



SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI
PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI SDN SILO 03 JEMBER**

Oleh:

Fadil Umi Laila

NIM : 22.1101.1131

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN SILO 03 JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh:
Fadil Umi Laila
NIM: 22.1101.1131

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN SILO 03 JEMBER

Fadil Umi Laila
NIM: 22.1101.1131

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas
Muhammadiyah Jember

Jember, 13 Juli 2026

Pembimbing I


Ns. Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni, S.Kep., M.Kes
NPK. 1985071711503619

Pembimbing II


Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep, M.Kep
NPK. 1993020523091039

PENGESAHAN

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN SILO 03 JEMBER

Fadil Umi Laila
NIM : 22.1101.1131

Dewan Penguji Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

- Penguji,
1. Ketua : Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep (.....)
NPK.1988092511703822
 2. Penguji I : Ns. Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni, S.Kep., M.Kes (.....)
NPK. 1985071711503619
 3. Penguji II : Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep, M.Kep (.....)
NPK. 1993020523091039

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NPK. 1988030311703821

PENGUJI SKRIPSI

Dewan Penguji Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas

Muhammadiyah Jember

Jember, 23 Juli 2025

Penguji I



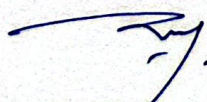
Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep
NPK.1988092511703822

Penguji II



Ns. Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni, S.Kep., M.Kes
NPK. 1985071711503619

Penguji III



Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep, M.Kep
NPK_1993020523091039



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : kantorpusat@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fadil Umi Laila
NIM : 2211011131
Tempat, tanggal lahir : Bondowoso, 21 Mei 2004
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Kp. Trebungan Barat Rt 01/Rw 04, Desa Trebungan, Kec.
Mlandingan, Situbondo, Jawa Timur
Jurusan/Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di SDN Silo 03 Jember

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 13 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



(Fadil Umi Laila)

