

**HUBUNGAN TINGKAT ASUPAN ZAT GIZI MIKRO DAN MORBIDITAS  
TERHADAP STATUS GIZI SISWA – SISWI DI SMP  
MUHAMMADIYAH 1 KARTASURA**



Karya Tulis Ilmiah ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah Diploma III Gizi

Disusun oleh:

**Ratih Twinda Astuty**

**J300110001**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2014**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal : Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Mikro dan Morbiditas Terhadap Status Gizi Siswa-siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura  
Nama Mahasiswa : Ratih Twinda Astuty  
Nomor Induk Mahasiswa : J300110001

Telah diuji dan dinilai TIM Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 5

Juli 2014

dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, Juli 2014

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Muwakidah, S. KM., M. Kes. Epid

Luluk Ria Rahkma, S.Gz. M. Gizi

NIK. 865

NIK. 100.1553

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Setyaningrum Rahmawati, M. Kes

NIK. 744

## PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul Proposal : Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Mikro dan Morbiditas Terhadap Status Gizi Siswa-siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura  
Nama Mahasiswa : Ratih Twinda Astuty  
Nomor Induk Mahasiswa : J300110001

Telah dipertahankan didepan TIM Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 5 Juli 2014 dan telah dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima.

Surakarta, Juli 2014

Penguji 1 : Muwakhidah, SKM.,M.Kes.Epid (  )  
Penguji 2 : Dyah Widowati, SKM (  )  
Penguji 3 : Pramudya Kurnia, M.Agr (  )



Mengetahui  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Suwadii, M.Kes  
NIP. 195311231983031002

...

## MOTTO

✚ “Jika Allah menolong kamu maka tidak ada yang dapat mengalahkan kamu, jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan) maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu selain dari Allah sesudah itu, karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakal”  
(Q.S Ali Imron 160)

✚ “ Merubah segala sesuatu menjadi lebih baik dimulai dari diri sendiri, dari hal yang terkecil dan dari saat ini  
( AA Gym)

✚ “ Kekayaan yang abadi sepanjang hidup adalah ilmu dan kesetiaan  
( Penulis )

## PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta dan doa karya ini penulis persembahkan untuk

- ◆ Orang tua tercinta ayah Bambang Kardiyanto dan Ibu ku Chomsyah Hidayati untuk sebuah pengorbanan, perjuangan, doa dan kasih sayang yang tak terbeli, tanpamu aku takkan berarti
- ◆ Keluarga besarku, mbak Mira mas Reza mbak Mita dan keponakan ku Zaza terimakasih atas keiklasan hati yang selalu memberikan yang terbaik
- ◆ Sahabat ku Oky, Della, Mira(bibi), Febri(nenek) perjuangan kita dikala duka dan bahagia pastinya takkan terlupakan.
- ◆ Teman ku mbak jami, bebeh, editho berilphizaldi pertemanan paling berkesan kita di Salatiga seperti memiliki keluarga baru, dan untuk Erna, Anita, Dinar, Ely, Dika, Elsa, Vivid, Kun” ,Yeshinta, Tripsien, Mucus, Rizal terimakasih.
- ◆ Sahabat saudara yang yang selalu mengingatkan terimakasih penulis ucapkan untuk kerja sama yang sangat baik untuk mbak listy , mbak piahtun, adek tata, dan ova.

## KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji syukur Alhamdulillah kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia yang selalu diberikannya. Sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Mikro dan Morbiditas Terhadap Status Gizi Siswa – Siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Ijazah Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini mengalami banyak kesulitan dan hambatan, namun berkat bantuan, arahan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak, kesulitan maupun hambatan tersebut dapat telewatkan. Untuk itu dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Suwadi, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Setyaningrum Rahmawati, M.Kes., P.Hd selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Dosen
3. Muwakidah SKM., M.Kes. Epid selaku Dosen Pembimbing I yang dengan sabar dan bijak membantu menuangkan ide-idenya, mengoreksi, merevisi dan melengkapi informasi yang kurang dari materi Karya Tulis Ilmiah. Terimakasih atas segala motivasi sehingga skripsi ini lebih baik.
4. Luluk Rakhna, S.Gz., M.Gz selaku Dosen Pembimbing II yang dengan sabar dan bijak membantu menuangkan ide-idenya, mengoreksi, merevisi dan melengkapi informasi yang kurang dari materi Karya Tulis Ilmiah. Terimakasih atas segala motivasi sehingga skripsi ini lebih baik.
5. Bapak, Ibu dosen dan segenap tata usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendidik dan membantu penulis selama kuliah.
6. Kedua Orang Tuaku dan kakaku yang telah memberi banyak dorongan dan semangat dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Kepala SMP Muhammadiyah 1 Kartasura yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk mengadakan penelitian.
8. Penghormatan dan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Meskipun segenap kemampuan penulis telah tercurahkan semuanya, namun disadari belum sempurna, dengan tetap berharap dapat memberi manfaat bagi pihak yang memerlukannya. Amin.

