

**TUGAS AKHIR**

**ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLERET BANTUL**



DISUSUN OLEH :  
**ELSA LOVITA NUGROHO**  
**NIM. P71313124054**

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI DIETISIEN PROGRAM PROFESI  
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

**TUGAS AKHIR**

**ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLERET BANTUL**

Disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar  
Dietisien



DISUSUN OLEH :  
**ELSA LOVITA NUGROHO**  
NIM. P71313124054

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI DIETISIEN PROGRAM PROFESI  
JURUSAN GIZI POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES YOGYAKARTA  
TAHUN 2025**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**TUGAS AKHIR**

**“ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLERET BANTUL”**

Disusun Oleh :

ELSA LOVITA NUGROHO

NIM. P71313124054

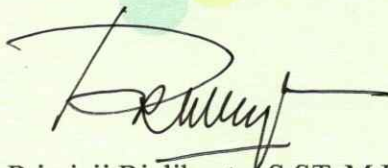
Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

..... 25 November 2025 .....

Menyetujui,

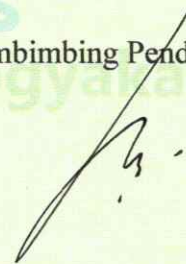
Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes.

NIP. 196606181989021001



Dr. Waryana, S.KM.,M.Kes

NIP. 196408071984021001

Yogyakarta,..... 25 November 2025 .....

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM., M.Kes

NIP. 196804021992031003

**LEMBAR PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PLERET BANTUL**

Disusun Oleh :

ELSA LOVITA NUGROHO

NIM. P71313124054

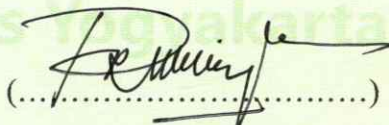
Telah dipertahankan dalam seminar tugas akhir di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal ..11 Desember 2025

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes.

NIP. 196606181989021001

  
(.....)

Anggota,

Siti Budi Utami S.Gz, MPH

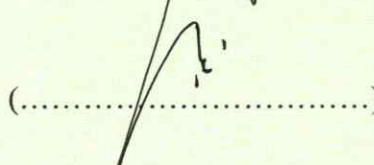
NIP. 198811272014032002

  
(.....)

Anggota,

Dr. Waryana, S.KM.,M.Kes

NIP. 196408071984021001

  
(.....)

Yogyakarta, ..11 Desember 2025

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM., M.Kes

NIP. 196804021992031003

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas akhir ini sepenuhnya merupakan hasil karya penulis sendiri yang disusun dengan penuh tanggung jawab. Setiap sumber kutipan maupun rujukan yang digunakan dalam penulisan telah dicantumkan secara benar dan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku, sehingga dapat dipertanggungjawabkan keaslian serta kebenarannya.

Nama : Elsa Lovita Nugroho

NIM : P71313124054

Tanda tangan :



Tanggal : 20 November 2025

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai bagian dari sivitas akademika Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elsa Lovita Nugroho

NIM : P7131324054

Program Studi : Pendidikan Profesi Dietisien

Jurusan : Gizi

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

Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas  
Pleret Bantul

Beserta perangkat pendukung yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak untuk menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, serta mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 25 November 2025

Yang menyatakan,



(Elsa Lovita Nugroho)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret Bantul”. Penulis menyampaikan terima kasih kepada M. Primiaji Rialihanto, S.ST., M.Kes selaku pembimbing utama, serta Dr. Waryana, S.KM.,M.Kes, selaku pembimbing pendamping, atas kesabaran, arahan, dan bimbingan yang telah diberikan. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Ibu Siti Budi Utami S.Gz, MPH., selaku ketua penguji.
4. Seluruh dosen program studi pendidikan profesi dietisien yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan dan sebagai bahan acuan dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Kepala puskesmas, ahli gizi, orang tua balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret yang telah memberikan izin dan sudah berkenan untuk bekerja sama serta terlibat dalam proses pengambilan data tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua penulis Eddy Nugroho dan Almh. Liza Herawati yang sudah di surga, yang senantiasa mendukung dan memberikan kasih sayang dari saya kecil hingga dewasa, serta memberikan dukungan doa dalam kelancaran penyusunan tugas akhir.
7. Teman terdekat penulis, Rendi Yurisdika Ardy yang selalu menemani dari awal pendaftaran kuliah hingga akhir, mendengarkan keluh kesah, memberikan dukungan dan motivasi sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Kiki, Sheily, Ayun, dan Valling, selaku sahabat dan teman seperjuangan, atas kebersamaan dan kesabaran serta selalu memberikan motivasi, dan semangat kepada penulis.
9. Teman – teman seperjuangan Profesi Dietisien Angkatan 9 yang menjadi rekan selama proses pendidikan profesi yang telah kebersamai selama ini.
10. Terakhir, kepada diri sendiri, Elsa Lovita Nugroho. Terima kasih telah mampu kooperatif dalam mengerjakan tugas akhir. Terima kasih telah selalu berpikir positif, berusaha mempercayai diri sendiri hingga akhirnya mampu membuktikan bahwa saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan sebaik baiknya.

