

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN PROTEIN HEWANI DAN SUSU DENGAN
STATUS GIZI PADA WANITA USIA SUBUR SUKU MADURA DI KECAMATAN
KEDUNGKANDANG KOTA MALANG TAHUN 2014**

TUGAS AKHIR

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Gizi Kesehatan



Oleh :

Diah Rezky Btari

NIM: 115070300111044

PROGRAM STUDI ILMU GIZI KESEHATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS BRAWIJAYA

MALANG

2014

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN PROTEIN HEWANI DAN SUSU DENGAN
STATUS GIZI PADA WANITA USIA SUBUR SUKU MADURA DI KECAMATAN
KEDUNG KANDANG KOTA MALANG TAHUN 2014**

Oleh :

Diah Rezky Btari
NIM: 115070300111044

Telah diuji pada

Hari : Jumat

Tanggal : 16 Januari 2015

dan dinyatakan lulus oleh:

Penguji I

Dian Handayani SKM., M.Kes., PhD
NIP. 19740402200312 2002

Penguji II/ Pembimbing I

Penguji III/ Pembimbing II

Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes
NIP: 195804141987012002

Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz, MPH
NIP: 84071207120031

Mengetahui,
Ketua Jurusan/ Ketua Prodi

Dr.dr. Endang Sri Wahyuni, MS
NIP. 19521008 198003 2 002

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, petunjuk dan kemudahan bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul **“Hubungan Antara Pola Makan Protein Hewani Dan Susu Dengan Status Gizi Pada Wanita Usia Subur Suku Madura Di Kecamatan Kedung Kandang Kota Malang Tahun 2014”**.

Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi persyaratan kelulusan Program Studi Strata 1 Jurusan Ilmu Gizi Kesehatan Universitas Brawijaya. Penulis tertarik akan judul penelitian ini, berdasarkan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa suku Madura memiliki banyak masalah kesehatan terutama dalam bidang Gizi. Peneliti menilai hal tersebut sangat perlu ditinjau kembali terutama dalam segi pola makan yang dipengaruhi dari berbagai faktor. Salah satunya adalah pola makan protein hewani. Wanita usia subur, terutama pada suku Madura merupakan kelompok rentan gizi yang apabila kekurangan intake protein akan mempengaruhi siklus kehidupan selanjutnya.

Perlu disadari bahwa penyusunan Tugas Akhir ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati disampaikan terimakasih kepada :

1. Dr. dr. Karyono Mintaroem, Sp.PA., sebagai dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang yang telah memberikan saya kesempatan untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
2. Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, M.S, sebagai ketua jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Brawijaya

3. Dian Handayani, SKM., M.Kes., PhD sebagai penguji, yang telah memberikan pengarahan dan banyak masukan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
4. Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes, sebagai pembimbing pertama, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam penulisan, sehingga mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini
5. Sebagai pembimbing kedua, ibu Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz, MPH yang telah banyak membantu, meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan segala hal dalam proses penyelesaian Tugas Akhir ini
6. Tim Penelitian Hiperfas yang sudah senantiasa banyak mendukung dan membawa peranan terbesar dalam keberlangsungan penelitian hingga sukses
7. Mama yang senantiasa mendukung dan menjaga dalam setiap doa dan memberikan segalanya tanpa batasan kasih dan sayang sehingga saya mampu berada disini untuk menuntut ilmu dengan baik
8. Segenap anggota Tim Pengelola Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya
9. Seluruh dosen pengajar dan staf program studi Ilmu Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah banyak membantu dalam memperoleh informasi dan pengetahuan selama ini
10. Kepala, Sekretaris, beserta staff dan jajaran Kecamatan Kedungkandang, kader, dan responden yang telah bersedia membantu selama proses penelitian
11. Kolega Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya angkatan 2011, atas kebersamaannya yang merupakan saudara terdekat

yang telah banyak memberikan dukungan, saran, motivasi dan kritik selama saya belajar

12. Semua para sahabatku tercinta yang selalu mampu menampung keluh kesah, memberikan motivasi terbesar selama proses belajar
13. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyelesaian Tugas Akhir ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu

Semoga Allah SWT. memberikan balasan pahala atas segala amal dan bantuan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa penulisan dan penyusunan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang positif dan membangun. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang membutuhkan.

