

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
VITAMIN LARUT LEMAK DAN BERAT BADAN LAHIR
DENGAN STATUS GIZI BALITA DI KECAMATAN
KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR**



Oleh :

TONDA MBITU NARA
NIM. P07131219066

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
VITAMIN LARUT LEMAK DAN BERAT BADAN LAHIR
DENGAN STATUS GIZI BALITA DI KECAMATAN
KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**TONDA MBITU NARA
NIM. P07131219066**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
VITAMIN LARUT LEMAK DAN BERAT BADAN LAHIR
DENGAN STATUS GIZI BALITA DI KECAMATAN
KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR**

Oleh

TONDA MBITU NARA
NIM. P07131219066

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping



I Ketut Kencana, SKM.M.Pd
NIP. 195806141985021001



I Gusti Agung Ari Widarti, DCN.M.Kes
NIP. 196309211986032002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.M.Kes
NIP. 196703161990032002

SKRIPSI DENGAN JUDUL

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
VITAMIN LARUT LEMAK DAN BERAT BADAN LAHIR
DENGAN STATUS GIZI BALITA DI KECAMATAN
KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR**

Oleh
TONDA MBITU NARA
NIM. P07131219066

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 8 MEI 2023**

TIM PENGUJI :

1. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes (Ketua penguji)
2. Dr. I Putu Suiraoaka, SST, M.Kes (Anggota I)
3. I Ketut Kencana, SKM, M.Pd (Anggota II)

(*[Signature]*)
(*[Signature]*)
(*[Signature]*)

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes
NIP. 196703161990032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Vitamin Larut Lemak Dan Berat Badan Lahir Dengan Status Gizi Balita Di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur” tepat pada waktunya. Dalam Menyusun skripsi ini, penulis banyak mengalami hambatan. Hal ini disebabkan karena terbatasnya pengetahuan yang penulis miliki. Namun berkat petunjuk, masukan dan dorongan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. I Ketut Kencana, SKM.M.Pd selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini.
2. I Gusti Agung Ari Widarti, DCN.M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf Jurusan Gizi di Poltekkes Kemenkes Denpasar, keluarga, dan teman-teman yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, April 2023

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tonda Mbitu Nara
NIM : P07131219066
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Jln Letda Made Putra No.20, Denpasar Barat

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Vitamin Larut Lemak Dan Berat Badan Lahir Dengan Status Gizi Balita Di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi 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, April 2023
Yang membuat pernyataan



Tonda Mbitu Nara
Tonda Mbitu Nara
NIM.P07131219066

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO
VITAMIN LARUT LEMAK DAN BERAT BADAN LAHIR
DENGAN STATUS GIZI BALITA DI KECAMATAN
KANATANG KABUPATEN SUMBA TIMUR

ABSTRAK

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat status gizi normal tercapai bila kebutuhan gizi optimal terpenuhi. Menurut Dinas Kesehatan NTT tahun 2015, beberapa daerah di NTT yang mengalami lebih dari 200 kasus gizi buruk berada di Kota Kupang, Kabupaten Kupang, TTS, Alor, Sumba Barat Daya dan Sumba Timur. Kemudian di Nagakeo, Ngada dan Sumba Tengah kejadian gizi buruk <50 kasus. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro, vitamin larut lemak, berat badan lahir, dengan status gizi balita di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur. Penelitian ini menggunakan metode obeservasional dengan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel 88. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling. Pengumpulan data meliputi penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, recall 24 jam, dan riwayat berat badan lahir. Hasil menunjukkan masih ada balita yang mengalami gizi kurang sebanyak 11,4% yang dinilai menggunakan perhitungan z-score indeks BB/TB. Analisis data yang digunakan yaitu uji Korelasi *Pearson* dengan $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil uji analisis statistik diperoleh hasil adanya hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat, protein, dan lemak dengan status gizi balita. Selain itu ada hubungan yang signifikan antara asupan vitamin A dengan status gizi balita, serta tidak ada hubungan yang signifikan antara vitamin D, vitamin E, vitamin K dan berat badan lahir dengan status gizi balita di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur.

Kata kunci : status gizi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin A, vitamin D, vitamin E, vitamin K, berat badan lahir.