Surakarta, Juli 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	6
1. Tujuan Umum .....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengertian Asupan Zat Gizi.....	8
B. Status Gizi .....	10
1. Penilaian status gizi .....	10
C. Remaja .....	13
D. Angka Kecukupan Gizi .....	16
E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi .....	17
F. Vitamin.....	21
1. Pengertian vitamin .....	21
2. Pengertian vitamin C.....	21
3. Fungsi vitamin C .....	21
4. Bahan Makanan Sumber Vitamin C.....	21
5. Angka Kecukupan Gizi Vitamin C.....	24
6. Pengertian vitamin A.....	24



7. Fungsi vitamin A .....	25
G. Morbiditas .....	26
H. Kerangka Teori .....	28
I. Kerangka Konsep .....	26
J. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Subjek Penelitian .....	30
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	30
D. Populasi dan Sampel.....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel.....	31
E. Variabel Penelitian.....	32
F. Definisi Operasional.....	33
G. Pengumpulan Data .....	33
1. Jenis data.....	33
2. Data sekunder.....	34
3. Sumber data .....	34
4. Cara pengumpulan data .....	34
H. Prosedur Penelitian .....	35
1. Alat dan instrumen penelitian.....	35
2. Jalannya penelitian .....	35
I. Pengolahan Data .....	36
J. Analisis Data.....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum SMP Muhammadiyah 1 Kartasura .....	39
B. Karakteristik subjek.....	40
C. Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi .....	43
D. Hubungan Morbiditas dengan Status Gizi .....	45
E. Keterbatasan Penelitian.....	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan .....	51
B. Saran .....	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi IMT Menurut WHO kriteria Asia Pasifik.....	16
Tabel 2	Angka Kecukupan Gizi .....	17
Tabel 3	Bahan Makanan Sumber Vitamin C.....	23
Tabel 4	Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk vitamin C .....	24
Tabel 5	Angka kecukupan gizi vitamin A rata-rata yang dianjurkan perhari .	26
Tabel 6.	Definisi operasional.....	33
Tabel 7	Asupan Zat Gizi Mikro.....	37
Tabel 8	Morbiditas.....	37
Tabel 9	Status gizi.....	37
Tabel 10	Distribusi Karakteristik subjek berdasarkan Jenis Kelamin .....	40
Tabel 11.	Distribusi karakteristik subjek berdasarkan umur .....	40
Tabel 12	Distribusi Karakteristik subjek berdasarkan berat badan .....	41
Tabel 13 .	Distribusi Frekuensi Status Gizi .....	41
Tabel 14.	Tingkat Kecukupan Asupan Vitamin A .....	42
Tabel 15.	Tingkat Kecukupan Asupan Vitamin C.....	42
Tabel 16	Tingkat Pengetahuan Gizi.....	42
Tabel 17.	Morbiditas Remaja.....	43
Tabel 18.	Hasil Chi Square Keterkaitan Asupan Zat Gizi Mikro (Vitamin A) dengan Status Gizi.....	43
Tabel 19.	Hasil Chi Square Keterkaitan Asupan Zat Gizi Mikro (Vitamin C) dengan Status Gizi.....	44
Tabel 20	Hasil Chi Square Keterkaitan Morbiditas dengan Status Gizi .....	45
Tabel 21	Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi.....	48
Tabel 22	Hubungan Morbiditas dengan Status Gizi.....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2 Kerangka Konsep .....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

Lampiran 2 Hasil Kuesioner Morbiditas

Lampiran 3 Master Data

Lampiran 4 Analisis Univariat

Lampiran 5 Analisis Bivariat Hubungan Asupan Gizi Mikro dengan Status Gizi  
Remaja

Lampiran 6 Analisis Bivariat Hubungan Morbiditas dengan Status Gizi Remaja

**HUBUNGAN TINGKAT ASUPAN ZAT GIZI MIKRO DAN MORBIDITAS  
TERHADAP STATUS GIZI SISWA – SISWI DI SMP  
MUHAMMADIYAH 1 KARTASURA**

**ABSTRAK**

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa dimana pertumbuhan manusia, pada masa ini terjadi pertambahan perubahan yang sangat cepat. Status kesehatan dan gizinya dapat mudah terpengaruhi oleh perubahan fisik karena pertumbuhannya. Masalah gizi dapat disebabkan oleh ketidak seimbangan asupan kebutuhan baik itu berupa masalah gizi lebih maupun kurang. Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat, misalnya penurunan konsentrasi belajar, risiko melahirkan BBLR dan penurunan kesegaran jasmani.

