

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT KEPUASAN, ASUPAN ENERGI,
ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS
GIZI SANTRI DI PONDOK PESANTREN
DARUL HUFFAZH PADANG
TAHUN 2025**

Diajukan ke Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes
Poltekkes Padang sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Gizi



**NABILA ANGRAINI
NIM : 212210627**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
JURUSAN GIZI
KEMENKES POLTEKKES PADANG
2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi "Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025"

Disusun oleh

NAMA : Nabila Angraini
NIM : 212210627

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
24 Juni 2025
Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

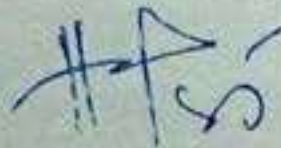


Safvanti, SKM, M.Kes, Dietisien
NIP. 196306091988032001



Irma Eva Yani, SKM, M.Si
NIP. 196510191988032001

Padang, 24 Juni 2025
Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Marni Handayani, S.SiT, M.Kes
NIP. 197503091998032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025"

Disusun Oleh

Nabila Angraini
212210627

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 17 Juni 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Zurni Nurman, S.ST, M.Biomed
NIP. 197607162006042036

Anggota,

Arlen Defitri Nazar, S.ST, M.Biomed
NIP. 197211101995032001

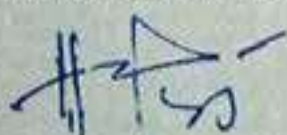
Anggota,

Safvanti, SKM, M.Kes, Dietisien
NIP. 196306091988032001

Irma Eva Yani, SKM, M.Si
NIP. 196510191988032001

Padang, 24 Juni 2025

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika


Marni Handayani, S.SiT, M.Kes
NIP. 19750309.199803.2.001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Nabila Angraini

NIM : 212210627

Tanda Tangan :



Tanggal : 24 Juni 2025

HALAMAN PENYERAHAN SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Kemenkes Poltekkes Padang, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nabila Angraini
NIM : 212210627
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Kemenkes Poltekkes Padang **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul :

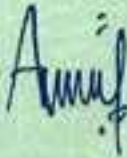
"Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Kemenkes Poltekkes Padang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikia pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padang
Pada Tanggal : 24 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Nabila Angraini)
NIM. 212210627

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya, :

Nama Lengkap : Nabila Angraini
NIM : 212210627
Tempat/ Tanggal Lahir : Sungai Penuh / 01 Januari 2003
Tahun Masuk : 2021
Nama PA : Hasleni, DCN, M. Biomed
Nama Pembimbing Utama : Safyanti, SKM, M.Kes, Dietisien
Nama Pembimbing Pendamping : Irma Eva Yani, SKM. M.Si

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil Skripsi saya, yang berjudul :

“Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025”

Apabila di kemudian hari ternyata ditemukan adanya penjiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 24 Juni 2025

Yang Menyatakan



(Nabila Angraini)

NIM. 212219627

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI



A. Identitas Diri

Nama : Nabila Angraini
NIM : 212210627
Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Penuh/01 Januari 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jln. Depati Parbo
Desa Lawang Agung
Kecamatan Pondok Tinggi

Nama Orang Tua
Ayah : Alm. Sahrial
Ibu : Nirwati
No.Telp/Hp : 081379237491
Email : nabilaanggraini02@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Tahun Lulus	Tempat
1.	TK Mutiara Al- Madani	2009	Sungai Penuh
2.	SD. No. 008/XI Kelurahan Pasar Sungai Penuh	2015	Sungai Penuh
3.	SMP N 8 Sungai Penuh	2018	Sungai Penuh
4.	SMA N 1 Sungai Penuh	2021	Sungai Penuh
5.	Kemenkes Poltekkes Padang	2025	Padang

**KEMENTERIAN KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN PADANG
JURUSAN GIZI**

Skripsi, Juni 2025

Nabila Angraini

**Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro
dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang
Tahun 2025**

xv+15 Halaman, 2 Gambar, 14 Tabel, 12 Lampiran

ABSTRAK

Status gizi santri di pondok pesantren masih menghadapi berbagai permasalahan akibat ketidakseimbangan asupan zat gizi makro dan rendahnya kepuasan terhadap makanan. Kondisi ini menunjukkan perlunya perbaikan pola konsumsi untuk mendukung kesehatan santri. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat kepuasan, asupan energi, dan zat gizi makro dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tahun 2025.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* study, yang dilaksanakan pada Januari 2025. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 51 responden santri pesantren. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tingkat kepuasan, *food recall* 2×24 jam dan pengukuran antropometri. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dua variabel yaitu hubungan tingkat kepuasan dengan status gizi, hubungan asupan energi dengan status gizi, dan hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik (78,4%), tingkat kepuasan yang rendah terhadap makanan (74,4%), serta asupan energi (79,5%), karbohidrat (80%), protein (78,3%), dan lemak (80%) yang tergolong kurang. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa hanya asupan karbohidrat yang memiliki hubungan signifikan dengan status gizi ($p = 0,000$). Sementara itu, tingkat kepuasan ($p = 0,271$), asupan energi ($p = 0,500$), protein ($p = 0,942$), dan lemak ($p = 0,482$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan status gizi responden.

Dapat disimpulkan bahwa hanya asupan karbohidrat yang berhubungan signifikan dengan status gizi santri, sedangkan variabel lainnya tidak berhubungan secara statistik. Temuan ini diharapkan menjadi bahan evaluasi bagi pondok pesantren dalam memperbaiki kualitas penyelenggaraan makan dan pemenuhan kebutuhan gizi santri.

Kata Kunci : Tingkat kepuasan, asupan energi, asupan zat gizi makro,
status gizi santri

Daftar Pustaka : 49 (2006 - 2025)

**MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF PADANG DEPARTMENT
OF NUTRITION**

Thesis, June 2025

Nabila Angraini

**The Relationship Between Food Satisfaction, Energy Intake, and
Macronutrient Intake With The Nutritional Status Of Students at Darul
huffazh Islamic Boarding School Padang in 2025**

xv+15 Pages, 2 Figures, 14 Tables, 12 Appendices

ABSTRAK

The nutritional status of students in Islamic boarding schools still faces various issues due to imbalanced macronutrient intake and low satisfaction with the food provided. This condition indicates the need for improvements in dietary patterns to support students' health. This study aims to analyze the relationship between food satisfaction, energy intake, and macronutrient intake with the nutritional status of students at Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang in 2025.

This study is a quantitative research with a cross-sectional design, conducted in January 2025. The study involved 51 student respondents from the Islamic boarding school. Data were collected using a food satisfaction questionnaire, 2×24-hour food recall, and anthropometric measurements. The data were analyzed using the Chi-square test to determine the relationship between two variables: food satisfaction and nutritional status, energy intake and nutritional status, as well as macronutrient intake and nutritional status.

The results of the study showed that the majority of respondents had good nutritional status (78.4%), low satisfaction with food (74.4%), and inadequate intake of energy (79.5%), carbohydrates (80%), protein (78.3%), and fat (80%). Bivariate analysis revealed that only carbohydrate intake had a significant relationship with nutritional status ($p = 0.000$). Meanwhile, satisfaction level ($p = 0.271$), energy intake ($p = 0.500$), protein ($p = 0.942$), and fat ($p = 0.482$) showed no significant relationship with the respondents' nutritional status.

It can be concluded that only carbohydrate intake is significantly associated with the nutritional status of the students, while the other variables showed no statistical relationship. These findings are expected to serve as an evaluation material for the Islamic boarding school in improving the quality of food service and fulfilling the nutritional needs of the students.

Keywords : Satisfaction level, energy intake, macronutrient intake, and
nutritional status of students

References : 49 (2006 - 2025)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat- Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Program Studi Dietetika Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang. Skripsi ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Safyanti, SKM, M.Kes, Dietisien selaku pembimbing utama dan Ibu Irma Eva Yani, SKM, M.Si selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp. Jiwa selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang.
2. Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang.
3. Ibu Marni Handayani, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Poltekkes Padang.
4. H. Irsat, S.I.Q, S.Ag selaku Kepala Lahan Penelitian
5. Penulis menyampaikan penghormatan dan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Alm. Bapak Sahrial dan Ibu Nirwati, atas segala doa, kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tulus selama ini. Semangat dan restu dari orang tua menjadi dorongan utama bagi penulis dalam menyelesaikan skirpis ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada saudara-saudara tercinta : Bdn. Azizah Mulya Safni,S.Tr.Keb, Muhamad Zefan Haykal, Nadira Ramadani, yang senantiasa memberikan dukungan moral, motivasi, serta kebersamaan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini.
6. Penulis menyampaikan terima kasih yang tulus dan penuh rasa syukur kepada sahabat terbaik, Kak Bella Trileonita, A.Md.Gz, atas segala doa, dukungan, semangat, serta kebersamaan yang tak ternilai selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan ketulusannya dalam mendampingi setiap langkah

perjuangan penulis menjadi anugerah yang sangat berarti dan tak akan pernah terlupakan.

7. Kehadiran dan ketulusannya dalam mendampingi setiap langkah perjuangan penulis menjadi anugerah yang sangat berarti dan tak akan pernah terlupakan.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam perkuliahan dan proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Padang, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	1
C. Tujuan	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Status Gizi	7
B. Asupan Energi	10
C. Asupan Zat Gizi Makro	11
D. Tingkat Kepuasan	15
E. Kerangka Teori	25
F. Kerangka Konsep	26
G. Hipotesis	27
H. Definisi Operasional	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Jenis dan Desain Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	30
E. Teknik Pengolahan Data	32
F. Analisis data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil	34
B. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 4 1.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang	37
Tabel 4 2.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Umur Pada Responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	37
Tabel 4 3.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Kelas Pada Responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	38
Tabel 4 4.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	38
Tabel 4 5.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kepuasan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	39
Tabel 4 6.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Energi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	39
Tabel 4 7.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Karbohidrat di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang	40
Tabel 4 8.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Protein di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	40
Tabel 4 9.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Lemak di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	41
Tabel 4 10.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Tingkat Kepuasan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang	41
Tabel 4 11.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Energi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	42
Tabel 4 12.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Karbohidrat di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang	43
Tabel4 13.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Protein di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.....	43
Tabel 4 14.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Lemak di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	25
Gambar 2 Kerangka Konsep	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden
Lampiran B Kuesioner Kepuasan Santri Terhadap Makanan Yang Disajikan
Lampiran C form Food Recall 2x24 Jam
Lampiran D Form Antropometri
Lampiran E Lembar Konsultasi Pembimbing Utama
Lampiran F Lembar Konsultasi Pembimbing Pendamping
Lampiran G Surat Izin Penelitian
Lampiran H Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
Lampiran I Kode Etik
Lampiran J Master Tabel
Lampiran K Hasil Output SPSS
Lampiran L Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manajemen penyelenggaraan makanan dalam skala besar atau institusional pada dasarnya merupakan proses pengelolaan dan penyediaan makanan dalam jumlah banyak, umumnya lebih dari 50 porsi. Beberapa sumber juga menyebutkan bahwa penyelenggaraan makanan massal atau institusi dikategorikan demikian menyajikan sedikitnya 1.000 porsi dalam satu kali pelayanan.¹

Pondok Pesantren merupakan salah satu lembaga yang bertanggung jawab dalam menyelenggarakan makanan dengan tujuan mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Pondok Pesantren menyediakan pelayanan makan pagi, siang, dan malam sebagai bagian dari upaya untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal.²

Remaja usia 13 hingga 15 tahun di pondok pesantren, baik laki-laki maupun perempuan, merupakan santri muda yang berada dalam tahap awal pendidikan agama yang lebih mendalam serta mengikuti pelajaran umum yang setara dengan tingkat sekolah menengah pertama (SMP).³

Masalah gizi adalah salah satu perhatian utama pada remaja. Masalah umum yang sering terjadi adalah kekurangan asupan zat gizi, yang dapat mengakibatkan gizi buruk, kekurangan energi kronis, kekurangan energi protein, dan potensi terjadinya anemia. Konsekuensi dari masalah ini dapat berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat, seperti penurunan fokus belajar pada remaja.⁴

Kondisi gizi yang baik akan menciptakan kesehatan optimal dan membantu anak sekolah dalam meningkatkan status gizi pada anak sekolah, seperti penerimaan terhadap makanan, asupan gizi, pola makan, dan pengetahuan tentang gizi, berperan secara tidak langsung dalam menentukan kondisi gizi mereka.⁵

