

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH PEMBERIAN ES KRIM JAMBU  
BIJI MERAH DAN TEPUNG DAUN SALAM TERHADAP  
PENINGKATAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH**

**SKRIPSI**



**LILIS SRI NIFAERI GULO**

**P01031216063**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PROGRAM STUDI SARJANATERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**2020**

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH PEMBERIAN ES KRIM JAMBU  
BIJI MERAH DAN TEPUNG DAUN SALAM TERHADAP  
PENINGKATAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH**

Skripsi ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Program Studi  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Medan



**LILIS SRI NIFAERI GULO**

**P01031216063**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**2020**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Pemberian Es Krim Jambu Biji Merah  
Dan Tepung Daun Salam Terhadap Peningkatan  
Status Gizi Anak Sekolah

Nama Mahasiswa : Lilis Sri Nifaeri Gulo

NIM : P01031216063

Program Studi : Diploma IV

Menyetujui :



Lusyana Gloria Doloksaribu, SKM, M. Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

Anggota Penguji



dr. Ratna Zahara, M. Kes

Anggota Penguji

Mengetahui :



....., Ketua jurusan,  
Dr. Dharma Martony, SKM, M. Kes

NIP:196403121987031003

## ABSTRAK

LILIS SRI NIFAERI GULO “**LITERATURE REVIEW : PENGARUH PEMBERIAN ES KRIM JAMBU BIJI MERAH DAN TEPUNG DAUN SALAM TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH**”(DIBAWAH BIMBINGAN LUSYANA GLORIA DOLOKSARIBU, SKM, M.KES)

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Masalah gizi yang kerap terjadi pada anak mencakup berbagai defisiensi zat gizi dari pangan yang di konsumsi. Seorang anak yang mengalami defisiensi zat gizi dapat berdampak pada berbagai aspek fisik maupun mental. Berdasarkan survey PSG (Pemantauan Status Gizi) tahun 2017 pada anak sekolah diperoleh gizi kurang di Indonesia sebesar 17,8%, Sumatera Utara sebesar 18,4%, Deli Serdang sebesar 12,6%. Berdasarkan IMT/U pada tahun 2017 pada anak sekolah umur 5-12 tahun yaitu Sangat Kurus 3,9%, Kurus 6,0%

Penyebab masalah gizi yang terjadi pada anak sangat beragam, diantaranya yaitu kurangnya asupan, penyakit yang diderita, pola asuh dan masih banyak penyebab lainnya. Apabila terjadi ketidaksesuaian antara jumlah zat gizi yang masuk dengan kebutuhan tubuh maka anak akan mengalami masalah gizi (Unicef, 1998)

Penelitian ini menggunakan metode *library research* atau penelitian kepustakaan. Adapun sumber data yang digunakan adalah data-data primer dan data sekunder dari *press release*, serta data perkembangan status gizi yang disajikan oleh artikel dan jurnal-jurnal ilmiah. Berdasarkan analisis data yang dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi anak sekolah

Kata kunci : Status gizi anak sekolah, jambu biji merah, daun salam, jajanan eskrim anak sekolah

## ABSTRACT

LILIS SRINIFAERI GULO "A LITERATURE REVIEW ON THE EFFECT OF CONSUMPTION OF ICE CREAM MADE FROM RED GUAVA AND BAY LEAF FLOUR TOWARDS THE IMPROVEMENT OF SCHOOL CHILDREN'S NUTRITION STATUS"(CONSULTANT: LUSYANA GLORIA DOLOKSARIBU, SKM, M.KES)

Nutritional status is the state of a person's body health which is a reflection of the pattern of consumption, absorption, and use of food nutrients. Nutritional problems that often occur in children include various nutritional deficiencies that come from the food consumed. A child with nutritional deficiency can have a negative impact on the child in various aspects, both physically and mentally. Based on the Nutrition Status Monitoring survey in 2017, it is known that school children suffering from malnutrition in Indonesia reached 17.8%, in North Sumatra reached 18.4%, and in Deli Serdang reached 12.6%. Based on BMI / Age in 2017, school children aged 5-12 years in the Very Thin category reached 3.9%, and in the Thin category reached 6.0%.

The factors that cause nutritional problems in children are very diverse, including lack of nutrition, suffering from certain diseases, parenting and other causes. If there is a mismatch between the amount of nutrients that enter the body's needs, the child will experience nutritional problems (Unicef, 1998)

This research is a research library that explores primary and secondary data sources from press releases, and from data on the development of nutritional status presented by articles and scientific journals. Based on the analysis conducted, this study concluded that there was no effect of red guava ice cream and bay leaf flour on improving the nutritional status of school children.

Keywords: Nutritional Status Of School Children, Red Guava, Bay Leaves, Ice Cream Snacks



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Berkat dan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan Judul “*Literature Review* : Pengaruh Pemberian Es Krim Jambu Biji Merah Dan Tepung Daun Salam Terhadap Peningkatan Status Gizi Anak Sekolah”.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada semua yang terlibat dalam penulisan skripsi ini yaitu kepada :

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kesehatan Medan
2. Lusyana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
3. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN selaku penguji I yang telah memberi bimbingan untuk semua saran dan perbaikan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
4. dr. Ratna Zahara, M.Kes selaku penguji II yang telah memberi bimbingan untuk semua saran dan perbaikan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Kedua orangtua tercinta ayah Meilinus Gulo dan ibu Murniwati Laia beserta kelima saudara kandung saya yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa serta cinta kasih yang tulus
6. Sahabat-sahabat saya Ester Anna, Desna Putri, Rani Oktaviani, Steven Carlos, James Supriadi S. Lase dan dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat.

Penulis menyadari bahwa usulan penelitian ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran maupun masukan yang berguna untuk penyempurnaan skripsi ini. Semoga apa yang telah ditulis dapat menambah pengetahuan bagi kita semua.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	5
A. Status Gizi Anak Sekolah.....	5
B. Permasalahan Gizi Anak Sekolah .....	5
C. Penyebab Masalah Gizi Anak Sekolah .....	6
D. Penilaian Status Gizi Anak Sekolah .....	7
E. Jambu Biji Merah .....	9
F. Daun Salam .....	11
G. Literatur Review .....	13
H. Kerangka Teori.....	14
I. Hipotesis .....	14
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	15
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	15
B. Sumber Data .....	16
C. Metode Pengumpulan .....	16
D. Metode Analisis Data .....	17
E. Prosedur Penelitian .....	17
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	18

A. Hasil .....	18
B. Pembahasan .....	37
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>41</b>
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran.....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>45</b>

## DAFTAR TABEL

No.		Halaman
1.	Kategori Batas Ambang IMT/U .....	8
2.	Kandungan Zat Gizi Jambu Biji Merah .....	10
3.	Kandungan Daun Salam .....	12
4.	Defenisi Operasional .....	16
5.	Ringkasan Isi dan Kesesuaian Jurnal.....	22
6.	Persamaan dan Perbedaan Penelitian.....	36
7.	Kritik dan Pendapat .....	37

## DAFTAR GAMBAR

No.		Halaman
1.	Jambu Biji Merah.....	9
2.	Daun Salam.....	11
3.	Kerangka Teori.....	14
4.	Kerangka Konsep.....	15

## DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
1. Bukti Bimbingan .....	44
2. Hasil Perhitungan Zat Gizi Es Krim .....	48
3. Pernyataan Keaslian Skripsi .....	50
4. Surat Ethical Clearance.....	51
5. Daftar Riwayat Hidup .....	52

# BAB I

## PENDAHULAN

### A. Latar Belakang

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi seseorang tersebut dapat diukur dan dinilai untuk mengetahui apakah status gizinya tergolong normal atau tidak normal (Almatsier, 2011)

Masalah gizi yang kerap terjadi pada anak mencakup berbagai defisiensi zat gizi dari pangan yang di konsumsi. Seorang anak yang mengalami defisiensi zat gizi dapat berdampak pada berbagai aspek fisik maupun mental. Masalah ini dapat di tanggulangi melalui pengaturan makan yang benar. (Hardinsyah, 2017)

Gizi kurang merupakan salah satu penyakit yang memberikan dampak terhadap kualitas sumber daya manusia, sehingga jika tidak diatasi dapat menyebabkan *lost generation*. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan gagal tumbuh kembang, meningkatkan angka kematian dan kesakitan. Gizi kurang juga membawa dampak negative terhadap pertumbuhan fisik maupun mental yang selanjutnya menghambat prestasi belajar. (Anzarkusuma, 2014)

Penyebab masalah gizi yang terjadi pada anak sangat beragam, diantaranya yaitu kurangnya asupan, penyakit yang diderita, pola asuh dan masih banyak penyebab lainnya. Apabila terjadi ketidaksesuaian antara jumlah zat gizi yang masuk dengan kebutuhan tubuh maka anak akan mengalami masalah gizi (Unicef, 1998)

Berdasarkan survey PSG (Pemantauan Status Gizi) tahun 2017 pada anak sekolah diperoleh gizi kurang di Indonesia sebesar 17,8%, Sumatera Utara sebesar 18,4%, Deli Serdang sebesar 12,6%. Berdasarkan IMT/U pada tahun 2017 pada anak sekolah umur 5-12 tahun yaitu Sangat Kurus 3,9%, Kurus 6,0% (PSG, 2017)

Jambu Biji Merah (*Psidium guajava* L.) merupakan buah yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan fungsional karna memiliki

fungsi untuk kesehatan, dikarenakan jambu biji merah memiliki kandungan Vitamin C yang cukup tinggi. jambu biji terdapat zat kimia lain yang dapat mempengaruhi aktivitas antioksidan, seperti senyawa flavonoid, kombinasi saponin dengan asam oleanolat, *guaijavarin* dan *querceti*. kaya akan karbohidrat, vitamin C, serta merupakan sumber zat besi yang baik dan sumber kalsium, fosfor dan vitamin A, Komposisi senyawa-senyawa ini diduga dapat mencegah terbentuknya radikal bebas dalam tubuh atau sebagai antioksidan serta diabetes melitus, demam berdarah dan diare. Jambu biji merah juga mengandung serat pangan sekitar 5,6 gr/100 gr daging buah. Jenis serat yang cukup banyak terkandung dalam jambu biji adalah pektin, yang merupakan jenis serat yang bersifat larut dalam air. Jambu biji juga mengandung vitamin C yaitu sebanyak 87 mg/100 g. Jambu biji merah memiliki komposisi 74-87 % air, 0,5-1,0 % abu, 0,4-0,7 % lemak, dan 0,8-1,5% protein. Selain itu jambu biji juga kaya vitamin B, riboflavin, dan beberapa mineral. Warna merah pada jambu menunjukkan bahwa jambu biji merah mengandung vitamin A lebih tinggi dibandingkan jambu biji putih. (Hadisaputra, 2012 Dalam Afani 2016).

