

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN
STATUS GIZI PENGHUNI DI PANTI SOSIAL
KEMALA BHAYANGKARI TABANAN**



Oleh :
DEWA AYU MADE RESTU AMELIA DEWI
NIM. P07131016017

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI D III
DENPASAR
2019**

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN
STATUS GIZI PENGHUNI DI PANTI SOSIAL
KEMALA BHAYANGKARI TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Mata Kuliah Tugas Akhir
Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Pada Program Studi Diploma III Gizi**

Oleh :

**DEWA AYU MADE RESTU AMELIA DEWI
NIM. P07131016017**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI D III
DENPASAR
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN
STATUS GIZI PENGHUNI DI PANTI SOSIAL
KEMALA BHAYANGKARI TABANAN**

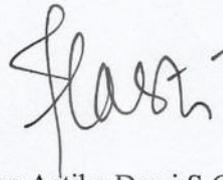
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ni Made Yuni Gumala, SKM.M.Kes.
NIP.196506161988032001

Pembimbing Pendamping



Ni Nyoman Astika Dewi, S.Gz.M.Biomed.
NIP.197711302000032001

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
& POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN
STATUS GIZI PENGHUNI DI PANTI SOSIAL
KEMALA BHAYANGKARI TABANAN**

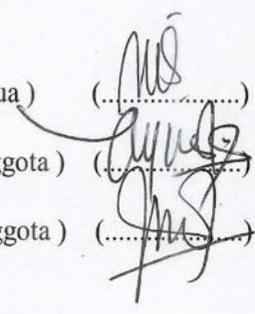
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 28 MEI 2019

TIM PENGUJI :

1. IGA. Ari Widarti,DCN,M.Kes. (Ketua) (.....)
2. Ni Putu Agustini, SKM.,M.Si. (Anggota) (.....)
3. Ni Made Yuni Gumala,SKM,M.Kes. (Anggota) (.....)



MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



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

NIP.196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dewa Ayu Made Restu Amelia Dewi
NIM : P07131016017
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2016
Alamat : Br. Megati Kaja, Ds. Megati, Kec. Selemadeg Timur, Kab.
Tabanan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Penghuni Di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan” 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, Mei 2019

Yang membuat pernyataan



Dewa Ayu Made Restu Amelia Dewi

NIM. P07131016017

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN STATUS GIZI PENGHUNI DI PANTI SOSIAL KEMALA BHAYANGKARI TABANAN

ABSTRAK

Masalah gizi di Indonesia ada masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih ini masih menjadi masalah gizi pada tingkat global maupun nasional. Masih terdapat anak dan remaja penghuni panti asuhan yang mengalami masalah gizi kurang, hal tersebut membuktikan bahwa dalam suatu panti asuhan masih terdapat masalah kekurangan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi penghuni di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan. Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional dengan rancangan *cross sectional*. Jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer yaitu identitas, data status gizi dan data konsumsi, dilakukan dengan menggunakan metode penimbangan dan wawancara, kuesioner *recall* 3 x 24 jam dan pengukuran antropometri (TB, BB). Data sekunder yaitu gambaran umum, struktur organisasi dan jumlah penghuni diperoleh diinstansi terkait. Pengolahan dan analisis data menggunakan program komputer, yaitu nutri 2008. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi penghuni panti sosial terbanyak adalah normal. Tingkat konsumsi energi, lemak dan karbohidrat masih dalam kategori defisit. Gambaran konsumsi zat gizi makro dan status gizi dengan proporsi terbanyak yaitu tingkat konsumsi defisit dengan status gizi normal.