Pada lingkungan anak remaja di pesantren, seringkali ditemukan masalah-masalah khusus terkait dengan status gizi mereka. Kehidupan di pesantren cenderung mengutamakan kesederhanaan, persamaan dan kerjasama. Karakteristik ini memiliki dua sisi yang berbeda terkait dengan

asupan makanan dan status gizi santri. Prinsip persamaan dalam hal makanan sering kali mengarah pada pembagian yang merata, baik dalam jumlah maupun jenisnya.⁶

Masalah kesehatan para santri di pondok pesantren merupakan hal yang perlu mendapat perhatian bersama. Data mengenai status gizi remaja di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa tingkat kejadian status gizi pendek dan kurus masih cukup tinggi. Prevalensi status gizi sangat kurus pada usia 13-15 tahun sebesar 1,9% kurus 6,8% gemuk 11,2% dan obesitas 4,8%.⁵

Penelitian di Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah menunjukkan bahwa Sebagian besar remaja pondok pesantren (52,9%) mengalami kondisi kurus. Kegiatan santri di pondok pesantren sangat intensif, dimulai dari pagi jam 03.00 - 18.00 WIB. Aktivitas yang padat ini, bersama dengan frekuensi makan yang kurang, menyebabkan ketidakseimbangan dalam pemenuhan zat gizi. Jika konsumsi makanan tidak mencapai angka kecukupan yang dianjurkan dan keadaan ini berlangsung lama, maka hal ini akan berdampak negatif terhadap status gizi para santri.⁷

Penelitian di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah menunjukkan bahwa sejumlah 3,70% santri mengalami status gizi sangat kurus, sementara itu 24,07% santri tergolong dalam kategori kurus. Selain itu, 11,11% siswa memiliki status gizi gemuk, dan 3,07% santri mengalami obesitas.⁸

Penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Tahfidz Hadist Fathul Baari, dari 39 santriwati, ditemukan 2,5% santriwati mengalami status gizi kurang, 18% santriwati mengalami status gizi lebih. Berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi santriwati. Santriwati perlu memperhatikan konsumsi protein, karbohidrat, dan lemak agar mencapai keseimbangan yang diperlukan untuk mencapai status gizi yang normal atau baik.⁹

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Al-Fattah, terdapat 15,2% memiliki status gizi kurang, 32,0% memiliki status gizi gemuk. Dari hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan anatara tingkat kecukupan

karbohidrat dan protein dengan status gizi, namun tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan lemak dengan status gizi di Pondok Pesantren Al-Fattah.¹⁰

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Firdaus, ditemukan bahwa persentase status gizi lebih sebesar 17,3%, status gizi obesitas sebesar 13,46% dan status gizi kurang sebesar 1,93%. Dari hasil penelitian tersebut, rata-rata asupan protein, lemak, dan karbohidrat berada dalam kategori defisiensi berat. Meskipun demikian, Sebagian besar dari partisipan memiliki status gizi yang baik.³

Hasil penelitian di Pondok Pesantren IMMIM MinasaTene Pangkep Sulawesi Selatan, menunjukkan bahwa lebih dari 13,3% siswa memiliki status gizi lebih. Selain itu, sekitar 10% siswa lainnya mengalami obesitas berdasarkan temuan penelitian tersebut.¹¹

Status gizi dipengaruhi oleh cukup tidaknya asupan gizi harian yang direkomendasikan untuk setiap kelompok masyarakat, seperti remaja santri. Rata-rata Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan bagi remaja (13-18 tahun) per individu per hari adalah energi (2.050-2.650 kilokalori), protein (65-75 gram), lemak (70-85 gram), karbohidrat (300-400 gram).¹²

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu, menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat kecukupan zat gizi makro yang dianggap inadekuat, dengan persentase kecukupan protein sebesar 67%, lemak sebesar 71%, dan karbohidrat sebesar 64%. Faktor-faktor yang mempengaruhi hal ini termasuk porsi makan yang diambil sendiri oleh santri, yang sering kali kurang mencukupi kebutuhan nutrisi mereka.¹³

Untuk mengukur tingkat kepuasan santri terhadap makanan yang disajikan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, penelitian ini menggunakan rumus Tingkat Kesesuaian Individu (Tki), yang merupakan perbandingan antara skor persepsi (kinerja) dan skor harapan (kepentingan) santri terhadap kualitas makanan yang disajikan. Metode ini digunakan dalam berbagai penelitian untuk menilai tingkat kepuasan konsumen atau responden terhadap suatu layanan atau produk.

Hasil penelitian di SMA *Boarding School*, ditemukan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan rasa tidak puas pada santri terhadap hidangan adalah rasa pada makanan. Hidangan yang disajikan tidak sesuai dengan preferensi rasa para santri karena perbedaan dengan makanan di rumah.¹⁴

Hasil penelitian di Pesantren KH. Mas Mansur UMS, sebanyak 65,5% santri mengungkapkan ketidakpuasan terhadap makanan yang disajikan karena warna sayuran yang kurang menarik dan kurangnya variasi dalam pengolahan menu makanan. Sementara itu, penelitian Sulistiawati di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Maros mengungkapkan bahwa sejumlah santri mengalami ketidakpuasan terhadap makanan karena kurangnya variasi dalam penyajian, suhu makanan yang kurang optimal, dan sayur yang terasa hambar sehingga kurang membangkitkan selera makan.²

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Maros menemukan bahwa 29,5% santri tidak menyukai hidangan nasi, 26,3% tidak menyukai lauk hewani, 29,5% tidak menyukai lauk nabati, dan 26,3% tidak menyukai sayur dikarenakan kurangnya variasi dalam penyajian makanan, suhu makanan yang tidak hangat, dan seringkali sayuran disajikan dengan rasa yang hambar sehingga kurang menarik selera makan.²

Hasil penelitian di Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Al-Fityan menemukan bahwa 61% santri tidak menghabiskan makanannya. Selain itu, 92% santri merasa tidak puas terhadap cita rasa dan penampilan makanan yang disajikan.²

Studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada tanggal 03 juni 2024 di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang kepada 10 orang responden yaitu 5 orang laki-laki dan 5 orang perempuan yang usia 13-15 tahun. Berdasarkan hasil penelitian, tingkat kepuasan santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dikategorikan sebagai tidak puas pada makanan yang disajikan. Hal ini terlihat dari tingkat kesesuaian hanya 79,7%. Berdasarkan hasil penelitian, asupan zat gizi makro santri usia 13-15 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, tidak sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019. Proporsi asupan lemak melebihi batas rekomendasi, sementara asupan karbohidrat berada jauh di bawah kisaran yang dianjurkan.

Ketidaksesuaian ini menunjukkan bahwa pola konsumsi energi santri belum seimbang dan belum memenuhi standar gizi yang ditetapkan.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti akan melakukan penelitian ”Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tahun 2025”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini yaitu apakah ada hubungan tingkat kepuasan, asupan energi, asupan zat gizi makro dengan status gizi santri di pondok pesantren darul huffazh Padang tahun 2025?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kepuasan, asupan energi, asupan zat gizi makro dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan status gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- b. Diketuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan tingkat kepuasan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- c. Diketuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan asupan energi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- d. Diketuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang
- e. Diketahui distribusi frekuensi santri berdasarkan hubungan antara tingkat kepuasan dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- f. Diketahui distribusi frekuensi santri berdasarkan hubungan antara asupan energi dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

- g. Diketahuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- h. Diketahuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan hubungan antara asupan protein dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.
- i. Diketahuinya distribusi frekuensi santri berdasarkan hubungan antara asupan lemak dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan serta pengembangan wawasan tentang hubungan tingkat kepuasan dan asupan zat gizi makro dengan status gizi di Institusi, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan ke dalam kehidupan nyata.

2. Bagi Pesantren

Dapat memberikan masukan mengenai tingkat kepuasan dalam penyelenggaraan makanan, asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) bagi santri, serta hubungannya dengan status gizi santri.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi bagi masyarakat terkait pelayanan penyelenggaraan makan dan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dengan melakukan pengamatan dan pengukuran mengenai hubungan tingkat kepuasan, asupan energi, asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dengan status gizi santri di pondok pesantren, sehingga akan tercapai kecukupan zat gizi makro dan tingkat kepuasan untuk santri sesuai dengan kelompok umur.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan kondisi yang timbul karena keselarasan antara jumlah nutrisi yang diperoleh dari konsumsi makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan untuk fungsi metabolik tubuh. Setiap orang memiliki kebutuhan nutrisi yang beragam, bergantung pada faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, berat badan, dan faktor lainnya.¹⁵

Indikator status gizi adalah petunjuk yang dapat menggambarkan kondisi gizi seseorang, contohnya kehadiran anemia bisa menandakan bahwa asupan zat besi tidak mencukupi untuk kebutuhan tubuhnya, sementara seseorang yang mengalami kegemukan bisa menunjukkan bahwa konsumsi makanan yang tinggi energi dan lemaknya melebihi kebutuhannya. Hal ini menunjukkan pentingnya kesadaran akan pola makan seimbang untuk menjaga kesehatan tubuh secara optimal.¹⁵

2. Penilaian Status Gizi

Penilaian langsung terhadap status gizi mencakup evaluasi antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik. Sementara itu, penilaian tidak langsung melibatkan metode seperti survei konsumsi makanan, analisis statistik vital, dan identifikasi faktor etiologi.¹⁶

1) Penilaian status gizi secara langsung

a) Antropometri

Secara umum, antropometri mengacu pada pengukuran ukuran tubuh manusia, namun, dari sudut gizi, antropometri gizi berkaitan dengan pengukuran berbagai dimensi tubuh dan komposisi tubuh pada berbagai tingkat usia dan status gizi.

Alat antropometri digunakan untuk mengevaluasi status gizi karena memiliki beberapa keunggulan, seperti prosedur pengukuran yang sederhana dan aman. Penggunaannya tidak memerlukan keahlian khusus, alatnya terjangkau, mudah dibawa,

dan memiliki umur pakai yang panjang. Hasil pengukurannya juga akurat dan dapat memberikan informasi tentang riwayat gizi masa lalu serta mengidentifikasi tingkat status gizi dari baik hingga buruk, sehingga cocok digunakan untuk penapsian.¹⁵

Selain kelebihan, alat antropometri juga memiliki beberapa kelemahan. Salah satunya adalah ketidaksensitifan dalam membedakan kekurangan zat gizi tertentu seperti zink atau zat gizi mikro lainnya. Faktor-faktor di luar gizi seperti aktivitas fisik atau infeksi juga dapat mempengaruhi spesifikasi dan sensitivitas alat tersebut. Kesalahan dalam waktu pengukuran juga dapat memengaruhi hasil, baik dari segi teknik pengukuran maupun analisis data yang dilakukan.¹⁵

Parameter antropometri merujuk pada ukuran tunggal dari tubuh manusia seperti berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, lingkar kepala, dan lingkar dada. Hasil pengukuran antropometri ini dapat berfungsi sebagai indikator status gizi ketika dibandingkan atau dirujukkan dengan standar pertumbuhan yang sesuai untuk usia tertentu atau ukuran tubuh lainnya, seperti tinggi badan.¹⁵

Antropometri dapat digunakan sebagai indikator penialain status gizi karena pertumbuhan optimal seseorang membutuhkan asupan gizi yang seimbang. Keseimbangan gizi yang tidak terpenuhi dapat mengganggu pertumbuhan, dengan kekurangan gizi menghambat pertumbuhan dan kelebihan gizi menyebabkan pertumbuhan berlebih (kegemukan). Oleh karena itu, antropometri sebagai parameter status pertumbuhan dapat digunakan untuk mengevaluasi status gizi seseorang.¹⁵

b) Klinis

Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini berdasarkan perubahan-perubahan yang terjadi terkait dengan kekurangan zat gizi. Perubahan ini dapat terlihat pada jaringan epitel (*supervicial*

apithelial tissues) seperti kulit, mata, rambut, dan mukosa oral, atau pada organ-organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid.

c) Biokimia

Penilaian status gizi dengan biokimia melibatkan pemeriksaan spesimen yang diuji secara laboratoris pada berbagai jenis jaringan tubuh, contoh jaringan tubuh yang digunakan termasuk darah, urine, tinja, serta beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot.

