



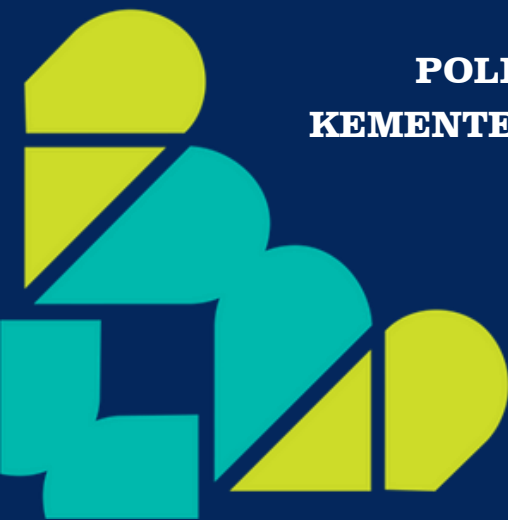
LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN LITERASI LABEL PANGAN GIZI DAN STATUS GIZI MAHASISWA POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA TAHUN 2025

**FADIA RAHMI SHAQILLA
NIM. P2.06.31.1.22.012**

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



Gambaran Literasi Label Pangan Gizi Dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2025

Fadia Rahmi Shaqilla

INTISARI

Ketidakseimbangan dalam asupan makanan dapat menimbulkan permasalahan pada status gizi individu. Mengingat tingginya konsumsi makanan siap saji dan makanan kemasan, maka konsumen perlu membaca dan memahami label pangan gizi pada makanan kemasan agar dapat memperhitungkan zat gizi yang dibutuhkan dan mengontrol konsumsinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran literasi label pangan gizi dan status gizi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2025. Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya daerah Cilolohan sebanyak 2123 orang. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan metode *Proportional Stratified Random Sampling*. Sampel penelitian adalah sampel yang diambil secara acak sebanyak 95 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner dan pengukuran tinggi badan serta berat badan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi label pangan gizi 37% termasuk kategori baik, 55% termasuk kategori cukup, dan 8% termasuk kategori kurang. Hasil penelitian menunjukkan 95 responden yang memiliki status gizi sangat kurus sebanyak 2%, status gizi kurus sebanyak 8%, status gizi normal 64%, status gizi gemuk sebanyak 12%, status gizi obesitas sebanyak 14%. Responden yang termasuk kategori literasi label pangan baik memiliki status gizi normal yaitu berjumlah 23 responden (24%), begitupun dengan responden yang termasuk kedalam kategori cukup memiliki status gizi normal yaitu berjumlah 34 responden (36%).

Kata kunci: Asupan Makan, Literasi Label Pangan, Mahasiswa, Makanan Kemasan, Status Gizi

ABSTRACT

FADIA RAHMI SHAQILLA Overview of Nutritional Food Label Literacy and Nutritional Status Students of Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya in 2025. Under supervision of ANI RADIATI

Imbalance in food intake can lead to problems in an individual's nutritional status. Considering the high consumption of fast food and packaged foods, consumers need to read and understand the nutritional food labels on packaged products to be able to assess the required nutrients and control their intake. The aim of this study is to describe the nutritional label literacy and nutritional status of students at the Tasikmalaya Health Polytechnic in 2025. This research is a descriptive study. The population consisted of all 2123 students at the Cilolohan campus of Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. The sample was determined using the Proportional Stratified Random Sampling method, and 95 respondents were selected randomly. Data were collected through questionnaires and measurements of height and weight. The results showed that 37% of respondents had good nutritional label literacy, 55% had moderate literacy, and 8% had poor literacy. The research results showed that out of 95 respondents, 2% had a very underweight nutritional status, 8% were underweight, 64% had a normal nutritional status, 12% were overweight, and 14% were obese. Respondents who had good nutritional label literacy and normal nutritional status totaled 23 people (24%), while those who had moderate literacy and normal nutritional status totaled 34 people (36%).

Keywords: Food Intake, Food Label Literacy, Students, Packaged Foods, Nutritional Status

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Literasi Label Pangan Gizi dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2025”.

Terwujudnya laporan ini karena adanya bimbingan, pengarahan maupun bantuan dari banyak pihak. Melalui kesempatan ini, penulis hendak mengucapkan terima kasih teruntuk:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya
2. Sumarto, STP., MP. selaku Ketua Jurusan dan Ketua Program Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Hj. Ani Radiati, S.Pd., M. Kes. sebagai pembimbing akademik, berkenan untuk terus mendukung dan mengarahkan penulis selama mencari ilmu di Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya, serta selaku dosen pembimbing yang penuh sabar mendukung dan memberi saran kepada penulis sehingga laporan ini bisa terselesaikan dengan baik.
4. Semua tenaga pendidik dan staf Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang sudah membimbing, memberi banyak pelajaran, dan membantu penulis selama menuntut ilmu.
5. Orang tua dan keluarga terkasih yang tidak pernah habis dalam mendukung dan mendoakan sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan ini dengan baik.
6. Teman maupun sahabat yang kerap menyemangati dan mendukung selama penyusunan laporan tugas akhir ini.

Tasikmalaya, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	1
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
ORISINALITAS KARYA ILMIAH	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
INTISARI	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Pengertian literasi label gizi	5
2. Status Gizi Dewasa.....	15
B. Kerangka Teori.....	21
BAB III.....	22
METODE PENELITIAN	22
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
1. Populasi dan sampel	22
2. Besar Sampel	22
3. Teknik Sampling	23
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	24
E. Teknik Pengumpulan Data.....	24

1. Jenis Data	24
2. Cara Pengumpulan Data	25
3. Instrumen Penelitian	25
F. Pengolahan dan Analisis Data	25
1. Teknik Pengolahan Data	25
2. Teknik Analisis Data	26
G. Jalannya Penelitian	26
1. Tahap Persiapan	26
2. Tahap Pelaksanaan	28
3. Tahap Akhir	29
BAB IV	30
HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil	30
B. Pembahasan	35
BAB V	39
SIMPULAN DAN SARAN	39
A. Simpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Status Gizi berdasarkan IMT	20
Tabel 2 Definisi operasional.....	24
Tabel 3 Instrumen Penelitian.	25
Tabel 4 Hasil Uji Validitas Reliabilitas Kuesioner Literasi Label Pangan Gizi	27
Tabel 5 Pertanyaan Terpilih dari Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Literasi Label Pangan Gizi.....	27
Tabel 6 Karakteristik Responden Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	31
Tabel 7 Kategori Tingkat Literasi Label Pangan Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	31
Tabel 8 Kategori Literasi Label Pangan Gizi Berdasarkan Jurusan yang Terdapat di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.....	32
Tabel 9 Hasil Tes Literasi Label Pangan Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	343
Tabel 10 Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	314
Tabel 11 Status Gizi Mahasiswa berdasarkan Jurusan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	344
Tabel 12 Literasi Label Pangan Gizi dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Keterangan Pada Label Pangan.....	6
Gambar 2 Contoh Label Informasi Nilai Gizi.....	10
Gambar 3 Kerangka Teori Gambaran Literasi Label Pangan Gizi Dengan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2025	21

DAFTAR LAMPIRAN

1. Informed Consent (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan
2. Kuesioner Status Gizi
3. Kuesioner Literasi Label Pangan Gizi
4. Dokumentasi kegiatan
5. Riwayat Hidup Penulis