SKRIPSI

HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DALAM PEMBERIAN BEKAL MAKAN (*LUNCH BOX*) PADA STATUS GIZI ANAK USIA PRA SEKOLAH DI RA AL-FIRDAUS DESA GINUK

OLEH:
RISKY DEWI LESTARI
NIM: 202202087

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DALAM PEMBERIAN BEKAL MAKAN (*LUNCH BOX*) PADA STATUS GIZI ANAK USIA PRA SEKOLAH DI RA AL-FIRDAUS DESA GINUK

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:
RISKY DEWI LESTARI
NIM: 202202087

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

Nama	: Risky Dewi Lestari
NIM	202202087
Program studi	: Keperawatan
Judul	: Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan *(Lunch box)* Pada Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk.

Telah Menyetujui Untuk Diijinkan Dihadapan Dewan Penguji Skripsi Pada

Tanggal 13 Maret 2026

Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Sesaria Betty Mulyati S.Kep., N., M.Kes	Cintika Yorinda Sebtalesy, SST.,M.Kes
NUPTK. 4040766667230303	NUPTK. 0541767668230273

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.,Kep.,Ns.,M.Kep

NUPTK. 9938767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

Nama	: Risky Dewi Lestari
NIM	: 202202087
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: HUBUNGAN PERAN ORANG TUADALAM PEMBERIAN BEKAL MAKAN (*LUNCH BOX*) PADA STATUS GIZI ANAK USIA PRASEKOLAH DI RA AL-FIRDAUS DESA GINUK.

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 13 April 2026

Dewan Penguji

Ketua	: Devita Anugrah Anggraini, S.Kep., Ns., M.Kep NUPTK: 6536775676230113	: .....
Penguji I	: Sesaria Betty Mulyati S. Kep., Ns., M.Kes NUPTK: 4040766667230303	: .....
Penguji II	: Cintika Yorinda Sebtalessy SST.,M.Kes NUPTK: 0541767668230273	: .....

Mengesahkan
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Ketua

Dr. Retno Widarini, S.KM.,M.Kes
NUPTK: 7860759660230162

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Risky Dewi Lestari

NIM : 202202087

Dengan Ini Menyatakan Bahwa Skripsi Ini Adalah Hasil Pekerjaan Saya Sendiri Dan Di Dalamnya Tidak Terdapat Karya Yang Pernah Diajukan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Di Suatu Perguruan Tinggi Dan Lembaga Pendidikan Lainnya. Pengetahuan Yang Diperoleh Dari Hasil Penerbitan Baik Yang Sudah Maupun Yang Belum/Tidak Dipublikasikan, Sebelumnya Dijelaskan Dalam Tulisan Daftar Pustaka.

Madiun, 17 Maret 2026

Penulis



Risky Dewi Lestari

NIM. 202202087

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama	: Risky Dewi Lestari
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat dan Tanggal Lahir	: Jakarta,25 Mei 2003
Agama	: Islam
Alamat	: Rt 09 Rw 01 Desa Ginuk Kec.Karas Kab.Magetan
Email	: riskylesttari255@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:

1. 2008-2009 : RA Al-Firdaus Ginuk Magetan
2. 2009-2015 : SD Negri Ginuk 1 Magetan
3. 2015-2018 : SMP Negri 1 Karas
4. 2018-2021 : SMK Kesehatan Bhakti Indonesia Medika Maospati
5. 2022-sekarang : STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

ABSTRAK

HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DALAM PEMBERIAN BEKAL MAKAN (*LUNCH BOX*) PADA STATUS GIZI ANAK USIA PRA SEKOLAH DI RA AL-FIRDAUS DESA GINUK

Risky Dewi Lestari

Status gizi anak usia prasekolah merupakan indikator penting pertumbuhan dan perkembangan yang dipengaruhi oleh asupan gizi seimbang. Peran orang tua dalam menyediakan makanan sehat, termasuk melalui bekal makan (lunch box), turut mempengaruhi status gizi anak. Namun, kebiasaan mengonsumsi makanan instan atau jajanan kurang sehat masih dapat mempengaruhi kondisi gizi anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan peran orang tua dalam pemberian bekal makan dengan status gizi anak usia prasekolah di RA Al-Firdaus Desa Ginuk.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 36 responden yang terdiri dari orang tua dan anak usia prasekolah di RA Al-Firdaus Desa Ginuk dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur peran orang tua dalam pemberian bekal makan serta pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi anak berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki status gizi baik sebanyak 25 anak (69,4%), sedangkan 8 anak (22,2%) mengalami gizi lebih, 2 anak (5,6%) gizi kurang, dan 1 anak (2,8%) obesitas. Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara peran orang tua dalam pemberian bekal makan dengan status gizi anak usia prasekolah ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam menyiapkan bekal bergizi berperan penting dalam menentukan status gizi anak.