d) Biofisik

Penentuan status gizi secara biofisik adalah metode penilaian status gizi yang melibatkan pengamatan kemampuan fungsi jaringan tubuh, terutama jaringan tertentu, dan mengidentifikasi perubahan struktur serta fungsi jaringan tersebut.¹⁶

2) Penilaian status gizi secara tidak langsung

a) Survei konsumsi makanan

Survei konsumsi makanan adalah metode tidak langsung untuk menilai status gizi dengan mengamati jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi oleh individu atau populasi. Metode ini membantu dalam memahami pola makan dan asupan zat gizi yang dapat memengaruhi status gizi seseorang atau kelompok.

b) Analisis vital

Pengukuran status gizi dengan statistik vital melibatkan analisis data statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan, kematian akibat penyebab tertentu, dan data lain yang berkaitan dengan gizi. Metode ini membantu dalam memahami dampak status gizi terhadap kesehatan populasi dengan menggunakan informasi statistik yang relevan.

c) Identifikasi faktor etiologi

Menurut Bengoa, malnutrisi merupakan masalah ekologi yang timbul dari interaksi beberapa faktor fisik, biologis, dan

lingkungan budaya. Ketersediaan makanan sangat dipengaruhi oleh kondisi ekologi seperti iklim, jenis tanah, sistem irigasi, dan faktor-faktor lainnya. Dengan demikian, aspek lingkungan dan faktor-faktor ekologis memainkan peran penting dalam menentukan ketersediaan dan akses terhadap makanan, yang pada gilirannya memengaruhi status gizi dan kesehatan masyarakat.¹⁶

3. Faktor yang Memengaruhi Status Gizi

Secara umum, status gizi dipengaruhi oleh asupan nutrisi dari makanan dan penyakit infeksi yang mempengaruhi proses metabolisme, penyerapan, dan penggunaan nutrisi oleh tubuh. Menurut UNICEF, terdapat sebuah kerangka yang mengidentifikasi penyebab utama dan dasar kekurangan gizi, yang meliputi faktor lingkungan, ekonomi, dan konteks sosial-politik, dengan kemiskinan sebagai faktor utama. Keadaan gizi yang kurang optimal meliputi stunting, wasting, dan kekurangan vitamin dan mineral tertentu (gizi mikro), yang merupakan bagian dari spektrum masalah gizi yang dikenal sebagai malnutrisi, di mana obesitas atau konsumsi berlebihan zat-zat tertentu juga merupakan bentuk lain dari masalah gizi yang tidak seimbang.¹⁷

Status gizi remaja adalah hasil dari seimbangnya asupan dan penggunaan zat gizi oleh tubuh. Masalah gizi yang muncul pada remaja sering kali merupakan kelanjutan dari masalah gizi yang terjadi pada masa kanak-kanak, termasuk anemia akibat kekurangan zat besi, serta masalah kekurangan atau kelebihan berat badan.¹⁷

B. Asupan Energi

1. Pengertian Asupan Energi

Energi dalam makanan adalah tenaga yang diperoleh tubuh dari zat gizi utama, yaitu karbohidrat, lemak, dan protein yang terkandung dalam bahan makanan. Besarnya energi yang dihasilkan tergantung pada kandungan ketiga zat gizi tersebut. Keseimbangan energi terjadi Ketika jumlah energi yang dikonsumsi dari makanan serta dengan energi yang dikeluarkan tubuh untuk melakukan berbagai aktivitas.¹⁸

Energi dalam tubuh manusia dihasilkan melalui proses pembakaran

zat gizi seperti karbohidrat, protein, dan lemak. Apabila asupan zat gizi ini tidak mencukupi, tubuh akan mengalami kekurangan energi, yang dapat menyebabkan rasa lemah dan kurang bertenaga dalam menjalani aktivitas sehari-hari.¹⁸

2. Sumber Energi

Sumber energi adalah bahan makanan yang mengandung zat gizi penghasil energi, terutama lemak, karbohidrat, dan protein. Makanan yang memiliki konsentrasi energi tinggi umumnya berasal dari lemak, seperti minyak, kacang-kacangan, dan biji-bijian. Selain itu, makanan yang kaya karbohidrat seperti padi-padian, umbi-umbian, dan gula juga merupakan sumber energi penting bagi tubuh. Semua makanan yang diolah dari bahan-bahan tersebut berperan sebagai penyedia energi bagi aktivitas tubuh.¹⁸

3. Dampak Kekurangan Energi

Kekurangan energi adalah kondisi ketika asupan energi dari makanan tidak mencukupi dibandingkan dengan jumlah energi yang digunakan oleh tubuh. Hal ini menyebabkan terjadinya keseimbangan energi negative, yang dapat berdampak pada penurunan berat badan di bawah standar ideal. Pada bayi dan anak-anak, kekurangan energi dapat menyebabkan penurunan berat badan serta kerusakan jaringan tubuh.¹⁸

4. Dampak Kelebihan Energi

Kelebihan energi adalah kondisi di mana jumlah energi yang dikonsumsi dari makanan melebihi energi yang digunakan oleh tubuh. Energi berlebih ini akan disimpan dalam tubuh sebagai lemak, yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan atau obesitas. Kegemukan bisa terjadi akibat konsumsi berlebihan zat gizi penghasil energi seperti karbohidrat, lemak, maupun protein. Kondisi ini beresiko menimbulkan gangguan fungsi tubuh, berbagai penyakit, dan bahkan dapat menurunkan harapan hidup.¹⁸

C. Asupan Zat Gizi Makro

Zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar untuk menunjang aktivitas, pertumbuhan, dan

fungsi fisiologis, khususnya pada masa remaja. Agar kebutuhan ini terpenuhi secara optimal, asupan zat gizi makro harus disesuaikan dengan standar Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang ditetapkan berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin, dan kondisi fisik individu.

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019, kebutuhan gizi harian untuk laki-laki dan perempuan usia 10–18 tahun adalah sebagai berikut.

Laki-laki				
Usia (tahun)	Energi (kkal/hari)	Protein (g/hari)	Lemak (g/hari)	Karbohidrat (g/hari)
10–12	2.000	50	65	300
13–15	2.400	70	80	350
16–18	2.650	75	85	400
Perempuan				
10–12	1.900	50	65	280
13–15	2.050	65	70	300
16–18	2.100	65	70	300

Ketidaksesuaian asupan dengan AKG dapat menimbulkan masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan. Kekurangan karbohidrat dapat menyebabkan tubuh mengalami defisit energi, sedangkan kelebihan lemak dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan dan obesitas. Asupan protein yang tidak mencukupi juga dapat menghambat pertumbuhan dan menurunkan daya tahan tubuh. Oleh karena itu, penting untuk menjaga asupan zat gizi makro tetap seimbang dan sesuai dengan kebutuhan berdasarkan AKG untuk mendukung status gizi yang optimal.¹⁹

Secara umum berdasarkan kebutuhannya zat gizi dibagi kedalam dua bagian, yaitu zat gizi Makro dan zat gizi Mikro. Zat gizi makro terdiri atas karbohidrat, protein, dan lemak, sedangkan zat gizi mikro terdiri atas berbagai jenis vitamin, mineral dan senyawa mikro lain seperti metabolit sekunder dari bahan pangan.²⁰

a) Karbohidrat

Istilah karbohidrat, berasal dari kata hidrat karbon (*hydrates of carbon*) atau yang populer dikenal dengan sebutan hidrat arang atau sakarida (dari bahasa Yunani *sakcharon* yang berarti gula). Karbohidrat

adalah zat gizi berupa senyawa organik yang terdiri dari atom karbon, hidrogen, dan oksigen yang digunakan sebagai bahan pembentuk energi. Meskipun begitu di dalam tumbuhan, ketiga zat tersebut terlibat dalam suatu proses yang populer dengan sebutan proses fotosintesis.²¹

Karbohidrat merupakan zat makanan yang paling cepat menyuplai energi sebagai bahan bakar tubuh, terutama saat tubuh dalam kondisi lapar. Pada saat kondisi lapar, makanan yang dipilih cenderung untuk segera mengatasi rasa lapar sehingga makanan yang mengandung karbohidrat menjadi pilihan. Setelah makanan yang mengandung karbohidrat dikonsumsi, karbohidrat akan segera dioksidasi untuk memenuhi kebutuhan energi.

Karbohidrat mempunyai fungsi utama menyediakan kebutuhan energi tubuh. Namun, fungsi karbohidrat bukanlah hanya sebagai sumber energi, tetapi juga fungsi lain dalam keberlangsungan proses metabolisme dalam tubuh. Berbagai fungsi karbohidrat dalam metabolisme tubuh diuraikan berikut ini.

- 1) *Penyedia energi utama.* Agar tetap bertahan hidup, kita memerlukan bahan bakar untuk menghasilkan energi. Sel-sel tubuh membutuhkan ketersediaan energi siap pakai dan konstan, terutama dalam bentuk glukosa.
- 2) *Pengatur metabolisme lemak.* Karbohidrat dapat berfungsi sebagai *fat sparer*. Keberadaan karbohidrat dapat mencegah terjadinya oksidasi lemak yang tidak sempurna.
- 3) *Penghemat protein.* Karbohidrat juga dapat berfungsi sebagai *protein sparer*. Diketahui protein dalam tubuh mempunyai fungsi utama sebagai zat pembangun jaringan tubuh.
- 4) *Penyuplai energi otak dan saraf.* Glukosa merupakan satu-satunya sumber energi utama bagi otak dan susunan saraf.
- 5) *Penyimpan glikogen.* Glikogen merupakan bentuk simpanan karbohidrat yang merupakan sumber utama glukosa dan energi yang terdapat dalam sebagian besar sel.

- 6) *Pengatur peristaltik usus dan pemberi muatan sis makanan.* Serat (selulosa dan hemiselulosa) merupakan polisakarida yang tidak dapat dicerna, tetapi berfungsi penting bagi kesehatan, yaitu mengatur peristaltik usus (gerakan usus yang teratur) dan mencegah terjadinya konstipasi (kesulitan buang air besar).

Selain fungsinya dalam metabolisme tubuh, keberadaan karbohidrat dalam makanan menentukan karakteristik cita rasa bahan pangan, di antaranya :

- 1) Rasa, yaitu rasa manis pada makanan karena keberadaan gula.
- 2) Memberi aroma dan bentuk yang khas pada makanan.
- 3) Memberikan warna, pelembut tekstur, dan tampilan makanan.

b) Protein

Komposisi protein berbeda dari karbohidrat dan lemak karena kandungan nitrogennya (N). Protein terdiri dari karbon, hidrogen, oksigen, dan nitrogen. Kandungan nitrogen pada protein adalah 16% atau rasio berat protein dengan nitrogen adalah 6,25.

Struktur dasar protein adalah asam amino. Protein terdiri dari banyak asam amino yang bergabung dalam ikatan peptida. Ada 20 jenis asam amino yang membentuk protein. Struktur asam amino dari protein mamalia adalah alfa asam amino kecuali prolina, dengan gugus dasar amino dan asam karboksil melekat pada karbon yang sama.

Protein merupakan salah satu zat gizi makro yang penting bagi kehidupan manusia selain karbohidrat dan lemak. Kata protein berasal dari bahasa Yunani "*protos*" yang berarti yang paling utama. Protein dikaitkan dengan berbagai bentuk kehidupan, salah satunya adalah enzim yang dibuat dari protein. Tidak ada kehidupan tanpa adanya enzim yang terdapat dalam berbagai jenis dan fungsi yang berbeda di dalam tubuh manusia.

Secara umum protein berfungsi antara lain untuk pertumbuhan, pembentukan komponen struktural, pengangkut dan penyimpan zat gizi, enzim, pembentukan antibodi, dan sumber energi.²¹

c) Lemak

Lemak (lipid) adalah zat organik hidrofobik yang bersifat sukar larut dalam air. Namun, lemak dapat larut pada pelarut non polar seperti eter, alkohol, klorofom, dan benzena. Lemak adalah zat yang kaya akan energi dan berfungsi sebagai sumber energi yang memiliki peranan penting dalam proses metabolisme lemak.

