KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN TINGKAT ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU INAKAKA PASSO

Kemenkes
Poltekkes Maluku

Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Kesehatan
Pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Disusun Oleh:

NURI LULANG
NIM : P07131023022

PROGRAM STUDI GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
2026

Dipindai dengan CamScanner

Kemenkes
Poltekkes Maluku

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Nuri Lulang, NIM : P07131023022, Dengan Judul "GAMBARAN TINGKAT ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU INAKAKA Wilayah Kerja Puskesmas Passo" Wilayah Kerja Puskesmas Passo" telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 13 Mei 2026

Dewan Penguji

Penguji Ketua

Nilfar Ruaida,SKM.,MPH
NIP. 197406061997032001

Penguji Anggota II

Dr. Ety Yuni Ristanti, SKM., MPH
NIP. 197908062010122001

Penguji Anggota III

Michran Marsaoly, SKM.,M.Kes
NIP. 197407011998032002

Mengesahkan,
Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Dr. Betty Anthoineta Sahertian,S.Pd., M.Kes
NIP. 197108121994032001

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi

Santi Aprilian Lestaluhu, S.Gz.,M.P.H
NIP. 198104092005012003

Dipindai dengan CamScanner

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas kasih karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Gambaran Tingkat Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Balita di Posyandu Inakaka Passo ".Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam upaya memenuhi salah satu syarat menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Kesehatan pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing, Michran Marsaoly, SKM.,M.Kes yang telah membimbing serta membantu dengan sabar dan telah memberikan saran dan nasehat, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.

Pada kesempatan ini juga penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan pada Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.
2. Kepala puskesmas Passo Drg. Bernadeth M. N. Marlessy yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian Di Posyandu Inakaka Passo

Dipindai dengan CamScanner

3. Santi Aprilian Lestaluhu S.Gz., M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan pengarahan dan pengetahuannya kepada penulis.
4. Nilfar Ruaida, SKM.M.P.H & Dr. Ety Yuni Ristanti, SKM.,M.P.H Selaku Penguji yang selalu memberikan masukan, nasehat dan dedikasi kasih bagi penulis selama mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Ambon.
5. Seluruh Staf Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku Jurusan Gizi yang selama ini banyak menyumbangkan ilmu pengetahuan kepada penulis.
6. Kepada Bapak Hasan Lulang, Almarhumah Sarah Boinauw, Abang Alamsya Rumodar, Dahlila Lulang, Rumalan Lulang, Nyong Lulang Terima kasih yang tulus atas doa dan pengobanan serta dukungan yang tiada henti sehingga Pendidikan ini dapat terselesaikan.
7. Terima kasih kepada teman – teman Siti Zubaidah Hayoto, Bertha Selvina Kambalem,Sisilia Lessa, Putri Abdiyanti Pelu dan teman – teman Angkatan 2023

Ambon, Mei 2026

Penulis

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
LEMBAR PENGESAHAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI v
DAFTAR TABEL vi
ABSTRAK vii
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **8**
A. Landasan Teori 8
B. Kerangka Konsep 16
BAB III METODE PENELITIAN **17**
A. Jenis Penelitian 17
B. Waktu dan Lokasi Penelitian 17
C. Populasi dan Sampel 17
D. Variabel dan Definisi Operasional 18
E. Cara Pengumpulan Data 19
F. Bahan atau Instrumen Penelitian 20
G. Cara Pengolahan dan Analisis Data 20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN **22**
A. Hasil Penelitian 22
B. Pembahasan 25
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN **31**
A. Kesimpulan 31
B. Saran 32
DAFTAR PUSTAKA 33
LAMPIRAN **36**

Dipindai dengan CamScanner

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.	Angka Kecukupan Gizi (AKG)	8
2.	Kategori Dari Ambang Batas Status Gizi Balita Berdasarkan Indeks	16
3.	Variabel Dan Definisi Operasional	18
4.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Balita Berdasarkan Umur	22
5.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Balita Berdasarkan Jenis Kelamin	23
6.	Distribusi Berdasarkan Asupan Zat Gizi Makro Balita	23
7.	Distribusi sampel berdasarkan status gizi indeks BB/U	25

Dipindai dengan CamScanner

ABSTRAK

GAMBARAN TINGKAT ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU INAKAKA PASSO

Nuri Lulang*) Michran Marsaoly**)

Latar Belakang : Status gizi balita merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas kesehatan anak dan keberhasilan pembangunan sumber daya manusia. Asupan zat gizi makro seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat sangat berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan balita. Ketidakseimbangan asupan zat gizi dapat menyebabkan masalah gizi, baik gizi kurang maupun gangguan pertumbuhan lainnya.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat asupan zat gizi makro dengan status gizi balita di Posyandu Inakaka Passo Kota Ambon.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian dilaksanakan di Posyandu Inakaka Passo Kota Ambon pada bulan April 2026. Populasi penelitian adalah seluruh balita usia 24–59 bulan yang terdaftar di Posyandu Inakaka Passo, dengan jumlah sampel sebanyak 25 balita yang memenuhi kriteria inklusi. Data asupan zat gizi makro diperoleh melalui wawancara menggunakan metode food recall 3×24 jam, sedangkan data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri menggunakan indikator berat badan menurut umur (BB/U). Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita memiliki asupan energi kategori baik sebanyak 12 balita (48%), asupan protein kategori baik sebanyak 24 balita (96%), asupan lemak kategori baik sebanyak 15 balita (60%), sedangkan asupan karbohidrat sebagian besar berada pada kategori defisit sebanyak 11 balita (44%). Status gizi balita berdasarkan indikator BB/U menunjukkan sebagian besar balita memiliki status gizi normal sebanyak 22 balita (88%), dan berat badan kurang sebanyak 3 balita (12%).

Kesimpulan : penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar balita di Posyandu Inakaka Passo memiliki status gizi normal dengan asupan protein dan lemak yang baik, namun masih ditemukan masalah pada asupan energi dan karbohidrat. Oleh karena itu, diperlukan edukasi gizi kepada ibu balita mengenai pentingnya pemberian makanan bergizi seimbang guna memenuhi kebutuhan zat gizi makro balita secara optimal.

Kata Kunci: Asupan zat gizi makro, status gizi, balita, BB/U, Posyandu Inakaka Passo.

*) Mahasiswa Jurusan Gizi (Penulis)

**) Dosen Jurusan Gizi (Pembimbing)

Dipindai dengan CamScanner