

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN IMT PADA SISWA KELAS IV DAN V  
SDN 1 BATOKAN KABUPATEN TULUNGAGUNG**

**PROPOSAL SKRIPSI**

Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIKS UN PGRI Kediri



OLEH :

**DIMAS ANDREAN SEPTANTO**

NPM : 18.1.01.09.0203

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
UN PGRI KEDIRI

2024

Proposal Skripsi oleh :

**DIMAS ANDREAN SEPTANTO**

NPM : 18.1.01.09.0203

Judul :

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN IMT PADA SISWA KELAS IV DAN V  
SDN 1 BATOKAN KABUPATEN TULUNGAGUNG**

Telah Diseminarkan dan Disetujui untuk Dilanjutkan Guna Penulisan Skripsi  
Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal : 24 Juni 2024

Pembimbing I



**Dr. Slamet Junaidi, M.Pd.**  
**NIDN. 0015066801**

Pembimbing II



**Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or**  
**NIDN. 0711038802**

Skripsi oleh :

**DIMAS ANDREAN SEPTANTO**

NPM : 18.1.01.09.0203

Judul :

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN IMT PADA SISWA KELAS IV DAN V  
SDN 1 BATOKAN KABUPATEN TULUNGAGUNG**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi  
Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal : 10 Juli 2024

**Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan**

Panitia Penguji :

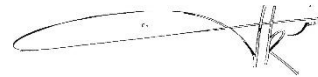
Ketua : Dr. Slamet Junaidi, M.Pd



Penguji I : M. Anis Zawawi, M.Or



Penguji II : Ardhi Mardiyanto Indra P, M.Or



Mengetahui,  
Dekan FIKS



**Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or.**  
NIDN. 0703098802



## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dimas Andrean Septanto

Jenis Kelamin : Laki – Laki

Tempat/tgl lahir : Tulungagung, 13 September 2024

NPM : 18.1.01.09.0203

Fak/Jur/Prodi : FIKS/ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 24 Juni 2024

Yang Menyatakan

A 10,000 Indonesian Rupiah banknote is shown with a signature written over it. The signature is in black ink and appears to be 'Dimas'. The banknote features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SERIBU RUPIAH', '10000', 'TSL', '20', 'MESEKAL TEMPER', and the serial number '5B246AJX019443278'.

**Dimas Andrean Septanto**  
**NPM. 18.1.01.09.0203**

**Motto :**

“Lakukanlah jika itu benar, apabila melakukan kesalahan maka perbaikilah”-  
Dimas Andrean (2024)

**Kupersembahkan karya ini untuk :**

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri yang telah berjuang dan berusaha selama ini dan kepada keluarga saya yang telah mendoakan dan memberikan dukungan penuh selama perjuangan menempuh pendidikan.

Kepada yang terkasih Zuliana Ria Dwi Susanti. Terimakasih banyak untuk semuanya yang telah mendukung dan menyemangati dalam perjuangan ini.

## Abstrak

**Dimas Andrean Septanto.** Gambaran Pola Makan Dan IMT Pada Siswa Kelas IV Dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung. Penjas, FIKS UN PGRI Kediri, 2024

Kata kunci : Pola Makan, IMT, Status Gizi

Pola makan merupakan cara yang mudah tetapi susah untuk diterapkan seseorang untuk dapat mengurangi permasalahan gizi. Karena dengan memecahkan permasalahan gizi tersebut akan mendapatkan gizi yang baik dan tercukupi karena dapat berperan dalam pencegahan penyakit dan menjaga kesehatan. Dari pola makan yang tidak teratur dan buruk akan berakibat munculnya berbagai macam penyakit degeneratif seperti DM, hipertensi, kanker, dan jantung. Maka perlu adanya pedoman dalam menerapkan pola makan yang sehat, dan dapat memulainya dari saat masih kecil sampai dengan dewasa. . Usia penting pemenuhan gizi yaitu pada masa masih usia sekolah, karena jika masa tersebut mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada perkembangan potensi dan kemampuan mereka. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran dari pola makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung.

Metode : Metode pendekatan yang dilakukan yaitu menggunakan pendekatan observasional dan deskriptif. Jumlah sampel yang akan digunakan yaitu sebanyak 28 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan analisis univariat.

Hasil penelitian berdasarkan usia responden yaitu usia 10 tahun berjumlah 8 responden (29%), usia 11 tahun berjumlah 16 responden (57%), dan usia 12 tahun berjumlah 4 responden (14%). Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 16 responden laki-laki (57%), dan sebanyak 12 responden perempuan (43%). Berdasarkan pola makan, diketahui sebanyak 16 responden (57%) berada pada kategori baik, dan sebanyak 12 responden (43%) berada pada kategori buruk. berdasarkan IMT, diketahui sebanyak 17 responden (61%) berada pada kategori normal, sebanyak 6 responden (21%) berada pada kategori *overweight*, dan sebanyak 5 responden (18%) berada pada kategori kurang.