Semoga Tuhan YME memberikan balasan pahala atas segala kebaikan yang telah diberikan dan semoga tugas akhir ini berguna baik bagi diri sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Yogyakarta, 24 November 2025

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Manfaat Teoritis .....	5
2. Manfaat Praktis .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. Landasan Teori.....	10
1. Masalah Gizi Usia Balita .....	10
2. Kebutuhan Gizi Balita.....	13
3. Klasifikasi Status Gizi Balita .....	16
4. Metode Penilaian Konsumsi .....	19
5. Asupan Energi dengan Status Gizi Balita .....	21
6. Asupan Protein dengan Status Gizi Balita .....	25
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep Penelitian.....	29
D. Hipotesis Penelitian .....	30

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	33
D. Variabel Penelitian .....	33
E. Defisini Operasional Variabel Penelitian .....	33
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	37
G. Alat Ukur / Instrumen dan Bahan Penelitian .....	38
H. Prosedur Penelitian .....	39
I. Manajemen Data .....	40
J. Etika Penelitian .....	43
<b>BAB IV HASIL .....</b>	<b>45</b>
A. Gambaran Umum Puskesmas Pleret.....	45
B. Karakteristik Subjek Penelitian.....	46
C. Gambaran Asupan Energi Balita.....	47
D. Gambaran Asupan Protein Balita.....	48
E. Gambaran Status Gizi Balita menurut Indeks BB/U .....	49
F. Gambaran Status Gizi Balita menurut Indeks BB/TB atau BB/PB.....	51
G. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi (BB/U) .....	52
H. Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi (BB/U).....	53
I. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi (BB/TB).....	55
J. Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi (BB/TB).....	56
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>59</b>
A. Karakteristik Responden.....	59
B. Asupan Energi dengan Status Gizi Balita.....	60
C. Asupan Protein dengan Status Gizi Balita.....	63
D. Kelemahan Penelitian .....	66
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>77</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2. Angka Kecukupan Gizi Balita.....	16
Tabel 3. Klasifikasi Status Gizi Anak Usia 0-60 Bulan. ....	18
Tabel 4. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	33
Tabel 5. Data Primer Penelitian .....	38
Tabel 6 Distribusi Balita Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	46
Tabel 7. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Energi di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret...47	
Tabel 8. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Protein di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret..49	
Tabel 9. Distribusi Balita Berdasarkan Status Gizi (BB/U) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	50
Tabel 10. Distribusi Balita Berdasarkan Status Gizi (BB/TB) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	51
Tabel 11. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Energi dengan Status Gizi (BB/U) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret.....	53
Tabel 12. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Protein dengan Status Gizi (BB/U) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	54
Tabel 13. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Energi dengan Status Gizi (BB/TB) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	55
Tabel 14. Distribusi Balita Berdasarkan Asupan Protein dengan Status Gizi (BB/TB) di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Bagan 1. Kerangka Konseptual Penentu Gizi Anak .....	29
Bagan 2. Kerangka Konsep Penelitian.....	29

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	77
Lampiran 2. Informed Consent .....	78
Lampiran 3. Kuesioner Karakteristik.....	79
Lampiran 4. Formulir Food recall 24 Jam .....	80
Lampiran 5. Hasil Uji Statistik .....	81
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	88