



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN GIZI, DAN
ASUPAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI DI PONDOK
PESANTREN AL-AMANAH AL-GONTORY TANGERANG
TAHUN 2016**

SKRIPSI



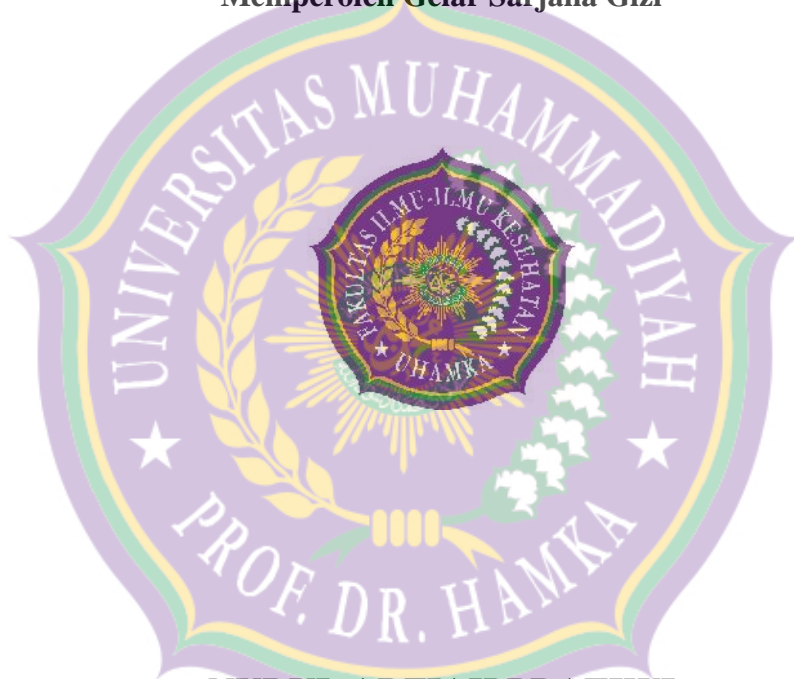
**NURUL ARFIAH PRATIWI
1205025054**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN GIZI, DAN
ASUPAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI DI PONDOK
PESANTREN AL-AMANAH AL-GONTORY TANGERANG
TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**



**NURUL ARFIAH PRATIWI
1205025054**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2016**

PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016, merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari Skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Jakarta, 07 November 2016



Nurul Arfiah Pratiwi

1205025054

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Arfiah Pratiwi
NIM : 1205025054
Program Studi : Gizi
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka **Hak Bebas Royalti Noneklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016. Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 07 November 2016

Yang menyatakan,



(Nurul Arfiah Pratiwi)

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Nurul Arfiah Pratiwi
NIM : 1205025054
Judul Skripsi : Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.



Jakarta, 07 November 2016

Pembimbing I



Irfanny Anwar, S.Sos., M.Kes

Pembimbing II




Indah Kusumaningrum, STP, M. Si


HALAMAN PENGESAHAN


Nama : Nurul Arfiah Pratiwi
NIM : 1205025054
Judul Skripsi : Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016


Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.



Pembimbing I : Irfanny Anwar, S.Sos., M.Kes ()

Pembimbing II : Indah Kusumaningrum, STP, M.Si ()

Penguji I : Mohammad Furqan, MKM ()

Penguji II : Lintang Purwara Dewanti, M.Gizi ()

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Allah S.W.T beserta Rasul dan para sahabatnya. Semoga kita semua menjadi pengikutnya sampai akhir hayat.

Skripsi ini tentu tidak akan berhasil saya susun tanpa dorongan semangat, doa, dan materil dari kedua orang tua saya dan keluarga besar.

Terimakasih Ayahanda tercinta EO. Hasanudin, M.Pd dan Ibunda tercinta Neneng Siti Muladiah yang selalu menyemangati dan memberikan kasih sayang yang tiada pernah habis, terimakasih selalu menginspirasi saya dalam perjuangan sampai saat ini, jasmu akan selalu ingat sampai akhir hayat.

Terimakasih kakak tercinta Didin Dias Pratama, S.ST.Pel dan adik tercinta Nur Khaerra Ummah Pratiwi yang selalu mendoakan, menemani, menyayangi sesama, jangan pernah lelah untuk mendengarkan nasihat dan pengetahuan tentang hidup.