Tujuan : Mengetahui hubungan tingkat asupan zat gizi mikro (vitamin A dan vitamin C) dan morbiditas terhadap status gizi siswa/siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan desain *cross-sectional* yaitu variabel-variabel yang diteliti diukur pada saat bersamaan. Dalam penelitian ini digunakan sampel sebanyak 31 siswa di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura, Kabupaten Sukoharjo dan data diambil dengan menggunakan teknik *recall* dengan durasi waktu 3 hari x 24 jam dan *kuesioner*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dilanjutkan dengan analisis data *Chi Square*.

Hasil : Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai  $\chi^2_{hitung}$  sebesar 0,784 dengan nilai probabilitas 0,376 yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan gizi mikro dengan status gizi berdasarkan IMT. Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai  $\chi^2_{hitung}$  sebesar 27,187 dengan nilai probabilitas 0,000 yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara morbiditas dengan status gizi berdasarkan IMT.

Kesimpulan dan saran: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan gizi mikro dengan status gizi berdasarkan IMT dengan nilai 18,5-25,0. Hal ini terbukti dari hasil uji Chi-Square yang memperoleh nilai  $\chi^2_{hitung}$  sebesar 0,784 dengan nilai probabilitas 0,376 ( $p>0,05$ ). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara morbiditas dengan status gizi berdasarkan IMT. Hal ini terbukti dari hasil uji Chi-Square yang memperoleh nilai  $\chi^2_{hitung}$  sebesar 0,267 dengan nilai probabilitas 0,605 ( $p>0,05$ ).

Kata kunci: *Zat gizi mikro, Morbiditas, Status gizi*

**RELATIONSHIP OF INTAKE AND MORBIDITY MICRONUTRIENTS  
NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS - GIRLS IN JUNIOR HIGH  
MUHAMMADIYAH 1 KARTASURA**

**ABSTRACT**

Background: Adolescence is a period in which human growth, this occurs during rapid changes pertahapan. Its health and nutritional status can be easily affected by physical changes due to growth. The problem can be caused by nutritional imbalance intake needs whether it be more or less nutritional problems. Nutritional problems in adolescents will have a negative impact on the level of public health, such as a decrease in the concentrations studied, the risk of delivering low birth weight and decreased physical fitness.

Objective: To investigate the correlation between the intake of micronutrients (vitamin A and vitamin C) and morbidity on nutritional status of students / student at SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

Methods: The research method used was a survey with a *cross-sectional* design of the study variables were measured at the same time. This study used a sample of 31 students at SMP Muhammadiyah 1 Kartasura, Sukoharjo and data extracted using *the recall* technique with a duration of 3 days x 24 hours *and questionnaires*. Analysis of the data using univariate and bivariate analysis followed by *chi square* analysis of the data .

Results: Based on the results obtained Chi-Square test value  $c^2_{count}$  for 0.784 with a probability value of 0.376 which shows that there is no significant relationship between micronutrient intake and nutritional status based on BMI. Based on Chi-Square test results obtained by the value of  $c^2_{count}$  amounted to 27,187 with a probability value of 0.000 which shows that there is no significant relationship between morbidity and nutritional status based on BMI.

Conclusions and suggestions: There is no significant relationship between micronutrient intake and nutritional status based on BMI values from 18.5 to 25.0. This is evident from the results of Chi-Square test is to obtain the value of  $c^2_{count}$  amounted to 0.784 with probability 0.376 ( $p > 0.05$ ). There is no significant relationship between morbidity and nutritional status based on BMI. This is evident from the results of Chi-Square test is to obtain the value of  $c^2_{count}$  amounted to 0.267 with probability 0.605 ( $p > 0.05$ ).

Keywords: *Micro Nutrients, morbidity, nutritional status*

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Ratih Twinda Astuty  
Tempat tanggal lahir : Ngawi , 30 Juli 1992  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jl .Moch Ilyas No : 30 Ngawi  
Riwayat Pendidikan :1. Lulus TK Tunas Rimba pada tahun 1999  
2. lulus SD Negri Margomulyo 3 tahun 2005  
3. lulus SMP Negri 4 Ngawi tahun 2008  
4. lulus SMA Negri 1 Ngawi tahun 2011