Menurut anjuran pedoman gizi seimbang, konsumsi lemak yang baik adalah 25% dari kebutuhan. Konsumsi lemak berlebih berkaitan dengan peningkatan berat badan menjadi obesitas dan berisiko terhadap terjadinya penyakit menular (PTM).

Fungsi lemak adalah sebagai berikut.

- 1) Sumber energi
- 2) Sumber asam lemak esensial
- 3) Alat angkut dan pelarut vitamin larut lemak
- 4) Menghemat protein
- 5) Memberi rasa kenyang dan lezat
- 6) Sebagai pelumas
- 7) Memelihara suhu tubuh
- 8) Pelindung organ tubuh
- 9) Sebagai pengantar emulsi, yang menunjang dan mempermudah keluar masuknya zat-zat lemak melalui membran sel (lipida lesitin)
- 10) Sebagai pemula prostaglandin yang berperan mengatur tekanan darah, denyut jantung, dan lipolisis
- 11) Sebagai salah satu bahan penyusun hormon dan vitamin (khususnya untuk sterol)
- 12) Sebagai salah satu bahan penyusun empedu, asam koleat (di dalam hati), dan hormon seks (khususnya untuk kolesterol)²¹

D. Tingkat Kepuasan

Tingkat kepuasan merupakan salah satu indikator yang penting dalam menilai efektivitas suatu pelayanan, khususnya dalam penyediaan makanan. Untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai tingkat kepuasan, perlu dikaji berbagai aspek yang menjadi unsur pembentuknya. Oleh karena

itu, pembahasan pada bagian ini akan diawali dengan penjelasan mengenai pengertian kepuasan, kemudian dilanjutkan dengan faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kepuasan, yaitu kualitas makanan, cita rasa, dan sisa makanan.

1. Pengertian Kepuasan

Kata "kepuasan" (*satisfaction*) berasal dari bahasa latin, di mana "satis" berarti cukup baik atau memadai, dan "facio" berarti melakukan atau membuat. Dari pengertian tersebut, dapat diartikan bahwa kepuasan menggambarkan usaha untuk mencapai pemenuhan atau pencapaian sesuatu yang diinginkan atau diharapkan.²²

Kepuasan adalah tingkat perasaan yang dirasakan oleh seseorang (baik pelanggan atau pasien) setelah membandingkan kinerja atau hasil yang dirasakan, seperti pelayanan yang diterima, dengan yang diharapkan. Perasaan ini penting karena dapat mempengaruhi kesetiaan dan persepsi positif terhadap merek atau penyedia layanan.²³

Tingkat kepuasan merupakan fungsi dari perbedaan antara kinerja yang dirasakan dengan harapan. Apabila kinerja di bawah harapan, maka pelanggan akan kecewa. Bila kinerja sesuai dengan harapan, pelanggan akan puas. Sedangkan bila kinerja melebihi harapan, pelanggan akan sangat puas.²⁴

Kepuasan pelanggan adalah respons terhadap pemenuhan konsumen, yang merupakan penilaian bahwa fitur, produk, atau jasa tersebut memberikan tingkat pemenuhan yang menyenangkan terkait konsumsi, termasuk pemenuhan yang bisa memenuhi atau bahkan melampaui harapan konsumen.²⁵

Pengukuran Tingkat Kepuasan Santri terhadap Makanan yang disajikan diukur menggunakan metode Importance Performance Analysis (IPA), atau yang dikenal juga dengan istilah analisis kesenjangan (gap analysis). Metode ini digunakan untuk mengukur seberapa besar kesenjangan antara harapan dan kenyataan terhadap makanan yang diterima oleh santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

Instrumen yang digunakan berupa kuesioner kepuasan santri, yang terdiri atas 17 pernyataan terkait aspek makanan, meliputi: rasa, aroma, konsistensi, kesegaran, penampilan, kematangan, dan variasi menu.

Penilaian dilakukan dengan skala Likert 4 poin sebagai berikut:

1. SP = Sangat Puas (skor 4)
2. P = Puas (skor 3)
3. TP = Tidak Puas (skor 2)
4. STP = Sangat Tidak Puas (skor 1)

Selanjutnya, dilakukan perhitungan tingkat kesesuaian (Tki) untuk melihat sejauh mana kenyataan sesuai dengan harapan. Rumus yang digunakan adalah:

$$Tki = \frac{Xi}{Fi} \times 100 \%$$

Keterangan:

Tki: Tingkat kesesuaian responden (%)

Xi: Skor penilaian persepsi (kenyataan)

Yi: Skor penilaian kepentingan (harapan)

Nilai Tki menunjukkan persentase kesesuaian antara ekspektasi santri dan kondisi aktual. Semakin tinggi nilai Tki, semakin sesuai makanan dengan harapan santri, yang mencerminkan tingkat kepuasan yang tinggi. Hasil analisis IPA dapat digunakan sebagai dasar evaluasi dan perbaikan mutu penyelenggaraan makanan di pondok pesantren.

Setelah dijelaskan mengenai pengertian kepuasan secara umum, pembahasan selanjutnya difokuskan pada faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kepuasan terhadap makanan. Salah satu aspek utama yang menentukan kepuasan konsumen terhadap makanan adalah kualitas makanan itu sendiri.

2. Kualitas Makanan

Kualitas makanan adalah aspek paling krusial dalam menilai kualitas total layanan, dan secara positif berhubungan dengan tingkat kepuasan serta loyalitas pelanggan. Kualitas produk dalam industri makanan dan minuman memiliki empat dimensi yang telah diidentifikasi yaitu :

- a) **Kesegaran (*Freshness*)** : Kesegaran makanan umumnya merujuk pada kesan makanan yang baru, yang terkait erat dengan tekstur, rasa, dan aroma dari makanan tersebut.
- b) **Penyajian (*Presentation*)** : Cara makanan disajikan merupakan strategi untuk mempersembahkan makanan kepada konsumen secara menyeluruh, dengan komposisi yang teratur dan dipertimbangkan secara estetis, termasuk penggunaan warna yang menarik untuk merangsang selera makan.
- c) **Pengolahan yang baik (*Well cooked*)** : Pentingnya memastikan bahwa makanan yang disajikan telah dimasak atau diproses dengan baik dan menjaga kebersihan agar aman untuk dikonsumsi oleh pelanggan.
- d) **Varietas Makanan (*Variety of Food*)** : Adanya beragam pilihan menu di restoran mencerminkan jumlah item menu yang berbeda ditawarkan kepada pelanggan, memungkinkan variasi dan kesempatan bagi pelanggan untuk mengeksplorasi pilihan makanan.²²

Kualitas makanan terdiri dari dua aspek pokok, yaitu tampilan visual makanan dan pengalaman rasa saat dikonsumsi. Ketersediaan energi dan protein secara signifikan berhubungan dengan tingkat preferensi terhadap rasa makanan. Untuk memenuhi kepuasan konsumen, penting untuk memperhatikan cita rasa dan kecocokan menu serta selera konsumen.²⁶

3. Cita Rasa Makanan

Cita rasa makanan terbentuk melalui kerja sama dari lima jenis indera manusia, yaitu indera perasa, penciuman, perabaan, penglihatan, dan pendengaran, dan mencakup berbagai atribut makanan seperti penampilan, aroma, rasa, tekstur, dan suhu. Cita rasa merupakan cara di mana seseorang memilih makanan, yang harus dibedakan dari rasa makanan itu sendiri. Rasa makanan adalah hasil dari kerja indera perasa yang terletak di lidah, pipi, tenggorokan, dan langit-langit mulut, yang merupakan bagian dari pengalaman cita rasa.²⁷

Citarasa makanan dapat dibagi menjadi dua aspek, yaitu penampilan dan rasa. Penilaian penampilan dilakukan saat makanan disajikan dan sebelum dimakan, termasuk warna, bentuk, ukuran porsi, dan aroma. Sementara itu, penilaian rasa hanya dapat dilakukan setelah makanan dimakan, mencakup rasa, rempah-rempah, tekstur, suhu, dan tingkat kematangan. Penilaian citarasa makanan merupakan proses yang terus-menerus dan berkelanjutan untuk memastikan pencapaian standar kualitas setiap kali makanan diproduksi.²⁷

Penilaian cita rasa dapat dibagi menjadi dua tahap, yaitu penilaian terhadap penampilan makanan ketika indera penglihatan, penciuman, dan perabaan, dan pendengaran aktif. Penampilan makanan meliputi warna, potongan atau bentuk, konsistensi, dan ukuran porsi, sementara rasa meliputi rasa, rempah-rempah, suhu, dan tekstur. Faktor lain yang memengaruhi cita rasa makanan adalah teknik memasak dan pemilihan bahan makanan.²⁷

Untuk memastikan penilaian cita rasa makanan sesuai dengan standar dan selera pengguna, hal-hal berikut perlu diperhatikan :

1) Warna hidangan :

Pastikan dalam satu set menu atau dalam satu hidangan terdapat beberapa variasi warna, sehingga terlihat menarik seperti pelangi. Warna dapat diperoleh dari bahan makanan asli atau penggunaan bumbu. Berbagai sayuran dan buah umumnya memberikan warna alami pada hidangan. Penilaian terhadap warna makanan meliputi kontras dan kombinasi yang menarik. Penggunaan garnis juga dapat meningkatkan daya tarik warna hidangan.

2) Bentuk makanan

Penilaian bentuk makanan dapat dilihat dari potongan bahan makanan, kerapihan dalam proses pemotongan, dan visual bentuk potongan. Hal ini akan meningkatkan daya tarik penampilan makanan. Penilaian bentuk makanan mencakup kerapihan pemotongan dan variasi potongan seperti rata, bulat, panjang, cincang, pipih, tebal, dan lain-lain.

3) Besar porsi/jumlah

Penilaian atas besar porsi atau jumlah makanan sering ditentukan oleh seberapa banyak makanan yang disajikan dalam sebuah piring. Kesesuaian antara ukuran piring dan jumlah makanan yang disajikan memainkan perang penting dalam tampilan makanan. Ketika makanan disajikan pada piring dengan ukuran yang sesuai, bentuk, dan warna cocok, serta diatur dengan rapi, penampilan makanan menjadi lebih menarik. Jumlah makanan yang disajikan terlalu banyak atau terlalu sedikit dapat berdampak pada kepuasan konsumen. Kriteria untuk menilai besar porsi umumnya bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang apakah porsi tersebut terlalu besar, cukup, atau kurang.

1) Aroma atau bau

Aroma atau bau makanan berasal dari campuran zat kimia dalam makanan yang berpadu dengan udara, biasanya dalam konsentrasi rendah, dan kemudian diindra oleh manusia melalui indera penciuman. Baunya bisa beragam, dari yang menyenangkan hingga yang tidak sedap. Istilah aroma sering digunakan untuk merujuk pada bau yang menyenangkan. Bau yang tercium secara langsung memengaruhi pengalaman rasa dari makanan tersebut. Kadang-kadang, bumbu tertentu ditambahkan dalam masakan untuk meningkatkan aroma dan membangkitkan selera.

2) Rasa makanan

Rasa makanan bisa sangat beragam, mulai dari manis, pedas, asin, gurih, pahit, asam, hingga getir. Rasa tersebut bisa berasal dari bahan makanan itu sendiri atau dari campuran makanan atau bumbu yang digunakan dalam proses memasak. Keterampilan dalam mengolah makanan dengan menggabungkan bahan makanan dan bumbu secara tepat serta menggunakan teknik memasak yang sesuai akan berdampak pada rasa akhir makanan. Penilaian terhadap rasa makanan umumnya mencakup kriteria apakah makanan tersebut enak atau tidak enak.

3) Tekstur makanan

Tekstur makanan bergantung pada susunan makanan itu sendiri dan bisa dirasakan saat makanan dimasukkan ke dalam mulut. Penilaian tentang tekstur mencakup aspek-aspek seperti kerenyahan, kelembutan, kehalusan, kekerasan, dan kekenyalan. Dalam menyusun sebuah menu, penting untuk menyertakan beragam variasi tekstur masakan. Tekstur masakan juga dipengaruhi oleh jenis bahan makanan yang digunakan dan durasi waktu memasaknya.