“Jika obat dipandang sebagai dasar pengobatan, maka gizi harus dipertimbangkan sebagai dasar kesembuhan”

(dr. Andry Hartono)

“Man Jadda Wajada”

“Barangsiapa yang bersungguh-sungguh pasti akan berhasil”

“Sesungguhnya orang-orang yang bertakwa mendapatkan kemenangan”

(Q.S An-Naba’: 31)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpah rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan Dengan Status Gizi Di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016”. Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 Program Studi Gizi.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan sejak awal sampai selesainya skripsi ini. Pada kesempatan ini tak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT. Yang senantiasa memberikan kemudahan dan kelancaran dalam segala hal yang penulis lakukan karena tanpa-Nya penulis tidak bisa apa-apa.
2. Ibu Dra. Emma Rachmawati, M.Kes selaku dekan FIKes UHAMKA.
3. Ibu Leni Sri Rahayu, SKM, MPH sebagai KaProdi Gizi.
4. Ibu Irfanny Anwar, S. Sos., M.Kes yang telah bersedia menjadi dosen pembimbing utama untuk penulis, memberikan saran, pengarahan dan pengalamannya kepada penulis.
5. Ibu Indah Kusumaningrum, STP., M.Si selaku pembimbing kedua yang selalu memerhatikan tulisan dan selalu memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
6. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda EO. Hasanudin, M.Pd dan Ibunda Neneng Siti Muladiah yang selama ini selalu memberikan dukungan, do'a, semangat dan motivasi agar penulis selalu berjuang di jalan yang Allah ridhoi.
7. Kakak saya tersayang Didin Dias Pratama, S.ST.Pel dan adik saya tersayang Nur Khaerra Ummah Pratiwi yang selalu memberikan semangat, dan do'a yang tulus.
8. Ketua Yayasan Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Syahril Shiddiq, S.Ag, M.M.Pd yang telah memberikan izin untuk penelitian di Pondok Pesantren.

9. Ustadz Jazuli Fadil, S.Pd.I,M.M selaku Sekretaris Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory yang telah membantu dalam memberikan informasi selama di Pondok Pesantren.
10. Sahabat-sahabat penulis Adnan Reynaldy, Arien Saleh Jaelani, Sheila Utami, Adnan Hidayat, Ahmad Bukhori, Yudha Guntara, Ade Riyatna, Yudi dan Lipian, yang tidak pernah lelah menemani, memberi nasehat, memberi saran atau kritik, mengajarkan arti kesabaran, terimakasih sudah meluangkan waktu selama ini terutama sampai skripsi ini selesai.
11. Teman-teman Kostan Nunung Muawanah, Fitri Juwitasari, Nurul Annisa, Urfi, Ayu Puspita, Durrah Annisa, Hani Fauziah, Lina Ade, Rossa, dan Riva yang telah memberikan semangat dan do'a.
12. Sagita Dwi, Amalia, Khaula Sofia, Pratiwi Listiawati, Tri Handayani, Nur Hidayah, dan Nadya Noorosawati yang telah memberikan waktu dan tenaganya untuk menjadi enumerator penelitian selama di Pondok Pesantren.
13. Stressor Girls (Julianti, Gita Aditya, Putri Silmaulida, Khoirotunnisa Awaliyah, Lolytha Indah Fitriani, Revina Alifiana, Roshela Dali Susanti, Karimah, dan Inna Maydina) yang selalu sabar mendengarkan keluh kesah penulis, dan selalu memberikan semangat, doa dan motivasi. Terima kasih atas canda dan tawanya.
14. Teman-teman seperjuangan gizi angkatan 2012 yang selalu memberikan dorongan kepada penulis agar selalu semangat dalam mengerjakan skripsi.
15. Dan kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis tidak dapat membalas segala jasa kalian. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terkait. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya. Untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan.

