

**GAMBARAN KESESUAIAN MENU HARIAN LANSIA
DENGAN PRINSIP GIZI LANSIA DI PANTI KHUSNUL
KHOTIMAH PROVINSI RIAU**

DESYKA SAPUTRI



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

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul “Gambaran Kesesuaian Menu Harian Lansia Dengan Prinsip Gizi Lansia di Panti Khusnul Khotimah Provinsi 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, 29 juni 2026



Desyka Saputri
P032313411062

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

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul ‘Gambaran Kesesuaian Siklus Menu Harian Lansia dengan Prinsip Gizi Lansia di Panti Khusnul Khotimah Provinsi Riau’ ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan tercantum dalam Daftar Pustaka dibagian akhir karya tulis.

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

Pekanbaru, 29 Juni 2026



Desyka Saputri

P032313411062

**GAMBARAN KESESUAIAN MENU HARIAN LANSIA
DENGAN PRINSIP GIZI LANSIA DI PANTI KHUSNUL
KHOTIMAH PROVINSI RIAU**

DESYKA SAPUTRI

Tugas Akhir

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Ahli Madya pada Program Studi Gizi

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

HALAMAN PENGESAHAN

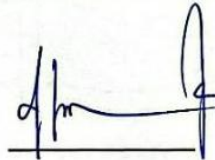
Judul Tugas Akhir : Gambaran Kesesuaian Menu Harian Lansia Dengan Prinsip Gizi
Lansia Di Panti Khusnul Khotimah Provinsi Riau
Nama : Desyka Saputri
NIM : P032313411062

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

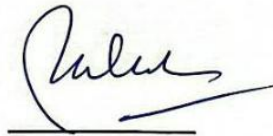
Pembimbing 1:
Roziana, SST, M.Gizi



Pembimbing 2:
Nur Kholis, M.Pd



Penguji :
Muharni, SP, M. GIZI



Diketahui oleh
Ketua Jurusan
Sri Mulyani, STP, M.Si



Tanggal Ujian : 29 Juni 2026

Tanggal Lulus :

RIWAYAT HIDUP



I. Data Pribadi

- Nama Lengkap : Desyka Saputri
- Tempat, Tanggal Lahir : Harjosari, 12 Maret 2006
- Jenis Kelamin : Perempuan
- Agama : Islam
- Kewarganegaraan : Indonesia
- Alamat : Harjosari – Lemang, Riau
- Nomor Telepon : 0851 – 8409 - 7423
- Email : desykasaputri12gmail.com

II. Pendidikan Formal

- MI AL-Khairiyah 2011 - 2017
- MtsN 2 Kep. Meranti 2017 - 2020
- SMK Pertanian Provinsi Riau 2020 – 2023
- DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Riau 2023 - 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Kesesuaian Menu Harian Lansia dengan Prinsip Gizi Lansia di Panti khusnul Khotimah provinsi Riau” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus tulusnya kepada :

1. Ibu Bdn. Rully Hevrialni, SST, M.Keb, M.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Ibu Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Ibu Roziana, SST, M.Gizi selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
4. Bapak Nur Kholis, M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
5. Ibu Muharni, SP, M. GIZI selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulisan untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
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

9. Seseorang yang tidak bisa penulis sebutin namanya yang udah menemani penulis dari awal hingga selesai

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan 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 laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 29 Juni 2026



Desyka Saputri
P032313411062

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER	v
INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	v
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Bagi Panti Lansia	3
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan	3
1.4.3 Bagi Peneliti	3
BAB II	4
TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Lanjut Usia (Lansia)	4
2.2 Kebutuhan Gizi Lansia	5
2.3 Prinsip Gizi Seimbang Lansia	6
2.4 Penyelenggaraan Makanan di Panti Lansia	7
2.5 Siklus Menu di Panti Lansia	8
2.6 Kesesuaian Menu Harian Lansia	8
BAB III	10
KERANGKA KONSEP	10
3.1. Kerangka Konsep Tugas Akhir	10

3.2. Definisi Operasional.....	10
BAB IV	12
METODOLOGI PENELITIAN	12
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	12
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian	12
4.3 Populasi dan Sampel	12
4.4 Ruang Lingkup Observasi.....	12
4.5 Instrumen Penelitian.....	13
4.6 Pengumpulan Data	14
4.7 Analisis Data	15
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	18
5.1 Gambaran Umum Lokasi	18
5.2 Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan di Panti.....	19
5.3 Kesesuaian Siklus Menu Harian Lansia Terhadap Penyajian	21
5.5 Kesesuaian Siklus Menu Harian Lansia Terhadap Tekstur Makanan	35
BAB VI PENUTUP	42
6.1 Kesimpulan	42
6.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional.....	10
Tabel 2 Keragaman Makanan Menu Harian Lansia.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Prinsip Gizi Lansia.....	50
Lampiran 2 Siklus Menu Harian Lansia Tahun 2026	52
Lampiran 3 Olahan Data Menu Harian Lansia	62
Lampiran 4 Dokumentasi.....	64