Daun Salam (*E. polyantha* Wight) termasuk dalam famili Myrtaceae, merupakan tumbuhan berbatang besar (pohon) dengan tinggi dapat mencapai 25 m. Bagian tanaman salam yang paling banyak dimanfaatkan adalah bagian daunnya. Daun salam mengandung tanin, minyak atsiri (salamol dan eugenol), flavonoid (*quercetin*, *quercitrin*, *myrcetin* dan *myrcitrin*), seskuioterpen, triterpenoid, fenol, steroid, sitral, lakton, saponin, dan karbohidrat. Oleh Badan POM, daun salam ditetapkan sebagai salah satu dari sembilan tanaman obat unggulan yang telah diteliti atau diuji secara klinis untuk menanggulangi masalah kesehatan tertentu (Purwati, 2004).

Daun salam memiliki kandungan zat gizi yaitu protein (7,1 gr/100 gr), dan karbohidrat (24,5g/100g). Di dalam daun salam juga terdapat vitamin A(6,6 mg), kalsium( 834 mg), magnesium (120 mg), dan vitamin B6 (1,7 mg). Jambu biji merah megandung zat gizi energi (49 gr/100

gr),protein (0,9 gr/100 gr), lemak (0,3 gr/100 gr), karbohidrat (12,2 gr//100 gr) vitamin C (87 gr/100 gr).

Pada penelitian ini dalam 100 gr es krim jambu biji merah dan tepung daun salam yang dilakukan menghasilkan jumlah Energi : 201,45 Kkal, Protein : 6,12 gr, Lemak : 6 gr, KH : 48,84 gr.

Berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan pada survey awal yang dilakukan terhadap 15 siswa didapatkan hasil sangat kurus 10%, kurus 30%, normal 50% dan sangat gemuk/obesitas 10%. Pada kategori sangat kurus dan kurus mencapai 40% jika dibandingkan dengan batas ambang permasalahan nasional hanya sebesar 20%.

Sehubung dengan adanya pandemic COVID-19 seperti sekarang ini Literature Review (LR) menjadi salah satu metode alternative yang dapat digunakan oleh peneliti untuk tetap melakukan penelitiannya tanpa harus terjun kelapangan dan untuk menghindari terjadinya penularan virus.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah

## **Tujuan Khusus**

### **2. Tujuan Khusus**

1. Mengukur berat badan sebelum dan sesudah pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap anak di sd negeri 101832 pancur batu
2. Mengukur tinggi badan anak di sd negeri 101832 pancur batu
3. Menganalisis status gizi sebelum dan sesudah pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam pada anak sekolah di sd negeri 101832 pancur batu
4. Menganalisis pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah di sd negeri 101832 pancur batu

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang melakukan penelitian sehubungan dengan judul penelitian diatas.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang pemanfaatan daun salam selain sebagai bumbu dan juga buah jambu biji dapat menjadi Makanan Tambahan Pemulihan Status Gizi.

3. Bagi Penulis

Sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan kemampuan, keterampilan serta pengalaman tentang Gizi Pangan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Status Gizi Anak Sekolah**

Status Gizi merupakan gambaran keseimbangan antara kebutuhan tubuh akan zat gizi untuk pemeliharaan kebutuhan, pertumbuhan, perkembangan, pemeliharaan fungsi normal tubuh dan untuk produksi energi dan intake gizi lainnya. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadibila tubuh memperoleh cukup zat-zat yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, kemampuan kerja, dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Almatsier, 2009)

#### **B. Permasalahan Gizi Anak Sekolah**

Permasalahan gizi terjadi di setiap siklus kehidupan, dimulai sejak dalam kandungan (janin), bayi, anak, dewasa, dan usia lanjut. Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat dan faktor penyebab timbulnya masalah gizi adalah multifaktorial, untuk itu pendekatan dan penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor yang terkait, salah satunya yaitu Gizi kurang (Atikah, 2011).

Usia sekolah (5-14 tahun) merupakan salah satu masa yang mengalami tumbuh kembang yang cepat. Pada usia ini aktifitas fisik terus meningkat seperti, bermain, berolah raga atau membantu orang tua dalam bekerja. Asupan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas diperlukan agar tumbuh kembang anak dapat optimal. Pemberian gizi pada usia ini biasanya tidak berjalan secara sempurna, karena banyak faktor lingkungan sangat mempengaruhi perilaku makanannya. Asupan makan yang tidak sesuai pada anak sekolah dapat mengakibatkan masalah gizi yang serius, seperti obesitas bagi mereka yang kelebihan kalori atau gizi kurang dan stunted bagi mereka yang kekurangan gizi (Nuryanto, 2014).

### **C. Penyebab Masalah Gizi Anak Sekolah**

Gizi Kurang merupakan salah satu penyakit yang memberikan dampak terhadap kualitas SDM, sehingga jika tidak diatasi dapat menyebabkan *Lost Generation*. Kekurangan gizi dapat mengakibatkan gagal tumbuh kembang, meningkatkan angka kematian dan kesakitan. Gizi Kurang juga membawa dampak negatif terhadap pertumbuhan fisik maupun mental yang selanjutnya menghambat prestasi belajar. (Anzarkusuma , 2014)

Anak-anak sekolah umumnya mengalami kelaparan jangka pendek, kekurangan energi protein, kekurangan iodium, vitamin A dan zat besi. Ini berpengaruh penting pada kapasitas belajar anak-anak dan kinerja mereka di sekolah. Anak yang mengalami kekurangan zat gizi tertentu dalam makanan terutama zat besi dan iodium atau yang menderita kekurangan energi protein, kelaparan atau infeksi penyakit lain akan sangat berbeda kemampuan belajar dengan anak yang sehat dan gizi yang baik. Masalah asupan yang terjadi pada anak sekolah sangat berhubungan dengan gizi yang baik secara kuantitas dan kualitas nya terutama pada jenis makanan dan jajanan yang dikonsumsi. Menurut BPOM Jenis jajanan anak sekolah 45% tidak memenuhi syarat karena mengandung zat kimia berbahaya seperti formalin, boraks, rodamin dan cemaran mikrobiologi lainnya. (Hardinsyah, 2017)

Prevalensi Status gizi kurang di Indonesia pada tahun 2017 yaitu 17,8%, Sumatera Utara 18,4%, Deli Serdang 12,6%. Berdasarkan IMT/U pada tahun 2017 Status Gizi Berat Badan Kurang pada anak sekolah umur 5-12 tahun yaitu Sangat Kurus 3,9%, Kurus 6,0% (PSG, 2017)

#### **D. Penilaian Status Gizi Anak Sekolah**

Penilaian Status Gizi pada dasarnya merupakan proses pemeriksaan keadaan gizi seseorang dengan cara mengumpulkan data penting, baik yang bersifat objektif maupun subjektif untuk kemudian dibandingkan dengan baku yang tersedia. Penilaian status gizi dapat dilakukan secara langsung Antropometri, Biokimia, Klinis, Biofisik. (Arisman,2010)

##### **a. Pengukuran Antropometri**

Secara umum antropometri adalah ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi, maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Antropometri sebagai indikator status gizi dapat dilakukan dengan mengukur beberapa parameter. Parameter yang biasa digunakan antara lain: umur, berat badan, dan tinggi badan (Supriasa, 2001)

##### **b. Indeks Antropometri**

Indeks antropometri adalah pengukuran dari beberapa parameter. Indeks antropometri bisa merupakan rasio dari satu pengukuran terhadap satu atau lebih pengukuran atau yang dihubungkan dengan umur dan tingkat gizi. Salah satu contoh dari indeks antropometri adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) atau yang disebut dengan Body Mass Index (Supriasa, 2001).

Pengukuran indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) direkomendasikan untuk mengetahui status gizi anak dan remaja. IMT/U merefleksikan keseluruhan massa komposisi penyusun tubuh seperti otot, tulang, dan jaringan lemak. Remaja yang berotot atau bertulang besar, umumnya memiliki nilai IMT/U tinggi walaupun tidak memiliki lemak tubuh berlebih. (Widyastuti, dkk, 2017).

Dua parameter yang berkaitan dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh, terdiri dari :

1) Berat Badan

Berat badan merupakan salah satu parameter massa tubuh yang paling sering digunakan yang dapat mencerminkan jumlah dari beberapa zat gizi seperti protein, lemak, air dan mineral. Untuk mengukur Indeks Massa Tubuh, berat badan dihubungkan dengan tinggi badan (Gibson, 2005).

