

# Gambaran Tingkat Asupan Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Salatiga

**Kristiawan Prasetyo Agung Nugroho<sup>\*</sup>, Theresia Pratiwi  
Elingsetyo Sanubari, Stephanie Rosalina**

Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana  
Email: kristiawan.nugroho@staff.uksw.edu

## Abstrak

Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang mengalami proses tumbuh kembang secara pesat, sehingga diperlukan asupan gizi yang adekuat dan sesuai untuk mendukung proses tersebut. Apabila anak tidak mendapatkan asupan gizi yang adekuat dan sesuai kebutuhan, maka dapat memicu masalah gangguan gizi dan risiko penyakit lainnya yang dapat berpengaruh buruk secara berkelanjutan pada pertumbuhan dan perkembangan anak hingga dewasa kelak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan asupan gizi anak usia sekolah di SD Negeri 06 Salatiga. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan pengumpulan data observasional, pengukuran IMT, dan *food record*. Subjek yang diteliti adalah siswa sekolah dasar kelas 4 – 5 yang dipilih secara acak (*random sampling*) dan mengisi kuesioner *food record* tiga hari berurutan secara lengkap. Aplikasi *Nutrisurvey* dan *WHO Anthro Plus* digunakan untuk menganalisis data asupan gizi dan IMT. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan gizi responden tergolong kurang dari AKG (Angka Kecukupan Gizi), yakni < 80% AKG meskipun sebagian besar responden berstatus gizi normal. Makanan yang kerap dikonsumsi oleh responden adalah makanan dengan tinggi kalori dan tinggi gula.

**Kata kunci:** anak usia sekolah, asupan gizi, angka kecukupan gizi, status gizi

## Abstract

*School-age children are an age group that is experiencing a rapid growth and development, so the adequate and appropriate nutritional intake is needed to support that process. If the child does not get the nutritional intake as they needed, it can trigger nutritional problems and the risk of the other diseases that can adversely affect the growth and development of children to adulthood later. The purpose of this study is to describe school-age children's nutritional intake in 06 States Elementary School Salatiga. The method that used in this research was decriptive quantitative research method with observational data collection, BMI measurements and food record questionnaire. The subjects studied were elementary school students in grades 4-5 who were randomly selected and have filled in a complete three-day food record questionnaire. Nutrisurvey and WHO Anthro Plus software are used to analyzed nutritional intake data and BMI. This study shows that respondents' nutritional intake was less than the supposed Recommended Dietary Allowances (RDA), which is < 80% RDA even though their nutritional status were normal. Food that is frequently consumed by respondents is high-calorie and high-sugar food.*

**Keywords:** *school-age children, nutritional intake, recommended dietary allowances, nutritional status*