Malang, 08 Januari 2015

Penulis

ABSTRAK

Btari, Diah R. 2015. Hubungan Antara Pola Makan Protein Hewani Dan Susu Dengan Status Gizi Pada Wanita Usia Subur Suku Madura Di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang Tahun 2014. Program Studi Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya. Pembimbing : (1) Dr. dr. Sri Andarini Mkes., (2) Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz, MPH

Pola makan penduduk Indonesia masih sangat kurang beragam, salah satunya adalah asupan bahan makanan sumber protein hewani dan susu. Kurang beragamnya pola makan seperti protein hewani dan susu akan sangat berpengaruh pada status gizi terutama pada wanita usia subur (WUS). Keberagaman dan jumlah kebiasaan makan seseorang akan dipengaruhi oleh kebudayaan, seperti suku Madura yang memiliki ciri khas tersendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan protein hewani dan susu dengan status gizi pada wanita usia subur suku madura di kecamatan Kedungkandang kota Malang tahun 2014. Penelitian *observasional* dengan desain *cross sectional* di kecamatan Kedungkandang pada bulan Februari – Juni 2014 dilakukan pada WUS suku madura . Pengambilan sampel dengan *consecutive sampling* sebanyak 76 responden. Data umum diperoleh melalui pengisian kuisioner, data pola makan diperoleh dengan menggunakan form SQFFQ, dan data status gizi (IMT) diperoleh dari pengukuran antropometri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan jumlah rata-rata asupan energi ($p=0,784$) dan protein ($p=0,142$) pada WUS suku Madura. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan lemak pada WUS suku Madura ($p=0,009$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara jumlah asupan lemak dalam pola makan protein hewani dan susu dengan status gizi pada WUS suku Madura di kecamatan Kedungkandang kota Malang dengan arah korelasi yang negatif

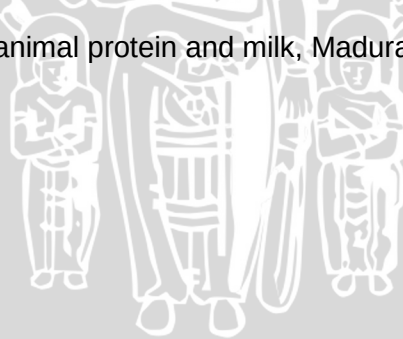
Kata Kunci : status gizi, pola makan protein hewani dan susu, suku madura, WUS

ABSTRACT

Btari, Diah R. 2015. *Correlation Between Food Pattern in Animal Protein and Milk with Nutritional Status of Women in Kedungkandang, Malang at 2014*. Final Assignment, Nutrition Program, Faculty of Medicine, Brawijaya University. Supervisors: (1) Dr. dr. Sri Andarini Mkes., (2) Catur Saptaning Wilujeng, S.Gz, MPH

In Indonesia, people mostly have a poor food pattern especially in food intake of animal protein and milk. This condition can make a impact of nutritional status in women that can lead to malnutrition. Cultural influences on food intake, in quantity and the quality. Madura, is a spesific culture in Indonesia which have a different characteristic in many aspect, such as in food choice. This research is aimed to prove the correlation between food pattern in animal protein and milk with nutritional status of women in Kedungkandang, Malang. An observational study with cross sectional design was performed in Kedungkandang, Malang in Februari-Juni 2014 for Madura women that live in there. The sample was collected using consecutive sampling method and the size was 76. Data on food pattern were obtained using SQFFQ form. Nutritional status data were obtained with anthropometric method. Result of analysis showed that there were no correlation between energy ($p=0,784$) and protein ($p=0,142$) with nutritional status. There were correlation between fat and nutritional status ($p=0,009$). But that way, the correlation showed the opposite. It means, high fat from animal protein diet can make a lower nutritional status. The conclusion is there were correlation between fat of animal protein and milk with nutritional status ($p=0,009$) in Madura women who lived in Kedungkandang, Malang.

Keyword : nutritional status, animal protein and milk, Madura, women



DAFTAR ISI

Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Abstrak	vi
Abstract	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xv
Daftar Lampiran	xvi
Daftar Singkatan	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Bagi Akademik	7
1.4.2 Manfaat Bagi Praktisi	7
1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8