Kata Kunci : Tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi

DESCRIPTION OF LEVELS OF CONSUMPTION OF MACRO NUTRITION AND USE NUTRITIONAL STATUS IN SOCIAL BEACH KEMALA BHAYANGKARI TABANAN

ABSTRACT

Nutritional problems in Indonesia have problems with malnutrition and over nutrition problems are still a nutritional problem at the global and national level. There are still children and adolescents who live in orphanages who experience malnutrition problems, this proves that in an orphanage there are still problems with malnutrition. This study aims to describe the level of consumption of macro nutrients and nutritional status of residents in the Kemala Bhayangkari Tabanan Social Institution. The type of research used was observational with a cross sectional design. The types of data collected included primary data, namely identity, nutritional status data and consumption data, carried out using weighing and interview methods, 3 x 24 hour recall questionnaires and anthropometric measurements (TB, BB). Secondary data, namely general description, organizational structure and number of occupants obtained in related institutions. Processing and analysis of data using a computer program, namely nutri 2008. The results showed that the nutritional status of the residents of most social care institutions was normal. The level of energy, fat and carbohydrate consumption is still in the deficit category. The description of macro nutrient consumption and nutritional status with the highest proportion is the level of consumption deficit with normal nutritional status.

Keywords: Level of consumption of macro nutrients and nutritional *status*

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Penghuni Di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan

Oleh : Dewa Ayu Made Restu Amelia Dewi (NIM.P07131016017)

Beban gizi ganda adalah masalah gizi berupa berat badan kurang dan berat badan lebih yang terjadi dalam satu populasi (World Bank, 2012). Berdasarkan data WHO, di tingkat global tren berat badan kurang pada usia 5 tahun dari tahun 1990 – 2015 mengalami penurunan kasus, namun masih dalam kategori bermasalah, sebab prevalensinya masih dalam kisaran 10 – 19 %. Pada tahun 2015 kasus berat badan kurang ini sebesar 13,9 % atau sekitar 93,4 juta. Yang juga menjadi perhatian adalah adanya tren peningkatan proporsi obesitas pada orang dewasa yaitu dari Riskesdas 2007 obesitas pada orang dewasa diketahui sebesar 10,5%, kemudian pada Riskesdas 2013 menjadi 14,8% dan kembali naik pada Riskesdas 2018 menjadi 21,8%. (Riskesdas 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh William pada tahun 2010 yang berjudul Gambaran Status Gizi Anak di Panti Asuhan Yayasan Terima Kasih Abadi Kecamatan Medan Barat, diperoleh hasil bahwa terdapat anak dan remaja penghuni panti asuhan yang mengalami malnutrisi ringan sebesar 14,4 %. Hal tersebut membuktikan bahwa dalam suatu panti asuhan masih terdapat masalah kekurangan gizi.

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi penghuni di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2019 yang dilakukan di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan.

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah jenis penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel yang diambil yaitu sebanyak 35 orang. Cara pengumpulan data yaitu data primer untuk identitas responden dengan wawancara dan dibantu oleh pengasuh, data konsumsi zat gizi makro dengan cara penimbangan dan recall 25 jam kemudian diterjemahkan dalam gram dan

dibandingkan dengan AKG. Dan data status gizi untuk tinggi badan menggunakan microtoise dan berat badan menggunakan timbangan digital. Data sekunder diperoleh dari data panti sosial. Pengolahan data sampel secara deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, grafik dan gambar.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan hasil bahwa tingkat konsumsi energi defisit sebanyak 18 sampel, dengan status gizi gemuk sebanyak 5,56 % dan status gizi obesitas sebanyak 5,56%, hasil tingkat konsumsi protein sedang sebanyak 23 sampel, dengan status gizi gemuk sebanyak 13,04% dan status gizi obesitas sebanyak 4,35%, hasil tingkat konsumsi lemak kurang sebanyak 15 sampel, dengan status gizi gemuk sebanyak 6,67 % dan status gizi obesitas sebanyak 6,67 %, dan hasil tingkat konsumsi karbohidrat defisit sebanyak 16 sampel, dengan status gizi gemuk sebanyak 6,25 % dan status gizi obesitas sebanyak 6,25%.