Dari hasil pengolahan data, gambaran pola makan dan IMT yang terjadi pada siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung termasuk dalam kategori baik dan normal.

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Penyusunan skripsi ini merupakan bagian dari salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada prodi pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada :

1. Bapak Dr. Zainal Afandi, M.Pd. Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Bapak Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains UN PGRI Kediri
3. Bapak Weda, M.Pd. Ka.Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
4. Bapak Dr. Slamet Junaidi, M.Pd, selaku Pembimbing I
5. Bapak Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or, selaku Pembimbing II
6. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan skripsi ini.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Kediri, 24 Juni 2024

**DIMAS ANDREAN SEPTANTO**

NPM : 18.1.01.09.0203

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	2
C. Pembatasan Masalah .....	3
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PSUTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	6
1. Pengertian Pola Makan .....	6



2. Indeks Massa Tubuh .....	13
3. Pengertian Siswa .....	16
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu .....	18
C. Kerangka Teori .....	20
D. Kerangka Berpikir .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Rancangan Penelitian .....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi dan Sampel .....	22
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	24
E. Instrumen Penelitian .....	24
F. Metode dan Prosedur Pengumpulan Data .....	25
G. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data .....	27
H. Langkah-langkah Penelitian .....	29
I. Etika Penelitian .....	30
1. Infrom Consent .....	30
2. Kerahasiaan .....	30
3. Hak Menjadi Responden .....	30
J. Jadwal Penelitian .....	30
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Penelitian .....	31
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	31
2. Karakteristik Subjek Menurut Jenis Kelamin .....	31

3. Karakteristik Menurut Usia .....	32
B. Hasil Penelitian .....	32
1. Distribusi Frekuensi Kategori Pola Makan .....	33
2. Distribusi Frekuensi Kategori IMT .....	33
C. Pembahasan .....	34
1. Gambaran Pola Makan Pada Siswa Kelas IV dan V SDN Batokan .....	34
2. Gambaran IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN Batokan .....	35
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A Kesimpulan .....	37
B. Saran .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	40
<b>LAMPIRAN</b> .....	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori Penelitian .....	20
Gambar 2.2. Kerangka Konsep .....	20

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Nilai Batas Ambang IMT .....	14
Tabel 3.1. Bagan Kegiatan Penelitian .....	22
Tabel 3.2. Definisi operasional variabel pada penelitian Gambaran Pola Makan dan IMT pada Siswa Kelas IV dan V .....	24
Tabel 3.3 Pertanyaan Pola Makan .....	25
Tabel 4.1. Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin .....	31
Tabel 4.2. Distribusi frekuensi berdasarkan usia .....	32
Tabel 4.3. Distribusi frekuensi kategori pola makan .....	32
Tabel 4.4 Sebaran distribusi pola makan berdasarkan jenis kelamin .....	32
Tabel 4.5. Distribusi frekuensi kategori IMT .....	33
Tabel 4.6. Sebaran distribusi IMT berdasarkan jenis kelamin .....	33

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Lampiran Kuesioner Penelitian .....	44
Lampiran 2. Lembar Persetujuan .....	46
Lampiran 3. Lampiran Data Pola Makan .....	47
Lampiran 4. Lampiran Data IMT .....	49
Lampiran 5. Lampiran Distribusi Data .....	50
Lampiran 6. Lampiran Dokumentasi .....	52

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Di Indonesia bahkan diseluruh belahan dunia manapun, anak-anak memiliki peran dan juga pengaruh yang besar dalam pembentukan karakter suatu bangsa agar memiliki masa depan yang baik. Selebihnya bangsa tersebut dapat bersaing dengan bangsa-bangsa lain diseluruh dunia ini. Khususnya anak-anak yang masih berada di Sekolah Dasar (SD) menjadi salah satu pondasi awal bagi perkembangan anak. Menurut (Kemenkes RI, 2019), program pembangunan kesehatan ditujukan bagi manusia terutama bagi anak yang berada di Sekolah Dasar atau anak usia 7 – 12 tahun.