2.1 Pola Makan	8
2.1.1 Definisi	8
2.1.2 Faktor yang Berpengaruh	8
2.1.3 Pola Makan Sehat	10
2.2 Protein	13
2.2.1 Definisi dan Fungsi	13
2.2.2 Klasifikasi	14
2.2.2.1 Protein Hewani	14
2.2.3 Bahan Makanan Sumber Protein	15
2.2.4 Angka Kecukupan Protein	16
2.2.5 Dampak Kekurangan Protein	16
2.3 Status Gizi	17
2.3.1 Definisi	17
2.3.2 Faktor yang Berpengaruh	17
2.3.3 Penilaian Status Gizi	20
2.3.4 Indikator dan Parameter Status Gizi pada WUS	24
2.3.5 Masalah Terkait Status Gizi	24
2.3.6 Hubungan Status Gizi dengan Konsumsi Protein	28
2.4 Suku Madura	31
2.4.1 Gambaran Umum	31
2.4.2 Keberagaman Pangan	32
2.4.3 Masalah Gizi dan Kesehatan	34
2.4.4 Perbandingan Pola Konsumsi dengan Suku Lain	34
2.5 Wanita Usia Subur	
2.5.1 Definisi	36

2.5.2 Pentingnya Status Gizi pada WUS	36
2.5.3 Pola Makan dan WUS.....	37
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	38
3.1 Kerangka Konsep	38
3.2 Hipotesis	40
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN.....	41
4.1 Rancangan Penelitian	41
4.2 Populasi dan Sampel	41
4.2.1 Populasi	41
4.2.2 Sampel	41
4.2.2.1 Kriteria Inklusi	42
4.2.2.2 Kriteria Eksklusi	42
4.2.2.3 Teknik Sampling	42
4.3 Variabel Penelitian	43
4.3.1 Variabel Bebas	43
4.3.2 Variabel Terikat	44
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	44
4.4.1 Lokasi Penelitian.....	44
4.4.2 Waktu Penelitian.....	44
4.5 Bahan dan Alat Penelitian	45
4.6 Definisi Operasional	46
4.7 Prosedur Penelitian dan Pengumpulan Data.....	47
4.7.1 Persiapan	47

4.7.2 Pengumpulan Data	47
4.8 Instrumen Penelitian	52
4.8.1 Data Primer	52
4.8.2 Data Sekunder	53
4.9 Pengolahan dan Analisa Data	53
4.9.1 Pengolahan Data.....	53
4.9.2 Analisis Data	55
4.9.2.1 Analisis Univariat	55
4.9.2.2 Analisis Biivariat.....	56
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	59
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	59
5.2 Karakteristik Umum Responden	59
5.3 Analisa Data	60
5.3.1 Status Gizi Responden	61
5.3.2 Kebiasaan Konsumsi Protein Hewani dan Susu Responden.....	62
5.3.2.1 Jumlah Rata-Rata	62
5.3.2.2 Frekuensi Konsumsi Protein dan Susu Responden .	63
5.3.2.3 Kebiasaan Konsumsi Jenis Protein Hewani	65
5.3.3 Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Konsumsi Protein (g) dalam Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi.....	67
5.3.4 Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Konsumsi Lemak (g) dalam Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi.....	67

5.3.5 Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Energi (kkal) dalam Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi	68
--	----

BAB 6 PEMBAHASAN 69

6.1 Gambaran Pola Makan Protein Hewani dan Susu Wanita Usia Subur Suku Madura di Kecamatan	69
6.1.1 Jumlah Rata-Rata Konsumsi	70
6.1.2 Jenis Bahan Makanan	70
6.1.3 Frekuensi Konsumsi	72
6.2 Status Gizi Wanita Usia Subur Suku Madura Di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang	72
6.3 Hubungan Antara Jumlah Rata-rata Intake Energi (kkal) Dari Pola Makan Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi Pada WUS Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang	73
6.4 Hubungan Antara Jumlah Rata-rata Intake Protein (g) Dari Pola Makan Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi Pada WUS Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang	74
6.5 Hubungan Antara Jumlah Rata-rata Intake Lemak (g) Dari Pola Makan Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi Pada WUS Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang	75
6.6 Keterbatasan Penelitian	77