4) Suhu

Suhu mencerminkan tingkat panas dari sebuah hidangan atau makanan. Semakin tinggi suhu, semakin panas makanan tersebut. Suhu dapat diukur dengan menggunakan alat yang disebut thermometer. Konsumen menilai suhu ketika makanan baru disajikan, baik itu makanan yang harus disajikan panas maupun yang harus disajikan dingin. Penggunaan panas dalam proses memasak dapat meningkatkan aroma, warna, dan pencernaan makanan, serta memperpanjang masa ketahanan makanan tersebut.

5) Bumbu

Bumbu yang diterapkan dalam proses memasak memiliki dampak langsung terhadap citarasa dari sebuah hidangan. Bahkan bahan makanan yang berkualitas tinggi dan harganya mahal harus dipersiapkan dengan komposisi bumbu yang tepat. Salah satu bumbu yang tidak tergantikan dan hampir semua ada di masakan adalah garam. Penilaian atas bumbu masakan meliputi konsistensi komposisi dan jenis bumbu yang digunakan, serta variasi rasa yang dihasilkan seperti pedas, asam, manis, asin, gurih, pahit, dan hambar.

6) Teknik memasak

Teknik memasak memiliki peran penting dalam menentukan penampilan dan rasa makanan. Perbedaan teknik memasak yang diterapkan akan berdampak langsung pada cita rasa

makanan. Dalam sebuah resep, seringkali lebih dari satu teknik memasak digunakan untuk menghasilkan hasil akhir yang diinginkan.²⁷

4. Sisa Makanan

Sisa makanan adalah makanan yang tersisa di piring setelah konsumen selesai makan. Dari sisa makanan ini, dapat dilihat seberapa besar kemampuan dan keinginan seseorang untuk mengonsumsi makanan yang disajikan. Sisa makanan dapat dianggap sebagai makanan yang tidak dimakan, dan semakin banyak sisa makanan, semakin tinggi biaya yang terbuang. Ada banyak faktor yang memengaruhi jumlah sisa makanan, termasuk cita rasa makanan, kebiasaan makan, budaya, usia, kondisi kesehatan, dan lain-lain.²⁷

Kemauan konsumen untuk mengonsumsi suatu makanan dipengaruhi oleh rangsangan dari indra penglihatan, penciuman, pencicipan, dan pendengaran. Faktor – faktor utama dalam penilaian cita rasa makanan, yang sering disebut sebagai penilaian organoleptik meliputi:

1. Penampilan makanan, seperti warna, bentuk, ukuran, porsi, dan konsistensi.
2. Rasa makanan, yang mencakup aroma, tekstur, suhu, rasa, dan tingkat kematangan.

Untuk mengukur sisa makanan dapat menggunakan beberapa metode sebagai berikut :

1. Metode observasi/virtual/comstock

Metode ini diperkenalkan oleh Comstock dan oleh karena itu dikenal sebagai metode Comstock. Juga disebut sebagai metode observasi karena pengukuran atau penafsiran dilakukan secara visual atau observasional terhadap jumlah sisa makanan yang tersisa di piring setelah responden selesai makan. Penilaian dilakukan untuk setiap jenis hidangan yang disajikan, sehingga dapat ditentukan hidangan mana yang tidak habis dikonsumsi.

2. Metode pencatatan sendiri (*self-reported consumption*)

Dalam metode ini, responden diminta untuk mengestimasi sendiri jumlah sisa makanan yang tersisa dan mencatatnya pada formulir khusus yang disediakan untuk mencatat sisa dari setiap jenis makanan. Sebelumnya, responden diberikan penjelasan tentang cara mengisi formulir tersebut.

3. Metode *recall*

Metode *food recall* 24 jam adalah teknik survei konsumsi pangan yang berfokus pada kemampuan individu untuk mengingat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi dalam 24 jam terakhir. Dengan menggunakan metode ini, ukuran porsi makanan dapat diketahui berdasarkan Ukuran Rumah Tangga (URT). Data yang diperoleh dari *food recall* 24 jam berupa data kuantitatif. Oleh karena itu, data kuantitatif tersebut dikumpulkan melalui pertanyaan yang diajukan secara rinci dengan menggunakan alat ukur rumah tangga (seperti sendok, piring, gelas, dan sebagainya) yang biasa digunakan sehari-hari.²⁸

Metode ini digunakan dengan tujuan untuk memperoleh informasi tentang asupan makanan seseorang selama 24 jam sehari sebelum dilakukan wawancara. Mengukur sisa makanan dengan metode *recall* hanya dapat dilakukan pada responden yang makanannya sudah diketahui sebelumnya. Pada saat melakukan wawancara, perlu menggunakan alat bantu berupa contoh-contoh makanan yang disajikan sebelumnya atau food model. Pendekatan yang digunakan adalah dengan menanyakan kepada responden tentang jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi sehari sebelum wawancara, mulai dari bangun tidur hingga tidur kembali di malam hari.

Langkah – langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut.

4. Metode penimbangan sisa makanan

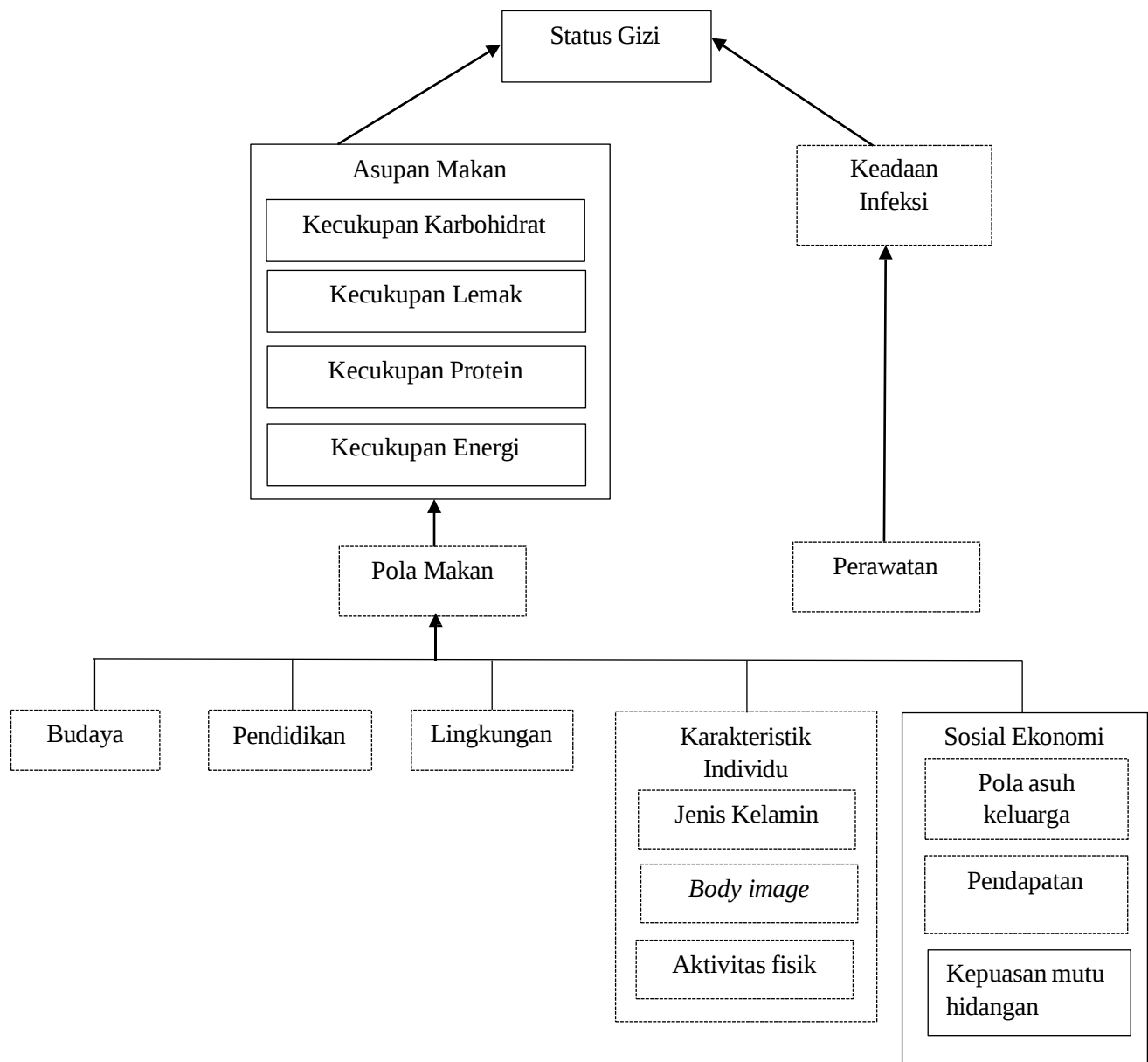
Metode ini relatif lebih akurat dibanding metode lain karena mengidentifikasi sisa makanan melalui penimbangan. Alat bantu yang

diperlukan termasuk timbangan dengan ketelitian 1 gram, sarung tangan untuk digunakan saat memilah sisa makanan, dan formulir atau lembar berat makanan yang disajikan dan sisa makanan.

Langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut.

1. Beri label pada baki konsumen yang akan menjadi responden. Untuk menghindari bias, konsumen tidak perlu mengetahui bahwa sisa makanannya akan diteliti.
2. Sebelum disajikan, makanan sudah ditimbang terlebih dahulu dan berat tiap masakan dicatat (berat awal).
3. Setelah responden selesai makan, baki diambil, sisa makanan dipisahkan berdasarkan jenisnya, kemudian masing-masing ditimbang (berat akhir).²⁷

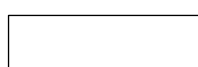
E. Kerangka Teori



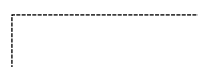
Gambar 1 Kerangka Teori

Sumber : UNICEF (2020), Rahmi (2017), Rusli (2012)

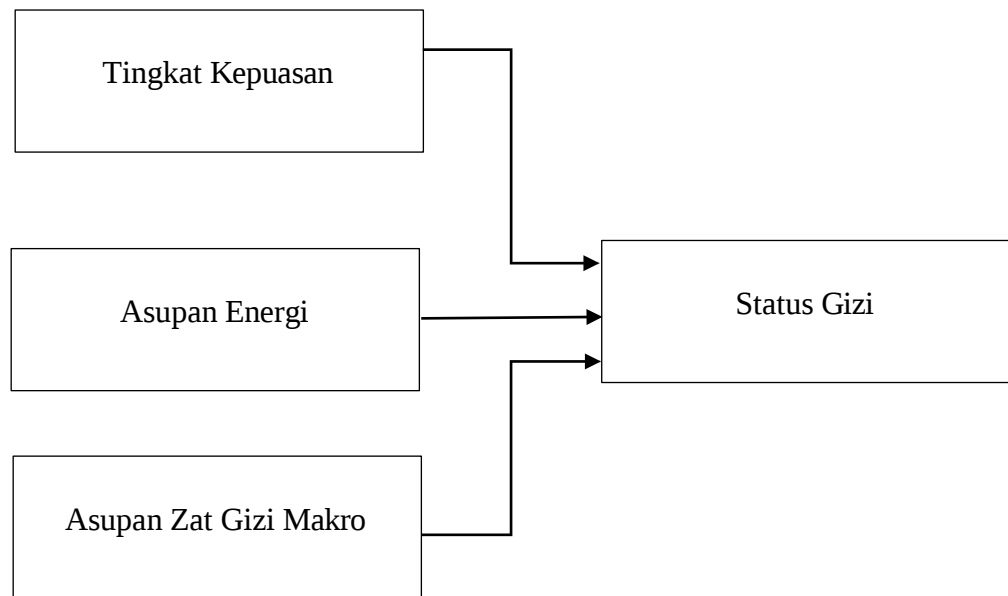
Keterangan :



= diteliti



= tidak diteliti

F. Kerangka Konsep**Gambar 2 Kerangka Konsep**

G. Hipotesis

1. Ha : Ada hubungan antara tingkat kepuasan dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tahun 2025.
2. Ha : Ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tahun 2025.
3. Ha : Ada hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh padang tahun 2025.
4. Ha : Ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh padang tahun 2025.
5. Ha : Ada hubungan antara asupan lemak dengan status gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh padang tahun 2025.

H. Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1.	Status Gizi	Status gizi merupakan kondisi yang timbul karena keselarasan antara jumlah nutrisi yang diperoleh dari konsumsi makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan untuk fungsi metabolik tubuh. Indeks yang digunakan yaitu IMT/U.	Menimbang BB, Mengukur TB dan Menghitung IMT/U	Timbangan berat badan (<i>digital</i>) untuk mengukur BB dan (<i>microtoise</i>) untuk mengukur TB	Status Gizi 1. Gizi kurang (-3 SD sd $< -2 \text{ SD}$) 2. Gizi baik (-2 SD sd $+1 \text{ SD}$) 3. Gizi lebih ($+1 \text{ SD}$ + 2 SD) Sumber : ²⁹	Ordinal
2.	Asupan Energi	Asupan energi adalah jumlah energi yang diperoleh dari makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 1 hari, yang digunakan untuk mempertahankan fungsi tubuh, pertumbuhan, aktivitas fisik, dan proses metabolisme.	<i>Food recall</i> 2 x 24 jam	Formulir <i>food recall</i>	Hasil asupan energi akan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) menurut umur dan jenis kelaminnya, asupan energi dikategorikan : 1. Kurang : asupan $<80\%$ dari AKG 2019 2. Baik : asupan mencapai $80-110\%$ dari AKG 2019 3. Lebih : asupan $>110\%$ dari AKG 2019 Sumber : ¹⁹	Ordinal
3.	Asupan Zat Gizi Makro	Asupan zat gizi adalah banyaknya zat gizi makro (karbohidrat protein, lemak) yang didapatkan dari makanan dan minuman yang dikonsumsi.	<i>Food recall</i> 2 x 24 jam	Formulir <i>food recall</i>	Hasil asupan zat gizi akan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) menurut umur dan jenis kelaminnya, asupan zat gizi dikategorikan : 1. Kurang : asupan $<80\%$ dari AKG 2019	Ordinal

No.	Variabel	Definisi	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
					2. Baik : asupan mencapai 80-110% dari AKG 2019 3. Lebih : asupan >110% dari AKG 2019 Sumber : ¹⁹	
4.	Tingkat Kepuasan	Kepuasan adalah tingkat keadaan yang dirasakan seseorang dengan membandingkan yang dirasakan dengan yang diharapkan. Kepuasan dinilai dari cita rasa makanan.	Wawancara	Kuesioner	Hasil tingkat kepuasan dikategorikan menjadi : 1. Puas : $Tki \geq 100\%$ 2. Tidak Puas : $Tki < 100\%$ 3. Sumber : ³⁰	Ordinal

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study*, data akan dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu tanpa melibatkan pengamatan atau intervensi pada periode yang berbeda. Dalam penelitian ini, variabel independen adalah tingkat kepuasan dan asupan zat gizi makro, sedangkan variabel dependen adalah status gizi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2025 sampai dengan bulan Juni 2025.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini yaitu semua santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang yaitu 51 orang yang terdiri dari santri SMP dan SMA. Pada santri SMP kelas VII terdapat 12 santri, kelas VIII terdapat 17 santri dan kelas IX terdapat 11 santri, kelas X terdapat 3 santri, kelas XI terdapat 3 santri, kelas XII terdapat 5 santri.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang diperlukan untuk mewakili populasi. Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan teknik *total sampling* sehingga didapatkan sampel sebanyak 51 orang.

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Data primer

Data primer yang dikumpulkan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Data status gizi

Data status gizi dilakukan dengan mengukur TB dan menimbang BB dengan alat ukur timbangan (*digital*) dan *microtoise* yang sudah divalidasi. Setelah diukur dan mendapatkan data TB dan BB selanjutnya akan dimasukkan kedalam rumus IMT dengan indeks

massa tubuh menurut umut (IMT/U) untuk melihat apakah status gizi santri kurang, normal dan lebih. Pengukuran dilakukan oleh peneliti dan 3 orang mahasiswa gizi sarjana terapan gizi dan dietetika yang sudah mendapatkan mata kuliah Penilaian Status Gizi.

b. Data kepuasan

Data kepuasan dikumpulkan dengan wawancara menggunakan media kuesioner yang mencakup harapan dan kenyataan, dilakukan selama 2 hari di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang. Wawancara dilakukan oleh peneliti dan 3 orang mahasiswa gizi sarjana terapan gizi dan dietetika yang sudah mendapatkan mata kuliah Penilaian Status Gizi. Indikator yang digunakan pada tingkat kepuasan yaitu cita rasa makanan yang terdiri dari : rasa, aroma, konsistensi, kesegaran, penampilan, kematangan, dan variasi. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan metode Importance Performance Analysis (IPA), yang juga dikenal sebagai analisis kesenjangan (gap analysis). Metode ini digunakan untuk mengukur sejauh mana perbedaan antara harapan dan kenyataan yang dirasakan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

c. Data asupan energi

Data asupan energi dilakukan dengan cara *food recall* 2x24 jam selama 2 hari di Pondok Pesantren Darul Huffah Padang. Data asupan energi diperoleh melalui fomulir *food recall* 2x24 jam, yang kemudian akan dimasukkan ke dalam aplikasi aplikasi *nutrisurvey* untuk analisis lebih lanjut.

d. Data asupan zat gizi makro

Data asupan zat gizi makro dilakukan dengan cara *food recall* 2x24 jam selama 2 hari di Pondok Pesantren Darul Huffah Padang. Data asupan zat gizi makro diperoleh melalui fomulir *food recall* 2x24 jam, yang kemudian akan dimasukkan ke dalam aplikasi aplikasi *nutrisurvey* untuk analisis lebih lanjut.

2. Data sekunder

Data sekunder pada penelitian ini berupa data tentang gambaran umum pesantren yang diperoleh dari pengurus Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, daftar menu makanan, dan jumlah santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang yang diperoleh melalui wawancara dengan pengurus pondok pesantren.

E. Teknik Pengolahan Data

1. *Editing* (Pemeriksaan data)

Data yang telah didapatkan meliputi komponen tingkat kepuasan, asupan zat gizi makro dan status gizi. *Editing* atau penyuntingan dilakukan untuk melengkapi data yang sudah dikumpulkan dengan cara melakukan pengecekan kembali terhadap kuesioner untuk memastikan bahwa data tersebut sudah benar dan lengkap.

2. *Coding* (Pemberian data)

Setelah *editing* selesai dilakukan, tahap selanjutnya adalah pemberian kode dan skor pada item-item jawaban dilembaran kuesioner agar mempermudah saat analisis dan mempercepat pemasukan data.

Pada penelitian ini, untuk variabel penelitian tingkat kepuasan dan asupan zat gizi makro diinterpretasikan pemberian kode dengan ketentuan sebagai berikut :

a. Variabel Tingkat Kepuasan

Tingkat kepuasan santri terhadap kualitas makanan ini menggunakan metode *Importance Performance Analysis* (IPA) atau dikenal juga dengan istilah *gap analysis* (analisis kesenjangan). Analisis IPA digunakan untuk mengukur seberapa besar kesenjangan antara tingkat harapan dengan kenyataan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang.

Tingkat kesesuaian adalah hasil perbandingan skor harapan dengan skor kinerja/kenyataan, rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$Tki = \frac{xi}{Fi} \times 100 \%$$

Keterangan :

Tki : Tingkat kesesuaian responden

xi : Skor penilaian persepsi (kenyataan)

yi : Skor penilaian kepentingan (harapan)

Tingkat kepuasan dapat dilihat dari cita rasa makanan yang meliputi (rasa, aroma, konsistensi, kesegaran, penampilan, kematangan, variasi). Skor tingkat kepuasan dikategorikan menjadi :

1. SP = Sangat Puas (skor 4)
2. P = Puas (skor 3)
3. TP = Tidak Puas (skor 2)
4. STP = Sangat Tidak Puas (skor 1)

b. Asupan Energi

Data asupan energi dilakukan dengan cara *food recall* 2x24 jam selama 2 hari di Pondok Pesantren Darul Huffah Padang. Data asupan energi diperoleh melalui fomulir *food recall* 2x24 jam, yang kemudian akan dimasukkan ke dalam aplikasi aplikasi *nutrisurvey* untuk analisis lebih lanjut.

Hasil analisis akan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi menurut umur dan jenis kelaminnya, yang dimana akan didapatkan kategori gizi yang :

1. Kurang : asupan < 80% dari AKG 2019
2. Baik : 80% - < 110% dari AKG
3. Lebih : > 110% dari AKG

c. Asupan Zat Gizi Makro

Data asupan zat gizi makro dilakukan dengan cara *food recall* 2x24 jam selama 2 hari di Pondok Pesantren Darul Huffah Padang. Data asupan zat gizi makro diperoleh melalui fomulir *food recall* 2x24 jam, yang kemudian akan dimasukkan ke dalam aplikasi aplikasi *nutrisurvey* untuk analisis lebih lanjut.

Hasil analisis akan dibandingkan dengan angka kecukupan gizi menurut umur dan jenis kelaminnya, yang dimana akan didapatkan kategori gizi yang :

1. Kurang : asupan < 80% dari AKG 2019
2. Baik : 80% - < 110% dari AKG
3. Lebih : > 110% dari AKG

d. Status Gizi

Data status gizi dilakukan dengan mengukur TB dan menimbang BB dengan alat ukur timbangan (*digital*) dan *microtoise* yang sudah divalidasi. Setelah diukur dan mendapatkan data TB dan BB selanjutnya akan dimasukkan kedalam rumus IMT dengan indeks IMT/U untuk melihat apakah status gizi santri normal atau kurang. Pengukuran dilakukan oleh peneliti dan 1 orang mahasiswa gizi sarjana terapan gizi dan dietetika yang sudah mendapatkan mata kuliah Penilaian Status Gizi.

Hasil analisis akan dibandingkan dengan status gizi dengan menggunakan indeks IMT/U.

1. Gizi kurang (-3 SD sd $< -2 \text{ SD}$)
2. Gizi baik (-2 SD sd $+ 1 \text{ SD}$)
3. Gizi lebih ($+1 \text{ SD}$ + 2 SD)

4. Entry Data :

Memasukkan data untuk memproses data dilakukan dengan cara mengentri data dari format pengumpulan data kedalam master tabel. Data yang dimasukkan yaitu data tingkat kepuasan, asupan zat gizi makro, dan status gizi.

5. Cleaning Data :

Data yang sudah dimasukkan diteliti kembali untuk menghindari kesalahan yang mungkin saja bisa terjadi saat mengentri data. Serta untuk memeriksa kembali data yang sudah dientry. Bahan makanan dalam satuan gram dientry di periksa kembali apakah jenis bahan dan berat yang dimasukan sudah benar karena akan memengaruhi nilai gizi yang akan dihasilkan.

F. Analisis data

a. Analisis Univariat

Data yang diperoleh akan dianalisis secara univariat yang digunakan untuk melihat data dari identitas responden yang meliputi usia responden, serta data hasil pada variabel tingkat kepuasan, asupan energi, asupan zat gizi makro, dan status gizi. Deskripsi data hasil penelitian pada analisis univariat dapat diketahui dengan melihat ukuran distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

Analisis data bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Uji yang dilakukan berupa uji *chi-square* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dua variabel yaitu hubungan tingkat kepuasan dengan status gizi, hubungan asupan energi dengan status gizi, dan hubungan asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dengan status gizi.

Apabila nilai ρ value $\leq 0,05$ maka berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel tersebut. Sebaliknya jika nilai ρ value $< 0,05$ maka yang berarti terdapat hubungan bermakna antara variabel tersebut.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang berlokasi di Jalan Durian Tarung Nomor 03, yang berada di Kelurahan Pasar Ambacang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat. Lokasi ini termasuk dalam wilayah administratif dengan kode pos 25175, Indonesia.

Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam yang terletak di Kota Padang. Kegiatan belajar mengajar di pesantren ini menerapkan kurikulum pendidikan nasional yang dipadukan dengan pembelajaran ilmu agama, sehingga menciptakan keseimbangan antara pendidikan umum dan pendidikan keislaman. Selain itu, santri juga difasilitasi dengan berbagai kegiatan ekstrakurikuler seperti karate, basket, futsal, kelompok belajar, dan aktivitas lainnya yang bertujuan untuk mengembangkan potensi diri para santri.

