

KARYA TULIS ILMIAH

**KAJIAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI GULA GARAM
LEMAK DI RUMAH TANGGA DI DESA DONOTIRTO,
KECAMATAN KRETEK, KABUPATEN BANTUL**



DISUSUN OLEH:

TSANIA LAKSITA HAPSARI

P07131122042

PROGRAM STUDI GIZI PROGRM DIPLOMA TIGA

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

**KAJIAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI GULA GARAM
LEMAK DI RUMAH TANGGA DI DESA DONOTIRTO,
KECAMATAN KRETEK, KABUPATEN BANTUL**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



DISUSUN OLEH:
TSANIA LAKSITA HAPSARI
P07131122042

PROGRAM STUDI GIZI PROGRM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
KARYA TULIS ILMIAH**

“Kajian Pengetahuan dan Konsumsi Gula Garam Lemak Di Rumah Tangga Di
Desa Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul”

“Assessment of Knowledge and Consumption of Sugar Salt Fat in Households in
Donotirto Village, Kretek Subdistrict, Bantul Regency”

Disusun oleh:

TSANIA LAKSITA HAPSARI

NIM P07131122042

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal,

08 Mei 2025

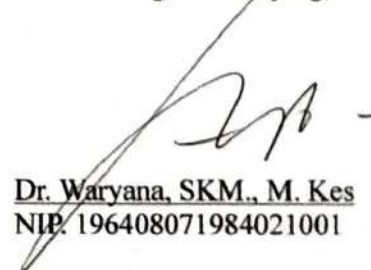
Menyetujui,

Pembimbing Utama,



Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

Pembimbing Pendamping,



Dr. Waryana, SKM., M. Kes
NIP. 196408071984021001



Yogyakarta, Mei 2025

Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

“Kajian Pengetahuan Terhadap Konsumsi Gula Garam Lemak Di Rumah Tangga
Di Desa Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul”

Disusun oleh:

TSANIA LAKSITA HAPSARI

NIM P07131122042

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 15 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Joko Susilo, SKM, M.Kes
NIP. 196412241988031002

(.....)

Anggota,
Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

(.....)

Anggota,
Dr. Waryana, SKM., M. Kes
NIP. 196408071984021001

(.....)

Yogyakarta, Mei 2025

Ketua Jurusan Gizi **A**



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Tsania Laksita Hapsari

NIM : P07131122042

Tanda Tangan :



Tanggal

: 15 Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Tsania Laksita Hapsari

NIM : P07131122042

Program Studi : D3 Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Non eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

“Kajian Pengetahuan dan Konsumsi Gula Garam Lemak di Rumah Tangga di
Desa Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta 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,

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 10 Juli 2025

Yang menyatakan,



(Tsania Laksita Hapsari)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari selaku pembimbing utama dan 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. Bapak Dr. iswanto, S.Pd., M.kes selaku Direktur Utama Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
3. Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
4. Susilo Wirawan, SKM, MPH selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dalam terbentuknya Tugas Akhir.
5. Dr. Waryana, SKM, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam terbentuknya Tugas Akhir.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
7. Sahabat penulis yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini

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

Yogyakarta, 04 November 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	Error! Bookmark not defined.
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Telaah Pustaka.....	8
B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep	25
D. Pernyataan Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis dan Desain Penelitian	27
B. Populasi dan Sampel	27
C. Waktu dan Tempat.....	28
D. Definisi Operasional Variabel	28

E. Jenis dan Teknik Pengambilan Data.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Prosedur Penelitian.....	30
H. Manajemen Data	31
I. Analisis Data	32
J. Etika Penelitian	32
K. Hambatan Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil	34
B. Pembahasan.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kategori Kandungan Gula per 100gram Jenis Makanan.....	16
Tabel 2 Daftar Pangan Penukar 1 Satuan Penukar.....	16
Tabel 3 Kategori Kandungan Natrium per 100gram Jenis Makanan	18
Tabel 4 Daftar Makanan Tinggi Natrium	18
Tabel 5 Kategori Kandungan Lemak Total per 100gram Jenis Makanan	21
Tabel 6 Kelompok Pangan Sumber Lemak.....	21
Tabel 7 Definisi Operasional Variabel	28
Tabel 8 Instrumen Penelitian.....	30
Tabel 9 Distribusi Responden berdasarkan Variabel Pengetahuan dan Konsumsi Gula...	40
Tabel 10 Distribusi Responden berdasarkan Variabel Pengetahuan dan Konsumsi Garam	40
Tabel 11 Distribusi Responden berdasarkan Variabel Pengetahuan dan Konsumsi Lemak	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian.....	25
Gambar 3 Peta Wilayah Dusun Donotirto.....	34
Gambar 4 Distribusi Responden berdasarkan Karakteristik	35
Gambar 5 Distribusi tingkat pengetahuan ibu rumah tangga tentang gula, garam dan lemak (GGL).....	36
Gambar 6 Jumlah Konsumsi Gula di Rumah Tangga di Kalurahan Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul.....	37
Gambar 7 Jumlah Konsumsi Garam di Rumah Tangga di Kalurahan Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul.....	38
Gambar 8 Jumlah Penggunaan Lemak di Rumah Tangga di Kalurahan Donotirto, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Komite Etik Penelitian Kesehatan.....	55
Lampiran 2 Kuesioner Pengetahuan Gula, Garam dan Lemak.....	56
Lampiran 3 Formulir Recall 24 jam.....	58
Lampiran 4 Data Jawaban Kuesioner Pengetahuan.....	59
Lampiran 5 Hasil Perhitungan Recall 24 Jam.....	62
Lampiran 6 Analisis SPSS	64