2) Tinggi Badan

Tinggi badan merupakan parameter ukuran panjang dan dapat merefleksikan pertumbuhan skeletal (tulang) (Hartriyanti dan Triyanti, 2007).

b. Cara Mengukur IMT/U

Pengukuran IMT/U menggunakan *software* WHO Antroplus v1.0.4 dengan cara memasukkan tanggal lahir, jenis kelamin, berat badan, dan tinggi badan sampel.

c. Kategori Indeks Massa Tubuh

Untuk mengetahui status gizi remaja maka ada kategori ambang batas IMT/U yang digunakan yaitu :

**Tabel 1. Kategori Batas Ambang IMT/U untuk anak Indonesia**

Nilai Z – Skor	Kategori Status Gizi
<-3 SD	Sangat Kurus
-3 SD sampai dengan <-2 SD	Kurus
-2 SD sampai dengan 1 SD	Normal
>1 SD sampai dengan 2 SD	Gemuk
>2 SD	Obesitas

Sumber : Buku saku Kemenkes Standar Antropometri, 2011

## E. Jambu Biji Merah



Jambu biji (*Psidium guajava*) adalah salah satu tanaman buah jenis perdu, dalam bahasa Inggris disebut Lambo guava. Tanaman ini berasal dari Brazilia Amerika Tengah, menyebar ke Thailand kemudian ke negara Asia lainnya seperti Indonesia. Jambu biji sering disebut juga Jambu Klutuk, Jambu Siki, atau Jambu Batu (Kuntarsih, 2006).

Di Indonesia tanaman jambu biji dapat tumbuh baik di dataran rendah maupun di dataran tinggi. Pohon jambu biji banyak ditanam orang di halaman dan di ladang-ladang. Ketinggian tempat yang sesuai untuk tanaman ini sekitar 1200 meter dari permukaan laut. Pohon jambu biji merupakan tanaman perdu yang banyak bercabang, tingginya mencapai 12 meter. Buahnya berisi banyak biji kecil-kecil dan ada juga yang tidak mempunyai biji yang biasa di sebut dengan jambu sukun (Wirakusumah, 2002).

Jambu biji yang banyak di gemari oleh masyarakat adalah yang mempunyai sifat unggul antara lain berdaging lunak dan tebal, rasanya manis, tidak mempunyai biji, dan buahnya berukuran besar. Terdapat beberapa jenis jambu biji yang di unggulkan yaitu Jambu Pasar Minggu, Jambu Bangkok, Jambu Palembang, Jambu Sukun, Jambu Apel, Jambu Sari, Jambu Merah, dan Jambu Merah Getas (Wirakusumah, 2002).

Jambu biji memiliki beberapa keunggulan yaitu memiliki kadar vitamin C yang sanggup memenuhi kebutuhan harian anak berusia 13- 20 tahun yang mencapai 80-100 mg per hari, atau kebutuhan vitamin C harian orang dewasa yang mencapai 70-75 mg per hari. Sebutir jambu biji dengan berat 275 g per buah dapat mencukupi kebutuhan harian akan vitamin C pada tiga orang dewasa atau dua anak-anak. Keunggulan lain

dikenal sebagai bahan obat tradisional untuk batuk dan diare.(Kuntarsih, 2006)

Penelitian Sri yuliani (2015) menunjukkan bahwa pada Ketiga tipe daun jambu biji yang di teliti memiliki karakteristik yang berbeda, baik dari morfologi tanaman maupun dari sifat fisik dan kimia ekstrak serta kandungan bahan aktifnya. 2. Kadar tanin tertinggi yaitu 12,66%, diperoleh dari daun jambu biji tipe III, sedangkan kadar quersetin tertinggi yaitu 1,12%, diperoleh dari daun jambu biji tipe I. Hasil pengamatan dari KLT diketahui bahwa komponen terbanyak di dalam daun jambu biji diperoleh dari ekstrak daun jambu biji tipe I dan II, yaitu sebanyak 9 komponen. 3. Informasi yang diperoleh dapat dijadikan pegangan untuk menentukan produk akhir yang akan dibuat, misalnya untuk membuat obat diare disarankan menggunakan bahan baku dari daun jambu biji tipe III, karena kadar taninnya relatif tinggi. Sedangkan untuk pengobatan yang berhubungan dengan pembuluh kapiler, disarankan untuk menggunakan daun jambu (Yuliani, 2015)

**Tabel 2. Kandungan Zat Gizi Jambu Biji**

<b>Jenis Nutrisi / Gizi</b>	<b>Kandungan</b>
Kalori	49 kkal
Karbohidrat	12,2 gr
Protein	0,9 gr
Lemak	0,3 gr
Air	86 gr
Vitamin C	87 mg
Kalsium	14 mg
Zat Besi	1,1 mg

Sumber : TKPI (2013)

## F. Daun salam



**Gambar 2. Daun Salam (Kiri) , Tepung Daun Salam (Kanan)**

Tanaman salam secara ilmiah mempunyai nama Latin *Eugenia polyantha* Wight dan memiliki nama ilmiah lain, yaitu *Syzygium polyantha* Wight. dan *Eugenia lucidula* Miq. Tanaman ini termasuk suku Myrtaceae. Di beberapa daerah Indonesia, daun salam dikenal sebagai salam (Jawa, Madura, Sunda); gowok (Sunda); kastolam (kangean, Sumenep); manting (Jawa), dan meselengan (Sumatera). Nama yang sering digunakan dari daun salam, di antaranya ubar serai, (Malaysia); Indonesian bay leaf, Indonesian Laurel, Indian bay leaf (Inggris); Salambblatt (Jerman). Daun salam mengandung zat bahan warna, zat samak dan minyak atsiri yang bersifat antibakteri. Zat tanin yang terkandung bersifat menciutkan (astringent) (KloppenburgVersteegh, 1983 Dalam Dalimartha, 2015).

Daun salam merupakan salah satu penyedap masakan yang sering di gunakan di banyak masakan khas indonesia. biasanya daun salam kering dipakai dimasakan yang sudah memiliki banyak rempah untuk menambah aroma dan menyedapkannya. Daun salam memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, manfaat daun salam antara lain membantu penyembuhan beberapa jenis penyakit ringan sampai berat. Daun salam (*Eugenia polyantha*) merupakan salah satu tanaman yang dapat digunakan untuk pengobatan diabetes melitus. Kandungan flavonoid di dalam daun salam di duga dapat menurunkan kadar glukosa darah. Hal ini terbukti oleh penelitian ita lutfiana dewi (2013) pada dosis 312,5 mg/kg BB dapat menurunkan sampai kadar rata-rat  $77 \pm 9,92$  pada hewan uji.

Daun salam memiliki kandungan zat besi Non heme paling tinggi, yaitu sebesar 44,1 mg/100 g dibanding dengan daun kelor (6 mg/100 g) dan bayam merah (7 mg/100 g). Protein (7,1 g/100g), dan karbohidrat (24,5g/100g). Didalam daun salam juga terdapat vitamin A(6,6 mg),kalsium( 834 mg),magnesium (120 mg),dan vitamin B6 (1,7 mg) yang dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini

**Tabel 3. Kandungan Daun Salam**

Zat Gizi	Kandungan zat gizi
Karbohidrat	24,5 gr
Protein	7,1 gr
Serat	36.3 g
Zat Besi	44,1 mg
Selenium	2.8 mg
Kalsium	834 mg
Vitamin A	6,6 mg

Sumber : TKPI (2013)

Penelitian Herra (2015) Kandungan kimia yang terdapat dalam Daun Salam (*Eugenia polyantha*) adalah minyak atsiri (0,05%) yang mengandung sitral dan eugenol, tannin, dan flavonoid. Sebagian masyarakat memanfaatkan daun salam untuk mengobati kencing manis. Penelitian yang telah dilakukan terhadap tanaman ini antara lain adalah pengaruh pemberian infus daunnya terhadap kadar glukosa darah kelinci. Dilaporkan bahwa infus daun salam dengan dosis 175 mg/kg BB kelinci dapat menurunkan kadar glukosa darah kelinci (Limawan, 1998). Dibandingkan dengan infus, maka kandungan kimia yang ada dalam ekstrak etanol adalah lebih banyak, maka dalam penelitian ini akan dilakukan uji antidiabetes ekstrak etanol daun salam dengan induksi aloksan untuk menaikkan kadar glukosa pada mencit.

## G. Literatur Review

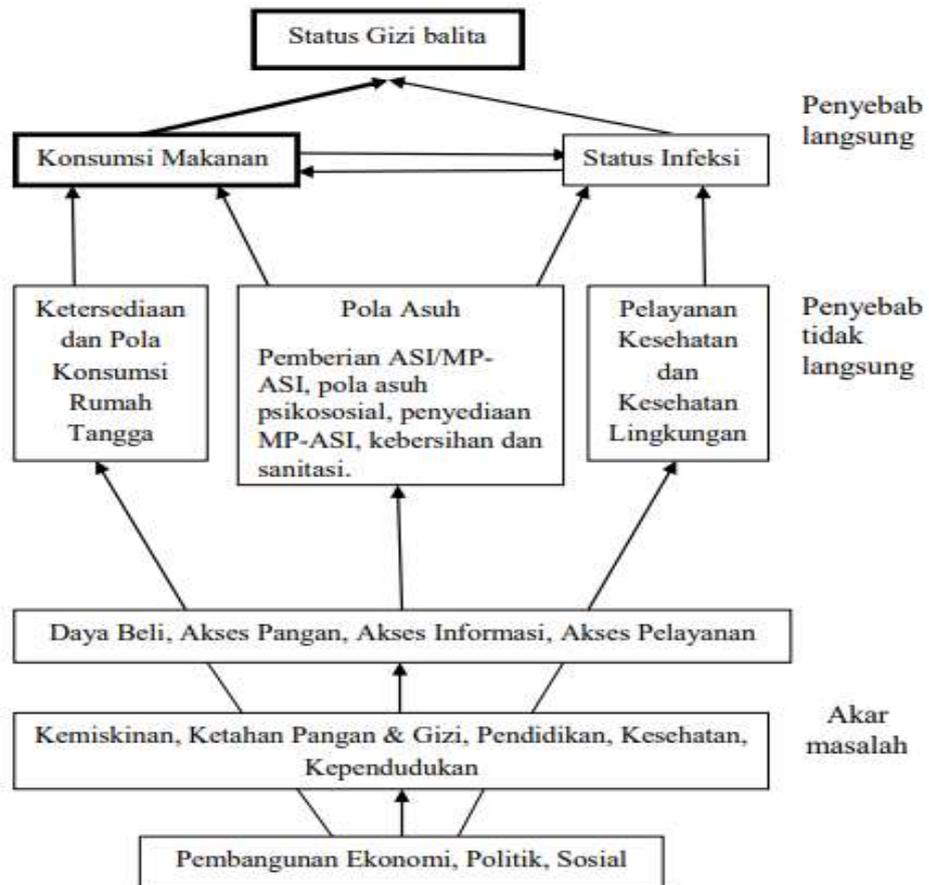
Literatur Review adalah uraian tentang teori, temuan, dan bahan penelitian lainnya yang diperoleh dari bahan acuan untuk dijadikan landasan kegiatan penelitian untuk dijadikan landasan kegiatan penelitian untuk menyusun kerangka pemikiran yang jelas dari perumusan masalah yang ingin diteliti.