Pesantren ini didukung oleh tenaga pendidik yang kompeten, terdiri dari ustaz, ustazah, dan guru-guru profesional di bidangnya masing-masing. Hal tersebut menjadikan Pondok Pesantren Darul Huffazh sebagai salah satu pesantren yang berkualitas di Kota Padang. Dari segi fasilitas, pesantren ini menyediakan berbagai sarana penunjang seperti ruang kelas dan asrama yang nyaman, laboratorium praktikum, perpustakaan, lapangan olahraga, kantin, masjid, dan fasilitas pendukung lainnya guna menunjang proses pendidikan dan kehidupan santri secara menyeluruh.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dapat dilihat berdasarkan jenis kelamin, umur, kelas sebagai berikut :

a. Karakteristik jenis kelamin

Populasi dalam penelitian ini adalah semua santri laki-laki dan perempuan yang tinggal di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang yang berjumlah 51 orang.

Tabel 4 1.Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Jenis Kelamin	n	(%)
Laki-laki	34	66,7
Perempuan	17	33,3
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.1, mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki yaitu 66,7%. Sedangkan responden perempuan yaitu sebesar 33,3%.

b. Karakteristik Umur

Penelitian ini melibatkan responden dari berbagai kelompok umur. Untuk memudahkan, umur responden dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu 10 - 12 tahun, 13 - 15 tahun, dan 16 - 18 tahun. Jumlah responden dalam setiap kelompok umur dapat dilihat pada tabel 4.2 :

Tabel 4 2.Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Umur	n	(%)
10–12 Tahun	4	7,8
13–15 Tahun	41	80,4
16–18 Tahun	6	11,8
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.2, dengan rentang usia 10–12 tahun 7.8%, usia 13-15 tahun 80.4%, usia 16 - 18 tahun 11.8%.

c. Karakteristik Kelas

Responden dalam penelitian ini dikelompokkan berdasarkan jenjang kelas. Pengelompokan ini bertujuan untuk melihat sebaran responden dari masing-masing tingkat kelas, mulai dari kelas 7 hingga kelas 12. jumlah responden berdasarkan kelas dapat dilihat pada tabel 4.3 :

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Kelas	n	(%)
Kelas 7	15	29,4
Kelas 8	17	33,3
Kelas 9	11	21,6
Kelas 10	3	5,9
Kelas 12	5	9,8
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.3, dengan kelas 7 sebanyak 29.4%, kelas 8 sebanyak 33.3%, kelas 9 sebanyak 21.6%, kelas 10 sebanyak 5.9%, kelas 12 sebanyak 9.8%.

2. Hasil Univariat

a. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi asupan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.4 :

Tabel 4 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Status Gizi	n	(%)
Gizi Kurang	3	5,9
Gizi Baik	40	78,4
Gizi Lebih	8	15,7
Total	51	100,0

Berdasarkan Tabel 4.4, sebagian responden kategori gizi baik yaitu 78.4%, dan yang gizi lebih yaitu 15.7%.

b. Tingkat Kepuasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi tingkat kepuasan responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.5 :

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kepuasan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Tingkat Kepuasan	n	(%)
Tidak Puas	43	84,3
Puas	8	15,7
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.5, mayoritas responden berada pada kategori tidak puas yaitu 84,3%.

c. Asupan Energi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi asupan energi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.6 :

Tabel 4 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Energi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan Energi	n	(%)
Kurang	44	86,3
Baik	7	13,7
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.6, mayoritas responden memiliki asupan energi yang kurang yaitu 86,3%. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa rata-rata asupan energi dari dalam pondok sebesar 861,06 kkal, sedangkan asupan energi dari luar pondok sebesar 363,86 kkal.

d. Asupan Zat gizi Makro

a) Karbohidrat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi asupan karbohidrat responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.7 :

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Karbohidrat di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan Karbohidrat	n	(%)
Kurang	50	98,0
Baik	1	2,0
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.7, mayoritas responden memiliki asupan karbohidrat kurang yaitu 98.0%. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa rata-rata asupan karbohidrat dari dalam pondok sebesar 123,48 gram, sedangkan dari luar pondok hanya sebesar 49,25 gram.

b) Protein

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi asupan protein responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.8 :

Tabel 4 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Protein di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan Protein	n	(%)
Kurang	46	90,2
Baik	4	7,8
Lebih	1	2,0
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.8, mayoritas responden memiliki asupan protein yang kurang yaitu 90.2%. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata asupan protein dari dalam pondok sebesar 22,70 gram, sedangkan asupan protein dari luar pondok sebesar 12,37 gram.

c) Lemak

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi asupan lemak responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.9 :

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Asupan Lemak di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan Lemak	n	(%)
Kurang	40	78,4
Baik	6	11,8
Lebih	5	9,8
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.9, mayoritas responden memiliki asupan lemak yang kurang yaitu 78.4%. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata asupan lemak dari dalam pondok sebesar 34,11 gram, lebih tinggi dibandingkan dengan asupan lemak dari luar pondok yang hanya sebesar 13,40 gram.

3. Hasil Bivariat

a. Hubungan Tingkat Kepuasan dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi hubungan tingkat kepuasan dengan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.10 :

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Tingkat Kepuasan di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Tingkat Kepuasan	Status gizi						Total	P Value
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih			
	n	%	n	%	n	%		
Tidak Puas	3	7,0	32	74,4	8	18,6	43	0,271
Puas	0	0	8	100,0	0	0	8	
Total	3	5,9	40	78,4	8	15,7	51	

Berdasarkan tabel 4.10, status gizi baik lebih banyak pada responden yang menyatakan tidak puas terhadap makanan yaitu 74.4%, dibandingkan dengan responden yang menyatakan puas sebagian besar berasal dari kelompok status gizi baik 100.0%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.271$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepuasan dan status gizi responden.

b. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi hubungan energi dengan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.11 :

Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Energi di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan E	Status gizi						Total	P Value	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih				
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	3	6,8	35	79,5	6	13,6	44	100,0	0.500
Baik	0	0	5	71,4	2	28,6	7	100,0	
Total	3	5,9	40	78,4	8	15,7	51	100,0	

Berdasarkan tabel 4.11, responden dengan asupan energi kurang berstatus gizi baik 79.5%, sedangkan responden dengan asupan energi baik mayoritas berstatus gizi baik 71.4% dan sebagian kecil gizi lebih 28.6%. Hasil uji statistic menunjukkan nilai $p = 0,500$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dan status gizi responden.

c. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi

a) Karbohidrat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi hubungan energi dengan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.12 :

Tabel 4 11. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Karbohidrat di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan KH	Status gizi						Total	P Value	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih				
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	2	4,0	40	80,0	8	16,0	50	100,0	n nnn
Baik	1	100,0	0	0	0	0	1	100,0	
Total	3	5,9	40	78,4	8	15,7	51	100,0	

Berdasarkan tabel 4.12, responden dengan asupan karbohidrat kurang dengan status gizi baik 80.0%, sedangkan responden dengan asupan karbohidrat baik seluruhnya 100% memiliki status gizi kurus. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.000$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi responden.

b) Protein

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi hubungan protein dengan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.13 :

Tabel 4 12. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Protein di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan P	Status gizi						Total	P Value	
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih				
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	3	6,5	36	78,3	7	15,2	46	100,0	0,942
Baik	0	0	3	75,0	1	25,0	4	100,0	
Lebih	0	0	1	100,0	0	0	1	100,0	
Total	3	5,9	40	78,4	8	15,7	51	100,0	

Berdasarkan tabel 4.13, responden dengan status gizi baik memiliki asupan protein dalam kategori kurang 78.3%, pada asupan protein baik, sebagian besar responden berasal dari

kelompok status gizi baik sebesar 75%, dan sisanya dari kelompok gizi lebih sebesar (25%). sedangkan satu responden dengan asupan protein lebih berasal dari kelompok status gizi baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.942$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dan status gizi responden.

c) Lemak

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi hubungan lemak dengan status gizi responden di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang dapat dilihat pada tabel 4.14 :

Tabel 4 13. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi dan Asupan Lemak di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Asupan L	Status gizi						Total	P Value
	Gizi		Gizi Baik		Gizi			
	Kurang				Lebih			
	n	%	n	%	n	%		
Kurang	3	7,5	32	80,0	5	12,5	40	100,0
Baik	0	0	2	100,0	0	0	2	100,0
Lebih	0	0	6	66,7	3	33,3	9	100,0
Total	3	5,9	40	78,4	8	15,7	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.14, responden dengan asupan lemak kurang dengan status gizi baik sebesar (80%), Pada asupan lemak baik, responden dengan status gizi baik yaitu (100%). Sementara itu, pada kategori asupan lemak lebih, sebagian besar responden berasal dari kelompok status gizi baik sebesar (66.7%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0.482$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dan status gizi responden.

B. Pembahasan

1. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, mayoritas responden memiliki status gizi baik, yaitu sebesar 78,4%. Responden dengan status gizi kurang

tercatat sebesar 5,9%, sedangkan yang memiliki status gizi lebih sebesar 15.7%, temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori status gizi yang baik. Namun, masih terdapat persentase tertentu yang mengalami gizi kurang maupun berlebih, sehingga diperlukan perhatian terhadap pola makan dan asupan gizi untuk menjaga keseimbangan status gizi secara keseluruhan.

Penelitian serupa menunjukkan bahwa mayoritas santri di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah, Kecamatan Caringin, Sukabumi memiliki status gizi berdasarkan IMT menurut umur dalam kategori normal, yaitu sebesar 69,7%.⁸ Penelitian serupa menunjukkan ebagian besar responden berada dalam kategori status gizi baik, yaitu sebesar 67,3%. Sementara itu, responden dengan status gizi lebih tercatat sebesar 17,3%, obesitas sebesar 13,46%, dan status gizi kurang sebesar 1,93%.³

Status gizi merupakan kondisi yang timbul karena keselarasan antara jumlah nutrisi yang diperoleh dari konsumsi makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan untuk fungsi metabolik tubuh.³ Status gizi lebih juga merupakan masalah di kelompok usia anak sekolah. Obesitas pada anak meningkatkan risiko penyakit jantung dan berbagai penyakit degeneratif lain seperti diabetes dan beberapa jenis kanker.³ Status gizi kurus atau *underweight* pada remaja menunjukkan bahwa asupan energi dan zat gizi harian tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan yang rendah kalori atau rendah protein, aktivitas fisik berlebih, serta kurangnya pengetahuan gizi.³¹

Lingkungan pesantren memiliki karakteristik tersendiri yang dapat memengaruhi status gizi santri. Dalam banyak kasus, santri tinggal dalam asrama dengan jadwal kegiatan padat, termasuk kegiatan keagamaan, belajar, dan aktivitas fisik. Pola makan mereka umumnya diatur oleh pengelola pesantren, sehingga keterbatasan variasi makanan serta kualitas dan kuantitas makanan yang disediakan dapat berdampak langsung terhadap status gizi santri.³²

2. Tingkat Kepuasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, yang memberikan tanggapan terhadap makanan yang disajikan, sebanyak 43 orang (84,3%) menyatakan tidak puas, sementara hanya 8 orang (15,7%) yang menyatakan puas. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi negatif terhadap kualitas makanan yang mereka terima. Tingginya angka ketidakpuasan ini mengindikasikan adanya masalah dalam aspek penyajian, rasa, kebersihan, atau kualitas makanan secara keseluruhan yang belum sesuai dengan harapan santri.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Wulandari (2018) di Madrasah Mu'allimin Muhammadiyah Yogyakarta juga menemukan bahwa kepuasan santri terhadap kualitas makanan berada dalam kategori rendah, dengan nilai gap antara harapan dan kenyataan sebesar -0,43 untuk kualitas makanan, dan -0,28 untuk layanan makanan. Hal ini memperkuat bahwa faktor seperti rasa, variasi menu, dan kebersihan mempunyai peran besar dalam menentukan tingkat kepuasan konsumen terhadap makanan

Sebanyak (84,3%) santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang menyatakan tidak puas terhadap makanan yang disajikan, sejalan dengan penelitian wulandari (2018) di Madrasah Mu'allimin Yogyakarta yang juga menunjukkan tingkat kepuasan rendah.