Status gizi anak juga dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, pendidikan, kondisi ekonomi keluarga, dan kebiasaan makan anak. Anak yang terbiasa membawa bekal bergizi dari rumah cenderung memiliki pola makan lebih sehat dibandingkan anak yang sering mengonsumsi jajanan kurang bergizi. Oleh karena itu, diperlukan edukasi kepada orang tua serta kerja sama antara keluarga dan sekolah untuk membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini.

Kata kunci : Peran Orang Tua, Bekal Makan (Lunch Box), Status Gizi, Anak Prasekolah

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTS' ROLES IN PROVIDING LUNCH BOXES AND THE NUTRITIONAL STATUS OF PRESCHOOL CHILDREN AT RA AL-FIRDAUS, GINUK VILLAGE

Risky Dewi Lestari

The nutritional status of preschool children is an important indicator of growth and development influenced by balanced nutritional intake. The role of parents in providing healthy food, including through lunch boxes, also affects children's nutritional status. However, the habit of consuming instant foods or unhealthy snacks can still influence children's nutritional conditions. This study aimed to determine the relationship between parents' role in providing lunch boxes and the nutritional status of preschool children at RA Al-Firdaus, Ginuk Village.

This study used a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 36 respondents, including parents and preschool children at RA Al-Firdaus Ginuk Village, selected using a total sampling technique. Data were collected using questionnaires to measure parents' role in providing lunch boxes and anthropometric measurements including body weight and height to determine children's nutritional status based on Body Mass Index for Age (BMI/A). Data analysis was conducted using the Chi-Square test to determine the relationship between the two research variables.

The results showed that most children had good nutritional status, with 25 children (69.4%), while 8 children (22.2%) were overweight, 2 children (5.6%) were undernourished, and 1 child (2.8%) was obese. Statistical analysis indicated a significant relationship between parents' role in providing lunch boxes and the nutritional status of preschool children ($p < 0.05$), indicating that parents' involvement in preparing nutritious meals plays an important role in determining children's nutritional status.

Children's nutritional status is also influenced by several factors such as parental nutrition knowledge, education level, family economic conditions, and children's eating habits. Children who regularly bring nutritious lunch boxes from home tend to have healthier eating patterns compared to those who frequently consume low-nutrient snacks. Therefore, increasing parental education and strengthening collaboration between families and schools are necessary to establish healthy eating habits in children from an early age.

Keywords: *Parents' Role, Lunch Box, Nutritional Status, Preschool Children*

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur atas kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan (*Lunch box*) Dengan Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di RA AL-Firdaus Desa Ginuk '' ini dengan lancar. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak yang telah memberi banyak bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis. Untuk itu, dalam kesempatam kali ini, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1 Ibu Binti Masrurah S.Pd.I selaku Kepala sekolah RA AL-Firdaus Desa Ginuk yang telah memberikan izin kepada peneliti.
2 Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
3 Ibu Mega Arianti putri, S.Kep., M.Kep selaku ketua program studi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4 Ibu Devita Anugrah Anggraini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan saran dan masukan yang berharga.
5 Ibu Sesaria Betty M., S.Kep Ns., M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah membimbing dan mengarahkan serta meluangkan waktu -nya dalam penyusunan skripsi.
6 Ibu Cintika Yorinda Sebtalesy, S.ST.,M.Kes sebagai pembimbing II skripsi yang selalu membantu dan memberikan arahan, saran, motivasi, selalu mengingatkan, ketelitian dan kesabaran dalam membimbing penulis sehingga penyusunan proposal ini dapat terselesaikan dengan baik.
7 Kepada orang tua saya Bapak Moh Kholik yang senantiasa berjuang, mendukung,

selalu mengusahakan apapun untuk putrinya ini agar dapat Menyusun dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.

8 Kepada nenek saya Musyarofah yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, keiklasan untuk menjaga dan melindungi mental cucu-nya ini agar dapat Menyusun dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.

9 Serta kepada teman teman saya yang banyak membantu penulis dalam kelancaran Menyusun skripsi..

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan juga jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran dari semua pihak sangat kami harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis sampaikan semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala senantiasa meridhoi segala usaha dan proses kita, aamiin.

Madiun, 17 Maret 2026
Penulis

Risky Dewi Lestari
NIM. 202202087

MOTTO

Sadari bahwa perjalanan adalah sebuah **perjuangan** “Dirimu Sendiri Yang Tau Capeknya, Sedihnya, Begitupun Bahagianya, Maka Dari Itu Jadilah Rumah Untuk Dirimu Sendiri. Sayangi Dirimu Karena Yang Bertanggung Jawab Untuk Mengisi Cinta Bahagia Adalah Dirimu. Jangan Pernah Berhenti Berdoa, Yakinlah Suatu Saat Nanti Kamu Akan Menikmati Apa Yang Selalu Kamu Usahakan Dan Doakan”

