



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, DAN STATUS GIZI SANTRI REMAJA DI PONDOK PESANTREN FAJRUL ISLAM KOTA TASIKMALAYA

HESTI AMELIA
NIM. P2.06.31.1.22.018

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN
MAKANAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, DAN
STATUS GIZI SANTRI REMAJA DI PONDOK
PESANTREN FAJRUL ISLAM KOTA
TASIKMALAYA**

HESTI AMELIA

NIM. P2.06.31.1.22.018

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia- Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Santri Remaja di Pondok Pesantren Fajrul Islam Kota Tasikmalaya”.

Dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, dukungan, dorongan dan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. 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 selaku pembimbing yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
4. Staf dan Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
5. Kepada kedua orang tua tercinta yang senantiasa telah memberikan doa, dukungan dan cinta yang tiada hentinya dan telah berjuang bersama peneliti, mengorbankan banyak waktu, tenaga dan upaya untuk peneliti meraih impian.
6. Kepada saudara kandung peneliti, Hera Mardiani A.Md. A.K. . Terima kasih atas segala doa serta dukungan yang telah diberikan kepada peneliti dalam proses pembuatan tugas akhir ini.
7. Kepada sahabat-sahabat peneliti khususnya Syifa Zahra Fuji dan Sania Lutfia yang senantiasa membantu peneliti, serta teman-teman Program Studi DIII Gizi Tasikmalaya yang selalu memberikan semangat dan dukungan.

Tasikmalaya, Juni 2025

Penulis

GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN STATUS GIZI SANTRI REMAJA DI PONDOK PESANTREN FAJRUL ISLAM TASIKMALAYA

Hesti Amelia

INTISARI

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 8,1% remaja tergolong kurus hingga sangat kurus, dan 13,5% mengalami kegemukan hingga obesitas. Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah Penyelenggaraan Makanan. Salah satu institusi yang melakukan Penyelenggaraan Makanan adalah Pondok Pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro, status gizi, serta higiene dan sanitasi di Pondok Pesantren Fajrul Islam, Tasikmalaya. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan menggunakan metode *proportional sampling*. Penelitian melibatkan 1 orang dari divisi dapur dan kebersihan dan 35 responden santri kelas 7-9. Hasil menunjukkan masih adanya kekurangan, seperti belum adanya ahli gizi, tidak terdapat standar porsi dan siklus menu, serta variasi makanan yang terbatas. Nilai higiene sanitasi diperoleh nilai 69 yang artinya belum memenuhi syarat (kategori B). Status gizi santri menunjukkan 34% gizi baik, 34% kurus ringan, 17% kurus berat, 8% gemuk ringan, dan 5% gemuk berat. Pondok Pesantren Fajrul Islam perlu melakukan perbaikan mengenai sistem penyelenggaraan makanan dan sarana sanitasi sesuai standar.

Kata Kunci: Penyelenggaraan makanan, pesantren, status gizi

ABSTRACT

HESTI AMELIA. OVERVIEW OF THE FOOD ADMINISTRATION SYSTEM, MACRONUTRIENT INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS OF TEENAGE STUDENTS AT THE FAJRUL ISLAM Islamic Boarding School, TASIKMALAYA. Under supervision of IRMA NURAENI

Riskesdas 2018 data shows that 8.1% of adolescents are classified as thin to very thin, and 13.5% are overweight to obese. Nutritional status is influenced by several factors, one of which is Food Provision. One of the institutions that carries out Food Provision is the Islamic Boarding School. This study aims to describe the food provision system, macronutrient intake, nutritional status, and hygiene and sanitation at the Fajrul Islam Islamic Boarding School, Tasikmalaya. This type of research is descriptive using the proportional sampling method. The study involved 1 person from the kitchen and cleaning division and 35 respondents of students in grades 7-9. The results showed that there were still shortcomings, such as the absence of a nutritionist, no standard portion and menu cycle, and limited food variations. The hygiene and sanitation value was 69, which means it does not meet the requirements (category B). The nutritional status of students showed 34% good nutrition, 34% mild thinness, 17% severe thinness, 8% mild obesity, and 5% severe obesity. Fajrul Islam Islamic Boarding School needs to make improvements to the food service system and sanitation facilities according to standards.

Key Source : Food management, Islamic boarding school, nutritional status

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
INTISARI	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
1. Bagi Santri	3
2. Bagi Peneliti.....	4
3. Bagi Pondok Pesantren Fajrul Islam	4
4. Bagi Institusi.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Penyelenggaraan Makanan Institusi.....	5
a. <i>Input</i>	5
b. Proses.....	6
c. <i>Output</i>	8
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Makanan.....	8
a. Sistem Penyelenggaraan Makanan	8
b. Kebiasaan Makan.....	8
c. Variasi Menu.....	9
3. Higiene Sanitasi.....	10

4. Kebutuhan Gizi Remaja.....	10
5. Status Gizi Remaja	10
6. Kerangka Teori.....	12
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	13
A. Jenis Penelitian	13
B. Waktu dan Tempat Penelitian	13
C. Populasi dan Sampel penelitian	13
1. Populasi dan Sampel Penelitian.....	13
a. Populasi	13
b. Sampel	13
c. Besar Sampel	13
2. Teknik Pengumpulan Data.....	14
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	15
1. Variabel Penelitian	15
2. Definisi Operasional	15
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	17
1. Jenis Data.....	17
a. Data Primer.....	17
b. Data Sekunder.....	17
2. Metode Pengumpulan Data.....	17
a. Antropometri.....	17
b. Wawancara.....	18
c. Observasi.....	18
d. Dokumentasi.....	18
F. Instrumen Penelitian.....	18
G. Pengolahan dan Analisis Data	19
1. Teknik Pengolahan Data	19
a. <i>Editing</i>	19
b. <i>Coding</i>	19
c. <i>Entry</i>	19
d. <i>Cleaning</i>	20
H. Jalanya Penelitian	20
1. Tahap Persiapan	20
2. Tahap Pelaksanaan	21
3. Tahap Akhir	22
DAFTAR PUSTAKA.....	23

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Suhu Penyimpanan Bahan Makanan.....	10
2.	Angka Kebutuhan Gizi Remaja	10
3.	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Remaja Berdasarkan IMT/U.....	11
4.	Definisi Operasional	15
5.	Instrumen Penelitian.....	18

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Teori.....	12

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Realisasi Biaya Penelitian

Lampiran 3. Naskah Penjelasan Penelitian

Lampiran 4. Formulir Sistem Penyelenggaraan Makanan

Lampiran 5. Evaluasi Daya Terima

Lampiran 6. Formulir Higien Sanitasi

Lampiran 7. Formulir *Food Recall* 24 jam

Lampiran 8. Formulir Karakteristik Santri

Lampiran 9. Master Tabel