

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN PENERAPAN ISI PIRINGKU,
KEBIASAAN MAKAN DAN ASUPAN PROTEIN
HEWANI PADA ANAK *STUNTING* 12-59 BULAN
DI DESA SUKARATU TAHUN 2025**

Disusun Oleh:

INTAN CAHYANI
NIM. P2.06.31.1.22.059

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



Gambaran Penerapan Pedoman Isi Piringku, Kebiasaan Makan dan Asupan Protein Hewani pada Anak *Stunting* 12-59 Bulan di Desa Sukaratu Tahun 2025

Intan Cahyani

INTISARI

Stunting masih menjadi masalah gizi di Indonesia, menurut data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), Provinsi Jawa Barat berhasil menurunkan prevalensi angka *stunting* 24,5% pada tahun 2018 menjadi 20,2% pada tahun 2022. Prevalensi *stunting* di Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia berhasil menurunkan prevalensi angka *stunting* 27,2% pada tahun 2022 menjadi 20,7% pada tahun 2023. Desa Sukaratu masih memiliki angka *stunting* tinggi 27,6%. Faktor penyebab *stunting* yaitu ada faktor langsung dan tidak langsung, faktor langsung yaitu asupan dan penyakit infeksi dan faktor tidak langsung yaitu ketahanan pangan, pola asuh dan lingkungan. Salah satu dampak dari *stunting* adalah gangguan perkembangan kognitif, yang berdampak pada kemampuan belajar dan berpikir. Salah satu upaya yang dilakukan adalah menerapkan pedoman “Isi Piringku” sera memperbaiki kebiasaan makan dan asupan protein hewani. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif sampel dalam penelitian ini adalah anak *stunting* 12-59 bulan di Desa Sukaratu dengan metode *Probability Random Sampling* dengan sampel berjumlah 47 anak. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan pengisian kuesioner SQ-FFQ. Hasil penelitian didapatkan 100% balita tidak mendapatkan porsi sesuai dengan isi piringku. Kebiasaan makan responden dengan frekuensi kategori frekuensi sering pada setiap kelompok bahan makanan, dan 80,9% balita tidak mengonsumsi makanan yang beragam. Gambaran asupan protein hewani 63,8% dengan kategori kurang.

Kata Kunci: Isi piringku, Kebiasaan makan, Protein hewani, *Stunting*

ABSTRACT

INTAN CAHYANI. *Overview of the Application of the Contents of My Plate, Eating Habits and Animal Protein Intake in Stunting Children 12-59 month in Sukaratu 2025.*

Under Supervisor of ANDRI GUSTIADI

Stunting was still a nutritional problem in Indonesia. According to the Indonesian Nutrition Status Survey (SSGI), West Java Province successfully reduced the stunting prevalence from 24.5% in 2018 to 20.2% in 2022. The stunting prevalence in Tasikmalaya Regency, based on the Indonesian Health Survey, decreased from 27.2% in 2022 to 20.7% in 2023. Sukaratu Village still had a high stunting rate of 27.6%. The factors causing stunting include direct and indirect factors. Direct factors include nutrition intake and infectious diseases, while indirect factors include food security, parenting patterns, and environment. One of the impacts of stunting is cognitive development disorders, which affect learning and thinking abilities. One of the efforts made was implementing the "Isi Piringku" guideline and improving eating habits and animal protein intake. This study was a quantitative descriptive research. The sample in this study was consisted of 47 stunted children aged 12–59 months in Sukaratu Village, selected using the Probability Random Sampling method. Data were collected through interviews and the completion of the SQ-FFQ questionnaire. The results showed that 100% of the children did not receive portions according to "Isi Piringku". The eating habits of the respondents showed frequent consumption in each food group, and 80.9% of the children did not consume a variety of foods. The description of animal protein intake showed that 63.8% were in the low category.

Keywords: *Stunting, My Plate, Eating habits, Animal protein.*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta nikmat-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Penerapan Isi Piringku, Kebiasaan Makan dan Asupan Protein Hewani Pada Anak *Stunting* 12-59 Bulan di Desa Sukaratu Tahun 2025”.

Dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis sampaikan terima kasih kepada Bapak/Ibu Dosen yang telah membantu dan memberikan dukungan selama penulisan Laporan Tugas Akhir ini. Seiring dengan itu, dalam kesempatan ini saya berterima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP., MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Irma Nuraeni, S.Si, MPH selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penulis menjalani perkuliahan
4. Bapak Andri Gustiadi, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan laporan tugas akhir.
5. Bapak/Ibu staff dan Dosen Program Studi D- III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah banyak memberikan pengajaran, bimbingan dan bantuan selama perkuliahan.
6. Ayahanda Ayo Charyo dan Ibunda Kurnia Mahpud (almh) beserta saudara yang senantiasa telah memberikan dukungan, baik moril, materi maupun doa sehingga proposal tugas akhir ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh teman-teman mahasiswa tingkat 3 Program Studi Diploma Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas segala dukungan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dalam penyusunan laporan tugas akhir.

Laporan tugas akhir ini sudah dibuat semaksimal mungkin, namun penulis yakin masih terdapat kesalahan baik dalam penyusunan maupun

penulisan. Oleh karena itu, besar harapan penulis menerima kritik dan saran dari berbagai pihak yang bersifat membangun agar penulis bisa lebih baik lagi untuk kedepannya. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas kepada pembaca dan penulis. Semoga adanya Laporan Tugas Akhir ini Allah SWT senantiasa meridhoi dan akhirnya membawa hikmah bagi semuanya.

Tasikmalaya, Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
INTISARI.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Isi Piringku	6
2. Kebiasaan Makan.....	8
3. Asupan Protein Hewani.....	9
4. <i>Stunting</i>	12
5. <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)</i>	16
B. Kerangka Teori	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	19

A. Jenis Penelitian	19
B. Waktu dan Tempat Penelitian	19
C. Populasi dan Sampel.....	19
1. Populasi dan Sampel	19
2. Teknik Sampling	20
D. Variabel dan Definisi Operasional	20
E. Teknik Pengumpulan Data	22
1. Jenis Data	22
2. Cara Pengambilan Data.....	22
3. Instrumen Penelitian.....	23
F. Pengolahan dan Analisis Data	23
1. Teknik Pengolahan Data	23
2. Teknik Analisis Data.....	24
G. Jalannya Penelitian	24
1. Tahap Persiapan	24
2. Tahap Pelaksanaan	25
3. Tahap Akhir	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	26
A. Hasil Penelitian.....	26
B. Pembahasan.....	34
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	42
A. Simpulan	42
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Tabel Kebutuhan Gizi Protein Berdasarkan AKG 2019	11
2.	Variabel dan Definisi Operasional	20
3.	Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin.....	26
4.	Gambaran Status Gizi menurut indikator TB/U pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	27
5.	Gambaran Status Gizi menurut indikator TB/U pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan dan Jenis Kelamin di Desa Sukaratu.....	27
6.	Gambaran Kesesuaian Makan Dengan isi Piringku Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	28
7.	Gambaran Kesesuaian Konsumsi Komponen Isi Piringku Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	28
8.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	29
9.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Makanan Protein Hewani Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	30
10.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Makanan Protein Nabati Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	30
11.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Makanan Sayuran Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	31
12.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Makanan Buah Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	32
13.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Minyak Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	32
14.	Gambaran Frekuensi Konsumsi Gula Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu	33
15.	Gambaran Keberagaman Makanan Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	33
16.	Gambaran Asupan Protein Hewani Pada Responden Anak <i>Stunting</i> 12-59 Bulan di Desa Sukaratu.....	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka teori	18

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Informed Consent (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)	49
2. Karakteristik Responden	51
3. Kuisisioner Kebiasaan Makan	52
4. Rincian Anggaran Biaya Penelitian	56
5. Rincian Jadwal Penelitian	57
6. Surat Izin Penelitian	58
7. Dokumentasi Persetujuan Setelah Penjelasan	61
8. Dokumentasi Kuisisioner SQ-FFQ	62
9. Dokumentasi Penelitian	66
10. Biodata Penulis	68