

TUGAS AKHIR

**KEBUTUHAN GIZI KARBOHIDRAT DAN NILAI GIZI MENU
MAKANAN YANG DISAJIKAN DI ASRAMA AKADEMI
ANGKATAN UDARA (AAU) YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



HALIMAH NURUL HIDAYAH

P07131115019

PRODI D-III GIZI

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN

YOGYAKARTA

TAHUN 2018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

**“Kebutuhan Gizi Karbol dan Nilai Gizi Menu Makanan yang
Disajikan di Asrama Akademi Angkatan Udara (AAU) Yogyakarta”**

Disusun oleh:


HALIMAH NURUL HIDAYAH
NIM. P07131115019


telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
13 Juli 2018

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


Tjarono Sari, SKM, M.Kes
NIP. 196102031985012001


Lastmi Wayansari, S.Gz, M.PH
NIP. 198007192001122002

Yogyakarta, 13 Juli 2018
Ketua Jurusan Gizi



DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**“KEBUTUHAN GIZI KARBOL DAN NILAI GIZI MENU
MAKANAN YANG DISAJIKAN DI ASRAMA AKADEMI
ANGKATAN UDARA (AAU) YOGYAKARTA”**

Disusun oleh:

HALIMAH NURUL HIDAYAH
NIM. P07131115019

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 6 Juli 2018

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Setyowati, SKM, M.Kes
NIP. 196406211988032002

Anggota,
Tjarono Sari, SKM, M.Kes
NIP. 196102031985012001

Anggota,
Lastmi Wayansari, S.Gz, M.PH
NIP. 198007192001122002

Yogyakarta, 06 Juli 2018
Ketua Jurusan Gizi



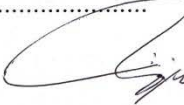
DR. Ir. I Made Arit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : HALIMAH NURUL HIDAYAH

NIM : P07131115019

Tanda Tangan : 

Tanggal : 06 Juli 2018

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Halimah Nurul Hidayah
NIM	: P07131115019
Program Studi	: DIII Gizi
Jurusan	: Gizi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas **Karya Tulis Ilmiah** saya yang berjudul :
"KEBUTUHAN GIZI KARBOL DAN NILAI GIZI MENU MAKANAN YANG DISAJIKAN DI ASRAMA AKADEMI ANGKATAN UDARA (AAU) YOGYAKARTA"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/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.

Dibuat di : Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Pada tanggal : 06 Juli 2018

Yang menyatakan



(Halimah Nurul Hidayah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI/TA) dengan judul “Kebutuhan Gizi Karbol dan Nilai Gizi Menu Makanan yang Disajikan di Asrama Akademi Angkatan Udara (AAU) Yogyakarta”.

Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Tjarono Sari, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan Lastmi Wayansari, S.Gz, M.PH selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi.
3. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi DIII Gizi.
4. Marsekal Muda TNI Sri Mulyo Handoko, S.Ip, M.AP selaku Gubernur Akademi Angkatan Udara (AAU).
5. Ari Widyaningsih, A.Md selaku Perwira Gizi Akademi Angkatan Udara (AAU).
6. Setyowati, SKM, M.Kes selaku penguji yang telah memberi masukan bagi peneliti.
7. Ibu saya Ibu Haryanti dan kedua kakak saya Maulana Pandhu Subhan dan Maulana Imam Muslim yang senantiasa mendoakan serta memberikan dukungan material dan moral.
8. Paman saya Gatot Teguh Saputra yang senantiasa mendoakan serta memberikan banyak dukungan selama ini.
9. Sahabat saya Supidah dan Asmananda Sabilla yang senantiasa mendoakan serta memberikan banyak dukungan selama ini.
10. Sahabat Poltekkes Kemenkes Yogyakarta (Nanda, Nurul, Hana, Yeni, Yuni, Uus, Vania, Iqoh, Resty, Wulan, Deas dan Banu) yang senantiasa mendoakan serta memberikan banyak dukungan selama ini.

11. Semua teman-teman Jurusan Gizi angkatan 2015, atas segala kebersamaan dan kerjasama yang telah kita jalani selama proses perkuliahan.
12. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis tuliskan satu per satu yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Aamiin.

Yogyakarta, 06 Juli 2018

Penulis

Halimah Nurul Hidayah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Pustaka	7
B. Landasan Teori	26
C. Kerangka Konsep	27
D. Pernyataan Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis dan Desain Penelitian	28
B. Subyek dan Obyek	28
C. Waktu dan Tempat	31
D. Variabel Penelitian	31
E. Batasan Istilah	32
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	34
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	35
H. Uji Validitas	36
I. Prosedur Penelitian.....	36
J. Manajemen Data	38
K. Etika Penelitian	39
L. Etika Penelitian	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
B. Gambaran Umum Penyelenggaraan Makanan Asrama Akademi.. Angkatan Udara (AAU)	42
C. Karakteristik Karbol Akademi Angkatan Udara (AAU).....	46
D. Kebutuhan Gizi Karbol	47
E. Porsi Makanan yang Disajikan.....	49
F. Menu Makanan yang Disajikan.....	51
G. Pemenuhan Gizi Makanan Terhadap Kebutuhan Gizi Karbol.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Perhitungan Angka Metabolisme Basal	19
Tabel 2. Faktor Aktivitas	20
Tabel 3. Angka Kecukupan Energi	20
Tabel 4. Angka Kecukupan Karbohidrat	21
Tabel 5. Angka Kecukupan Lemak.....	22
Tabel 6. Proporsi Kebutuhan Protein Berdasarkan Keluaran Energi Sehari	22
Tabel 7. Angka Kecukupan Protein	23
Tabel 8. Penentuan Jumlah Sampel dari Populasi Tertentu dengan Taraf Kesalahan 1%, 5%, dan 10%	28
Tabel 9. Distribusi Karakteristik Karbol Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 10. Rata-Rata Kebutuhan Energi Karbol Akademi Angkatan Udara	47
Tabel 11. Rata-Rata Perhitungan Kebutuhan Gizi Karbol dengan Juknik TNI AU	48
Tabel 12. Hasil Penimbangan Makan Pagi	49
Tabel 13. Hasil Penimbangan Makan Siang	50
Tabel 14. Hasil Penimbangan Makan Malam	50
Tabel 15. Hasil Penimbangan <i>Extra Feeding</i>	50
Tabel 16. Rata-Rata Nilai Gizi Menu Makanan Yang Disajikan.....	53
Tabel 17. Pemenuhan Kebutuhan Gizi Karbol berdasarkan Juknik TNI-AU	55
Tabel 18. Pemenuhan Kebutuhan Gizi Karbol berdasarkan Perhitungan .	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Perijinan Penelitian	61
Lampiran 2. Rekomendasi Persetujuan Etik	62
Lampiran 3. Surat Pengantar Responden	63
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	64
Lampiran 5. Formulir Estimasi Makanan	65
Lampiran 6. Formulir Pedoman Wawancara	66
Lampiran 7. Sektor Kerja Subsidi Wattar	67
Lampiran 8. Siklus Menu Makanan Karbol.....	68
Lampiran 9. Menu Makanan Karbol Saat Penelitian	76
Lampiran 10 Daftar Bon Belanja	77
Lampiran 11. Hasil Perhitungan Nilai Gizi Menu Makanan yang Disajikan	78
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	79