Tingkat konsumsi defisit tetapi status gizi normal, gemuk dan obesitas. Hal ini dikarenakan status gizi tidak dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi saat ini, mungkin saja status gizinya gemuk pada masa lalu dan hal tersebut juga dapat dikarenakan standar makanan yang masih kurang dengan kecukupan yang seharusnya, serta biaya yang terbatas, jika hal ini terus menerus terjadi maka akan berdampak pada jangka waktu yang panjang.

Kesimpulan dari Gambaran tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi penghuni panti sosial diperoleh hasil tingkat konsumsi energi dengan status gizi normal masih dalam kategori defisit. Tingkat konsumsi protein dengan status gizi normal masih dalam kategori sedang. Tingkat konsumsi lemak dengan status gizi normal masih dalam kategori defisit. Tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi normal masih dalam kategori defisit. Yang dapat disarankan yaitu Bagi Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan disarankan pada saat pemberian makanan diporsikan sesuai dengan kebutuhan sasaran sehingga meningkatkan status gizinya dan untuk pemberian makanan lebih beragam guna memenuhi kebutuhan zat gizi bagi tubuh.

Daftar Bacaan : 19 (1989 – 2018)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan kurnia-Nya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Penghuni di Panti Sosial Kemala Bhayangkari Tabanan” tepat pada waktunya.

Dalam menyusun usulan penelitian tugas akhir ini, penulis banyak mendapat bantuan, baik materiil maupun moril, dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ni Made Yuni Gumala,SKM.M.Kes_selaku pembimbing utama yang telah membimbing, mengarahkan, dan memberikan saran serta pentunjuk dalam pembuatan usulan penelitian ini.
2. Ni Nyoman Astika Dewi,S.Gz.M.Biomed selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam pembuatan usulan penelitian ini.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan usulan penelitian ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan usulan penelitian.
5. Seluruh dosen dan staf Jurusan Gizi Kemenkes Denpasar.
6. Keluarga, sahabat,dan semua teman di Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan. Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk penyempurnaan tugas akhir ini. Akhir kata penulis mengharapkan tugas akhir ini dapat dijadikan pedoman dalam menyusun penelitian tugas akhir dan bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Umum Tentang Status Gizi.....	6
B. Tinjauan Umum Tentang Asupan Zat Gizi Makro	17
C. Tinjauan Umum Tentang Penyelenggaraan Makanan	25
BAB III KERANGKA KONSEP	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30

BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian	33
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	34
E. Alat dan Instrumen Pengumpulan Data	36
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	36
G. Etika Penelitian	39
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil	40
B. Pembahasan.....	49
BAB IV SIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Simpulan.....	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kategori Ambang Batas IMT Untuk Indonesia	17
Tabel 2 Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2013	18
Tabel 3 Definisi Operasional	30
Tabel 4 Sebaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Tabel 5 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein.....	44
Tabel 6 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Karbohidrat.....	45
Tabel 7 Sebaran Tingkat Konsumsi Energi Berdasarkan Status Gizi.....	47
Tabel 8 Sebaran Tingkat Konsumsi Protein Berdasarkan Status Gizi.....	48
Tabel 9 Sebaran Tingkat Konsumsi Lemak Berdasarkan Status Gizi	48
Tabel 10 Sebaran Tingkat Konsumsi Karbohidrat Berdasarkan Status Gizi	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Konsep Penelitian	29
Gambar 2 Sebaran Sampel Berdasarkan Umur.....	42
Gambar 3 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi.....	43
Gambar 4 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Lemak	45
Gambar 5 Sebaran Sampel Menurut Status Gizi Berdasarkan IMT/U	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 <i>Ethical Clearance</i>	61
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian	63
Lampiran 3 Pernyataan Bersedia Menjadi Sampel Penelitian	64
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i>	65
Lampiran 5 Form Identitas Sampel.....	68
Lampiran 6 Formulir Penilaian Sisa Makanan.....	69
Lampiran 7 Form Recall 24 jam	70
Lampiran 8 Contoh Perhitungan Z-score dan IMT.....	72
Lampiran 9 Menu Di Panti Sosial.....	73
Lampiran 10 Dokumentasi.....	74