

**STATUS GIZI SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI 49 BATU HAMPAR
KECAMATAN LUBUK BASUNG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji skripsi jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh :

**WINI AGESTI AMIR
NIM. 15086352**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

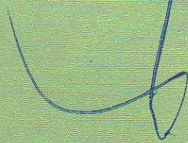
HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu
Hampar Kecamatan Lubuk Basung
Nama : Wini Agesti Amir
NIM : 15086352
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2019

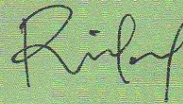
Disetujui oleh:

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Rika Sepriani, M.Farm, Apt
NIP.198609042010122003

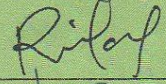

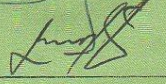
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu
Hampar Kecamatan Lubuk Basung
Nama : Wini Agesti Amir
NIM : 15086352
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Jenjang Program : Strata 1 (S1) Akta IV
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2019

Tim Penguji :

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Rika Sepriani, M.Farm, Apt	1. 
2. Sekretaris : Drs. Yaslindo, MS	2. 
3. Anggota : Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karyatulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung” adalah asli karya saya sendiri;
2. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh kerana karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2019

Yang membuat pernyataan,



Wini Agesti Amir
NIM 15086352

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) kerjakan dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.

(Q.S: Al_Insyirah: 6-7)

Allah akan meninggikan orang-orang diantaramu

Dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan

Beberapa derajat

(Q.S: Al_Mujadalah)

Yaa Allah... Syukur Alhamdulillah dengan ridho - MZI dapat ku selesaikan skripsi ini. Jadikanlah karya tulis ini sebagai amal ikhlas untuk menggapai ridho - MZI. Jadikanlah karya tulis ini sebagai ilmu yang bermanfaat, sebagai amal zariah. Yaa Allah...

Syukurku pada - MZI, telah ENKAZI jawab do'a dan harapan ku. Semoga capaian ini merupakan awal untuk meraih kesuksesan ku, Dunia - Akhirat

Jikalau ini hanya bagian kecil dari do'a dan harapan ku. Maka kabulkan untuk do'a dan harapan ku yang lain. Yaa Allah

Yaa Allah... Sesungguhnya bukanlah aku yang hebat. Tetapi karena pertolongan - MZI lah semua ini dapat kulalui

I don't know what i must to write anymore. God, big thanks for everything

This is a begin for me, and then i will get big dreams others

Tuhan, tunjukkan jalan menuju mimpi besar itu, langkah demi langkah sudah terlewati, sekarang saatnya mencari jati diri. Tuhan anugerahkan rahmat dan karunia mu bagi mereka yang ikut membantuku dalam penyelesaian tugas skripsi ini.

For My Beloved Family :

Tiada cinta yang paling suci selain kasih sayang ayah dan ibu. Setulus hatimu ibu, searif arahanmu ayah. Doamu hadirkan keridhaan untukku, petuahmu tuntunkan jalanku diantara perjuangan dan tetesan doa malammu. Dan seabit doa telah merangkul diriku menuju hari depan yang cerah. Kini diriku telah menyelesaikan dalam studiku dengan kerendahan hati yang tulus bersama keridhaan-Mu ya Allah. Kupersembahkan skripsi ini untuk yang termulia ayah (AMIRRUDIN) dan ibu (ELMI WARTI) tersayangku, Terimakasih atas setiap tetes peluh yang jatuh untuk mengantar incim sampai ke titik ini, incim sayang ayah dan ibu, skripsi ini incim persembahkan buat ayah dan ibu malaikat tak bersayap, doa dan harapannya adalah penerang jalan incim menyelesaikan skripsi ini. ibu adalah wanita kuat karena itu incim juga kuat dalam berjuang untuk membanggakan ayah dan ibu. Terimalah persembahan skripsi incim buat untuk ayah dan ibu. Semoga kita selalu diberi keberkahan oleh Yang Maha Kuasa. Dan juga Terimakasih untuk my beloved sister ELSA FEBRINA AMIR, WINDA NOFRINA AMIR, AMELIA SEPTI AMIR dan my beloved brother AGUNG PRAMINDO AMIR, TEGUH AMIR SYAH, ILHAM MISBAH AMIR atas do'a, dukungan dan semangatnya. terimakasih do'a dan semangatnya. Untuk kakak-kakakku dan adik-adikku semoga kita menjadi orang sukses kedepannya untuk membahagiakan ibu dan ayah. Buat big family makasih atas doa, dukungan dan supportnya, I LOVE U alls