DAFTAR ISI

SKRIPSI **1**
SKRIPSI **2**
..... **3**
LEMBAR PENGESAHAN ..... Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN **5**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP **6**
ABSTRAK **7**
ABSTRACT **8**
KATA PENGANTAR **9**
MOTO **10**
DAFTAR ISI **12**
DAFTAR TABEL **14**
DAFTAR GAMBAR **15**
DAFTAR LAMPIRAN **16**
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH **17**
BAB 1 ..... Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.1 Tujuan Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.2 Manfaat Praktis ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 2 ..... Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Peran Orang Tua ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.1 Definisi Peran Orang Tua ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.2 Macam Macam Peran Orang Tua ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.3 Tujuan Peran Orang Tua Dalam Memberikan Makanan Yang Baik Pada Anak ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.1.4 Pemenuhan Gizi Anak ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Gizi Seimbang ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Pengertian Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Zat Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Status Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Penilaian Zat Gizi ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.5 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi **Error! Bookmark not defined.**
2.2.6 Bekal Makan (*Lunch box*) ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 3 ..... Error! Bookmark not defined.
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN Error! Bookmark not defined.
3.1 Kerangka Konseptual ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 4 ..... Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.
4.1 Desain Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi Dan Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.1 Populasi ..... **Error! Bookmark not defined.**

4.2.2 Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Teknik *Sampling* ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Kerangka Kerja ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Identifikasi Variabel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.1 Variabel Independen ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4.2 Variabel Dependen ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Definisi Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6.1 Instrumen Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Waktu Dan Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.1 Waktu Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7.2 Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Pengolahan Data Dan Analisis Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.1 Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9.2 Analisis Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Etika Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 5 ..... Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN ..... Error! Bookmark not defined.
5.1 Hasil ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.2 Penyajian Data Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.1.3 Penyajian Data Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
5.2 Pembahasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN ..... Error! Bookmark not defined.
6.1 Kesimpulan ..... **Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran ..... **Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN ..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1Parameter Peran Orang Tua ..... **Error! Bookmark not defined.**
Tabel 2. 2 Kecukupan Air Dalam Tubuh Anak Usia DiniError! Bookmark not defined.
Tabel 2 .3 Penggolongan Keadaan Gizi menurut Indeks AntropometriError! Bookmark not defined.
Tabel 4.1 Definisi Oprasional 38
No table of figures entries found. Tabel 4 2 Indikator Peran Orang Tua**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 2 1Parameter Peran Orang Tua ..... **Error! Bookmark not defined.**
Tabel 2. 2 Kecukupan Air Dalam Tubuh Anak Usia DiniError! Bookmark not defined.
Tabel 2 .3 Penggolongan Keadaan Gizi menurut Indeks AntropometriError! Bookmark not defined.
Tabel 5.4 Distribuasi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di RA Al-Firdaus Desa Ginuk 53
No table of figures entries found. Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di RA Desa Ginuk 54
Tabel 5.6 Peranan Orang Tua Dalam Menyiapkan Bekal Makan Yang Bergizi Untuk Anak Usia Pra Sekolah Di RA Al-Firdaus Desa Ginuk..... 54
Tabel 5.7 Status Gizi Untuk Anak Usia Pra Sekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk55
Tabel 5.8 Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan *(Lunch box*) Pada Status Gizi Anak Usia Pra Sekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk 55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rumus Perhitungan IMT..... **Error! Bookmark not defined.**
Gambar 3.1 Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan *(Lunch Box*) Pada Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk**Error! Bookmark not defined.**
Gambar 4.1 Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan (*Lunch box*) Pada Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 3.1 Hubungan Peran Orang Tua Dalam Pemberian Bekal Makan (Lunch Box) Pada Status Gizi Anak Usia Prasekolah Di Ra Al-Firdaus Desa Ginuk.. **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 ..... **Error! Bookmark not defined.**
Lampiran 14 Kartu Bimbingan Skripsi 96

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*
IMT : Indeks Massa Tubuh
LILA : Lingkar Lengan Atas
IMT/U : Indeks Massa Tubuh menurut Umur
BPOM : Badan Pengawas Obat dan Makanan
TB : Tinggi Badan
SD : Standar Deviasi
BB : Berat Badan

DAFTAR ISTILAH

Malnutrisi : Keadaan ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan keadaan kebutuhan tubuh, yang dapat menyebabkan kekurangan gizi (undernutrition) maupun kelebihan gizi (*overnutrition*).

Antropometri : Metode pengukur tubuh manusia seperti berat badan, tinggi badan dan lingkar tubuh untuk menilai status gizi dan pertumbuhan.

Z-score : Nilai statistik yang menunjukkan seberapa jauh hasil pengukuran seseorang (misalnya IMT/U) dari nilai rata-rata standar WHO.

Thinnes : Kategori status gizi kurang dengan nilai *Z-score* antara -3 SD sampai < -2 SD.

Lunch box : Wadah atau kotak makan yang digunakan untuk menyimpan dan membawa bekal makanan, seperti makanan siang, ke sekolah atau tempat kerja Wadah ini bisa terbuat dari berbagai bahan seperti plastik, stainless steel, atau kertas, dan tersedia dalam berbagai bentuk, ukuran, serta desain.

Obesitas : Kategori status gizi sangat tinggi dengan nilai *Z-score* > +2 SD, ditandai dengan penumpukan lemak tubuh yang berlebihan