Jakarta, 07 November 2016

Nurul Arfiah Pratiwi

ABSTRAK

Nama : Nurul Arfiah Pratiwi
Program Studi : Gizi
Judul : Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Gizi, dan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016

Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur. Usia remaja (10-18 tahun) merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab. Penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penentuan sampel ini menggunakan *random sampling* dengan jumlah sampel 86 siswa. Data yang dikumpulkan meliputi identitas, usia, jenis kelamin, pengetahuan gizi, asupan makan, dan status gizi yang didapat melalui pengisian kuesioner dengan metode wawancara. Analisis data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian siswa (59.3%) berusia 13 tahun, (53.5%) siswa berjenis kelamin laki-laki, (70.9%) siswa memiliki pengetahuan gizi kurang, (57.0%) siswa memiliki asupan energi kurang, (59.3%) siswa memiliki asupan protein kurang, (60.5%) siswa memiliki asupan lemak kurang, (51.2%) siswa memiliki asupan karbohidrat kurang, dan (50.0%) siswa memiliki status gizi kurang. Hasil studi menunjukkan ada hubungan antara usia dengan status gizi ($p=0.023$), asupan protein dengan status gizi ($p=0.002$), asupan karbohidrat dengan status gizi ($p=0.001$). Untuk variabel jenis kelamin, pengetahuan gizi, asupan energi dan asupan lemak tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi.

Kata kunci : Status gizi, Usia remaja, Pengetahuan Gizi, Asupan Makan.

ABSTRACT

Name : Nurul Arfiah Pratiwi
Program of Study : Nutrition Science
Title : Characteristic Correlation, Nutrition Awareness and Eating Intake with Nutritional Status in Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang 2016

Nutritional status is a state that determined by the degree of physical needs for energy and nutrients derived from food that their physical impact can be measured. Adolescence (10-18 years) is a vulnerable period of nutrition for various reasons. This research uses an observational research using cross sectional design. The determination of this sample using random sampling with a sample of 86 students. Data collected include the identity, age, gender, nutrition awareness, food intake and nutritional status obtained through questionnaires by interview. Data analysis using Chi Square. The results of the research showed that most students (59.3%) are 13 years old, (53.5%) students-sex male (70.9%) students have a lack of nutrition knowledge, (57.0%) students have less energy intake (59.3%) students have less protein intake, (60.5%) students have less fat intake (51.2%) students have less carbohydrate intake, and (50.0%) students have less nutritional status. The results of the study showed there is no correlation between nutritional status with age ($p = 0.023$), protein intake with nutritional status ($p = 0.0002$), carbohydrate intake with nutritional status ($p = 0.001$). For the variable gender, awareness of nutrition, intake of energy and fat intake have no significant correlation with nutritional status.

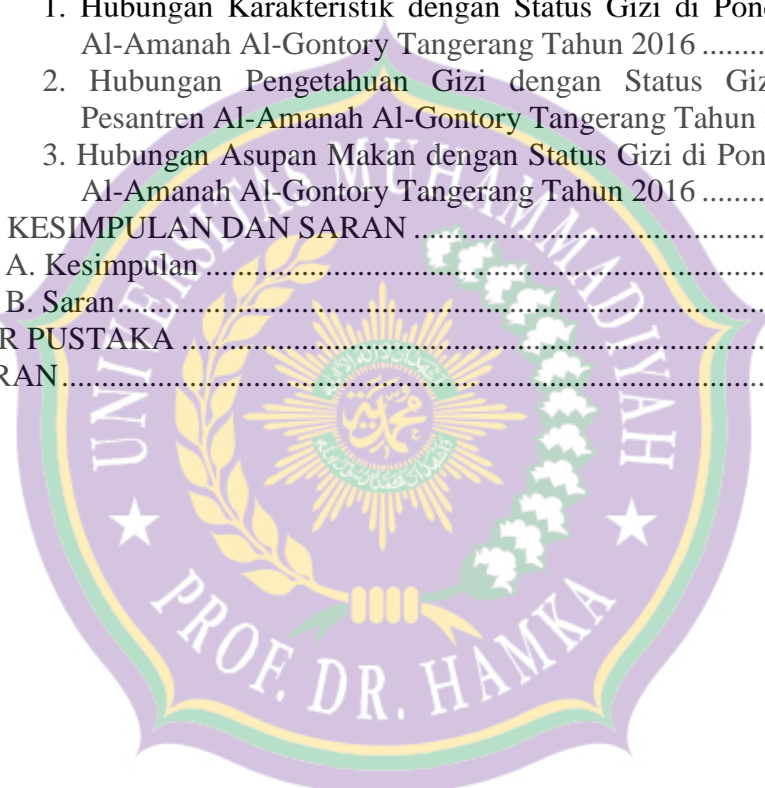
Keywords : Nutritional Status, Adolescents, Nutrition Awareness, Food Intake.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Pondok Pesantren	5
2. Bagi Perguruan Tinggi	5
3. Bagi Peneliti	5
4. Bagi Masyarakat Umum	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	6
A. STATUS GIZI	6
1. Definisi Status Gizi	6
2. Penilaian Status Gizi	6
a. Penilaian Secara Langsung	7
1. Antropometri	7
2. Biokimia	10
3. Biofisik	11
4. Klinik	11
b. Penilaian Tidak Langsung	12
1. Survei Konsumsi Makanan	12
a. Metode Recall 24 Jam	12
b. Metode Food Records	14
c. Metode Penimbangan Makanan	15
d. Metode Frekuensi Makanan	15
e. Metode Riwayat Makan	17
B. KARAKTERISTIK	18
1. Usia	18
a. Usia Remaja	18

