

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN ASUPAN LEMAK DAN SERAT PADA
PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS
CIKONENG KABUPATEN CIAMIS**

Disusun Oleh :

SITI FAUZIAH NURJAMAN

NIM. P2.06.31.1.21.060

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



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “ Gambaran Asupan Lemak dan Asupan Serat pada Penderita Gastritis di Puskesmas Cikoneng Kabupaten Ciamis ” dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya, serta kepada kita selaku umatnya. Tidak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dan tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Marianawati Saragih, S.ST., M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, masukan, semangat, dan motivasi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
4. Bapak/Ibu Dosen dan Staff Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan pengajaran dan bimbingan selama perkuliahan
5. Orang tua dan kakak tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungannya baik materi maupun moril.
6. Teman-teman seperjuangan angkatan 2021 Program Studi D III Gizi Tasikmalaya yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.

Dalam laporan tugas akhir ini, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk menjadikan Laporan Tugas Akhir ini lebih baik lagi. Penulis juga berharap semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Tasikmalaya, 23 November 2023

Penulis

Gambaran Asupan Lemak dan Serat pada Penderita Gastritis di Puskesmas Cikoneng Kabupaten Ciamis Tahun 2023

Siti Fauziah Nurjaman

INTISARI

Gastritis didefinisikan sebagai peradangan pada mukosa lambung yang dapat menimbulkan pembengkakan pada mukosa lambung sehingga epitel mukosa superfisial terlepas dan mengakibatkan sistem pencernaan terganggu. Biasanya gastritis terjadi pada orang-orang yang mempunyai pola makan tidak teratur dan makanan yang dapat merangsang produksi asam lambung. Salah satu faktor pemicu gastritis adalah konsumsi tinggi lemak hewani, hal ini dikarenakan pola makan tinggi lemak hewani dapat memicu tingginya sekresi asam lambung. Konsumsi makanan berserat tinggi dapat mencegah kejadian gastritis karena makanan yang berserat tinggi mengandung vitamin dan mineral yang dapat meredakan peradangan dan mudah dicerna. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran asupan lemak dan serat pada penderita gastritis di Puskesmas Cikoneng Kabupaten Ciamis. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Sampel dalam penelitian ini penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cikoneng sebanyak 30 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara langsung kepada responden terkait kebiasaan makan menggunakan formulir *SQ-FFQ* dan *Food Recall 24 Jam*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada penderita gastritis didapatkan sebagian besar penderita gastritis berjenis kelamin perempuan (90%) yang berada pada kategori usia 30 - 49 tahun (53,3%), dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (73,3%). Asupan lemak responden dengan metode *recall 24 jam* dan *SQ-FFQ*, untuk metode *recall 24 jam* sebanyak 26 orang (86,7%) dengan kategori kurang sedangkan dengan metode *SQ-FFQ* sebanyak 10 orang (33,4%) dengan kategori lebih . Asupan serat responden dengan metode *recall 24 jam* dan *SQ-FFQ*, untuk metode *recall 24 jam* sebanyak 27 orang (90%) dengan kategori kurang sedangkan dengan metode *SQ-FFQ* sebanyak 18 orang (60%) dengan kategori defisit tingkat berat.

Kata kunci : Lemak, Serat, Gastritis

ABSTRACT

SITI FAUZIAH NURJAMAN. Description of Fat Intake and Fiber to Gastritis Patients in Cikoneng Health Center, Ciamis Regency. Under supervision of MARIANAWATI SARAGIH.

Gastritis is defined as inflammation of the gastric mucosa which can cause swelling of the gastric mucosa so that the superficial mucosal epithelium is detached and results in disruption of the digestive system. Gastritis usually occurs in people who have irregular eating patterns and foods that can stimulate stomach acid production. One factor that triggers gastritis is high consumption of animal fat, this is because a diet high in animal fat can trigger high gastric acid secretion. Consuming high fiber foods can prevent gastritis because high fiber foods contain vitamins and minerals that can reduce inflammation and are easy to digest. This research was conducted to determine the description of fat and fiber intake in gastritis sufferers at the Cikoneng Community Health Center, Ciamis Regency. This type of research is descriptive using accidental sampling techniques. The sample in this study was 30 people suffering from gastritis in the Cikoneng Community Health Center working area. Data collection was carried out by direct interviews with respondents regarding eating habits using the SQ-FFQ and 24 Hour Food Recall forms. The results of the study showed that the majority of gastritis sufferers were female (90%), in the age category 30 - 49 years (53.3%), and worked as housewives (73.3%). The fat intake of respondents using the 24 hour recall and SQ-FFQ methods, for the 24 hour recall method, was 26 people (86.7%) in the less category, while with the SQ-FFQ method there were 10 people (33.4%) in the more category. The fiber intake of respondents using the 24 hour recall and SQ-FFQ methods, for the 24 hour recall method, was 27 people (90%) in the deficient category, while with the SQ-FFQ method there were 18 people (60%) in the severe deficit category.

Keywords: Fat, Fiber, Gastritis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
INTISARI	4
ABSTRACT	5
KATA PENGANTAR	2
DAFTAR ISI	6
DAFTAR TABEL	8
DAFTAR GAMBAR	9
DAFTAR LAMPIRAN	10
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A.Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B.Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C.Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
2.Tujusan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
3.Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A.Tinjauan Teori.....	Error! Bookmark not defined.
1.Gastritis.....	Error! Bookmark not defined.
2.Lemak.....	Error! Bookmark not defined.
3.Serat.....	Error! Bookmark not defined.
4.Metode <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-</i>	Error! Bookmark not defined.
5.Metode <i>Food Recall</i> 24 jam	Error! Bookmark not defined.
B.Kerangka teori	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A.Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B.Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C.Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
1.Populasi.....	Error! Bookmark not defined.

2.Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.Besar Sampel	Error! Bookmark not defined.
4.Kriteria sampel.....	Error! Bookmark not defined.
5.Teknik Sampling Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.Variabel dan Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
E.Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
1.Jenis Data.....	Error! Bookmark not defined.
2.Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F.Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1.Teknik Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
2.Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
G.Jalannya Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.Tahap Persiapan	Error! Bookmark not defined.
2.Tahap Pelaksanaan	Error! Bookmark not defined.
3.Tahap Akhir	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A.HASIL	Error! Bookmark not defined.
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	30
2.Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
3.Gambaran Asupan Lemak dan Serat.....	Error! Bookmark not defined.
B.Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
1.Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
2.Asupan Lemak dan Serat	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
A.Kesimpulan Error! Bookmark not defined.	Error! Bookmark not defined.
Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Variabel dan Definisi Operasional.....	24
Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	30
Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	30
Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	31
Tabel 5. <i>Recall</i> Asupan Lemak Responden.....	31
Tabel 6. SQ-FFQ Asupan Lemak Responden.....	32
Tabel 7. <i>Recall</i> Asupan Serat Responden.....	32
Tabel 8. SQ-FFQ Asupan Serat Responden.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	21
-------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. *Inform Consent* dan *PSP*
2. Formulir Identitas Responden
3. Formulir *Food Recall* 24 jam
4. Formulir *SQ-FFQ*
5. Surat Izin Penelitian
6. Lembar Jawaban Responden
7. Dokumentasi Kegiatan
8. Tabel Distribusi Frekuensi