Kegiatan ini berkaitan dengan telaah atas teori yang dapat digunakan untuk menjelaskan fenomena dan telaah penelitian sebelumnya untuk menunjukkan keterkaitan antara penelitian yang sedang dilakukan dengan yang telah dilakukan (Chairi, A 2009).

Beberapa alasan mengapa Literatur Review perlu diperhatikan dalam penelitian menurut Neuman 2003 (Chairi, A 2009)

1. Menunjukkan pemahaman tentang *body of knowledge* dan kredibilitas peneliti; *Literature review* menceritakan apa yang telah diketahui peneliti dibidang pengetahuan yang sedang diteliti. Oleh karena itu, *Literature Review* menunjukkan apakah kompetensi, kemampuan dan *background* peneliti tercermin pada apa yang ditulis.
2. Menunjukkan pola penelitian sebelumnya dan kaitannya dengan riset yang sedang dilakukan; *Literature Review* dapat mengarahkan peneliti pada pertanyaan penelitian dan menunjukkan perkembangan *knowledge*. *Review* yang baik dapat menunjukkan apakah riset yang dilakukan relevan dengan *body of knowledge* yang ada.
3. Menciptakan koherensi dan meringkas "*what is known in ana area*"  
*Literture Review* memungkinkan peneliti untuk mengelompokkan dan mensintesis hasil-hasil penelitian. Jadi *Review* yang baik dapat menggambarkan apa yang sudah dilakukan dan apa yang belum dilakukan
4. Belajar dari orang lain dan mendorong munculnya ide baru; *Literature Rivew* membantu peneliti untuk menceritakan apa yang telah ditemukan sehingga peneliti memperoleh manfaat dari yang telah dikerjakan orang lain.

## H. Kerangka teori



**Gambar 3. Kerangka Teori**

Sumber : Penyebab Kurang Gizi (UNICEF, 1998 dalam Soekirman, 2000)

## I. Hipotesis

**Ho** : Tidak ada pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah

**Ha** : Ada pengaruh pemberian es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (library research), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedi, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (literature review, literature research) merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (academic-oriented literature), serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu. Fokus penelitian kepustakaan adalah menemukan berbagai teori, hukum, dalil, prinsip, atau gagasan yang digunakan untuk menganalisis dan memecahkan pertanyaan penelitian yang dirumuskan.

Adapun sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yakni penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan filosofis dan pedagogis. Pendekatan filosofis merupakan pendekatan yang dilakukan untuk melakukan penalaran dan penyusunan suatu data secara sistematis berdasarkan sudut pandang tertentu (dalam hal ini sudut pandang yang digunakan adalah sudut pandang sejarah dalam pembelajaran). Sedangkan pendekatan pedagogis merupakan pendekatan untuk menjelaskan data secara lebih rinci dengan menggunakan teori peletakan genetic moment sejarah dalam pembelajaran.

## **B. Sumber Data**

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder. Data sekunder merupakan data yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung. Akan tetapi data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang dimaksud berupa buku dan laporan ilmiah primer atau asli yang terdapat di dalam artikel atau jurnal (tercetak dan/atau non-cetak) berkenaan dengan sejarah matematika dan peletakannya dalam aktivitas pembelajaran. Pemilihan sumber didasarkan pada empat aspek yakni:

- (1) Provenance (bukti), yakni aspek kredensial penulis dan dukungan bukti, misalnya sumber utama sejarah;
- (2) Objectivity (Objektifitas), yakni apakah ide perspektif dari penulis memiliki banyak kegunaan atau justru merugikan;
- (3) Persuasiveness (derajat keyakinan), yakni apakah penulis termasuk dalam golongan orang yang dapat diyakini; dan
- (4) Value (nilai kontributif), yakni apakah argumen penulis meyakinkan, serta memiliki kontribusi terhadap penelitian lain yang signifikan.

## **C. Metode Pengumpulan**

Data Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi. Metode dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dengan mencari atau menggali data dari literatur yang terkait dengan apa yang dimaksudkan dalam rumusan masalah. Data-data yang telah didapatkan dari berbagai literatur dikumpulkan sebagai suatu kesatuan dokumen yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.

#### **D. Metode Analisis Data**

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis data yang telah terkumpul untuk meningkatkan pemahaman penelitian tentang kasus yang diteliti dan mengkajinya sebagai temuan bagi orang lain. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis anotasi bibliografi (annotated bibliography). Anotasi berarti suatu kesimpulan sederhana dari suatu artikel, buku, jurnal, atau beberapa sumber tulisan yang lain, sedangkan bibliografi diartikan sebagai suatu daftar sumber dari suatu topik. Dari kedua definisi tersebut, anotasi bibliografi diartikan sebagai suatu daftar sumber-sumber yang digunakan dalam suatu penelitian, dimana pada setiap sumbernya diberikan simpulan terkait dengan apa yang tertulis di dalamnya. Terdapat tiga hal yang harus diperhatikan dalam suatu analisis anotasi bibliografi. Ketiga hal tersebut adalah: (1) Identitas sumber yang dirujuk; (2) Kualifikasi dan tujuan penulis; (3) Simpulan sederhana mengenai konten tulisan; dan (4) Kegunaan/pentingnya sumber yang dirujuk dalam menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.

#### **E. Prosedur Penelitian**

Terdapat empat prosedur yang digunakan dalam penelitian ini. Empat prosedur tersebut yakni :

(1) Organize, yakni mengorganisasi literatur yang akan ditinjau/di-review. Literatur yang di-review merupakan literatur yang relevan/sesuai dengan permasalahan. Adapun tahap dalam mengorganisasi literatur adalah mencari ide, tujuan umum, dan simpulan dari literatur dengan membaca abstrak, beberapa paragraf pendahuluan, dan kesimpulannya, serta mengelompokkan literatur berdasarkan kategori-kategori tertentu;

(2) Synthesize, yakni menyatukan hasil organisasi literatur menjadi suatu ringkasan agar menjadi satu kesatuan yang padu, dengan mencari keterkaitan antar literatur;

(3) Identify, yakni mengidentifikasi isu-isu kontroversi dalam literatur. Isu kontroversi yang dimaksud adalah isu yang dianggap sangat penting untuk dikupas atau dianalisis, guna mendapatkan suatu tulisan yang menarik untuk dibaca; dan

(4) Formulate, yakni merumuskan pertanyaan yang membutuhkan penelitian lebih lanjut.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

**Tabel 5. Ringkasan Isi Jurnal dan Kesesuaian Jurnal**

No	Jurnal Artikel/Peneliti	Jurnal/Terbit /Terindeks	Metode Penelitian	Tujuan dan Hasil	Kesesuaian dengan Judul
1.	Pengaruh Penambahan Sari Buah Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dan Glukosa Terhadap Total Bakteri Asam Laktat Dan Karakteristik Organoleptik Minuman Sinbiotik Cincou Hijau (Premna Oblongifolia Merr) (Samsul Rizal, Fibra Nurainy dan Melza Fitriani, 2013)	Jurnal Teknologi Industri dan Hasil Pertanian Volume 18 No.2, September 2013. ISSN : 2302-4399 (Online), 1410-3044 (Print) Indeks : IPI, Sinta, Google Scholar, DOAJ, Crossref	Metode : Eksperimental  Sampel : 20 panelis mahasiswa jurusan teknologi	Tujuan : mengetahui pengaruh penambahan sari buah jambu biji dan glukosa terhadap minuman sinbiotik cincou hijau sari buah jambu biji yang mampu menghasilkan minuman sinbiotik dengan karakteristik organoleptik terbaik.  Hasil : Penambahan sari buah jambu biji pada taraf konsentrasi	Artikel tersebut belum sesuai dengan penelitian saya. Artikel ini hanya menjawab pada taraf berapa persen sari buah jambu agar menjadi minuman sinbiotik