2. Jenis Kelamin	19
C. PENGETAHUAN GIZI	19
D. AKTIVITAS FISIK	20
E. ASUPAN MAKAN	20
F. ANGKA KECUKUPAN GIZI	20
1. Angka Kecukupan Gizi Remaja	21
a. Energi	21
b. Karbohidrat	23
c. Protein	23
d. Lemak	25
G. KERANGKA TEORI	26
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL	
A. KERANGKA KONSEP	27
B. DEFINISI OPERASIONAL	28
C. HIPOTESIS	29
BAB IV METODE PENELITIAN	30
A. JENIS PENELITIAN	30
B. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN	30
C. POPULASI DAN SAMPEL	30
1. Populasi	30
2. Sampel	30
D. PENGUKURAN DAN PENGAMATAN VARIABEL	31
1. Teknik Pengumpulan Data	31
a. Data Primer	31
b. Data Sekunder	32
E. TEKNIK PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	32
1. Pengolahan Data	32
a. Editing	32
b. Coding	32
c. Skoring	32
1. Usia	32
2. Jenis Kelamin	33
3. Pengetahuan Gizi	33
4. Asupan Makan	33
5. Status Gizi	33
d. Processing atau Memasukkan Data (Data Entry)	34
e. Cleaning	34
2. Analisis Data	34
a. Analisis Univariat	34
b. Analisis Bivariat	34
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Keterbatasan Penelitian	35
B. Gambaran Umum Pondok Pesantren	35
1. Sejarah Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	35
2. Visi dan Misi	36
3. Struktur Yayasan Al-Amanah Al-gontory	36
4. Perencanaan Menu	37

5. Perencanaan Anggaran dan Biaya.....	37
6. Pengadaan Bahan Makanan	38
7. Penerimaan Bahan Makanan.....	39
8. Penyimpanan Bahan Makanan	39
9. Persiapan Bahan Makanan	40
10. Pengolahan Bahan Makanan	41
11. Distribusi dan Penyajian Makanan.....	41
C. Analisis Univariat.....	42
1. Karakteristik Responden	42
2. Pengetahuan Gizi.....	43
3. Asupan Makan.....	43
4. Status Gizi	47
D. Analisis Bivariat.....	47
1. Hubungan Karakteristik dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016	48
2. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016.....	50
3. Hubungan Asupan Makan dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang Tahun 2016	51
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	63



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT.....	10
Tabel 2.2 Angka Kecukupan Energi yang Dianjurkan	22
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Karbohidrat yang Dianjurkan.....	23
Tabel 2.4 Angka Kecukupan Protein yang Dianjurkan	24
Tabel 2.5 Angka Kecukupan Lemak yang Dianjurkan.....	25
Tabel 3.1 Definisi Operasional	28
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden	42
Tabel 5.2 Dsistribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Gizi.....	43
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Energi	44
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Protein	44
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Lemak.....	45
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Karbohidrat.....	46
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi	47
Tabel 5.8 Hubungan Usia dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	48
Tabel 5.9 Hubungan Jenis Kelamin dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	49
Tabel 5.10 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory.....	50
Tabel 5.11 Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	51
Tabel 5.12 Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	53
Tabel 5.13 Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	54
Tabel 5.14 Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	27



