



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

## **LAPORAN TUGAS AKHIR**

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN SISTEM PENYELENGGARAAN MAKANAN,  
ASUPAN ZAT GIZI DAN STATUS GIZI PADA SANTRI PUTRI  
DI PONDOK PESANTREN DARUL ARQAM  
MUHAMMADIYAH GARUT**

Disusun oleh:

**GHINA TAZKIA NOVIANI**  
NIM. P2.06.31.1.21.057

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
TAHUN 2024**



## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas rahmat berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi pada Santri Putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut”.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu serta memberikan dukungan, dorongan dan semangat baik secara moril maupun materil sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terlaksana. Penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, S.TP., MP, selaku Ketua Jurusan Gizi dan Dosen Pembimbing Laporan Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
3. Bapak Pijar Beyna Fatamorgana, S.KM., M.Sc dan Ibu Ima Karimah, M.Si sebagai Dosen Penguji I dan II.
4. Seluruh Staff dan Dosen Program Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan banyak pengetahuan, pengalaman, saran serta dukungan selama perkuliahan.
5. Orang tua, kakak, adik serta keluarga tercinta yang selalu merestui dan mendukung penuh penulis baik secara lahir maupun secara batin.

Penulis menyadari Laporan Tugas Akhir ini tidak lepas dari berbagai kekurangan. Penulis berharap dapat menerima masukan serta kritik dari pembaca untuk memperbaiki keterbatasan yang masih ada dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini. Akhir kata, penulis berharap semoga Laporan Tugas Akhir ini bermanfaat bagi para pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Tasikmalaya, 06 Mei 2024

Penulis

# **Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi pada Santri Putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut**

Ghina Tazkia Noviani

## **INTISARI**

Pondok pesantren adalah salah satu contoh penyelenggaraan makanan yang dapat dijadikan tempat untuk pemenuhan gizi para santri. Kebutuhan zat gizi pada usia remaja akan meningkat karena sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Jika asupan zat gizi remaja tidak terpenuhi maka pertumbuhan dan perkembangannya akan terganggu. Seringkali para santri terkena masalah gizi yang salah satunya diakibatkan kekurangan asupan zat gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan sistem penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi dan status gizi pada santri putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode *Non Random Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah kepala pengelola penyelenggaraan makanan dan 30 santri putri. Hasil dari penelitian adalah penyelenggaraan makanan yang ada di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah menggunakan sistem swakelola. Penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Darul Arqam belum sesuai dengan Pedoman Gizi Rumah Sakit. Pada daya terima makanan, responden cenderung kurang suka pada jenis makanan sayuran. Hasil dari observasi serta wawancara dengan kepala dapur dikatakan bahwa Pondok Pesantren Darul Arqam belum memenuhi syarat uji laik Higiene Sanitasi diperoleh skor sebesar 77, dimana intitusi golongan B seharusnya memiliki nilai minimal 83. Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa kebanyakan para santri memiliki status gizi yang baik yaitu sebanyak 22 santri. Setelah dilakukan wawancara *Recall 2 x 24 jam* dikatakan bahwa asupan zat gizi santri cenderung dikategorikan kurang, baik dari kandungan energi, protein, lemak maupun karbohidrat.

**Kata kunci** : Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi, Status Gizi, Santri Putri, Pondok Pesantren

## ABSTRACT

***GHINA TAZKIA NOVIANI. Description of the Food Delivery System, nutrient Intake and Nutritional Status of Female Student at Darul Arqam Muhammadiyah Garut Islamic Boarding School. Under supervision of SUMARTO .***

*Islamic boarding schools are one example of food delivery that can be used as a place to fulfill the nutrition of students. The need for nutrients in adolescence will increase because it is in a period of growth and development. If the nutritional intake of adolescents is not fulfilled, their growth and development will be disrupted. Often the students are affected by nutritional problems, one of which is caused by a lack of nutrient intake. This study aims to determine and describe the food organization system, nutrient intake and nutritional status of female students at Darul Arqam Muhammadiyah Garut Islamic Boarding School. This type of research is descriptive research using the Non Random Sampling method. The sample in this study was the head of the food organization manager and 30 female students. The results of the study showed that the organization of food in the Darul Arqam Muhammadiyah Islamic Boarding School was carried out with a self-management system. The organization of food at the Darul Arqam Islamic Boarding School is not in accordance with the Hospital Nutrition Guidelines. In food acceptance, respondents tend to dislike vegetable food. The results of observations and interviews with the head of the kitchen said that the Darul Arqam Islamic Boarding School had not met the requirements of the Hygiene and Sanitation feasibility test by obtaining a score of 77 which for class B institutions should have a minimum score of 83. The results of anthropometric measurements show that most students have good nutritional status, namely 22 students. After conducting a 2 x 24-hour Recall interview, it is said that the nutritional intake of students tends to be categorized as less, both from the content of energy, protein, fat and carbohydrates.*

