

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN STATUS GIZI
IBU HAMIL DI KOTA PEKANBARU**

(Data Sekunder : Mata Kuliah Perencanaan Program Gizi Tahun 2024)

TRIA LATIFAH HANI



**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN RIAU
PEKANBARU**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul "Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder : Mata Kuliah Perencanaan Program Gizi Tahun 2024)" 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, 02 Juni 2025



Tria Latifah Hani
P032213411119

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi
Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder :
Mata Kuliah Perencanaan Program Gizi Tahun
2024)
Nama : Tria Latifah Hani
NIM : P032213411119

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai
bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi
pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing :
Prof. Dr. Aslis Wirda Hayati, SP, M.Si.



Penguji I :
Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si.



Penguji II :
Yessi Marlina, S.Gz, MPH, Dietisien.



Diketahui oleh :
Ketua Jurusan
Sri Mulyani, STP, M.Si.
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian :
02 Juni 2025

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau. Adapun judul tugas akhir ini adalah “Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder : Mata Kuliah Perencanaan Program Gizi Tahun 2024” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan.

Penyusunan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi D-III Gizi. Selama proses penyusunan proposal tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus – tulusnya kepada:

1. Rully Hevrialni, SST, Bdn, M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Prof. Dr. Aslis Wirda Hayati, SP, M.Si selaku dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga maupun pemikirannya untuk penulis dalam memberikan bimbingan untuk menyempurnakan dan menyelesaikan proposal
4. Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si selaku dosen Penguji I yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan proposal
5. Yessi Marlina, S.Gz, MPH, Dietisien selaku dosen Penguji II yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan proposal
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penyusunan proposal tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh

lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga proposal tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 02 Juni 2025

Tria Latifah Hani
P032213411119

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Hipotesis	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.6 Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Kehamilan dan Nutrisi.....	7
2.2 Status Gizi Ibu Hamil	7
2.3 Kebutuhan Zat Gizi Ibu Hamil	11
2.4 Asupan Zat Gizi pada Ibu Hamil	13
2.5 Dampak Kekurangan Gizi pada Ibu Hamil	16
2.6 Pengukuran Konsumsi Pangan dengan Metode Food Recall 24 Jam.....	16
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL	17
3.1 Kerangka Konsep	17
3.2 Definisi Operasional.....	17
BAB IV METODE PENELITIAN	19
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	19
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	19

4.3	Populasi, Sample dan Teknik Sampling	19
4.4	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
4.5	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	20
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN		22
5.1	Karakteristik Responden.....	22
5.2	Gambaran Asupan Energi.....	24
5.3	Gambaran Asupan Protein.....	24
5.4	Gambaran Asupan Lemak	25
5.5	Gambaran Asupan Karbohidrat	26
5.7	Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Ibu Hamil	27
5.8	Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi.....	29
5.9	Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	30
5.10	Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	32
BAB VI PENUTUP		34
6.1	Kesimpulan.....	34
6.2	Saran	34
DAFTAR PUSTAKA		35
LAMPIRAN.....		40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2 Klasifikasi resiko KEK menurut pengukuran LiLA.....	7
Tabel 3 Angka Kecukupan Gizi pada Ibu Hamil.....	11
Tabel 4 Definisi Operasional.....	17
Tabel 5 Karakteristik Responden.....	23
Tabel 6 Gambaran Asupan Energi.....	24
Tabel 7 Gambaran Asupan Protein.....	25
Tabel 8 Gambaran Asupan Lemak.....	26
Tabel 9 Gambaran Asupan Karbohidrat.....	27
Tabel 10 Status Gizi Responden.....	27
Tabel 11 Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	29
Tabel 12 Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	30
Tabel 13 Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	31
Tabel 14 Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Ibu Hamil.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pita LiLA.....	8
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Formulir Food Recall.....	40
Lampiran 2 Analisis Data.....	41
Lampiran 3 Master Data.....	43