For My Beloved Boy Friends :

Teruntuk Ajibon (AJI IMAM ROSADI) kekasih terhebatku, tersayang, tercinta, calon imamku di masa depan. Terimakasih telah menjadi pembimbing 1 sebelum winot bimbingan ke dosen, yang tidak pernah berhenti memberikan support, semangat, mendoakan, memberikan nasehat, masukan, sehingga winot bisa menyelesaikan skripsi sampai titik ini. Jibon lah kekasih terhebat yang selalu menjadi alasan untuk winot berjuang dan cepat wisuda. Terimakasih Jibonku tercinta, I Love You Sayang..

For My Beloved Friends

Buat Sahabat LUBAS SQUAD, Terimakasih araku (TIARA INDAH DEWANTI), niutku (NIA INDRAYATI), utiku (PUTRI ELDES) yang telah memberikan support, semangat, membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga persahabatan kita menjadi persaudaraan abadi sampai selamanya. Terimakasih buat semuanya.

Buat LEHA SQUAD, Terimakasih ibeer (YOSAN ANGELISTA), iteem (NOVA AFRIYANI), ibeer (WINDI CUSANI) makasih buat teman-teman seperjuangan dari semester 1 sampai sekarang dengan kalian masa kuliah ini terasa LUAR BIASA ngak bisa tulis semuanya satu persatu. Luar biasa kita 2019 sarjana barengan. Semoga persahabatan kita menjadi persaudaraan abadi sampai selamanya.

Semuanya memiliki kisah yang tidak sama, yang tentunya tidak bisa di ungkapkan satu persatu, karena sudah habis kata – kata, yang jelas terimakasih buat semua dan maaf jika selama pergaulan ada kata, sikap serta tindakan ada yang enggak pas.

Segala upaya sudah dilakukan agar karya tulis ini baik, namun tentunya masih banyak kekurangan, "mohon dimaklumi"

Yaa Allah... Berkahkanlah umur, rizki serta ilmunya, kesehatan serta keselamatan buat kami

Aamiin Yaa Rabbal 'Alamiin.....

ABSTRAK

Wini Agesti Amir (2019) : Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung

Masalah dalam penelitian ini bahwa banyak siswa yang memiliki postur tubuh yang tidak sesuai dengan usianya, ada yang kurus dan bahkan ada yang obesitas. Hal ini diduga dipengaruhi status gizi siswa tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung yang berjumlah 187 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *random sampling* dengan sampel sebanyak 38 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan siswa. Data yang diperoleh diolah dengan perhitungan persentase (%).

Dari penelitian yang telah dilakukan tentang status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung dapat disimpulkan bahwa sangat sedikit siswa yang memiliki status gizi yang seimbang dan status gizi anak lebih dominan abnormal.

Kata kunci : Status Gizi

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum wr. wb

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

3. Ibuk Rika Sepriani, M.Farm., Apt. selaku pembimbing dalam penulisan skripsi ini yang telah membantu serta memberikan bimbingan, nasehat dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Yaslindo, MS dan Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO selaku tim penguji yang telah memberi banyak masukan, nasehat, saran dan koreksi dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepada kedua orang tuaku ayah (Amirrudin) dan ibu (Elmi Warti) yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulisa dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata hanya kepada allah SWT tempat berserah diri, semoga skripsi ini diterima sebagai amalan yang mendapatkan ridho-Nya serta berguna bagi Pembaca, *Aamiin yaa Rabbal'alamin.*

Padang, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Kajian Teori	6
1. Gizi.....	6
2. Status Gizi	24
B. Kerangka Konseptual	32
C. Pertanyaan Penelitian	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel	34