***Keywords :*** *Food Delivery System, Nutrient Intake, Nutritional Status, Female Students, Boarding School*

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas rahmat berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan, Asupan Zat Gizi dan Status Gizi pada Santri Putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut”.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu serta memberikan dukungan, dorongan dan semangat baik secara moril maupun materil sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terlaksana. Penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, S.TP., MP, selaku Ketua Jurusan Gizi dan Dosen Pembimbing Laporan Tugas Akhir yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
3. Bapak Pijar Beyna Fatamorgana, S.KM., M.Sc dan Ibu Ima Karimah, M.Si sebagai Dosen Penguji I dan II.
4. Seluruh Staff dan Dosen Program Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah memberikan banyak pengetahuan, pengalaman, saran serta dukungan selama perkuliahan.
5. Orang tua, kakak, adik serta keluarga tercinta yang selalu merestui dan mendukung penuh penulis baik secara lahir maupun secara batin.

Penulis menyadari Laporan Tugas Akhir ini tidak lepas dari berbagai kekurangan. Penulis berharap dapat menerima masukan serta kritik dari pembaca untuk memperbaiki keterbatasan yang masih ada dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini. Akhir kata, penulis berharap semoga Laporan Tugas Akhir ini bermanfaat bagi para pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Tasikmalaya, 06 Mei 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	<b>2</b>
<b>C. Tujuan</b> .....	<b>3</b>
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>3</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
<b>A. Tinjauan Teori</b> .....	<b>5</b>
1. Pondok Pesantren .....	<b>5</b>
2. Santri.....	<b>5</b>
3. Asupan Zat Gizi.....	<b>5</b>
4. Status Gizi .....	<b>7</b>
5. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi .....	<b>8</b>
6. Higiene dan Sanitasi .....	<b>11</b>
<b>B. Kerangka Teori</b> .....	<b>13</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>14</b>
<b>A. Jenis Penelitian</b> .....	<b>14</b>

<b>B. Waktu dan Tempat Penelitian .....</b>	<b>14</b>
<b>C. Populasi dan Sampel .....</b>	<b>14</b>
1. Populasi Penelitian .....	14
a. Populasi .....	14
2. Sampel Penelitian .....	14
3. Teknik Sampling .....	15
<b>D. Variabel dan Definisi Operasional .....</b>	<b>15</b>
1. Variabel .....	15
2. Definisi Operasional .....	15
<b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>18</b>
1. Jenis Data .....	18
2. Metode Pengumpulan Data .....	18
<b>F. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>19</b>
<b>G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....</b>	<b>20</b>
1. Teknik Pengolahan Data .....	20
2. Teknik Analisis Data .....	21
<b>H. Jalannya Penelitian .....</b>	<b>21</b>
1. Tahap Persiapan .....	21
2. Tahap Pelaksanaan .....	21
3. Tahap Akhir .....	22
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>23</b>
<b>A. Hasil Penelitian .....</b>	<b>23</b>
1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	23
2. Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	23

3. Gambaran Higiene dan Sanitasi Penyelenggaraan Makanan Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	31
4. Gambaran Karakteristik Responden.....	32
5. Gambaran Asupan Zat Gizi Santri Putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	33
6. Gambaran Status Gizi Santri Putri di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	34
<b>B. Pembahasan .....</b>	<b>35</b>
1. Gambaran Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	35
2. Gambaran Hygiene Sanitasi di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	40
3. Gambaran Karakteristik Santri Putri, Asupan Zat Gizi, Status Gizi dan Daya Terima makanan .....	42
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>44</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>44</b>
<b>B. Saran.....</b>	<b>45</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional .....	15
Tabel 2 Instrumen Penelitian .....	19
Tabel 3 Hasil Analisis Input dan Proses Penyelenggaraan Makanan .....	24
Tabel 4 Gambaran Daya Terima Kategori Rasa .....	27
Tabel 5 Gambaran Daya Terima Kategori Penampilan .....	28
Tabel 6 Gambaran Daya Terima Kategori Tekstur .....	29
Tabel 7 Gambaran Daya Terima Kategori Aroma .....	30
Tabel 8 Form Uji Kelaikan Higiene dan Sanitasi di Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut .....	31
Tabel 9 Karakteristik Responden Menurut Umur .....	32
Tabel 10 Karakteristik Responden Menurut Asal Daerah .....	32
Tabel 11 Gambaran Asupan Energi .....	33
Tabel 12 Gambaran Asupan Protein .....	33
Tabel 13 Gambaran Asupan Lemak .....	34
Tabel 14 Gambaran Asupan Karbohidrat .....	34
Tabel 15 Gambaran Status Gizi .....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	13
------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP).....	50
Lampiran 2. Karakteristik Santri.....	52
Lampiran 3. Sistem Penyelenggaraan Makanan .....	53
Lampiran 4. Formulir Uji Kelaikan Higiene Sanitasi .....	56
Lampiran 5. Evaluasi Daya Terima .....	59
Lampiran 6. Formulir Food Recall 24 Hours.....	60
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian.....	61