				<p>15% dan glukosa 2% menghasilkan karakteristik minuman sinbiotik cincau hijau sari buah jambu biji yang lebih baik terhadap sifat fisikokimia dan organoleptik menghasilkan total bakteri asam laktat sebesar sebesar 11,209 log koloni/ml, rasa dengan skor 3,48 (agak suka), aroma dengan skor 3,35 (agak suka), warna dengan skor 2,88 (agak suka), penampakan dengan skor (3,18) dan penerimaan keseluruhan</p>	
--	--	--	--	---	--

				dengan skor 3,57 (suka), serta memiliki aktivitas antiosidan sebesar 67,14%.	
2.	<p>Pengaruh Penambahan Jambu Biji Merah (Psidium Guajava) Terhadap Mutu Organoleptik, Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Es Krim Dadih Kerbau</p> <p>(Nelta Vani, 2019)</p>	<p>Skripsi : Program Studi S-1 Gizi Sekolah Tinggi Kesehatan Perintis Padang. Tahun 2019</p>	<p>Metode : eksperimen dengan menggunakan metode sidik ragam (ANOVA)</p> <p>Sampel : 25 orang mahasiswa sebagai panelis</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui kadar vitamin C dan zat gizi makro pada es krim dadih kerbau dengan penambahan jambu biji merah</p> <p>Hasil : Hasil uji organoleptik didapatkan perlakuan yang paling disukai oleh panelis pada perlakuan dengan 100 g dadih kerbau : 175 g jambu biji merah dengan indicator penelitian berdasarkan kesukaan</p>	<p>Artikel ini bisa menjadi salah satu referensi namun disini jumlah lemak yang tinggi bukan hanya berasal dari jambu biji melainkan bisa dari sumber dadih kerbau. Namun artikel ini membuktikan bahwa penambahan jambu biji merah pada es krim dadih kerbau mampu menghasilkan vitamin C yang tinggi dan kandungan</p>

				terhadap warna, rasa, aroma, serta tekstur. Hasil kadar vitamin C tertinggi yaitu 0,1577% dan kandungan lemak tertinggi yaitu 65,3219%	lemak yang tinggi
3.	Aktivitas Ekstrak Daun Salam (Eugenia Polyantha) Sebagai Antiinflamasi Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus) (Risna Agustina, Dewi Tita Indrawati dan Muhammad Amir Masruhin, 2015)	<i>Journal of Tropical Pharmacy and Chemistry</i> 2015. Vol 3. No. 2 120 p- ISSN: 2087-7099; e-ISSN: 2407-6090  Indeks : DOAJ, Crossref, Sinta, Google Scholar, PKP indeks, BASE, Moraef, Garuda	Metode : eksperimental  Sampel : tikus jantan putih	Tujuan : untuk mengetahui efek antiinflamasi ekstrak etanol daun salam ditinjau dari penurunan volume udem telapak kaki tikus putih jantan yang diinduksi karagenan 1%.  Hasil : Hasil penelitian menunjukkan ekstrak etanol daun salam 50 mg/kgBB, 150 mg/kgBB dan	Artikel ini belum sejalan dengan penelitian saya karena pada artikel ini ekstrak dari daun salam berperan sebagai antiinflamasi, sedangkan pada penelitian saya ingin mengetahui pengaruh dari tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi

				250 mg/kgBB memberikan efek antiinflamasi pada tikus putih jantan.	
4.	Kajian Sifat Organoleptik Dan Daya Terima Es Krim Jalor (Jambu Biji Dan Sari Daun Kelor)  (Nadya Natasya, 2019)	Jurnal Gizi Prima Vol.4, Edisi.1, Maret 2019, pp. 47~53 ISSN: 2656 - 2480 (Online) ISSN: 2355 - 1364 (Print)  Indeks : Garuda, Sinta, Google Scholar, Crossref	Metode : eksperimental dengan rancangan acak lengkap  Sampel : 20 orang panelis remaja putri	Tujuan : Untuk mengkaji sifat organoleptik Es Krim JALOR (Jambu Biji dan Sari Daun Kelor) dengan 5 perlakuan (10%, 20%, 30%, 40%, dan 50%) serta untuk mengkaji daya terima Es Krim JALOR (Jambu Biji dan Sari Daun Kelor).  Hasil : warna es krim yang paling disukai adalah dengan penambahan 20% daun kelor, aroma yang paling disukai adalah dengan	Artikel ini sudah sejalan dengan saya hanya saja campuran yang digunakan pada artikel ini adalah daun kelor, dan penelitian ini hanya melihat daya terima dari es krim tersebut. Jika penelitian ini dilanjutkan lagi sampai kepada zat gizi bisa jadi artikel ini menjadi referensi untuk meningkatkan status gizi.

				penambahan 10% daun kelor, rasa yang paling disukai adalah dengan penambahan 20% daun kelor, dan tekstur yang paling disukai adalah dengan penambahan 20% daun kelor	
5.	<p>Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta</p> <p>(Kurnia Noviani, Effatul Afifah dan Dewi Astiti, 2016)</p>	<p>Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia, Vol. 4, No. 2, Mei 2016: 97-104. ISSN : 2503-183X (Online), ISSN : 2303-3045 (Print)</p> <p>Indeks : Sinta, Garuda, DOAJ, Google Scholar, Crossref</p>	<p>Metode : observasional dengan rancangan cross sectional</p> <p>Sampel : 65 orang</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui hubungan kebiasaan jajan dan pola makan dengan status gizi di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta</p> <p>Hasil : tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi namun tidak ada hubungan antara</p>	<p>Artikel ini menjawab bahwa status gizi anak sekolah erat kaitannya dengan pola makan. Dan kebiasaan jajan tidak ada hubungannya dengan status gizi anak sekolah. Artikel ini juga tidak sejalan dengan penelitian saya</p>

				kebiasaan jajan dengan status gizi	
6.	<p>Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang</p> <p>(Yuni Yanti Mariza dan Aryu Candra Kusumastuti, 2013)</p>	<p><i>Journal of Nutrition College</i>, Volume 2, Nomor 1, Tahun 2013, Halaman 207-213. ISSN : 2337-6236 (Print), ISSN : 2622-884X (Online)</p> <p>Indeks : Sinta, Google Scholar, Garuda, Microsoft Academic, Crossref, Scilit, Dimensions</p>	<p>Metode : kasus kontrol</p> <p>Sampel : 64 orang yang terdiri dari 32 orang kasus dan 32 orang kontrol</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi dan besar risiko terhadap kejadian obesitas dan kegemukan pada anak sekolah dasar.</p> <p>Hasil : Kebiasaan sarapan berhubungan dengan kebiasaan jajan. Tidak biasa sarapan dapat meningkatkan risiko biasa jajan sebesar 1,5 kali. Kebiasaan jajan berhubungan</p>	<p>Artikel ini tidak sejalan dengan penelitian saya. Namun artikel ini mampu menjawab bahwa status gizi anak sekolah berhubungan dengan sarapan pagi</p>

				dengan status gizi. Biasa jajan meningkatkan risiko terjadinya status gizi lebih sebesar 7 kali	
7.	<p>Sifat Fisik Dan Kimia Puree Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dengan Penambahan Gum Arab Dan Gum Xanthan</p> <p>(Diana Mahfiatus Salimah, Triana Lindriati dan Bambang Herry Purnomo 2015)</p>	<p>Jurnal Agroteknologi Volume. 09 Nomor. 02 tahun 2015. ISSN : 1978-1555 (Print), ISSN : 2502-4906 (Online)</p> <p>Index: Google scholar, sinta, garuda, crossref, ISJD, NEO</p>	<p>Metode: Rancangan Acak Lengkap dengan pola factorial</p> <p>Sampel: 100 orang responden yang tersebar di 3 kecamatan di Kabupaten Jember yaitu Sumpalsari, Patrang dan Kaliwates.</p>	<p>Tujuan: untuk mengetahui pengaruh penggunaan gum arab dan gum xanthan terhadap karakteristik fisik, kimia puree jambu biji merah dan organoleptik jus jambu biji merah.</p> <p>Hasil: perlakuan terbaik menunjukkan bahwa puree jambu biji merah dengan penambahan gum xanthan 0,3% memiliki nilai efektivitas</p>	<p>Artikel ini belum sejalan dengan penelitian saya. Namun apabila di teliti lebih lanjut sampai kepada zat gizi artikel ini bisa menjadi referensi untuk peningkatan status gizi pada anak sekolah</p>

				tertinggi	
8.	Pengaruh Penggunaan Sari Jambu Biji Terhadap Kualitas Es Krim (Della Suci Indriany, 2017)	Skripsi: Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.tahun 2017	Metode: metode rancangan acak lengkap satu factor.  Sampel: bersumber dari 30 orang panelis.	Tujuan: untuk menganalisis pengaruh penggunaan sari jambu biji sebanyak 15%; 30% dan 45% terhadap kualitas es krim dari segi warna, aroma, rasa dan tekstur.  Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara 0%; 15%; 30% dan 45% terhadap kualitas es krim sari jambu biji yaitu pada kualitas warna merah muda, kualitas aroma jambu biji, dan kualitas tekstur lembut tetapi	Artikel ini sejalan dengan penelitian saya karena penelitian ini membuktikan bahwa semakin sari jambu biji sebanyak 45% dapat meningkatkan kualitas es krim. Maka secara tidak langsung apabila kualitas es krim lebih bagus kandungan gizi di dalamnya juga lebih kompleks

				tidak berpengaruh pada kualitas rasa manis.	
9.	<p>Pengaruh Pemberian Makanan Jajan, Pendidikan Gizi Dan Suplementasi Besi Terhadap Status Gizi, Pengetahuan Gizi Dan Status Anemia Pada Siswa Sekolah Dasar</p> <p>(Adhitya Aji Candra, Budi Setiawan, dan M. Rizal M. Damanik, 2013)</p>	<p>Jurnal Gizi dan Pangan, volume 08 nomor 02 tahun 2013. ISSN 1978 – 1059 (print).</p> <p>Index: sinta, garuda, doaj crossref.</p>	<p>Metode: pre-post intervention study</p> <p>Sampel: 81 subjek</p>	<p>Tujuan: menganalisis pengaruh pemberian makanan jajanan, pendidikan gizi, dan suplementasi besi terhadap status gizi, pengetahuan gizi, dan status anemia pada siswa sekolah dasar.</p> <p>Hasil: menunjukkan bahwa pemberian makanan jajanan tidak memberikan pengaruh yang signifikan</p>	<p>Artikel ini belum sejalan dengan penelitian saya namun artikel ini sudah menjelaskan bahwa status gizi pada anak sekolah dipengaruhi oleh makanan jajanan dan pendidikan gizi</p>

				terhadap status gizi ( $p > 0.05$ ). Pendidikan gizi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan gizi ( $p < 0.05$ )	
10.	<p>Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (<i>Psidium Guajava</i> L.) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Atlet Sepakbola Usia 16-18 Tahun</p> <p>(Aprilia Aristanti dan Nurmasari Widyastuti 2016)</p>	<p>Journal of nutrition college Volume 5, Nomor 4, Tahun 2016 (Jilid 4), Halaman 484-490 Issn 2337-6236(print) E 2622-884X (online)</p> <p>Index: sinta, google scholsr, Garuda, Microsoft academic, crossref, scilit,</p>	<p>Metode: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan rancangan pre-post randomized controlled gorup design. Jumlah subjek 16 atlet sepak bola usia 16-18 tahun di Pusat Pendidikan Pelatihan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Tengah yang berpartisipasi dalam</p>	<p>Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji 30 menit sebelum latihan terhadap kadar glukosa darah atlet.</p> <p>Hasil: Terdapat perbedaan yang bermakna pada kadar glukosa darah antara kelompok jus jambu biji merah dan kelompok placebo</p>	<p>Artikel ini sejalan dengan peneltian saya karena artikel ini melihat pengaruh jus jambu biji terhadap kadar glukosa darah. Glukosa darah erat kaitannya dengan ststua gizi maka apabila diketahui makronutrien dari jus jambu biji merah akan bisa diketahui juga keefektivannya terhadap</p>