D. Definisi Operasional	36
E. Jenis dan Sumber Data	36
F. Instrumen Penelitian	37
G. Teknik Pengumpulan Data	38
H. Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Deskripsi Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	33
2. Grafik Batang Status Gizi Siswa Putra	41
3. Grafik Batang Status Gizi Siswa Putri	43
4. Grafik Batang Status Gizi Siswa Putra dan Putri.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	34
2. Sampel Penelitian.....	35
3. Kategori dan Ambang Batas status gizi berdasarkan Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U).....	38
4. Distribusi Frekuensi Status Gizi Putra	41
5. Distribusi Frekuensi Status Gizi Putri	42
6. Deskripsi Data Status Gizi Siswa Putra dan Putri.....	44
7. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Siswa Putra dan Putri	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Standar Indeks Massa Tubuh menurut umur anak laki-laki.....	51
2. Formulir Status Gizi	65
3. Data Mentah Status Gizi	66
4. Data Putra.....	67
5. Data Putri	68
6. Data Putra dan Putri	69
7. Dokumentasi Penelitian	71
8. Denah Sekolah	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam pencapaian masyarakat yang adil, makmur dan berpengetahuan pemerintah Indonesia melaksanakan pembangunan disegala bidang, termasuk diantaranya dibidang pendidikan. Pembangunan dibidang pendidikan mempunyai tujuan untuk menciptakan sumber daya manusia yang baik dan berkualitas, yaitu berilmu pengetahuan, memiliki keterampilan serta sehat jasmani dan rohani. Proses pembelajaran disegala jenjang dan jenis pendidikan pada intinya bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia diberbagai aspek dan meningkatkan mutu pendidikan Indonesia yang baik. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa:

“Pendidikan Nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, aktif, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta tanggung jawab”.

Untuk mencerdaskan kehidupan bangsa yang bertujuan agar berkembangnya potensi peserta didik hal yang sangat dibutuhkan yaitu kesehatan. Dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan Pasal 1 yang menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.

Kesehatan merupakan bagian yang sangat penting bagi siswa dalam menjalankan proses pembelajaran di sekolah. Terjaganya kesehatan siswa dibutuhkan banyak faktor salah satunya yaitu status gizi. Status gizi sangat mempengaruhi terhadap kesehatan dan produktivitas kerja manusia. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi, diantaranya yaitu: pola makan, ekonomi keluarga, jumlah keluarga, lingkungan, ketersediaan bahan pangan, dan kondisi fisik siswa. Faktor status gizi memegang peranan penting dalam mencapai SDM berkualitas (Pahlevi, 2012:123).

Status gizi perlu diperhatikan dengan baik agar terciptanya suatu proses pembelajaran. Dimana status gizi mempengaruhi proses pembelajaran di sekolah. Siswa yang memiliki status gizi baik tentunya akan bisa belajar dengan fokus dalam setiap mata pelajaran di sekolah. Status gizi yang dikatakan baik atau normal apabila terdapat keseimbangan antara kebutuhan kalori dengan jumlah makanan yang dikonsumsi. Asupan gizi yang kurang dari kebutuhan dapat menyebabkan kasus kekurangan gizi, sebaliknya orang yang mempunyai asupan gizinya berlebih akan menderita obesitas..

Menurut Par'i (2016:2), *Nutritional status* atau status gizi adalah “Keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Setiap individu memerlukan asupan zat gizi yang berbeda tergantung usia, jenis kelamin, aktivitas dan sebagainya”. Agar tercapainya status gizi siswa yang baik atau normal diperlukan berbagai upaya perbaikan gizi. Selanjutnya dalam Peraturan Presiden

Republik Indonesia Nomor 42 Tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan

Perbaikan Gizi menjelaskan bahwa:

“1) Bahwa meningkatkan sumber daya manusia yang sehat, cerdas, dan produktif merupakan komitmen global dan merupakan aset yang sangat berharga bagi bangsa dan negara Indonesia. 2) Bahwa untuk mewujudkan sumber daya manusia Indonesia yang sehat, cerdas dan produktif diperlukan status gizi yang optimal, dengan cara melakukan perbaikan gizi secara terus menerus. 3) Bahwa pemerintah bertanggung jawab meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi dan pengaruhnya terhadap peningkatan status gizi...”