Laporan dari (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013), menyebutkan di Indonesia anak dengan usia 10 tahun keatas sebanyak 93,5% banyak yang tidak mengkonsumsi buah dan sayuran. Padahal dengan usia tersebut sangat rentan sekali terhadap permasalahan yang berkaitan dengan gizi, karena dengan gizi yang rendah dapat berdampak negatif bagi perkembangan kualitas manusia selanjutnya. Saat ini sudah tidak menjadi rahasia umum lagi, jika terjadi perbedaan antara asupan gizi yang masuk dengan gizi yang dikeluarkan. Sehingga pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi sangat perlu dilakukan untuk menjaga kondisi tubuh agar selalu stabil antara apa yang dikeluarkan dengan yang dikonsumsi setiap harinya.

Pola makan merupakan cara yang mudah tetapi susah untuk diterapkan seseorang untuk dapat mengurangi permasalahan gizi. Karena dengan memecahkan permasalahan gizi tersebut akan mendapatkan gizi yang baik dan tercukupi karena dapat berperan dalam pencegahan penyakit dan menjaga kesehatan. Pola makan yang salah akan berdampak pada kekurangan gizi seseorang, sebagai contoh konsumsi makanan yang tidak seimbang dan juga makan berlebihan. Dari pola makan yang tidak teratur dan buruk akan berakibat munculnya berbagai macam penyakit degeneratif seperti DM, hipertensi, kanker, dan jantung. Maka perlu adanya pedoman dalam menerapkan pola makan yang sehat, dan dapat memulainya dari saat masih kecil sampai dengan dewasa.

## **B. Identifikasi Masalah**

Pada saat sekarang ini, di Indonesia sedang menghadapi permasalahan gizi ganda. Selain penyakit menular seperti infeksi dan penyakit menular lainnya juga ada penyakit tidak menular, seperti masalah obesitas dan berat badan berlebih. Senada dengan pernyataan diatas, menurut (WHO, 2016) dengan semakin pesatnya pertumbuhan ekonomi saat ini, maka penyakit tidak menular juga menjadi semakin umum di masyarakat. Maka dengan adanya permasalahan tersebut menjadikan ketersediaan bahan pangan yang memenuhi standar gizi bagi seseorang harus terjangkau agar dapat dengan mudah dikonsumsi. Tetapi selain bahan pangan juga ada faktor pendukung lain diantaranya perilaku, budaya, makanan serta pengelolaan lingkungan yang baik.

Sebagai salah satu penentu dalam keberhasilan pembangunan nasional, faktor gizi memiliki peranan yang sangat penting. Dalam pemenuhan gizi seseorang siklus dilakukan mulai dari janin masih didalam kandungan sampai lanjut usia. Usia penting pemenuhan gizi yaitu pada masa masih usia sekolah, karena jika masa tersebut mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada perkembangan potensi dan kemampuan mereka. Menurut (Kemenkes RI, 2014), status gizi merupakan kondisi dimana tubuh seseorang dipengaruhi oleh asupan makanan berupa nutrisi dan gizi yang masuk didalam tubuh. Status gizi dapat dilihat melalui indeks massa tubuh seseorang, dengan melihat melalui indikator berat badan menurut umur (BB/U) tinggi badan menurut umur (TB/U) dan bisa juga berat badan menurut tinggi badan (BB/TB).

### **C. Pembatasan Masalah**

Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa siswa-siswi kelas IV dan V, mereka mengatakan ada yang sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat sekolah, ada juga yang sarapan buah dan ada juga yang tidak sarapan karena ingin jajan dilingkungan sekolah. Selain itu juga didapatkan hasil dari observasi fisik sebanyak 2 siswa gemuk, 3 siswa kurus dan 6 siswa normal. Peneliti beranggapan bahwa ada sesuatu hal yang membuat siswa-siswi berada pada kondisi yang demikian. Maka, berdasarkan pengamatan awal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran pola makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung”.



#### **D. Rumusan Masalah**

Menurut (Sugiyono, 2019), rumusan masalah adalah pertanyaan yang ada pada setiap penelitian yang akan dicari jawabannya dengan cara mengumpulkan data kemudian mengolahnya menjadi data jadi. Berdasarkan latar belakang yang telah ditulis diatas dapat ditarik pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran pola makan Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung ?
2. Bagaimana gambaran Indeks Masa Tubuh pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

##### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran dari pola makan dan IMT Pada Siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung.

##### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran pola makan dari siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung.
- b. Untuk mengetahui gambaran IMT dari siswa Kelas IV dan V SDN 1 Batokan Kabupaten Tulungagung.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Praktis**

- a. Sebagai masukan bagi guru atau tenaga pengajar untuk memperhatikan kesehatan dan keadaan siswa terkait pentingnya menjaga kesehatan.
- b. Sebagai masukan bagi orang tua siswa untuk dapat bersama-sama memperhatikan kesehatan melalui pola makan siswa.
- c. Sebagai masukan bagi sekolah untuk selalu memberikan informasi dan edukasi mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan sehat agar IMT terjaga.
- d. Sebagai masukan bagi peneliti untuk dapat menerapkan pengetahuan yang didapatkan sebagai referensi peneliti selanjutnya.

