



**PERBEDAAN ASUPAN ZAT GIZI MIKRO, KEJADIAN GIZI
LEBIH DAN TEKANAN DARAH PADA SANTRIWATI
BOARDING SCHOOL YANG MEMILIKI AHLI GIZI DAN
TANPA AHLI GIZI**

SKRIPSI

DIAZ ISFAHAMI FITRI

1910714002

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM SARJANA GIZI PROGRAM SARJANA

2023



**PERBEDAAN ASUPAN ZAT GIZI MIKRO, KEJADIAN GIZI
LEBIH DAN TEKANAN DARAH PADA SANTRIWATI
BOARDING SCHOOL YANG MEMILIKI AHLI GIZI DAN
TANPA AHLI GIZI**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

DIAZ ISFAHAMI FITRI

1910714002

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Diaz Isfahami Fitri
NIM : 1910714002
Tanggal : 4 Juli 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 Juli 2023

Yang menyatakan,


(Diaz Isfahami Fitri)



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diaz Isfahami Fitri
NIM : 1910714002
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Perbedaan Asupan Zat Gizi Mikro, Kejadian Gizi Lebih dan Tekanan Darah pada Santriwati *Boarding School* yang Memiliki Ahli Gizi dan Tanpa Ahli Gizi”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 13 Juli 2023

Yang menyatakan,



(Diaz Isfahami Fitri)

PENGESAHAN


Skripsi diajukan oleh :

Nama : Diaz Isfahami Fitri
NIM : 1910714002
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Perbedaan Asupan Zat Gizi Mikro, Kejadian Gizi Lebih dan Tekanan Darah pada Santriwati *Boarding School* yang Memiliki Ahli Gizi dan Tanpa Ahli Gizi


Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana gizi pada program studi gizi program sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.


Dr. Firlia Ayu Arini, SKM., MKM


Ketua Penguji


Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.kom., MKM

Penguji II


Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi

Pembimbing


Desmawati, SKp., M.Kep., Sp. Mat., PhD

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM

Koordinator Program Studi Gizi Program

Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 4 Juli 2023

PERBEDAAN ASUPAN ZAT GIZI MIKRO, KEJADIAN GIZI LEBIH DAN TEKANAN DARAH PADA SANTRIWATI *BOARDING SCHOOL* YANG MEMILIKI AHLI GIZI DAN TANPA AHLI GIZI

Diaz Isfahami Fitri

Abstrak

Adanya ahli gizi yang berperan langsung dalam sistem penyelenggaraan makanan di sebuah institusi *boarding school* merupakan hal yang belum banyak disediakan oleh *boarding school* pada umumnya dimana seharusnya ahli gizi tersebut sangat dibutuhkan agar nutrisi santriwati tercukupi dengan pengawasan seorang ahli gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan asupan zat gizi mikro (natrium dan zat besi), kejadian gizi lebih dan tekanan darah pada santriwati *Boarding School* yang memiliki ahli gizi dan tanpa ahli gizi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian yaitu sebanyak 79 responden pada masing-masing *boarding school* sehingga total sampel adalah 158 responden dan menggunakan teknik pengambilan sampel *Stratified Random Sampling*. Analisis data menggunakan uji beda *Mann Whitney* untuk jenis data numerik dan uji *Chi-Square* untuk jenis data kategorik. Terdapat perbedaan asupan zat besi pada santriwati di Al-Hamidiyah dan Dwiwarna *Boarding School* dengan $p\text{-value} = 0.000$.

Kata kunci: Ahli Gizi, Kejadian Gizi Lebih, Natrium, Tekanan Darah, Zat Besi

THE DIFFERENCES BETWEEN MICRONUTRIENTS INTAKES, HIGH INCIDENCE OF OVERNUTRITION AND BLOOD PRESSURE AMONGST STUDENTS OF BOARDING SCHOOLS WITH AND WITHOUT NUTRITIONIST

Diaz Isfahami Fitri

Abstract

The role of nutritionist on food service in boarding school institutions is rarely applied by the boarding schools, however the role of nutritionist is crucial for students in order to meet their nutritional needs by supervising their nutritional values and intakes. Goal: Analyzed the differences between micronutrients intakes (natrium and iron), high incidence of nutrition and blood pressure amongst students in boarding schools with and without nutritionist. Methodes: The research is using quantitative methods with cross sectional design. The samples are 79 respondents from each boarding schools which resulting in total 158 respondents and were chosen by stratified random sampling technique. The data were analyzed by Mann Whitney for numerical data and Chi Square for categorical data. Results: There are the differences between iron intakes amongst Al-Hamidiyah students and Dwiwarna Boarding School student (p-value = 0.000).