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Formulir Penilaian Asupan Makan
- Lampiran 3 Kuesioner Pengumpulan Data
- Lampiran 4 Siklus Menu Pondok Pesantren
- Lampiran 5 Siklus Menu Perbaikan
- Lampiran 6 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia remaja (10-18 tahun) merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab. Pertama, remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang drastis itu. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja mempengaruhi baik asupan maupun kebutuhan gizinya. Ketiga, aktif dalam olahraga (Almatsier, 2011).

Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari pangan dan makanan yang dampak fisiknya dapat diukur. Status gizi adalah keadaan tubuh karena konsumsi makan dan penggunaan zat-zat gizi, dibedakan menjadi gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih (Susanti, 2012). Pertumbuhan fisik menyebabkan remaja membutuhkan asupan nutrisi yang lebih besar dari pada masa anak-anak. Asupan zat-zat gizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan remaja akan membantu remaja mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Ditambah lagi pada masa ini, remaja sangat aktif dengan berbagai kegiatan, baik itu kegiatan sekolah maupun olahraga (Sebayang, 2012).

Pengetahuan seseorang, remaja utamanya dipengaruhi oleh pendidikan. Kurangnya pengetahuan gizi dapat mengakibatkan ketidakteraturan perilaku dan kebiasaan makan dapat menjadi penyebab terjadinya masalah gizi. Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah. Program pendidikan gizi dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku anak terhadap kebiasaan makannya (Rinanti, 2014). Hasil penelitian Rinanti (2014) yaitu tingkat pengetahuan gizi siswa-siswi SMP Muhammadiyah 1 Kartasura sebagian tergolong rendah yaitu 61,3%.

Asupan makan merupakan cara pemilihan bahan makanan yang akan diasup oleh setiap individu. Remaja putri yang berprofesi sebagai model sebesar 80.6% dengan status gizi kurang memiliki asupan makan yang belum baik, yang meliputi asupan karbohidrat, protein, dan lemak belum sesuai dengan AKG, dan sebesar 19.35% dengan status gizi normal asupan karbohidrat dan protein sesuai dengan angka kecukupan gizi (AKG), namun asupan lemak belum sesuai dengan AKG (Haq, 2014).

Makanan dikatakan bergizi jika mengandung zat makanan yang cukup dalam jumlah dan kualitasnya sesuai dengan kebutuhan tubuh. Makanan yang kita konsumsi setiap hari dapat dibagi dalam beberapa golongan, yaitu protein, lemak, karbohidrat, vitamin, mineral, air dan oksigen dan makanan berserat. Sumber energi dalam bahan makanan dapat diperoleh dari zat gizi makro yaitu karbohidrat, lemak dan protein (Irianto, 2010).

Rata-rata kecukupan konsumsi energi usia 13-15 tahun (usia pra remaja) sebanyak 54,5 persen mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal dan yang mengkonsumsi protein di bawah kebutuhan minimal adalah 38,1 persen. Rata-rata kecukupan konsumsi energi usia 16-18 tahun (usia remaja) sebanyak 54,5 persen di bawah kebutuhan minimal dan kecukupan konsumsi protein di bawah kebutuhan minimal adalah 35,6 persen (Risikesdas, 2010).

Hasil Penelitian Teti di Asrama SMAN 2 Tinggi Moncong (2012) rata-rata tingkat asupan energi cukup yaitu 71,1 % (69 siswa). Rata-rata asupan protein lebih yaitu 92,8 % (90 siswa). Rata-rata asupan lemak cukup yaitu 55,7 % (54 siswa). Rata-rata asupan KH cukup yaitu 91,8 % (89 siswa). Asupan Fe kurang yaitu 52,6 % (51 siswa). Asupan kalsium dan vitamin C kurang yaitu 100 % (97 siswa) (Teti, 2012). Hasil Penelitian Teti di Asrama SMA N 2 Tinggi Moncong (2012) Gambaran status gizi (IMT menurut umur) responden termasuk kategori normal/baik yaitu 89,7 % (87 orang), gemuk 4,1 % (4 orang), kurus 5,2 % (5 orang) dan sangat kurus 1 % (1 orang) (Teti, 2012).