		dimension.	<p>penelitian. Subjek penelitian menerima intervensi pemberian jus jambu biji merah dan minuman sirup rendah kalori (kontrol) sebanyak 125 ml. Minuman diberikan 30 menit sebelum latihan. Kadar glukosa darah diukur sebelum dan setelah latihan</p> <p>Sampel: 16 atlet sepak bola usia 16-18 tahun di Pusat Pendidikan Pelatihan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Tengah yang</p>	<p>(<math>p=0.015</math>). Rata-rata penurunan kadar glukosa darah pada kelompok jus jambu biji merah lebih kecil (<math>3.0 \pm 29.4</math> mg/dl) daripada kelompok placebo (<math>18.3 \pm 13.0</math> mg/dl).</p>	<p>peningkatan status gizi.</p>
--	--	------------	---	---	---------------------------------

			berpartisipasi dalam penelitian		
11.	<p>Pengaruh Jus Jambu Biji Merah (Psidium Guajava) Terhadap Persen Lemak Tubuh Dan Kadar Kolesterol Pada Wus Di Desa Ngaru-Aru Boyolali</p> <p>(Anisa Nurhasanah, 2018)</p>	<p>Skripsi : Program Studi S1 Gizi SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) PKU MUHAMMAD IYAH SURAKARTA 2018</p>	<p>Metode: Desain penelitian ini menggunakan pra experiment design dengan rancangan one group pretest posttest.</p> <p>Sampel: menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel 37 orang.</p>	<p>Tujuan: untuk mengetahui pemberian jus jambu biji merah (psidium guajava) terhadap persen lemak tubuh dan kadar kolesterol pada WUS di Desa Ngaru-arua Boyolali.</p> <p>Hasil: menunjukkan ada perbedaan kadar kolesterol sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji merah (<math>p=0.014</math>) dengan penurunan sebesar <math>12.92 \pm 9.32</math> mg/dl. Ada perbedaan persen lemak</p>	<p>Artikel ini sejalan dengan penelitian saya. Berdasarkan hasil dari penelitian tersebut terjadi penurunan persen lemak dan kadar kolesterol dalam tubuh pada wus. Saat terjadi penurunan persen lemak maka status gizi juga akan berpengaruh</p>

				tubuh sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji merah (p=0,034) dengan penurunan sebesar 2.05 ± 0.54 %.	
--	--	--	--	--	--

Tabel 5 menjelaskan bahwa terdapat delapan artikel dan tiga skripsi tentang status gizi, jambu biji merah dan daun salam yang terbit pada jurnal nasional mulai tahun 2013 hingga tahun 2019. Tabel 4 juga menjelaskan keseuaian isi artikel dan skripsi tersebut dengan judul skripsi yang akan dibuat ini. Delapan artikel tersebut diterbitkan pada jurnal terindeks, Sinta 2, Sinta 3, Sinta 4, Google Scholar, DOAJ, IPI, Garuda, Dimensions, DRJI, dll. Adapun nama-nama jurnal tersebut yaitu : Jurnal Agroteknologi, Jurnal Gizi dan Pangan, *Journal Nutrition of Collage*, *Journal Tropical Pharmacy and Chemistry*, Jurnal Gizi Prima, Jurnal Teknologi Industri dan Hasil Pertanian, Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia, skripsi sekolah tinggi ilmu kesehatan PKU Muhammadiyah surakarta, skripsi sekolah tinggi kesehatan perintis padang dan skripsi fakultas pariwisata dan perhotelan universitas negeri padang. Jumlah sampel pada setiap artikel bervariasi mulai dari 16 hingga 100 orang. Tujuan penelitian ini secara umum adalah melihat pengaruh es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi anak sekolah.

Terdapat tiga artikel yang menjelaskan mengenai jajanan, pendidikan gizi, kebiasaan jajan, pola makan, dan kebiasaan sarapan terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah. Terdapat tiga artikel yang menjelaskan hasil-hasil olahan makanan dengan menggunakan jambu biji merah, satu artikel yang menjelaskan tentang daun salam terhadap anti inflamasi terhadap tikus jantan putih. Terdapat satu artikel

pengaruh jambu biji merah terhadap kadar glukosa tubuh. Satu skripsi yang menjelaskan tentang jumlah lemak dan vitamin C dalam olahan jambu biji merah dengan dadih kerbau. Satu skripsi yang menjelaskan tentang efektivitas jambu biji merah terhadap kualitas es krim dan terdapat satu skripsi yang menjelaskan tentang pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap pesen lemak tubuh dan kadar kolesterol dalam tubuh. Namun, tidak ada jurnal yang menjelaskan pengaruh es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi anak sekolah.

Tabel 6. Persamaan dan Perbedaan Penelitian

Persamaan (comparing)	Perbedaan (contrasting)
<p>Terdapat Empat artikel yang memiliki persamaan dalam hal tujuan dan metodologi yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta</li> <li>2. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang</li> <li>3. Sifat Fisik Dan Kimia Puree Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dengan Penambahan Gum Arab Dan Gum Xanthan</li> <li>4. Pengaruh pemberian, makanan jajanan, pendidikan gizi dan suplementasi besi terhadap</li> </ol>	<p>Terdapat empat artikel yang memiliki perbedaan dalam hal metodologi yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengaruh Penambahan Sari Buah Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dan Glukosa Terhadap Total Bakteri Asam Laktat Dan Karakteristik Organoleptik Minuman Sinbiotik Cincau Hijau (Premna Oblongifolia Merr)</li> <li>2. Aktivitas Ekstrak Daun Salam (Eugenia Polyantha) Sebagai Antiinflamasi Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus)</li> <li>3. Kajian Sifat Organoleptik Dan Daya Terima Es Krim Jalor (Jambu Biji Dan Sari Daun Kelor)</li> <li>4. Pengaruh Pemberian Jus</li> </ol>

<p>status gizi, pengetahuan gizi, dan status anemia pada siswa sekolah dasar</p> <p>Terdapat satu Skripsi yang memiliki persamaan dalam hal tujuan dan metodologi</p> <p>1. Pengaruh Penggunaan Sari Jambu Biji Terhadap Kualitas Es Krim</p>	<p>Jambu Biji Merah (<i>Psidium Guajava</i> L.) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Atlet Sepakbola Usia 16-18 Tahun</p> <p>Terdapat dua skripsi yang memiliki perbedaan dalam hal metodologi</p> <p>1. Pengaruh Penambahan Jambu Biji Merah (<i>Psidium Guajava</i>) Terhadap Mutu Organoleptik, Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Es Krim Dadih Kerbau</p> <p>2. Pengaruh Jus Jambu Biji Merah (<i>Psidium Guajava</i>) Terhadap Persen Lemak Tubuh Dan Kadar Kolesterol Pada Wus Di Desa Ngaru-Aru Boyolali</p>
---	---

Tabel 7. Kritik dan Pendapat

No.	Judul	Kritik/pendapat
1.	Pengaruh Penambahan Sari Buah Jambu Biji Merah ( <i>Psidium Guajava</i> L.) Dan Glukosa Terhadap Total Bakteri Asam Laktat Dan Karakteristik Organoleptik Minuman Sinbiotik Cincu Hijau ( <i>Premna Oblongifolia</i> Merr). Tahun 2013	Penulis banyak menggunakan referensi diatas 10 tahun terakhir dari artikel di terbitkan. Penulis juga tidak menjelaskan alasan pemilihan konsentrasasi sari buah jambu biji merah.
2.	Pengaruh Penambahan Jambu Biji Merah ( <i>Psidium</i>	Terdapat referensi yang diatas 10 tahun terakhir digunakan oleh

	Guajava) Terhadap Mutu Organoleptik, Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Es Krim Dadih Kerbau. Tahun 2019	penulis. Penulis kurang menekankan alasan nya dalam memilih dadih kerbau sebagai es krim yang di camur dengan jambu biji merah.
3.	Aktivitas Ekstrak Daun Salam (Eugenia Polyantha) Sebagai Antiinflamasi Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus). Tahun 2015	Peneliti sudah menjelaskan alur penelitian dengan detail namun peneliti terdapat menggunakan referensi diatas 10 tahun terakhir di tulis artikel tersebut
4.	Kajian Sifat Organoleptik Dan Daya Terima Es Krim Jalor (Jambu Biji Dan Sari Daun Kelor). Tahun 2019	Penulis tidak menjelaskan alur penelitian secara terperinci dan alasan memilih panelis dalam penelitian tersebut.
5.	Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. Tahun 2016	Penulis menggunakan referensi diatas 10 tahun terakhir dan artikel ditulis. Penulis juga tidak menjelaskn alur penelitian secara terperinci.
6.	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Tahun 2013	Peneliti tidak menyebutkan secara jelas lamanya waktu penelitian dan alur penelitian yang dilakukan.
7.	Sifat Fisik Dan Kimia Puree Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dengan Penambahan Gum Arab Dan Gum Xanthan. Tahun 2015	Peneliti menggunakan referensi diatas 10 tahun terakhir dari penulisan skripsi tersebut. Penulis juga tidak menjelaskan alasan mereka menambahkan air sebanyak 1,5 kali dari berat jambu

		biji merah tersebut. Mereka juga tidak mencantumkan saran sebaiknya puree jambu biji merah dengan penambahan gum cocok untuk dikonsumsi oleh siapa.
8.	Pengaruh Penggunaan Sari Jambu Biji Terhadap Kualitas Es Krim. Tahun 2017	Peneliti tidak menjelaskan secara detail alasan pemilihan setiap konsentrasi sari jambu biji merah yang digunakan. Referensi yang digunakan oleh peneliti sangat sedikit serta terdapat referensi yang diatas 10 tahun terakhir dari penulisan artikel.
9.	Pengaruh pemberian, makanan jajanan, pendidikan gizi dan suplementasi besi terhadap status gizi, pengetahuan gizi, dan status anemia pada siswa sekolah dasar. Tahun 2013	Penulis banyak menggunakan referensi diatas 10 tahun terakhir dan diterbitkan artikel. Serta variabel dalam penelitian tersebut sangat banyak sehingga menyulitkan bagi peneliti pemula untuk membacanya.
10.	Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah ( <i>Psidium Guajava</i> L.) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Atlet Sepakbola Usia 16-18 Tahun. Tahun 2016	Peneliti tidak menjelaskan secara detail alasannya dalam melihat kadar glukosa pada atlet sepakbola, padahal terdapat kelompok rawan yang kadar glukosa darahnya dapat diturunkan seperti pada penderita diabetes mellitus
11.	Pengaruh Jus Jambu Biji Merah ( <i>Psidium Guajava</i> ) Terhadap Persen Lemak Tubuh Dan Kadar Kolesterol	Alasan penulis dengan judul penelitian tidak sinkron dimana alasan penulis memilih WUS sebagai responden mereka karena