THE RELATIONSHIP MACRO NUTRITION INTAKE
FAT SOLUBLE VITAMIN AND BIRTH WEIGHT WITH NUTRITIONAL STATUS
IN CHILDREN IN KANATANG DISTRICT SUMBA TIMUR DISTRICT

ABSTRACT

Nutrition is one of the important factors that determine the level of health and harmony between physical development and mental development. The level of normal nutritional status is achieved when optimal nutritional needs are met. According to the NTT Health Office in 2015, several areas in NTT that experienced more than 200 cases of malnutrition were in Kupang City, Kupang District, TTS, Alor, Southwest Sumba and East Sumba. Then in Nagakeo, Ngada and Central Sumba the incidence of malnutrition was <50 cases. The purpose of this study was to determine the relationship between intake of macronutrients, fat soluble vitamins, birth weight, and the nutritional status of toddlers in Kanatang District, East Sumba Regency. This study used an observational method with a cross-sectional design with a total sample of 88. The sampling technique used was simple random sampling. Data collection included weighing, measuring height, 24-hour recall, and history of birth weight. The results show that there are still 11.4% of children under five who are undernourished as assessed using the calculation of the z-score index BB/TB. The data analysis used was the Pearson Correlation test with $\alpha = 0.05$. Based on the results of statistical analysis tests, it was found that there was a significant relationship between carbohydrate, protein and fat intake and the nutritional status of toddlers. In addition, there is a significant relationship between vitamin A intake and the nutritional status of children under five, and there is no significant relationship between vitamin D, vitamin E, vitamin K and birth weight and nutritional status of children under five in Kanatang District, East Sumba Regency.

Keywords: nutritional status, carbohydrates, protein, fat, vitamin A, vitamin D, vitamin E, vitamin K, birth weight.

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Vitamin Larut Lemak Dan Berat Badan Lahir Dengan Status Gizi Balita Di Kecamatan Kanatang Kabupaten Sumba Timur

Oleh : Tonda Mbitu Nara (NIM. P07131219066)

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keseimbangan antara kesehatan dan perkembangan fisik dan mental. Status gizi normal tercapai bila kebutuhan gizi optimal terpenuhi. Faktor langsung yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi. Yang melatarbelakangi kedua faktor tersebut adalah berbagai faktor, antara lain faktor ekonomi, keluarga, produktivitas dan pengetahuan gizi anak. Kejadian berat badan lahir rendah (BBLR) dianggap sebagai indikator kesehatan masyarakat karena terkait erat dengan insiden kematian, morbiditas dan malnutrisi di masa mendatang. Menurut Dinas Kesehatan NTT, pada tahun 2015 terdapat lebih dari 200 kasus gizi buruk di beberapa daerah di NTT: Kota Kupang, Kabupaten Kupang, TTS, Alor, Sumba Barat Daya dan Sumba Timur. Nagakeo, Ngada dan Sumba Tengah memiliki kurang dari 50 kasus gizi buruk. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro, vitamin larut lemak, berat badan lahir (BBL), dengan status gizi balita di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur.

Penelitian ini menggunakan metode obeservasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Lokasi penelitian ini adalah di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2022. Populasi penelitian ini adalah balita umur 24-59 bulan yang berjumlah 735 yang bertempat tinggal di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur. Penentuan pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling. Sampel yang diambil adalah anak yang memenuhi kriteria inklusi yang sudah ditetapkan menggunakan rumus slovin dengan jumlah sampel yang didapat yaitu 88. Jenis data yang dikumpulkan yaitu data mengenai identitas sampel dan responden, asupan zat gizi makro, asupan vitamin larut lemak, berat badan lahir, berat badan dan tinggi badan sampel saat ini. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara dengan

kuisisioner, form recall 24 jam, penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital dan tinggi badan menggunakan microtoice secara langsung. Analisis data yang digunakan adalah analisis Korelasi *Pearson*.