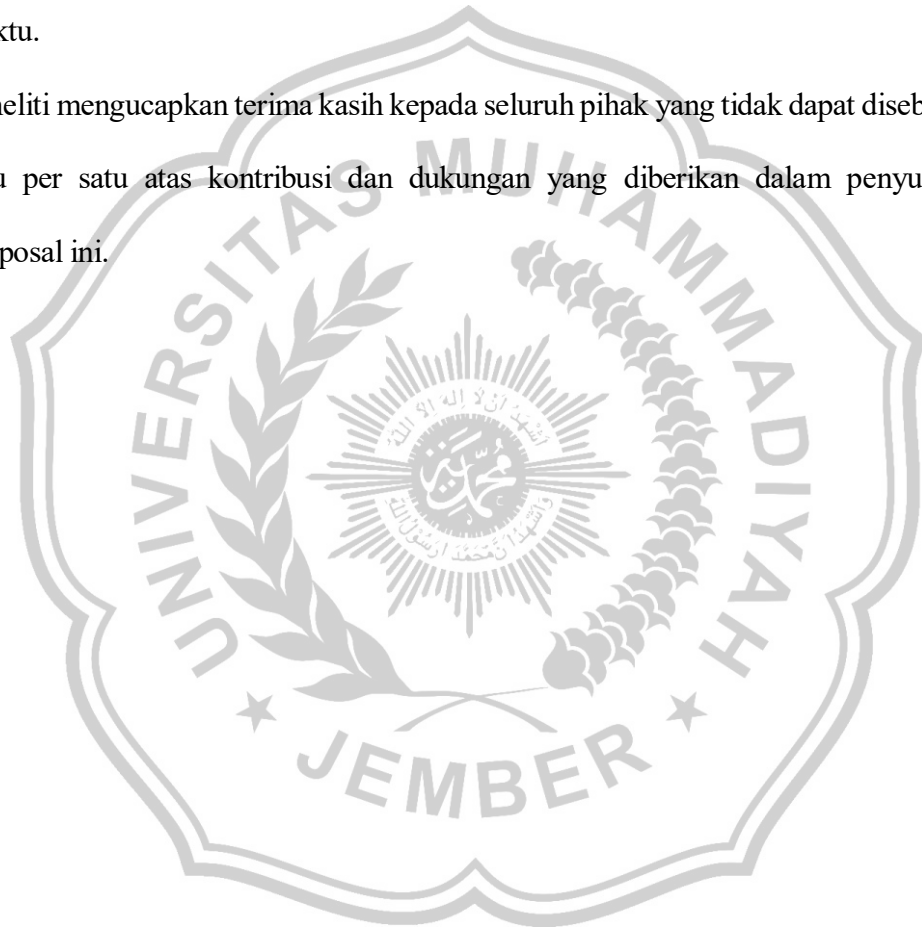
NIM. 2211011131

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'ālamīn, peneliti memanjatkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya yang senantiasa memberikan kekuatan, kesabaran, serta kemudahan sehingga tugas akhir ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi teladan dan pembimbing umat manusia menuju jalan kebenaran. Penyusunan tugas akhir ini tidak terlepas dari berbagai tantangan dan keterbatasan, namun berkat doa, dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak, seluruh proses dapat dilalui dengan lancar. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti dengan penuh rasa hormat dan terima kasih menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya peneliti sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Ayah Muhammad Junianto dan Mama Susanti Yulianingsih. Terimakasih pula pada adik Suci Dwi Ramadhani, serta seluruh keluarga besar atas doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan yang menjadi motivasi utama Peneliti dalam menempuh pendidikan hingga jenjang yang lebih tinggi.
2. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, Ibu Ns. Zuhrotul Eka Yulis, S.Kep., M.Kep. selaku Pembimbing I dan Ibu Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep. selaku Pembimbing II, atas bimbingan, arahan, kesabaran, dan waktu yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Terima kasih Peneliti sampaikan kepada seluruh staf dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember atas bantuan administratif dan pelayanan yang diberikan selama Peneliti menempuh pendidikan.

4. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada teman-teman seperjuangan, Frida Gesti Taura, Rien Putri Permatahati, Mareta Maeky, Silvia Hani Fauziah, Nanda Ika Putri, serta seluruh rekan mahasiswa atas dukungan, kebersamaan, dan motivasi yang diberikan selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.
5. Peneliti mengapresiasi diri sendiri atas ketekunan, kesabaran, dan ketangguhan dalam menjalani seluruh proses hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
6. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas kontribusi dan dukungan yang diberikan dalam penyusunan proposal ini.



MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

“Sesungguhnya Allah mencintai jika salah seorang di antara kalian melakukan suatu pekerjaan, ia melakukannya dengan itqan (sungguh-sungguh/sempurna).”

(HR. Al-Baihaqi)

“Proses ini mungkin disertai air mata, tetapi penyelesaian adalah bentuk tanggung jawab kepada diri sendiri dan orang tua.”

” Allah tidak menurunkan masalah tanpa solusi, yang sering tertutup bukan pertolongan-Nya, melainkan kesabaran dan usaha hamba-Nya”

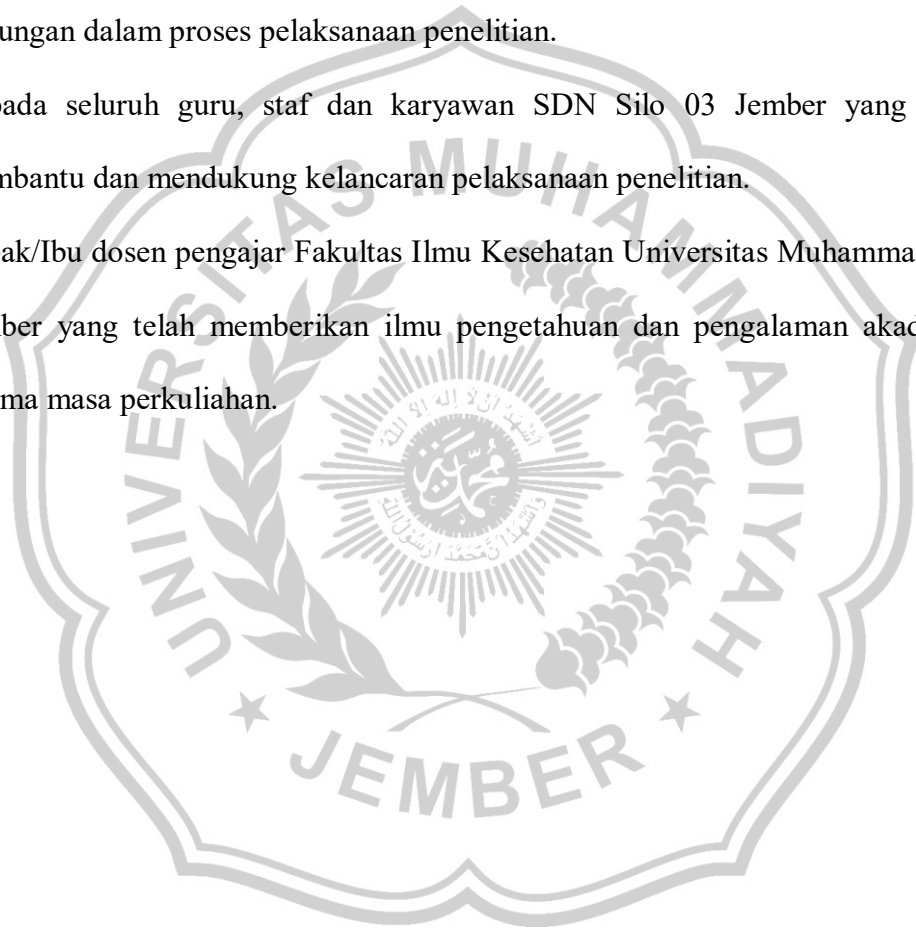
(Fadil Umi Laila)