Hasil Penelitian Suzan (2012) di Pondok Pesantren IMMIM MinasaTene Pangkep Sulawesi Selatan Status Gizi berdasarkan perhitungan IMT/U, persentase paling tinggi yaitu responden dengan status gizi normal sebesar 76,7%, status gizi gemuk 13,3% dan persentase yang paling rendah yaitu dengan status gizi obes sebesar 10% (Suzan, 2012). Hasil Penelitian Amelia dkk (2013) di Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar sebagian besar status gizi responden termasuk dalam kategori normal yaitu 88 responden (88 %), 7 responden (7 %) dengan status gizi kurus dan 5 responden (5 %) dengan status gizi gemuk. Asupan energi santri termasuk dalam kategori kurang jika dibandingkan dengan AKG. Asupan zat gizi makro, asupan lemak santri sebagian besar termasuk dalam kategori cukup, asupan protein santri lebih dari setengah responden termasuk dalam kategori cukup dan asupan karbohidrat santri sebagian besar termasuk dalam kategori kurang jika dibandingkan dengan AKG.

Pondok pesantren merupakan salah satu tempat untuk mendidik agar santri- santri menjadi orang berakhlak mulia dan memiliki kecerdasan yang tinggi. Santri- santri yang berada di pondok pesantren merupakan anak didik yang pada dasarnya sama saja dengan anak didik di sekolah-sekolah umum yang harus berkembang dan merupakan sumber daya yang menjadi generasi penerus pembangunan yang perlu mendapat perhatian khusus terutama kesehatan dan pertumbuhannya. Salah satu aspek yang mendukung hal tersebut adalah pemenuhan kebutuhan gizi bagi para santri (Khasanah, 2010).

Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang dengan melakukan survei pendahuluan pada tanggal 15 Februari 2016. Sebelumnya tidak pernah dilakukan penelitian mengenai status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, ada beberapa siswa yang status gizinya kurang, status gizinya baik dan status gizinya lebih, baik siswa laki-laki maupun siswa perempuan. Status gizi siswa yang berbeda-beda tersebut bisa dipengaruhi oleh asupan makan yang kurang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi siswa di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang. Berdasarkan hal-hal

tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan karakteristik, pengetahuan gizi dan asupan makan dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang tahun 2016.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara karakteristik (umur dan jenis kelamin) dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang tahun 2016?
2. Apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang tahun 2016?
3. Apakah ada hubungan antara asupan makan dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang tahun 2016?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan karakteristik, pengetahuan gizi dan asupan makan dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang tahun 2016.

2. Tujuan Khusus:

- a. Mengidentifikasi karakteristik (usia dan jenis kelamin) responden di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan gizi responden di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.
- c. Mengidentifikasi asupan makan responden di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.
- d. Mengidentifikasi status gizi responden di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.
- e. Menganalisis hubungan karakteristik (usia dan jenis kelamin) responden dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.
- f. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi responden dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Tangerang.

- g. Menganalisis hubungan asupan makan responden dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-amanah Al-gontory Tangerang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pondok Pesantren

Memberikan informasi dan masukan tentang hubungan antara karakteristik, pengetahuan gizi dan asupan makan dengan status gizi.

