

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN DAN STATUS GIZI IBU HAMIL DI KOTA PEKANBARU

(Data Sekunder Survei Gizi & Kesehatan Ibu Hamil , PBL PPG 2025)

NURUL AZIZAH



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul "Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder Survei Gizi & Kesehatan Ibu Hamil , PBL PPG 2025)" 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, 17 Juni 2026



(Nurul Azizah)

P032313411033

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru

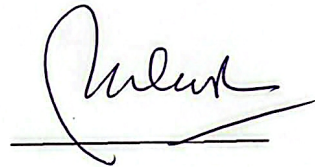
Nama : Nurul Azizah

NIM : P032313411033

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 1 :

(Muharni, SP, M.Gizi)



Pembimbing 2 :

(Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes)



Penguji :

Yessi Marlina, S.Gz, MPH



Diketahui Oleh

Ketua Jurusan

Sri Mulyani, S. TP, M. Si
NIP.197801232009122002



Tanggal Ujian : 17 Juni 2026

Tanggal Lulus :

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru

Nama : Nurul Azizah

NIM : P032313411033

Telah disetujui untuk dilaksanakan ujian dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Pembimbing 1 :

(Muharni, SP, M.Gizi)

Pembimbing 2 :

(Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes)

Tanggal Persetujuan :

Tanggal ditanda tangani :

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Provinsi Kota Jawa Tengah pada tanggal 18 April 2004 sebagai anak ke 4 dari pasangan bapak Alm. Muhammad Bilal dan ibu Lewih Budi Astuti. Penulis menempuh pendidikan SMA di sekolah SMA IT AL IRSYAD Sungai Bahar dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun 2023 penulis diterima di sebagai mahasiswa Diploma III di Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

**PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein Dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru” 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, 17 Juni 2026



(Nurul Azizah)

P032313411033

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN DAN STATUS GIZI IBU HAMIL DI KOTA PEKANBARU

(Data Sekunder Survei Gizi & Kesehatan Ibu Hamil , PBL PPG 2025)

NURUL AZIZAH



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul "Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder Survei Gizi & Kesehatan Ibu Hamil , PBL PPG 2025)" 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, 17 Juni 2026



(Nurul Azizah)

P032313411033

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru

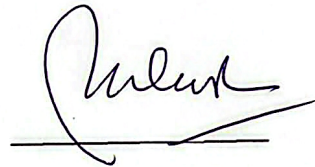
Nama : Nurul Azizah

NIM : P032313411033

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 1 :

(Muharni, SP, M.Gizi)



Pembimbing 2 :

(Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes)



Penguji :

Yessi Marlina, S.Gz, MPH



Diketahui Oleh

Ketua Jurusan

Sri Mulyani, S. TP, M. Si
NIP.197801232009122002



Tanggal Ujian : 17 Juni 2026

Tanggal Lulus :

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru

Nama : Nurul Azizah

NIM : P032313411033

Telah disetujui untuk dilaksanakan ujian dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Pembimbing 1 :

(Muharni, SP, M.Gizi)

Pembimbing 2 :

(Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes)

Tanggal Persetujuan :

Tanggal ditanda tangani :

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Provinsi Kota Jawa Tengah pada tanggal 18 April 2004 sebagai anak ke 4 dari pasangan bapak Alm. Muhammad Bilal dan ibu Lewih Budi Astuti. Penulis menempuh pendidikan SMA di sekolah SMA IT AL IRSYAD Sungai Bahar dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun 2023 penulis diterima di sebagai mahasiswa Diploma III di Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

**PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein Dan Status Gizi Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru” 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, 17 Juni 2026



(Nurul Azizah)

P032313411033

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN DAN
STATUS GIZI IBU HAMIL DI KOTA PEKANBARU**

(Data Sekunder Survei Gizi & Kesehatan Ibu Hamil , PBL PPG 2025)

NURUL AZIZAH

Tugas Akhir
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya pada Program Studi Gizi

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
JURUSAN GIZI
2026**

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 "Gambaran Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Status Gizi Ibu Hamil di Kota Pekanbaru (Data Sekunder: Mata Kuliah Perencanaan Program Gizi Tahun 2025)" 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 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. Muharni, SP, M.Gizi selaku dosen Pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga usulan tugas akhir ini dapat selesai dengan baik.
4. Irma Susan Paramita, S.Gz, M.Kes selaku dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan arahan dan saran untuk perbaikan Tugas Akhir ini
5. Yessi Marlina, S.Gz, MPH, Dietisien selaku dosen Penguji yang telah memberikan arahan dan saran untuk perbaikan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan.
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis.
8. Teman – teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat 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 tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca

Pekanbaru, Juni 2026

(Nurul Azizah)

P032313411033

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan umum.....	4
1.3.2 Tujuan khusus.....	4
1.4 Ruang Lingkup Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Kehamilan.....	6
2.2 Status Gizi Ibu Hamil.....	6
2.2.1 Pengertian Status Gizi Ibu Hamil	6
2.2.2 Penilaian Status Gizi Ibu Hamil	7
2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Ibu Hamil.....	8
2.3 Kebutuhan Zat Gizi Ibu Hamil	11
2.3.1 Energi	12
2.3.2 Protein.....	13
BAB III KERANGKA KONSEP	15
3.1 Kerangka Konsep.....	15
3.2 Definisi Operasional	16
BAB IV METODE PENELITIAN	17
4.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	17
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	17

4.3	Populasi dan Sampel	17
4.3.1.	Populasi	17
4.3.2.	Sampel	17
4.4	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	17
4.5	Pengolahan dan Analisis Data	18
4.5.1.	Pengolahan	18
4.5.2.	Analisis Data	19
BAB V	PEMBAHASAN	21
5.2	Gambaran Tingkat Konsumsi Energi	25
5.3	Gambaran Tingkat Konsumsi Protein	28
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	39
DAFTAR PUSTAKA		41
LAMPIRAN		44

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	16
Tabel 2 Karakteristik Responden	21
Tabel 3 Gambaran Tingkat Konsumsi Energi.....	25
Tabel 4 Gambaran Tingkat Konsumsi Protein.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	15
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Master Data.....	44
Lampiran 2 Kuesioner.....	52
Lampiran 3 Form Recall 1x24 Jam.....	53
Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data	54