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur Peneliti haturkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga proposal skripsi ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Proposal skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar sarjana pada program studi yang ditempuh. Dalam proses penyusunannya, Peneliti menghadapi berbagai kendala dan keterbatasan, namun berkat bimbingan, arahan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak, proposal skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Hanafi, M.Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep., selaku Kaprodi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni, S.Kep., M.Kes selaku Dosen Pembimbing I dan Ns. Ely Rahmatika Nugrahani S.Kep., M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada peneliti selama penyusunan proposal skripsi ini.

5. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BAKESBANGPOL) Kabupaten Jember selaku pihak yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan pengambilan data awal penelitian.
6. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Jember selaku pihak yang telah memberikan izin dan dukungan terhadap pelaksanaan penelitian.
7. Kepala Sekolah SDN Silo 03 Jember yang telah memberikan izin, arahan, serta dukungan dalam proses pelaksanaan penelitian.
8. Kepada seluruh guru, staf dan karyawan SDN Silo 03 Jember yang telah membantu dan mendukung kelancaran pelaksanaan penelitian.
9. Bapak/Ibu dosen pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman akademik selama masa perkuliahan.



DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
PENGUJI SKRIPSI	v
SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH	vi
ABSTAK	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN	ix
MOTTO.....	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Pola Makan.....	9
B. Konsep Status Gizi	19
C. Konsep Teori Keperawatan.....	30
D. Penelitian Terkait.....	33
BAB III KERANGKA KONSEP	40
A. Kerangka Konsep	40
B. Hipotesis	41
BAB IV METODE PENELITIAN	42
A. Desain Penelitan.....	42
B. Populasi, Sampel, Dan Sampling	42
C. Definisi Oprasional.....	47
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	48

E. Alat Pengumpulan Data.....	48
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	50
G. Analisis Data.....	56
H. Etika Penelitian	62
BAB V HASIL PENELITIAN	64
A. Data Umum.....	64
B. Data Khusus	68
BAB VI PEMBAHASAN	73
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	73
B. Keterbatasan Penelitian	90
C. Implikasi dalam Bidang Keperawatan.....	93
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	96
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	100
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	133



DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Health Promotion Model (HPM) oleh Nola J. Pender	30
Bagan 3. 1 Kerangka Konseptual Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar	41



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Interpretasi Pengukuran Antropometri Pada Anak	24
Tabel 2. 2 Penelitian Terkait Pola Makan dan Status Gizi	33
Tabel 4. 1 Distribusi Sampel Setiap Kelas	46
Tabel 4. 2 Definisi Operasional	47
Tabel 4. 3 Data Enumerator dan Pembagian Tugas	55
Tabel 4. 4 Kekuatan Hubungan Analisis Bivariat.....	61
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Kelas 3 sampai 6 di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	65
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Usia Responden Kelas 3 sampai 6 di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	65
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Orang Tua Responden Kelas 3 sampai 6 di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109).....	66
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Kelas 3 sampai 6 di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	66
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Pendapatan Perbulan Orang Tua Responden Kelas 3 sampai 6 di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109).....	67
Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	69
Tabel 5. 7 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	70
Tabel 5. 8 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah di SDN Silo 03 Jember pada Bulan Juni Tahun 2026 (n=109)	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent.....	104
Lampiran 2 Lembar Consent Responden	105
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner	106
Lampiran 4 Lembar Observasi	112
Lampiran 5 SOP Pengukuran Tinggi Badan Anak	113
Lampiran 6 SOP Pengukuran Berat Badan Anak	115
Lampiran 7 Uji Statistik	117
Lampiran 8 Pengesahan Judul Skripsi	121
Lampiran 9 Surat Izin Survey Pendahuluan dari Fakultas	122
Lampiran 10 Surat Izin Survey Pendahuluan dari BANGKESBANGPOL.....	123
Lampiran 11 Surat Keterangan Lolos Etik.....	124
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian dari Fakultas	125
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian dari BANGKESBANGPOL	126
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Jember	127
Lampiran 15 Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian	128
Lampiran 16 Lembar Konsul.....	129
Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian.....	130