2. Bagi Perguruan Tinggi

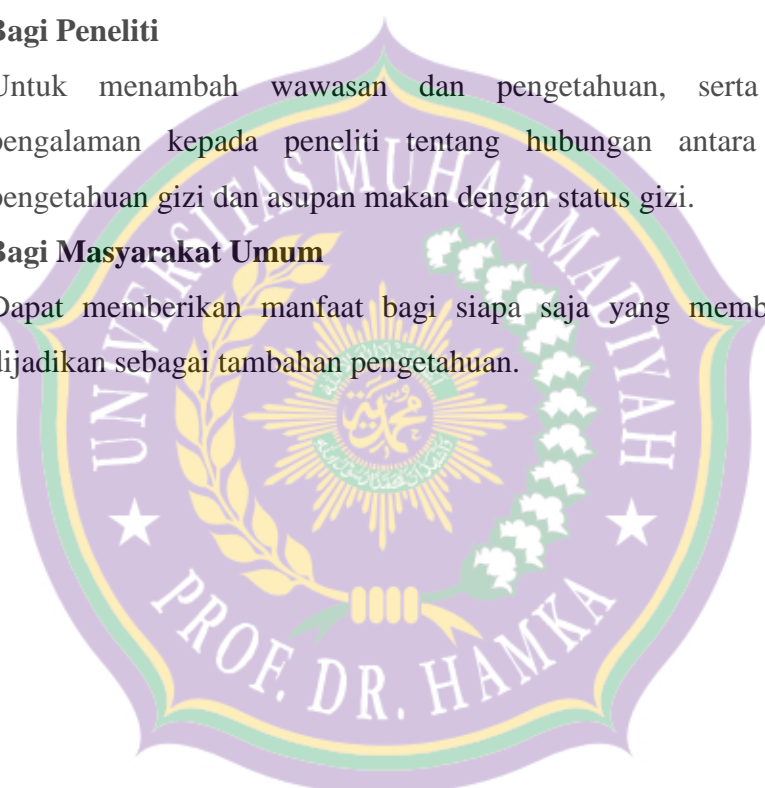
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi pembaca kajian ilmu pengetahuan terutama yang berkaitan dengan status gizi.

3. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan, serta memberikan pengalaman kepada peneliti tentang hubungan antara karakteristik, pengetahuan gizi dan asupan makan dengan status gizi.

4. Bagi Masyarakat Umum

Dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya untuk dijadikan sebagai tambahan pengetahuan.



Daftar Pustaka

- Almatsier, S. (2006). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S dkk. (2011). *Gizi Seimbang dalam daur kehidupan*. PT Gramedia Pustaka Utama : Jakarta.
- Ambarwati, F.R. (2012). *Gizi Dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Cakrawala Ilmu.
- Amelia, A. R., & Syam, A. (2013). *Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Dengan Status Gizi Santri Putri Yayasan Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar Sulawesi Selatan Tahun 2013*. Jurnal. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanudin.
- Amelia, F. (2008). *Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktifitas Fisik Dan Status Gizi Pada Remaja Di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Provinsi Jambi*. [Skripsi]. Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor.
- Arisman. (2004). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Kedokteran Universitas Indonesia.
- Arisman. (2010). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Kedokteran Universitas Indonesia.
- Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan. (2010). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Kementrian Kesehatan. RI. Jakarta.
- Budianto, A.K. (2009). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Cetakan keempat. Malang : Penerbit UMM Press.
- Datukramat, H., Dachlan, D. M., & Fatimah, S. (2014). *Gambaran Asupan, Status Gizi Dan Tingkat Kepuasan Santri Pondok Pesantren Hubulo Gorontalo*. Jurnal. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanudin.
- Depkes RI. (2002). *Pedoman Umum Gizi Seimbang (Panduan Untuk Petugas)*. Depkes RI, Jakarta.
- Depkes RI. (2008). *Standar Pelayanan Minimal Rumah Sakit*. Depkes RI, Jakarta.
- Erpridawati, D.D. (2012). *Hubungan Pengetahuan tentang Gizi dengan Status Gizi Siswa SMP di Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar*. Jurnal. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Handono, N.P. (2010). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Pada Nutrisi, Pola Makan, dan Energi Tingkat Konsumsi dengan Status Gizi Anak Usia Lima Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Selogiri, Wonogiri*. Jurnal Keperawatan, Vol 9 (1).