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN 79

7.1 Kesimpulan	79
7.2 Saran	80

DAFTAR PUSTAKA 81

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Mutu dan Beberapa Sumber Protein	16
Tabel 2.2 Angka Kecukupan Protein dalam gram per hari Berdasarkan AKG 2013.....	16
Tabel 2.3 Metode Pegukuran Tidak Langsung.....	24
Tabel 2.4 Kategori Ambang Batas IMT menurut Kriteria Asia Pasifik WHO, 2000	25
Tabel 2.5 Kategori Ambang Batas IMT Indonesia Depkes, 2003	25
Tabel 2.6 <i>Public Health Significance Underweight</i> pada Wanita Dewasa	27
Tabel 2.7 Penelitian-Penelitian Terkait Hubungan Status Gizi Dan Konsumsi Protein	28
Tabel 4.1 Alat yang Digunakan dalam Penelitian	45
Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
Tabel 4.3 Koefisien Korelasi dan Kekuatan Hubungan Uji <i>Pearson</i>	57
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan: Umur, Suku Ayah, Suku Ibu, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan.....	60
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi (IMT) Responden Berdasarkan Kelompok Umur.....	62
Tabel 5.3 Rata-rata Kebiasaan Konsumsi Protein Hewani dan Susu	63
Tabel 5.4 Rata-rata Kebiasaan Konsumsi Protein Hewani dan Susu	63
Tabel 5.5 Persentase Kebiasaan Konsumsi Protein Hewani Menurut Jenis Bahan Pangan.....	66
Tabel 5.6 Hasil Analisis Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Konsumsi Protein (g) dalam Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu dengan Status Gizi.....	67

Tabel 5.7 Hasil Analisis Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Konsumsi Lemak Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu dengan Status Gizi	67
--	----

Tabel 5.8 Hasil Analisis Hubungan Antara Jumlah Rata-Rata Konsumsi Energi (kkal) dalam Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu dengan Status Gizi	68
--	----

UNIVERSITAS BRAWIJAYA



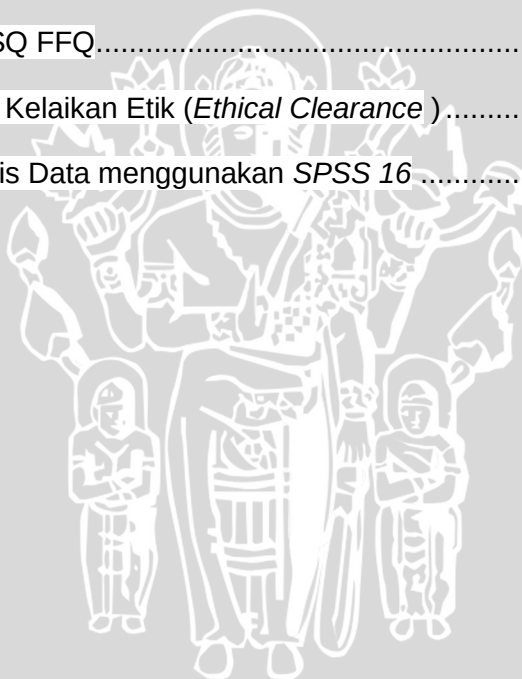
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Konsep Dasar Pedoman Gizi Seimbang	12
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Antara Pola Makan Protein Hewani dan Susu Dengan Status Gizi pada Wanita Usia Subur Suku Madura di Kecamatan Kedung Kandang Kota Malang Tahun 2014	38
Gambar 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan IMT	61
Gambar 5.2 Presentase Frekuensi Konsumsi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani dan Susu Responden	65



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran1 Pernyataan Keaslian Tulisan	88
Lampiran 2 <i>General Questionnaire</i>	89
Lampiran 3 Lembar Persetujuan.....	91
Lampiran 4. Pengantar Kuesioner	92
Lampiran 5. Form Skrining.....	94
Lampiran 6. Form Antropometri	95
Lampiran 7. Kuesioner SQ FFQ.....	96
Lampiran 8. Keterangan Kelaikan Etik (<i>Ethical Clearance</i>)	98
Lampiran 9. Hasil Analisis Data menggunakan SPSS 16	99



DAFTAR SINGKATAN

4S5S	Empat Sehat Lima Sempurna
AKG	Angka Kecukupan Gizi
BBLR	Berat Badan Lahir Rendah
BMI	<i>Body Mass Index</i>
DPK	Daerah Bermasalah Kesehatan
IPKM	Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat
KEK	Kurang Energi Kronis
LILA	Lingkar Lengan Atas
NB	Nilai Biologi
NPU	<i>Net Protein Unit</i>
PER	<i>Protein Efficiency Ratio</i>
PJT	Pertumbuhan Janin Terhambat
PSG	Penilaian Status Gizi
PT	Perguruan Tinggi
PUGS	Pedoman Umum Gizi Seimbang
SD	Sekolah Dasar
SMA	Sekolah Menengah Atas
SMP	Sekolah Menengah Pertama
SQ FFQ	Badan Pengawasan Obat dan Makanan
WFR	<i>Weight Food Record</i>
WHO	World Health Organization
WNPNG	Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi
WUS	Wanita Usia Subur