	Pada Wus Di Desa Ngaru-Aru Boyolali. Tahun 2018	WUS rentan terhadap KEK namun hasil dari penelitian tersebut adalah jus jambu biji merah mampu menurunkan persen lemak
--	---	--

## B. Pembahasan

Berdasarkan delapan artikel dan tiga skripsi terdapat beberapa perbedaan dan persamaan antar artikel baik dari segi sampel, metodologi maupun media yang digunakan dalam penelitian. Sampel penelitian yang digunakan juga bervariasi ada yang anak sekolah, remaja putri, mahasiswa, WUS, bahkan ada juga yang menggunakan tikus jantan putih sebagai sampel penelitian.

Buah jambu biji dikenal dengan nama latin (*Psidium guajava L*) merupakan salah satu buah yang telah menyebar luas ke berbagai negara di dunia, khususnya di Indonesia. Buah jambu biji memiliki banyak manfaat dan khasiat bagi masyarakat. Adapun manfaat jambu biji adalah meningkatkan sistem imun, menurunkan resiko kanker, mengobati diare, disentri, gastroenteritis, meredakan batuk dan pilek dan mengontrol glukosa (Anonim, 2015).

Jambu biji apabila diolah dengan baik dan dengan campuran bahan yang tepat dapat meningkatkan status anemia pada remaja. Contohnya apabila jambu biji diolah dengan campuran daun kelor memiliki kandungan Fe tinggi cocok untuk dikonsumsi karena vitamin C pada jambu biji merah akan membantu mempercepat penyerapan Fe dalam tubuh sehingga jenis olahan dengan campuran daun kelor dan jambu biji merah dapat dapat menekan angka anemia (Nadya Natasya, 2019)

Padatan puree jambu biji merah dengan penambahan gum xanthan lebih tinggi. Hal tersebut diduga mengakibatkan penurunan kadar air (Diana Mahfiatus Salimah dkk, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian Meliala et al. 2014 semakin tinggi konsentrasi gum arab yang ditambahkan maka total padatan yang diperoleh pada susu jagung akan semakin meningkat. Hal ini dikarenakan gum arab mengandung serat.

Gum arab merupakan sumber serat makanan larut lebih dari 85% pada basis kering.

Reni Dwi Rahmawati, dkk 2012 Kecepatan pembekuan akan mempengaruhi tekstur es krim, semakin cepat pembekuan, semakin kecil kristal es yang terbentuk sehingga tekstur es krim menjadi halus, Tekstur lembut pada es krim dapat dipengaruhi dari penggunaan bahan-bahan yang digunakan dalam pengolahan es krim yakni gula, kuning telur dan maizena.

Jus jambu biji merah mampu menurunkan kadar gluosa darah dalam tubuh, hal ini sejalan dengan penelitian Aprilia Aristanti dan Nurmasari Widyastuti 2016 yang menjelaskan bahwa Penurunan kadar glukosa darah terjadi akibat mekanisme pemecahan energi selama latihan, sebelum latihan dilakukan sampel diberitahukan agar tidak mengonsumsi makanan yang bernilai glikemik tinggi, dan sampel diberikan jus jambu biji.

Menurut penelitian Soetardjo (2012) seseorang yang memasuki usia dewasa dan tua, akan semakin rawan dengan serangan kolesterol tinggi. Meningkatnya usia secara biologi akan mempengaruhi fungsi tubuh seseorang. Pada usia dewasa dan tua seseorang biasanya cenderung tidak aktif bergerak seperti remaja dan anak-anak. Pada umumnya dengan bertambahnya usia pada orang dewasa, aktifitas akan menurun, massa tubuh tanpa lemak menurun, sedangkan jaringan lemak bertambah, penyakit degeneratif pun mulai bermunculan seperti kolestrol, diabetes mellitus, dll. Kolesterol adalah suatu zat lemak yang beredar di dalam darah, berwarna kekuningan dan berupa seperti lilin, yang diproduksi oleh hati dan sangat diperlukan oleh tubuh. Kolesterol termasuk golongan lipid yang tidak terhidrolisis dan merupakan sterol utama dalam jaringan tubuh manusia (City dan Noni, 2013).

Jambu biji mampu menekan angka persen lemak dalam tubuh hal ini dikarenakan jambu biji merah mengandung vitmin C yang cukup tinggi, hal ini sejalan dengan Garcia et al (2013) yang menyebutkan bahwa konsentrasi vitamin E dan C dalam tubuh manusia juga berpengaruh terhadap profil lipid dan terjadinya obesitas. Peningkatan IMT berlebih

atau obesitas mengindikasikan cukup banyak lemak yang tersimpan dalam tubuh serta dapat dipastikan juga akan ada lemak yang ditemukan di dalam darah. Berat badan berlebih dapat menyebabkan kolesterol tinggi, penyakit jantung, diabetes dan penyakit serius lainnya. Pemberian jus jambu sebanyak 250 ml dan diberikan dua kali sehari selama 14 hari membuktikan adanya penurunan pada kadar kolesterol sampel, hal ini terjadi dikarenakan buah jambu biji memiliki kandungan vitamin C yang tinggi (Anisa Nurhasanah, 2018).

Selain itu, pengolahan buah jambu biji menjadi jus memudahkan sampel dalam mengonsumsi dan zat gizi yang terkandung lebih mudah terserap oleh tubuh. Menurut Febry (2014) jus buah lebih mudah dicerna dan diserap oleh tubuh dalam waktu yang singkat, sehingga jus buah dapat memasukkan lebih banyak gizi ke dalam sel tubuh.

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi (Almatsier, 2010). Salah satu kelompok yang rentan terhadap status gizi adalah anak sekolah dikarenakan aktifitas dan rendahnya konsumsi pada anak sekolah. Anak sekolah merupakan anak yang sedang berada di periode usia pertengahan pada usia 6-12 tahun yang sudah dapat mereaksikan rangsang intelektual atau melaksanakan tugas-tugas belajar (Yusuf, 2011). Status gizi harus dapat ditangani sedini mungkin agar tidak berlanjut sampai pada usia remaja hingga dewasa, karena pada saat lansia akan lebih mudah terserang penyakit-penyakit baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular seperti degeneratif.

Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan status gizi anak sekolah diantaranya, aktivitas, pola makan, kebiasaan jajan, dan pendidikan gizi (Kurnia Noviani dkk, 2016). Kebiasaan sarapan juga dapat mempengaruhi status gizi anak di samping kebiasaan jajan. Pengaruh sarapan terhadap status gizi yaitu melalui pemenuhan kebutuhan zat gizi karena sarapan dapat memberikan sumbangan zat gizi per harinya. Anak yang tidak sarapan akan berisiko mengalami defisiensi zat gizi (Kurnia Noviani dkk, 2016). Pola makan sangat mempengaruhi

keadaan gizi seseorang. Pola makan yang baik dapat meningkatkan status gizi. Keadaan gizi kurang terjadi karena tubuh kekurangan satu atau beberapa jenis zat gizi yang dibutuhkan seperti jumlah zat gizi yang dikonsumsi kurang, mutunya rendah, dan frekuensi makan kurang. Penelitian di Mapanget yang mengatakan bahwa hubungan pola makan dengan status gizi sangat kuat (Kurnia Noviani dkk, 2016).

Berdasarkan penelitian Risna Agustina, dkk 2015 menunjukkan bahwa ekstrak daun salam efektif dalam berperan sebagai antiinflamasi pada tikus putih jantan

Dari uraian diatas, maka es krim jambu biji merah dengan tepung daun salam tidak berpengaruh terhadap peningkatan status gizi pada anak sekolah.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Olahan jambu biji seperti es krim, jus, puree dengan tambahan gum memiliki cita rasa yang baik dan tidak mengubah rasa dari jambu biji itu sendiri.
2. Es krim jambu biji dengan dadih kerbau mengandung vitamin C dan lemak yang tinggi.
3. Jus jambu biji efektif dalam menurunkan kadar glukosa pada atlet sepak bola yang berusia 16-18 tahun sebelum makan karbohidrat dengan glikemik yang tinggi sebelum latihan.
4. Jus jambu biji dapat menurunkan persen lemak dan kadar kolesterol dalam tubuh pada WUS.
5. Etanol ekstrak daun salam dapat menjadi antiinflamasi pada tikot jantan putih.
6. Status gizi pada anak sekolah dipengaruhi oleh, pendidikan gizi, kebiasaan jajan, dan pola konsumsi.
7. Tidak ada pengaruh es krim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi anak sekolah

#### B. Saran

Olahan jambu biji sebaiknya lebih ditingkatkan lagi dan lebih berinovasi lagi agar menjadi olahan yang lebih disenangi oleh seluruh lapisan usia baik dari anak-anak hingga orang dewasa. Status gizi pada anak sekolah banyak dipengaruhi oleh pola makan. Apabila ahli gizi mampu menciptakan makanan yang lebih kompleks nilai gizinya dan padat gizi namun dalam jumlah dan porsi yang kecil maka status gizi anak sekolah dapat ditangani. Untuk persentase jambu biji sebaiknya menggunakan jambu biji 45% dari total susu yang digunakan dalam pembuatan es krim.