- Haq, A.B. (2014). *Status Gizi, Asupan Makan pada Remaja Putri yang Berprofesi sebagai Model*. Jurnal. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.
- Hendrayati, S., & Supriani, R. (2010). *Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Status Gizi Siswa SMP Negeri Tompobulu Kabupaten Bantaeng*. Jurnal Media Gizi Pangan, Vol 9 (1).
- Hidayat, A.A. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Surabaya: Health Books.
- Irianto, K. (2010). *Gizi dan pola hidup sehat*. Yrama Widya : Bandung.
- Khasanah, N. (2010). *Gambaran Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Darul Muttaqien (Santri Putri) Parung Bogor Tahun 2010*. [Skripsi]. Program studi kesehatan masyarakat fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan Universitas Islam Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Klau, Y.B., Ciptorini, D., & Setyaningrum, S.D. (2012). *Hubungan Asupan Energi Protein Lemak Dan Karbohidrat Dengan Status Gizi Pelajar Di SMPN 1 Kokap Kulon Progo Yogyakarta*. Jurnal.
- Kusumajaya, Y. (2007). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja (SLTP dan SLTA) Di Wilayah DKI Jakarta Tahun 2005*. [Tesis]. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Marbun, G. (2011). *Perbedaan Coping Stress Pada Pria dan Wanita Dalam Pernikahan*. [Skripsi]. Medan : FKM USU.
- Mardayanti, P. (2008). *Hubungan Faktor-Faktor Risiko Dengan Status Gizi Pada Siswa Kelas 8 Di SLTPN 7 Bogor*. [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Mukhtar, N. (2015). *Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Mahasiswa di Politeknik Ilmu Pelayaran Makassar Tahun 2015*. [Skripsi]. Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Nida. K. (2012). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Sisa Makanan Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum*. [Skripsi]. Banjarbaru. Stikes Husada Borneo.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverawati, A. & Wati, E.K. (2010). *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta.

- Putriantini. (2010). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan dengan Perilaku Anak Memilih Makanan di SDIT Muhammadiyah Al Kautsar Gumpang Kartasura*. [Skripsi]. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahayuningtyas, F (2012). *Hubungan antara Asupan Serat dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Lebih pada Siswa SMPN 115 Jakarta Selatan Tahun 2012*. [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Ratnasari, R. (2011). *Hubungan antara Asupan Energi, Protein dengan Status Gizi Siswa SMA Sekar Kemuning*. Jurnal. Program Studi Gizi Politeknik Kementrian Kesehatan Bandung.
- Rinanti, O.S. (2014). *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswa Siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura*. Jurnal. Program Studi Diploma III Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Samosir, I.A. (2008). *Hubungan Antara Citra Tubuh, Pola Konsumsi, Dan Aktifitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Putri SMP St Kristoforus 2 Jakarta Barat*. [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Sari, R.I. 2012. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Status Gizi Remaja Usia 12-15 Tahun di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Sekunder Riskesdas Tahun 2007)*. [Skripsi]. Fakultas Kesehatan Masyarakat universitas Indonesia.
- Sebayang, A.N. (2012). *Gambaran Pola Konsumsi Makanan Mahasiswa di Universitas Indonesia Tahun 2012*. Jurnal.
- Sediaoetama, A.D. (2000). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia*. Jilid I. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Cv Alfabeta.
- Supariasa Dkk. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Egc.
- Susanti, D.A. (2012). *Perbedaan Asupan Energi, Protein dan Status Gizi pada Remaja Panti Asuhan dan Pondok Pesantren*. Jurnal. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Sutyawan & Setiawan, B. (2013). *Penyelenggaraan Makanan, Daya Terima Makanan, dan Tingkat Asupan Siswa Asrama Kelas Unggulan SMA 1 Pemali Bangka Belitung*. Jurnal Gizi dan Pangan. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor 16680.

- Suzan, F. (2012). *Gambaran Status Gizi dan Siklus Menstruasi Pada Remaja Siswi SMA di Pesantren IMMIM MINASATENE Pangkep Sulawesi Selatan*. [Skripsi]. Program studi ilmu gizi FKM UNHAS, Makassar.
- Teti, (2012). *Gambaran Asupan zat gizi dengan status gizi di Asrama SMA Negeri 2 Tinggi Moncong (sekolah andalan SULSEL Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan*. [Skripsi]. Prodi Ilmu Gizi FKM UNHAS, Makassar.
- Warius dkk. (2015). *Hubungan antara Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Pelajar di SMP Negeri 13 Kota Manado*. Jurnal. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi.
- Winarno, B. (2008). *Kebijakan Publik Teori dan Proses*. Jakarta: PT Buku Kit.
- Yuniastuti, A. (2008). *Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Zuhdy, N. (2015). *Hubungan Pola Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Status gizi pada Pelajar Putri SMA Kelas 1 di Denpasar Utara*. Tesis. Program Pascasarjana Universitas Udayana Denpasar.

