

**GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI
MAHASISWA RANTAU JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES RIAU**

ELSY AFRINA KHOLLIASIH



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa
Rantau Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau
Nama : Elsy Afrina Kholliasih
NIM : P032013411055

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D-3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

Pembimbing I
Fitri, SP, MKM

Pembimbing II
Dewi Rahayu, SP, M.Si

Penguji
Hesti Atasasih, SP, MKM

Diketahui Oleh
Ketua Jurusan
Fitri, SP, MKM
NIP. 198008132006042010



Tanggal Ujian: 14 Mei 2024

Tanggal Lulus:

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Kota Pekanbaru pada tanggal 01 bulan Agustus tahun 2002 sebagai anak pertama dari pasangan bapak Dedi Irawan dan ibu Zulfa Nelfita. Pendidikan sekolah menengah atas (SMA) ditempuh di SMA Negeri 5 Pekanbaru, dan lulus pada tahun 2020. Pada tahun 2020, penulis diterima sebagai mahasiswa program Diploma III di Program Studi Gizi di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau

PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Rantau Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, 23 Juni 2024

Elsy afrina K
P032013411055

PERNYAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Rantau Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 23 Juni 2024

Elsy afrina K
P032013411055

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat, karunia, serta taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini yang diajukan guna untuk melengkapi serta memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau Jurusan Gizi dengan judul “Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Mahasiswa Rantau Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau”.

Dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini penulis menghadapi beberapa kesulitan, akan tetapi berkat bimbingan dan arahan serta bantuan dari semua pihak. Tugas Akhir ini dapat penulis selesaikan tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Rully Hevrialni, SST, M.Keb, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Fitri, SP, MKM, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Riau dan selaku Pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan/masukan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
3. Dewi Rahayu, SP, M.Si, selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan/perbaikan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
4. Hesti Atasasih SP, MKM, selaku Penguji yang telah memberikan saran/masukan perbaikan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
5. Seluruh staf dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmu, motivasi dan semangat selama perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua dan keluarga penulis yang sangat penulis sayangi, terimakasih untuk semua do'a tulus dan kasih sayangnya sehingga penulis mendapatkan pendidikan terbaik hingga saat ini.
7. Teman-teman seperjuangan angkatan 2020 yang selalu mendukung dan memberi masukan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan Tugas Akhir ini dan dengan harapan semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat.

Pekanbaru, 26 Desember 2022

Penulis, Elsy Afrina K

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ii
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR.....	iii
ABSTRAK.....	iv
PERNYAAN KEASLIAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Penulis.....	6
BAB II 7 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Pola Makan.....	7
2.2 Status Gizi	13
2.3 Defisi Rantau	18
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	20
3.3 Kerangka Konsep	20
3.4 Definisi Operasional	20
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	22
4.1 Jenis Penelitian	22
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
4.3 Populasi dan Sampel.....	22
4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	23
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	26
5.1 Gambaran Umum Poltekkes Kemenkes Riau.....	26
5.2 Karakteristik Responden.....	26
5.3 Pola Makan.....	29

5.4	Status Gizi	40
BAB VI PENUTUP.....		44
6.1	Kesimpulan.....	44
6.2	Saran	44
LAMPIRAN.....		50

DAFTAR TABEL

Table 1. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi	8
Table 2. AKG Yang Dianjurkan Per Orang Per Hari	11
Tabel 3. Indikator Penilaian IMT menurut WHO dan Kemenkes.....	18
Table 4. Definisi Operasional.....	20
Table 5. Tabel Waktu Penelitian	22
Table 6. Karakteristik Responden di Poltekkes Kemenkes Riau	26
Tabel 7. Distribusi Jenis Bahan Makanan pada Mahasiswa Rantau	30
Table 8. Distribusi Frekuensi Pola Makan pada Mahasiswa Rantau.....	35
Table 9. Distribusi Frekuensi Asupan Makan pada Mahasiswa Rantau	36
Table 10. Distribusi Frekuensi Status gizi pada Mahasiswa Rantau	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Karakteristik Responden	51
Lampiran 2 Food Frequency Questionnaire (FFQ)	53
Lampiran 3 Formulir Food Recall 24 Jam	55
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian	57
Lampiran 5 Kegiatan Penelitian di Poltekkes Kemenkes Riau	58