### **2. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini bagi dunia pendidikan untuk dapat menerapkan pengetahuan yang didapatkan dari penelitian ini sebagai dasar peningkatan perhatian bagi para siswa mengenai pentingnya menjaga pola makan dan memperhatikan IMT, selain itu juga dapat dijadikan sebagai rujukan bagi peneliti dikemudian hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kemendes, PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR 2 TAHUN 2020 1 (2020).  
<https://talenta.usu.ac.id/politeia/article/view/3955>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). Laporan Nasional 2013.  
*Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013*, 46, 1–384.  
<https://doi.org/https://doi.org/1> Desember 2013
- Christiana Hertiningdyah Sulistiani, & Luh Seri Ani. (2020). Gambaran Status Gizi Anak Berdasarkan Pola Makan Dan Pola Asuh Di Sekolah Dasar Negeri 3 Batur. *Jurnal Medika Udayana*, 9(7), 2020.  
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Darmiah, D. (2021). Hakikat Anak Didik Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 11(1), 165.  
<https://doi.org/10.22373/jm.v11i1.9333>
- Fauziyyah, A. N., Mustakim, M., & Sofiany, I. R. (2021). Pola Makan dan Kebiasaan Olahraga Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 115–122.  
<https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i2.51971>
- Hanani, R., Badrah, S., & Noviasty, R. (2021). Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 14(2), 120–129.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26630/jkm.v14i2.2665>
- Irianto, D. P. (2017). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan* (1st Revisi). CV. Andi Offset.
- Juliantika, Rohmah, H. N., Putri, S. R., Zahra, S., & Al Munawaroh. (2022).

- Urgensi Penguasaan Penerapan Variasi dalam Pembelajaran untuk Menumbuhkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Journal on Education*, 05(02), 1718–1726. <http://jonedu.org/index.php/joe>
- Kamilah, S. N., Supriati, R., Haryanto, H., Sipriyadi, & Atmaja, V. Y. (2022). Pemeriksaan Status Gizi berdasarkan Nilai Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 159 Bengkulu Utara. *Indonesian Journal of Community Empowerment and Service (ICOMES)*, 2(2), 95–100. <https://doi.org/10.33369/icom.es.v2i2.25579>
- Kemenkes RI. (2014). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA*. Kementerian Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019* (B. Hardhana, F. Sibuea, & W. Widiyanti (eds.); 1st Ed). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Pandemi COVID-19*. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/document/download/XBW>
- Loka, Iola Vita, Martini, Margaretha, & Relina, S. (2018). Hubungan Pola Pemberian Makan dengan Perilaku Sulit Makan pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6). *Keperawatan Suaka Intan (JKSI)*, 3(2), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.51143/jksi.v3i2.108>
- McDowell, M., Cain, M. A., & Brumley, J. (2019). Excessive Gestational Weight Gain. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 64(1), 46–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jmwh.12927>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Hastian, H. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*, 4(2), 2–6. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4098>

- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (3rd Editio). PT. Rineka Cipta.
- Pangestu, F. D., Agustina, V., & Agung Nugroho, K. P. (2022). Pola Asuh, Status Gizi, Asupan Zat Gizi dan Hubungannya Dengan Kejadian Kelebihan Berat Badan pada Anak SD Kristen Satya Wacana Salatiga. *Amerta Nutrition*, 6(3), 235–244. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.235-244>
- Primasoni, N. (2022). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh ( IMT ) dengan fleksibilitas otot hamstring atlet sepak bola junior Daerah Istimewa Yogyakarta Relationship between Body Mass Index ( BMI ) and hamstring muscle flexibility of junior football athletes in Yogyakarta Speci. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(2), 66–72. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v18i2.57990>
- Puspasari, A., Fitri, A. D., & Shafira, N. N. A. (2021). Skrining Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Komunitas Suku Anak Dalam Di Desa Nyogan, Muaro Jambi. *Medical Dedication (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 140–145. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13462>
- Rahman, N. (2016). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Prilaku Makan Pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*, 7(1), 1–64.
- Saputra, M. A. S., Tamzil, E., & Murbiah. (2011). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Pasien di Puskesmas Pembina Palembang. *Jurnal Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang*, 1(1), 15–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.17605/OSF.IO/8PJE4>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217.

<https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>

WHO. (2016). International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems, 10th Revision ICD-10: Tabular List. *World Health Organization*, *I*, 332–345.  
<http://www.who.int/classifications/icd/icdonlineversions/en/>