

ABSTRAK

DWIKI AYU PUSPITA SARI. 2018. Kontribusi Makan Siang Terhadap Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Ditinjau Dari Standar Porsi Dan Tingkat Konsumsi Pada Penyelenggaraan Makanan Di SD Islam Terpadu Al-Rahbini Gondanglegi Kabupaten Malang. Pembimbing : **Dwie Soelistyorini dan Maryam Razak.**

Penyelenggaraan makanan anak sekolah di SD Islam Terpadu Al-Rahbini belum mempunyai siklus menu dan belum mempunyai standar porsi. Pengamatan dari 20% besar sampel, yaitu 11 anak sekolah usia 10-12 tahun, menunjukkan bahwa porsi yang diberikan pada makan siang untuk anak laki-laki dan perempuan adalah nasi 95 gr, sayur 118 gr dan tahu 24 gr. Hal tersebut belum sesuai dengan standar porsi yang dianjurkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi makan siang terhadap kecukupan energi dan zat gizi ditinjau dari standar porsi dan tingkat konsumsi pada penyelenggaraan makanan di SD Islam Terpadu Al-Rahbini Gondanglegi Kabupaten Malang.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *non experimental* yakni *observasional* yang bersifat deskriptif dan menggunakan desain penelitian *crosssectional*. Populasi penelitian ini adalah anak sekolah usia 10-12 tahun yaitu kelas 4, 5 dan 6. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Jumlah sampel yang diambil yaitu sejumlah 56 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.

Dari hasil analisis data, dapat diketahui : Karakteristik responden, jenis kelamin responden berjenis kelamin laki-laki 59% dan perempuan 41%. Usia responden berusia 11 tahun (48%). Berat badan responden jenis kelamin laki-laki termasuk kategori berat badan baik 18 anak (54,4%), sedangkan responden jenis kelamin perempuan sebagian besar termasuk kategori berat badan kurang 19 anak (82,6%). Standar porsi makanan yang disajikan belum sesuai dengan standar yang dianjurkan (90%-119% dari standar porsi) yaitu porsi makanan pokok 87,8%, lauk hewani 0%, lauk nabati 45%, sayur 67% dan buah 60%. Tingkat konsumsi energi dan zat gizi (protein, lemak, karbohidrat dan zat besi) sebagian besar tergolong defisit tingkat berat yaitu tingkat konsumsi energi 48 anak (85,7%), protein 54 anak (96,4%), lemak 56 anak (100%), karbohidrat 16 anak (28,6%), zat besi 42 anak (75%) dan tingkat konsumsi vitamin C tergolong defisit tingkat ringan 18 anak (39,3%). Kontribusi makan siang terhadap kecukupan energi dan zat gizi (protein, lemak, karbohidrat, zat besi dan vitamin C) termasuk dalam kategori kurang (dibawah 100% dari kebutuhan makan siang) yaitu energi 49,8%, protein 41,4%, lemak 25,3%, karbohidrat 68,3%, zat besi 48,6% dan vitamin C 75,3%. Pihak sekolah perlu bekerja sama dengan ahli gizi puskesmas untuk diadakan edukasi atau penyuluhan pada tenaga pengolah makanan dengan materi menyusun menu seimbang, perencanaan menu sekolah, siklus menu dan standar porsi yang sesuai untuk anak sekolah dasar, biaya makan siang dapat dinaikan menjadi Rp. 5.000,00 – Rp. 7.000,00/porsi, serta penambahan porsi makan siang yang disajikan untuk siswa-siswi kelas 4 dan 5 sesuai dengan standar porsi yang dianjurkan untuk anak usia 10-12 tahun.

Kata Kunci : Standar Porsi Makan Siang, Tingkat Konsumsi, Ketersediaan Energi dan Zat Gizi