SMP Negeri 29 Bengkulu Utara”. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. Doi: <https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.3470>.

Pritasari, Didit Damayanti, & Nugraheni Tri Lestari. 2017. “Gizi dalam Daur Kehidupan”. Jakarta Selatan : Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.

RSST, Tim Prokes. 2021. “Dampak Gizi Buruk”, <https://rsupsoeradji.id/dampak-gizi-buruk/>.

Thabroni Gamal. 2021. “Metode Penelitian Deskriptif: Pengertian, Langkah, & Macam”. <https://serupa.id/metode-penelitian-deskriptif>.

Tumaloto, E. H. (2021). Survei Status Gizi Pada Siswa Kelas Xi Ipa. *Jambura Health and Sport Journal*, 3(2), 87–92. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/11851>.