Keywords: High Incidence of Overnutrition, Natrium, Nutritionist, Blood Pressure, Iron

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbedaan Asupan Zat Gizi Mikro, Kejadian Gizi Lebih dan Tekanan Darah pada Santriwati *Boarding School* dengan Ahli Gizi dan Tanpa Ahli Gizi” tepat waktu. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM, selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah memberikan wadah untuk para mahasiswanya dalam berpikir kreatif dan membangun semangat para mahasiswanya.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gizi selaku dosen pembimbing yang dengan ketulusan hatinya meluangkan waktu beliau untuk membimbing dan memberikan saran sehingga Penulis mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu. Kepada Ibu Dr. Firlia Ayu Arini, SKM., MKM dan Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM selaku dosen penguji yang sudah berkenan meluangkan waktunya untuk menguji serta memberikan kritik maupun saran untuk Penulis dapat menyempurnakan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga Penulis yaitu Bapak Sonny Harsono (Ayah), Ibu Lenny Liliadewi (Ibu), Dea Isfahani Putri (Kakak), dan Dio Isfahma Putra (Kakak), serta para sahabat dan teman Penulis yang selalu mendukung dan mendoakan Penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Penulis menyadari masih terdapat ketidaksempurnaan dalam skripsi ini. Maka dari itu, kritik dan saran sangat diterima oleh Penulis untuk dapat menyempurnakan skripsi ini.

Jakarta, 27 Juni 2023

Penulis

Diaz Isfahami Fitri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja	7
II.2 Asupan Zat Gizi Mikro	9
II.3 Gizi Lebih	11
II.4 Tekanan Darah	14
II.5 Ahli Gizi	16
II.6 Matriks Pendahuluan	18
II.7 Kerangka Teori	21
II.8 Kerangka Konsep.....	22
II.9 Hipotesis Penelitian	22
BAB III METODELOGI PENELITIAN	23
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	23
III.2 Desain Penelitian	23
III.3 Populasi dan Sampel.....	23
III.4 Pengumpulan Data.....	26
III.5 Etik Penelitian.....	27
III.6 Definisi Operasional	28
III.7 Analisis Data.....	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	31
IV.2 Hasil Uji Univariat.....	32
IV.3 Hasil Uji Bivariat.....	36
IV.4 Keterbatasan Penelitian	40
BAB V PENUTUP.....	41
V.1 Kesimpulan.....	41
V.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kecukupan Zat Besi untuk Remaja Menurut AKG.....	11
Tabel 2	Kategori Status Gizi	13
Tabel 3	Klasifikasi Tekanan Darah	15
Tabel 4	Matriks Pendahuluan.....	18
Tabel 5	Total Sampel pada Populasi Setiap Kelas	25
Tabel 6	Definisi Operasional.....	28
Tabel 7	Karakteristik Responden	33
Tabel 8	Gambaran Asupan Zat Gizi Mikro	34
Tabel 9	Gambaran Kejadian Gizi Lebih.....	35
Tabel 10	Gambaran Tekanan Darah	36
Tabel 11	Perbedaan Asupan Zat Gizi Mikro	37
Tabel 12	Perbedaan Kejadian Gizi Lebih.....	38
Tabel 13	Perbedaan Tekanan Darah	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	21
Gambar 2	Kerangka Konsep	22
Gambar 3	Prosedur Pengambilan data	27
Gambar 4	Peta Lokasi Al-Hamidiyah	31
Gambar 5	Peta Lokasi Dwiwarna	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 6 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7 *Output* Uji Normalitas
- Lampiran 8 *Output* Uji Analisis Univariat
- Lampiran 9 *Output* Analisis Uji Bivariat
- Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 12 Hasil Turnitin