## DAFTAR PUSTAKA

- Meliala, M. Suhadi, I dan Nainggolan, R.J. 2014. Pengaruh Penambahan Kacang Merah dan Penstabil Gum Arab terhadap Mutu Susu Jagung. Ilmu dan Teknologi Pangan J.Rekayasa Pangan dan Pert., Vol.2 No.1 Th. 2014
- Samsul Rizal, Fibra Nurainy dan Melza Fitriani, 2013. Pengaruh Penambahan Sari Buah Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L.) Dan Glukosa Terhadap Total Bakteri Asam Laktat Dan Karakteristik Organoleptik Minuman Sinbiotik Cincau Hijau (Premna Oblongifolia Merr). Jurnal Teknologi Industri dan Hasil Pertanian Volume 18 No.2, September 2013. ISSN : 2302-4399 (Online), 1410-3044 (Print)
- Nelta Vani, 2019. Pengaruh Penambahan Jambu Biji Merah (Psidium Guajava) Terhadap Mutu Organoleptik, Zat Gizi Makro Dan Vitamin C Es Krim Dadih Kerbau [skripsi]. Program Studi S-1 Gizi Sekolah Tinggi Kesehatan Perintis Padang. Tahun 2019
- Risna Agustina, Dewi Tita Indrawati dan Muhammad Amir Masruhin, 2015. Aktivitas Ekstrak Daun Salam (Eugenia Polyantha) Sebagai Antiinflamasi Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus). *Journal of Tropical Pharmacy and Chemistry* 2015. Vol 3. No. 2 120 p-ISSN: 2087-7099; e-ISSN: 2407-6090
- Nadya Natasya, 2019. Kajian Sifat Organoleptik Dan Daya Terima Es Krim Jalor (Jambu Biji Dan Sari Daun Kelor). Jurnal Gizi Prima Vol.4, Edisi.1, Maret 2019, pp. 47~53 ISSN: 2656 - 2480 (Online) ISSN: 2355 - 1364 (Print)
- Kurnia Noviani, Effatul Afifah dan Dewi Astiti, 2016. Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia, Vol. 4, No. 2, Mei 2016: 97-104. ISSN : 2503-183X (Online), ISSN : 2303-3045 (Print)

- Yuni Yanti Mariza dan Aryu Candra Kusumastuti, 2013. Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, Volume 2, Nomor 1, Tahun 2013, Halaman 207-213. ISSN : 2337-6236 (Print), ISSN : 2622-884X (Online)
- Diana Mahfiatus Salimah, Triana Lindriati dan Bambang Herry Purnomo 2015. Sifat Fisik Dan Kimia Puree Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Dengan Penambahan Gum Arab Dan Gum Xanthan. *Jurnal Agroteknologi* Volume. 09 Nomor. 02 tahun 2015. ISSN : 1978-1555 (Print), ISSN : 2502-4906 (Online)
- Della Suci Indriany, 2017. Pengaruh Penggunaan Sari Jambu Biji Terhadap Kualitas Es Krim [skripsi]. Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.tahun 2017
- Adhitya Aji Candra, Budi Setiawan, dan M. Rizal M. Damanik, 2013. Pengaruh Pemberian Makanan Jajan, Pendidikan Gizi Dan Suplementasi Besi Terhadap Status Gizi, Pengetahuan Gizi Dan Status Anemia Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan*, volume 08 nomor 02 tahun 2013. ISSN 1978 – 1059 (print).
- Aprilia Aristanti dan Nurmasari Widyastuti 2016. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Atlet Sepakbola Usia 16-18 Tahun. *Journal of nutrition college* Volume 5, Nomor 4, Tahun 2016 (Jilid 4), Halaman 484-490 Issn 2337-6236(print) E 2622-884X (online)
- Anisa Nurhasanah, 2018. Pengaruh Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava*) Terhadap Persen Lemak Tubuh Dan Kadar Kolesterol Pada Wus Di Desa Ngaru-Aru Boyolali [skripsi]. Program Studi S1 Gizi SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA 2018

## Lampiran 1

### BUKTI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Lilis Sri Nifaeri Gulo

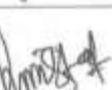
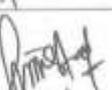
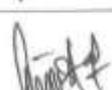
NIM : P01031216063

Prodi : D-IV

Dosen Pembimbing : Lusyana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes

Judul : *Literature Review* : Pengaruh pemberian eskrim jambu biji merah dan tepung daun salam terhadap peningkatan status gizi anak sekolah.

No.	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda Tandan Pembimbing
1	01 Agustus 2019	Pengenalan		
2	08 Agustus 2019	Membahas masalah yang akan dijadikan topic dan produk yang akan diteliti		
3	21 Agustus 2019	Menunjukkan BAB 1		
4	4 September 2019	Menunjukkan BAB 2 dan BAB 3		
5	11 Desember 2019	Menunjukkan revisi BAB 1, 2, 3 dan Hasil Upen		

6.	9 Januari 2019	Menunjukkan Revisi BAB 1, 2, 3		
7	14 Januari 2019	Acc Proposal		
8	17 Januari 2019	Maju Seminar Proposal		
9	1 Mei 2020	Menunjukkan Revisi setelah Seminar		
10	8 Mei 2020	Menunjukkan Revisi setelah Seminar		
11	14 Mei 2020	Acc Revisian Proposal		
12	18 Juni 2020	Menunjukkan bab 4,5 ke pembimbing		
13	21 Juni 2020	Menunjukkan bab 4,5 ke pembimbing		
14	22 Juni 2020	Menunjukkan bab 4,5 ke pembimbing		
15	23 Juni 2020	Acc Skripsi		

## Lampiran 2

### HASIL PERHITUNGAN DIET/

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
jambu biji	200 g	101,8 kcal	23,8 g
salam	20 g	55,2 kcal	10,3 g
telur ayam bagian kuning	10 g	27,8 kcal	0,2 g
tepung maizena	40 g	152,4 kcal	36,5 g
susu kental manis	350 g	1120,1 kcal	190,8 g

Meal analysis: energy 1457,3 kcal (100 %), carbohydrate 261,6 g (100 %)

### HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	1457,3 kcal	2300,0 kcal	63 %
water	0,0 g	2150,0 g	0 %
protein	35,4 g(10%)	34,0 g(12 %)	104 %
fat	34,6 g(20%)	78,0 g(< 30 %)	44 %
carbohydr.	261,6 g(70%)	328,0 g(> 55 %)	80 %
dietary fiber	13,2 g	28,0 g	47 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	1,7 g	10,0 g	17 %
cholesterol	248,1 mg	-	-
Vit. A	922,8 µg	900,0 µg	103 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,4 mg	1,2 mg	31 %
Vit. B2	1,7 mg	1,4 mg	124 %
Vit. B6	0,7 mg	1,0 mg	73 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	399,4 mg	90,0 mg	444 %
sodium	548,9 mg	2000,0 mg	27 %
potassium	2585,0 mg	2000,0 mg	129 %

calcium	1394,0 mg	1100,0 mg	127 %
magnesium	171,6 mg	230,0 mg	75 %
phosphorus	977,4 mg	1250,0 mg	78 %
iron	21,7 mg	12,0 mg	181 %
zinc	4,8 mg	9,0 mg	53 %

=====

=====

#### HASIL PERHITUNGAN DIET/

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
jambu biji	200 g	101,8 kcal	23,8 g
salam	20 g	55,2 kcal	10,3 g
telur ayam bagian kuning	10 g	27,8 kcal	0,2 g
tepung maizena	40 g	152,4 kcal	36,5 g
susu kental manis	350 g	1120,1 kcal	190,8 g

Meal analysis: energy 1457,3 kcal (100 %), carbohydrate 261,6 g (100 %)

=====

=====

## Lampiran 3

### PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lilis Sri Nifaeri Gulo

NIM : P01031216063

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Skripsi saya adalah benar saya ambil dan apabila tidak, saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat Pernyataan

  
( Lilis Sri Nifaeri Gulo )

## Lampiran 4



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**  
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136  
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644  
email : [kepk.poltekkesmedan@gmail.com](mailto:kepk.poltekkesmedan@gmail.com)



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG**  
**PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN**  
**Nomor: 01.991 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2020**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul:

**"Pengaruh Pemberian Es Krim Jambu Biji Merah Dan Tepung Daun Salam Terhadap Peningkatan Status Gizi Anak Sekolah "**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/ Peneliti Utama : **Lilis Srinifaeri Gulo**  
Dari Institusi : **Jurusan Gizi Prodi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :  
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian kesehatan  
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.  
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.  
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.  
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, September 2020  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Kemenkes Medan



*Zuraidah Nasution*  
DPR. Zuraidah Nasution, M.Kes  
NIP. 196101101989102001

## Lampiran 5

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Lilis Sri Nifaeri Gulo

Tempat/Tgl Lahir : Lolomoyo, 26 April 1998

Jumlah Anggota Keluarga : 8 orang

Alamat Rumah : Lolomoyo, Alasa Talumuzoi, Nias Utara

Nomor Telepon : 081262801732

Riwayat Pendidikan : 1. SDN 071150 Alasa, Nias Utara  
2. SMPN 1 Alasa, Nias Utara  
3. SMAN 1 Gunungsitoli, Nias

Hobby : Masak, Makan, Berenang.

Motto : Jadilah dirimu apa adanya dan selalu bersyukur.