Berdasarkan hasil penelitian, untuk karakteristik jenis kelamin terdapat 47 sampel (53,4%) berjenis kelamin laki-laki dan 41 sampel (46,6%) berjenis kelamin perempuan. Untuk karakteristik usia terdapat 10 sampel (11,4%) memiliki usia 24-29 bulan, 13 sampel (14,8%) memiliki usia 30-35 bulan, 20 sampel (22,7%) memiliki usia 36-41 bulan, 12 sampel (13,6%) memiliki usia 42-47 bulan, 17 sampel (19,3%) memiliki usia 48-53 bulan, 16 sampel (18,2%) memiliki usia 54-59 bulan. Untuk berat badan lahir dengan kategori berat badan lahir normal sejumlah 79 sampel (89,8%) sedangkan kategori berat badan lahir rendah sejumlah 9 sampel (10,2%). Untuk asupan karbohidrat terdapat 10 sampel (11,4%) pada kategori kelebihan asupan, 46 sampel (52,3%) pada kategori normal, 19 sampel (21,6%) pada kategori defisit ringan, 13 sampel (14,8%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan protein terdapat 9 sampel (10,2%) pada kategori kelebihan asupan, 60 sampel (68,2%) pada kategori normal, 8 sampel (9,1%) pada kategori defisit ringan, 11 sampel (12,5%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan lemak terdapat 38 sampel (43,2%) pada kategori kelebihan asupan, 24 sampel (27,3%) pada kategori normal, 5 sampel (5,7%) pada kategori defisit ringan, 21 sampel (23,9%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan vitamin A terdapat 8 sampel (9,1%) pada kategori kelebihan asupan, 15 sampel (17,0%) pada kategori normal, 8 sampel (9,1%) pada kategori defisit ringan, 57 sampel (64,8%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan vitamin D terdapat 30 sampel (34,1%) pada kategori kelebihan asupan, 27 sampel (30,7%) pada kategori normal, 3 sampel (3,4%) pada kategori defisit ringan, 28 sampel (31,8%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan vitamin E terdapat 26 sampel (29,5%) pada kategori kelebihan asupan, 25 sampel (28,4%) pada kategori normal, 8 sampel (9,1%) pada kategori defisit ringan, 29 sampel (33,0%) pada kategori asupan kurang. Untuk asupan vitamin K terdapat 88 sampel (100,0%) pada kategori asupan kurang.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan status gizi balita. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan status gizi balita. Terdapat hubungan yang bermakna

antara asupan lemak dengan status gizi balita. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan vitamin A dengan status gizi balita. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan vitamin D dengan status gizi balita, Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan vitamin E dengan status gizi balita. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan vitamin K dengan status gizi balita. Dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara berat badan lahir dengan status gizi balita di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur.

Saran yang dapat diberikan kepada orang tua balita agar lebih memperhatikan pola makan dan asupan makan balita agar kebutuhan zat gizi balita dapat terpenuhi sehingga balita memiliki status gizi yang baik dan dapat mengurangi jumlah balita yang memiliki status gizi kurang.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
RINGKASAN PENELITIAN	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Status Gizi	8
B. Zat Gizi Makro.....	15
C. Vitamin.....	23
D. Klasifikasi Tingkat Asupan Makan.....	30
E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi Makro dan Vitamin	31
F. Cara Pengukuran Asupan Zat Gizi Makro dan Vitamin	33
G. Berat Badan Lahir (BBL).....	35
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	39
A. Kerangka Konsep	39
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	40
C. Hipotesis Penelitian.....	40
BAB IV METODE PENELITIAN	42
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	42
B. Alur Penelitian	42

C. Tempat dan Waktu Penelitian	43
D. Unit Analisis dan Responden Penelitian	43
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	45
F. Pengolahan dan Analisis Data	46
G. Etika Penelitian	48
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan	63
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	67
A. Simpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak	12
2. Definisi operasional	40
3. Sebaran Sampel Berdasarkan Umur.....	52
4. Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi	53
5. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat	54
6. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Protein	55
7. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Lemak.....	55
8. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Vitamin A.....	56
9. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Vitamin D.....	57
10. Sebaran Sampel Berdasarkan Asupan Vitamin E	57
11. Hubungan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi Balita.....	58
12. Hubungan Asupan Protein Dengan Status Gizi Balita.....	59
13. Hubungan Asupan Lemak Dengan Status Gizi Balita	60
14. Hubungan Asupan Vitamin A Dengan Status Gizi Balita	60
15. Hubungan Asupan Vitamin D Dengan Status Gizi Balita	61
16. Hubungan Asupan Vitamin E Dengan Status Gizi Balita.....	62
17. Hubungan Asupan Vitamin K Dengan Status Gizi Balita	62
18. Hubungan Berat Badan Lahir Dengan Status Gizi Balita.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep.....	39
2. Alur Penelitian	42
3. Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	51
4. Sebaran Sampel Berdasarkan Berat Badan Lahir	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Persetujuan Etik.....	73
2. Surat Ijin Penelitian Penanaman Modal.....	75
3. Surat Ijin Penelitian Camat.....	76
4. Form Persetujuan Setelah Penjelasan.....	77
5. Hasil Turnitin.....	82
6. Kuisisioner Penelitian.....	87
7. Formulir Recall 24 Jam.....	88
8. Dokumentasi Penelitian.....	89
9 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository.....	91