

**GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS
GIZI PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR**



Oleh:
HASELEL PONILALO
NIM. P07131120022

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2023**

**GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS
GIZI PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga
Jurusan Gizi Program Studi Gizi**

Oleh :

HASELEL PONILALO

NIM. P07131120022

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

**GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS
GIZI PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR**

OLEH

HASELEL PONI LALO

P07131120022

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

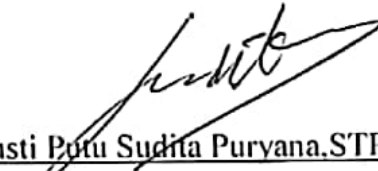
Pembimbing Utama



Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCN, M.Kes

NIP. 196604261989032003

Pembimbing Pendamping



Gusti Potu Sudita Puryana, STP, MP

MP. 197411101999031002

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes

NIP: 196703161990032002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :
GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS
GIZI PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR

Oleh

HASELEL PONI LALO



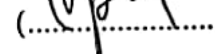
NIM.P07131120022

TELAH DISEMINARKAN DIHADAPAN TIM PEMBIMBING SEMINAR

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 05 MEI 2023


TIM PEMBIMBING SEMINAR

- | | | |
|--------------------------------------|-----------------|---|
| 1. Pande Putu Sri Sugiani, DCN.M.Kes | (Ketua Seminar) |  |
| 2. Dr. Ni Nengah Ariati, SST.M.Erg | (Penguji 1) |  |
| 3. GA Dewi Kusumayanti,DCN.M.Kes | (Penguji 2) |  |

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR 


Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Haselel Poni Lalo
Nim : P07131120022
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2023
Alamat : Jl. Soka Gang 3 No 6

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Gambaran Pola Konsumsi dan Status Gizi Penderita Gastritis di Puskesmas 1 Denpasar Timur adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 05 Mei 2023

Yang membuat pernyataan

METERAI TEMPEL
0C6AKX488655838 Haselel Poni Lalo

NIM. P07131120022

**DESCRIPTION OF CONSUMPTION PATTERNS AND
NUTRITIONAL STATUS OF GASTRITIS SUFFERERS AT
PUSKESMAS 1 EAST DENPASAR**

ABSTRACT

Gastritis is a disorder of the digestive system which is commonly called an ulcer. Incorrect consumption patterns can also affect a person's nutritional status. The purpose of this study was to describe consumption patterns and nutritional status of gastritis sufferers at East Denpasar 1 Public Health Center. The place of observation was at Puskesmas 1 Denpasar Timur, with a sample size of 18 people with an age range of 18-65 years. Data was collected using the SQ-FFQ form and then processed using the nutrisurvey program and presented descriptively. The results obtained in this study include consumption patterns including total intake of macronutrients including sufficient energy intake of the majority as many as 8 samples (44%), most of the protein intake obtained is still in the deficit category, namely 9 samples (50%), fat intake is mostly in the more category, namely 16 samples (89%), most of the carbohydrate intake was in the less category, namely 15 samples (83%), the frequency of meals was in the less category (67%), the types of food ingredients were all (100%) consuming taboo foods with the risk category, while the nutritional status of the samples was mostly normal, namely there were 13 samples (72%). Therefore, patients can be given nutritional counseling related to good and correct eating patterns, both from the frequency of eating, the type of food and the amount of consumption of nutrients that are in accordance with the gastritis diet, as well as maintaining and maintaining body weight so that it remains at normal levels.

Keywords: diet; nutritional status

**GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI
PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR**

ABSTRAK

Gastritis merupakan gangguan system pencernaan yang biasa disebut maag. Pola konsumsi yang salah juga dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran pola konsumsi dan status gizi penderita gastritis di Puskesmas 1 Denpasar Timur. Tempat pangamatan yaitu di Puskesmas 1 Denpasar Timur, dengan besar sampel sebanyak 18 orang dengan rentang umur 18-65 tahun. Data di kumpulkan dengan menggunakan form SQ-FFQ kemudian di olah menggunakan program *nutrisurvey* dan disajikan secara deskriptif. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini pola konsumsi meliputi jumlah asupan zat gizi makro meliputi asupan energi mayoritas cukup sebanyak 8 sampel (44%), asupan protein yang didapatkan hampir sebagian masih dalam kategori defisit yaitu 9 sampel (50%), asupan lemak hampir sebagian besar dalam kategori lebih yaitu sebanyak 16 sampel (89%), asupan karbohidrat sebagian besar dalam kategori kurang yaitu sebanyak 15 sampel (83%), frekuesnsi waktu makan dengan kategori kurang (67%), jenis bahan makanan seluruh (100%) mengonsumsi makanan pantangan dengan kategori berisiko, sedangkan status gizi sampel sebagian besar normal yaitu terdapat 13 sampel (72%). Oleh karena itu pasien dapat di berikan konseling gizi terkait pola makan yang baik dan benar, baik dari frekuensi makan, jenis makanan dan jumlah konsumsi zat gizi yang sesuai dengan diet gastritis, serta menjaga dan mempertahankan berat badan agar tetap berada pada angka normal.

Kata kunci : pola makan; status gizi

RINGKASAN PENELITIAN
GAMBARAN POLA KONSUMSI DAN STATUS GIZI
PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS 1
DENPASAR TIMUR

Oleh : Haselel Poni Lalo (P07131120022)

Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang disebabkan oleh bakteri *Helicobakteri Pylorin* yang dapat bersifat akut, kronik difus atau lokal. Gastritis merupakan gangguan system pencernaan yang biasa disebut maag. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan, pelepasan epitel akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan jumlah konsumsi, mengidentifikasi jenis makanan yang dikonsumsi, menentukan frekuensi makan, serta menentukan status gizi pada penderita gastritis di Puskesmas 1 Denpasar Timur.

Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung paling sering diakibatkan oleh ketidakteraturan diet, misalnya makan terlalu banyak dan cepat atau makan makanan yang terlalu berbumbu atau terinfeksi oleh penyebab yang lain seperti alkohol, aspirin, refluks empedu atau terapi radiasi. Pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi, bila berlangsung secara terus menerus akan terjadi kelebihan asam lambung sehingga dapat mengakibatkan mukosa lambung teriritasi dan terjadilah gastritis.

Pada penelitian ini yang menjadi variabel penelitian adalah pola makan dan status gizi. Dimana yang menjadi variabel bebas pada penelitian ini adalah pola konsumsi sedangkan variabel terikatnya adalah gastritis dan status gizi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *observasional* yaitu peneliti melakukan pengamatan dengan cara wawancara dan pencatatan subyek penelitian terhadap pola konsumsi makanan dan status gizi penderita gastritis di Puskesmas 1 Denpasar Timur dengan rancangan *cross sectional*. Lokasi penelitian di Puskesmas 1 Denpasar Timur yang beralamat di Jalan Pucuk No. 1, Sumerta, Kec. Denpasar Timur. Penelitian di laksanakan mulai Bulan Januari sampai Maret 2023. Subyek penelitian ini adalah semua pasien gastritis rawat jalan di Puskesmas 1 Denpasar Timur. Pengumpulan data konsumsi menggunakan form SQ-FFQ. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan menggunakan metode *concecutive sampling* yaitu penetapan sampel dengan cara mengambil sampel berdasarkan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan dan sesuai dengan jumlah minimal sampel yang dibutuhkan dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Pada pengamatan ini didapatkan subyek pengamatan sebanyak 18 orang.

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini pola konsumsi meliputi jumlah asupan zat gizi makro meliputi asupan energi mayoritas cukup sebanyak 8 sampel (44%), asupan protein yang didapatkan hampir sebagian masih dalam kategori defisit yaitu 9 sampel (50%), asupan lemak hampir sebagian besar dalam kategori lebih yaitu sebanyak 16 sampel (89%), asupan karbohidrat sebagian besar dalam kategori kurang yaitu sebanyak 15 sampel (83%), jenis bahan makanan seluruh sampel dengan total 18 sampel (100%) mengonsumsi makanan pantangan dengan

kategori berisiko, frekuensi waktu makan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 12 sampel (67%), sedangkan status gizi sampel sebagian besar normal yaitu terdapat 13 sampel (72%).

Oleh karena itu pasien dapat di berikan konseling gizi terkait pola makan yang baik dan benar, baik dari frekuensi makan, jenis makanan dan jumlah konsumsi zat gizi yang sesuai dengan diet gastritis, serta tetap menjaga dan mempertahankan berat badan agar tetap berada pada angka normal dengan cara melakukan aktifitas fisik.

Daftar bacaan : 38 (Tahun 2015- 2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmatNya-lah penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir ini yang berjudul “Gambaran Pola Konsumsi Makanan dan Status Gizi Penderita Gastritis di Puskesmas 1 Denpasar Timur” dengan tepat waktu. Tugas Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi Diploma III Gizi di Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Penulis menyadari dalam penyusunan Tugas Akhir ini tidak akan berakhir tanpa bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Gusti Ayu Dewi Kusumayanti, DCN, M.Kes selaku dosen pembimbing utama yang telah banyak memberikan bantuan seperti mengoreksi, memberikan saran serta memberikan dukungan motivasi dalam penyelesaian Tugas Akhir.
2. Bapak I Gusti Putu Sudita Puryana,STP.MP selaku dosen pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bantuan seperti mengoreksi, memberikan saran serta memberikan dukungan motivasi dalam penyelesaian Tugas Akhir.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, motivasi dan membantu kelancaran Tugas Akhir ini.
4. Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Diploma Tiga Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan, motivasi serta

dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

5. Bapak /Ibu dosen serta staf di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yangtelah memberikan dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
6. Keluarga yang telah banyak memberikan dukungan doa, nasihat, serta menjadisalah satu motivasi dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Sahabat dan orang terdekat lainnya yang selalu memberikan doa dan dukunganserta semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna mengingat akan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh penulis, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi penyempurnaan tugas akhir ini. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Denpasar, 05 Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Bab	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
RINGKASAN MATERI.....	vii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Gastritis	6
B. Pola Makan.....	11
C. Status Gizi	14
BAB III KERANGKA KONSEP.....	20
A. Kerangka Konsep	20
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	21
BAB IV METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Alur Penelitian.....	25
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26

D. Populasi dan Sampel.....	26
E. Jenis dan Teknik Pengambilan Data.....	27
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	30
G. Etika Penelitian.....	31
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil.....	33
B. Pembahasan.....	39
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Klasifikasi Status Gizi	19
2 Variabel dan Definisi Operasional	22
3 Karakteristik Sampel	35
4 Sebaran Sampel Berdasarkan Jumlah Konsumsi Zat Gizi.....	36
5 Sebaran Sampel Berdasarkan Frekuensi Makan	37
6 Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi.....	38
7 Makanan Yang di Anjurkan dan Tidak.....	56
8 Kuisisioner.....	58
9 Form SQ-FFQ.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Konsep Penelitian.....	20
2 Alur Penelitian.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Izin.....	50
2 Perhitungan Kebutuhan Energi.....	53
3 Dokumentasi.....	55
4 Makanan yang di Anjurkan dan Tidak	56
5 Kuisisioner Penelitian.....	58
6 Hasil Turnitin.....	63