Berdasarkan kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa status gizi sangat penting untuk masyarakat secara keseluruhan terutama pada siswa sekolah dasar. Status gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan produktif serta memiliki fisik yang tangguh.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung banyak siswa yang memiliki postur tubuh yang tidak sesuai dengan usianya, ada yang kurus dan bahkan ada yang obesitas. Hal ini diduga dipengaruhi status gizi siswa tersebut. Selain itu dari pola makan siswa sering jajan makanan yang tidak sehat, banyak siswa yang tidak membiasakan membawa bekal dari rumah dan tidak sarapan di pagi hari. Hal ini disebabkan karena orang tua hanya memberi uang untuk jajan dan kurangnya perhatian orang tua terhadap anak. Pada saat kegiatan pembelajaran pun masih banyak siswa yang sering mengantuk, sulitnya berkonsentrasi dan tidak sedikit siswa yang kurang bersemangat dalam proses pembelajaran di sekolah sehingga dapat berdampak buruk dalam hasil belajar PJOK maupun pembelajaran lainnya.

Anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami status gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi keluarga yang rendah, kurang baiknya kualitas lingkungan dan asupan makanan yang kurang seimbang, serta rendahnya pengetahuan orang tua.

Status gizi sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak yang secara langsung akan mempengaruhi tingkat kesehatan dan kecerdasan anak. Maka penelitian ini sangatlah penting dilakukan terhadap siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung. Dengan penjelasan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Status gizi
2. Pola makan
3. Ekonomi keluarga
4. Lingkungan
5. Pengetahuan orang tua

C. Pembatasan masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini yaitu status gizi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti sebagai berikut: Bagaimana status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk :

1. Sebagai salah satu persyaratan bagi penulis untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi orang tua siswa-siswi untuk meningkatkan status gizi anak agar anak tetap dalam kondisi kesehatan yang baik untuk melaksanakan proses pembelajaran.
3. Bagi guru PJOK dapat dijadikan sebagai pedoman atau bahan pertimbangan untuk mengarahkan siswa dan orang tua akan pentingnya status gizi.
4. Bagi perpustakaan sebagai referensi tambahan dan pengembangan penelitian di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Universitas Negeri Padang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri 49 Batu Hampar Kecamatan Lubuk Basung ternyata sangat sedikit yang memiliki status gizi yang seimbang dan status gizi anak lebih dominan abnormal.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini, maka disarankan kepada:

1. Pihak sekolah, agar melengkapi sarana dan prasarana olahraga dan memberikan penyuluhan tentang pentingnya status gizi
2. Guru Penjasorkes, selalu memperhatikan dan lebih meningkatkan pengetahuan gizi kepada siswa melalui pelajaran di sekolah maupun melalui program-program khusus tentang gizi.
3. Siswa, agar lebih giat melakukan berbagai aktivitas fisik yang teratur, istirahat yang cukup, gizi yang seimbang agar dapat mencapai status gizi yang normal.
4. Orang tua/ wali murid, agar memperhatikan kebutuhan gizi anaknya, memperhatikan pola makan anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil. 2018. *Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Jakarta: Wineka Media.
- Aulina Rizqie. 2001. *Gizi Dan Pengolahan Pangan*. Yogyakarta: Adicita Karya Nusa.
- Ayudhia Pratiwi. 2011. Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Siswi SMA Negeri 1Mojolaban. *Skripsi*. Surakarta. Universitas Sebelas Maret.
- Delfi Eliza. 2000. *Penuntun Kesehatan dan Gizi Anak TK*: Padang. Universitas Negeri Padang Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. 2012. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Djoko Pekik Irianto. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Eny Pujianti. 2013. Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Buara Kecamatan Karanyar Kabupaten Purbalingga. *Skripsi*. Universitas Yogyakarta
- Fitri, Mega Orina. 2017. “Aplikasi Monitoring Perkembangan Status Gizi Anak Dan Balita Secara Digital Dengan Metode Antropometri Berbasis Android”. *Jurnal Instek* (Volume 2, Nomor 2, April). Hlm. 140-149.
- Holil Muhammad Par'i. 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Kartasapoetra, Marsetyo. 2005. *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan Dan Produktivitas Kerja)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Khairuddin. 2016. *Penerapan Ilmu Gizi Dalam Aktivitas Olahraga*. Padang.
- Marhamah, Abzeni dan Juwita. 2014. “Perilaku Konsumsi Dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kota Serang”. *Jurnal Matematika, Sains, dan Teknologi* (Volume 15, Nomor 2, September). Hlm. 97-105.
- Moehji, S. 2003. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Sinar Sinanti
- Mothahir, T Cholik, dkk. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak* . Jakarta: PPKKO, Dirjen Olahraga Depdiknas.