Menurut Nugroho (2015) kualitas makanan dalam suatu layanan konsumsi dipengaruhi oleh beberapa indikator, yaitu rasa, penampilan, kebersihan, dan nilai gizi. Jika salah satu atau lebih dari indikator tersebut tidak terpenuhi, maka kemungkinan besar akan menurunkan tingkat kepuasan konsumen.³³

Menurut Kotler dan Keller (2016), kepuasan pelanggan terbentuk dari perbandingan antara harapan pelanggan sebelum konsumsi dan persepsi mereka setelah menerima makanan. Dengan hanya 15,7% responden yang merasa puas, dapat disimpulkan bahwa terdapat kesenjangan besar antara ekspektasi dan realisasi mutu makanan yang disajikan.³⁴

Berdasarkan hasil pada pertanyaan no 1, sebagian besar responden menyatakan tidak puas (72,5%), sementara yang menyatakan puas hanya 15,7%, sangat puas dan sangat tidak puas masing-masing sebesar 5,9%. Ini menunjukkan bahwa proporsi ketidakpuasan yang sangat dominan, dapat disimpulkan bahwa pertanyaan no 1 merupakan indikator dengan tingkat kepuasan terendah dibandingkan dengan 16 pertanyaan lainnya dalam instrumen yang digunakan.

3. Asupan Energi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, mayoritas responden yaitu sebanyak 35 orang (79.5%), berada dalam kategori kurang, sementara 5 orang (11.4%) berada dalam kategori baik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki status yang tergolong kurang, baik dalam aspek gizi, kesehatan, atau faktor lain yang relevan dengan penelitian ini. Menurut Setiawati (2006), kondisi status gizi yang kurang pada santri bisa dipengaruhi oleh faktor kurangnya akses terhadap informasi gizi yang memadai, pola makan yang tidak seimbang, serta kurangnya perhatian terhadap kesehatan secara keseluruhan.³⁵

Hanya 11.4% responden yang berada dalam kategori baik, yang menunjukkan bahwa sebagian kecil responden sudah memiliki status gizi yang optimal. Hal ini mengindikasikan perlunya upaya yang lebih besar untuk meningkatkan kondisi gizi di kalangan responden yang masih berada dalam kategori kurang.

Rata-rata asupan energi santri dari dalam pondok mencapai 861,06 kkal, sementara dari luar pondok sebesar 363,86 kkal. Ini menunjukkan bahwa makanan dari pondok menjadi sumber energi utama bagi santri. Kondisi ini mengindikasikan perlunya perbaikan dalam penyediaan makanan di pondok serta pemberian edukasi gizi kepada santri.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Dewi (2011) di Asrama Putri Pondok Pesantren Al-Islam Nganjuk, yang melaporkan bahwa sebanyak 92,5% responden mengalami kecukupan energi yang kurang (inadekuat). Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya asupan energi

merupakan masalah yang cukup dominan dikalangan remaja putri dalam lingkungan pesantren.¹³

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Taqhi (2014) di Pondok Pesantren Gorontalo, yang menunjukkan bahwa kandungan gizi dalam makanan, khususnya energi, hanya mampu memenuhi sekitar 76% dari kebutuhan harian santri. Kedua penelitian tersebut memperkuat bahwa ketidaksesuaian antara kebutuhan dan asupan energi masih menjadi isu penting dalam pemenuhan gizi remaja.¹³

Penelitian di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang menunjukkan bahwa (79.5%) santri mengalami asupan energi kurang. Angka ini hampir setara dengan penelitian Dewi (2011) di Pondok Pesantren Al-Islam Nganjuk (92,5%) dan lebih tinggi dibandingkan Taqhi (2014) di Gorontalo, yang menunjukkan pemenuhan energi hanya (76%) dari kebutuhan. Hal ini menunjukkan bahwa asupan energi kurang masih menjadi masalah umum di kalangan santri dan memerlukan perhatian lebih.

4. Asupan Zat Gizi Makro

a. Karbohidrat

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang, sebanyak 40 orang (80.0%) termasuk dalam kategori asupan kurang, dan hanya 1 orang (100.0%) memiliki asupan yang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa hampir seluruh santri yang menjadi responden mengalami kekurangan asupan zat gizi, yang merupakan kondisi yang mengkhawatirkan, terutama bagi remaja yang sedang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan.

Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa temuan yang diperoleh sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap santri di Pesantren Darul Aman Gombara. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa sebanyak 85,4% responden mengalami kekurangan asupan karbohidrat. Kesamaan hasil ini menunjukkan adanya kecenderungan pola konsumsi karbohidrat yang kurang

mencukupi di kalangan santri, yang dapat berdampak pada status gizi dan kesehatan secara keseluruhan

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang menunjukkan bahwa (80,0%) santri mengalami kekurangan asupan karbohidrat. Penelitian ini sama dengan penelitian di Pesantren Darul Aman Gombara, dimana (85,4%) santri juga mengalami kekurangan karbohidrat. Kesamaan ini menunjukkan adanya pola konsumsi karbohidrat yang tidak mencukupi di kalangan santri, yang dapat berdampak negatif terhadap status gizi dan kesehatan, terutama pada masa pertumbuhan remaja.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, rata-rata asupan karbohidrat santri dari dalam pondok sebesar 123,48 gram, sedangkan dari luar pondok hanya 49,25 gram. Hal ini menunjukkan bahwa makanan dari dalam pondok merupakan sumber utama asupan karbohidrat santri. Rendahnya asupan dari luar pondok dapat disebabkan oleh keterbatasan akses atau pilihan makanan yang kurang seimbang. Oleh karena itu, penting bagi pihak pondok untuk memastikan ketersediaan sumber karbohidrat yang cukup dan berkualitas guna memenuhi kebutuhan gizi harian santri.

Asupan zat gizi yang kurang dapat menyebabkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan, seperti penurunan berat badan, menurunnya daya tahan tubuh, dan terganggunya konsentrasi serta performa belajar.³⁶ Santri sebagai remaja membutuhkan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan mikro (vitamin dan mineral) dalam jumlah cukup untuk mendukung proses biologis, hormonal, dan metabolik tubuh. Jika kebutuhan ini tidak tercukupi secara berkelanjutan, maka risiko mengalami gizi kurang atau bahkan kekurangan energi kronis (KEK) menjadi lebih tinggi.³⁷

Faktor-faktor yang mungkin menyebabkan rendahnya asupan gizi santri antara lain adalah keterbatasan variasi makanan, kurangnya konsumsi protein hewani, serta minimnya kesadaran gizi baik di kalangan santri maupun pengelola makanan di pesantren. Sebagian

besar pesantren masih mengandalkan bahan makanan pokok seperti nasi dan lauk sederhana, sementara konsumsi sayur, buah, dan sumber protein hewani masih sangat terbatas.³⁸

b. Protein

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki asupan protein dalam kategori kurang, yaitu sebesar 78.3%. Sementara itu, responden dengan asupan protein baik sebesar 75%. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden belum mencapai kecukupan asupan protein yang dianjurkan. Rendahnya asupan protein ini dapat disebabkan oleh kurangnya variasi sumber protein hewani maupun nabati dalam konsumsi harian, serta kemungkinan keterbatasan pengetahuan mengenai pentingnya protein bagi pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada santri di Pesantren Darul Aman Gombara, yang menyatakan bahwa sebagian besar santri mengalami kekurangan asupan zat gizi makro, termasuk protein. Penelitian tersebut mencatat bahwa 85,4% santri mengalami defisit asupan karbohidrat, yang kemungkinan besar juga berkorelasi dengan rendahnya konsumsi protein secara keseluruhan.³⁹

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang menunjukkan 78.3% santri mengalami kekurangan asupan protein. Angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan temuan di Pesantren Darul Aman Gombara, yang juga mencatat kekurangan protein, perbandingan ini menunjukkan bahwa kekurangan asupan protein di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang tergolong lebih tinggi.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata asupan protein santri dari dalam pondok sebesar 22,70 gram, sedangkan dari luar pondok sebesar 12,37 gram. Hal ini menunjukkan bahwa makanan dari dalam pondok menjadi sumber utama asupan protein bagi santri. Jumlah asupan yang masih tergolong rendah mengindikasikan perlunya peningkatan kualitas dan kuantitas sumber protein dalam

menu harian, guna mendukung kebutuhan gizi dan kesehatan santri secara optimal.

Protein merupakan zat gizi makro yang memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh, memperbaiki jaringan yang rusak, serta membentuk enzim dan hormon. Kekurangan asupan protein dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan massa otot, gangguan sistem imun, hingga peningkatan kerentanan terhadap penyakit infeksi.³⁶

c. Lemak

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki asupan lemak dalam kategori kurang, yaitu sebesar 80%. Sementara itu, responden dengan asupan lemak baik sebesar 100.0%, dan yang memiliki asupan lemak lebih sebesar 66.7%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mencapai kecukupan asupan lemak yang dianjurkan. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mencapai tingkat asupan lemak yang dianjurkan, sedangkan sebagian kecil justru mengonsumsi lemak dalam jumlah berlebih.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Mutiara (2023) di Pondok Pesantren Al Azhar Terbanggi Besar menunjukkan bahwa 75,8% santri memiliki asupan lemak kurang, meskipun sebagian besar memiliki status gizi baik. Ini menunjukkan bahwa kekurangan lemak tidak selalu langsung memengaruhi status gizi, namun dalam jangka panjang dapat berisiko bagi kesehatan tubuh.

Sebanyak (80%) santri di Pondok pesantren Darul Huffazh Padang mengalami kekurangan asupan lemak, sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian mutiara (2023) di Pesantren Al Azhar Terbanggi Besar (75,8%). Kedua hasil menunjukkan bahwa asupan lemak kurang umum terjadi di kalangan santri, meskipun tidak selalu berdampak langsung pada status gizi santri, namun tetap berisiko bagi kesehatan dalam jangka panjang.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata asupan lemak santri dari dalam pondok sebesar 34,11 gram, lebih tinggi dibandingkan dengan asupan dari luar pondok yang hanya sebesar 13,40 gram. Temuan ini menunjukkan bahwa makanan dari pondok menjadi sumber utama asupan lemak santri. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa lemak yang dikonsumsi berasal dari sumber yang sehat dan seimbang guna mendukung kebutuhan energi tanpa meningkatkan risiko gangguan kesehatan.

Lemak merupakan salah satu zat gizi makro yang penting, karena berfungsi sebagai sumber energi, membantu penyerapan vitamin larut lemak (A,D,E dan K) serta berperan dalam pembentukan hormon dan struktur sel. Kekurangan asupan lemak dalam jangka panjang dapat menyebabkan energi tidak mencukupi, penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan penyerapan vitamin.³⁶

Persentase tinggi pada kategori kurang (80%) menunjukkan adanya ketidakseimbangan dalam pola makan responden, khususnya dalam konsumsi sumber lemak sehat seperti kacang-kacangan, ikan, alpukat, dan minyak nabati. Di lingkungan pesantren, keterbatasan akses terhadap makanan berlemak berkualitas serta rendahnya variasi menu dapat menjadi faktor penyebab rendahnya asupan lemak.

Data lain juga menunjukkan bahwa 17,9% responden memiliki asupan lemak lebih. Hal ini menunjukkan adanya kelompok responden yang mungkin mengonsumsi makanan tinggi lemak, seperti gorengan atau makanan cepat saji. Konsumsi lemak yang berlebihan, terutama lemak jenuh dan trans, dapat meningkatkan risiko obesitas, dislipidemia, dan penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan diabetes tipe 2.³⁷

5. Hubungan Tingkat Kepuasan dengan Status Gizi

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* didapatkan nilai $p = 0,271$ yang lebih besar dari nilai signifikan 0,05. berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara tingkat kepuasan terhadap makanan dengan status gizi responden.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Huda Choirul Akbar (2018) di MTs PPMI Assalaam Sukoharjo, yang menunjukkan bahwa sebagian besar kepuasan pelayanan makanan berada dalam kategori puas (62,2%). Namun, penelitian tersebut juga menemukan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kepuasan dan status gizi santri ($p = 0,247$).⁴⁰

Penelitian ini juga sejalan dengan Nor Laila Noviyanti (2021) di Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus menunjukkan bahwa sebagian besar santri mereka puas terhadap mutu hidangan yang disediakan. Namun, tidak ditemukan hubungan signifikan antara kepuasan mutu hidangan dan status gizi santri ($p = 0,202$).⁴¹

Hal ini menunjukkan bahwa kepuasan responden terhadap makanan yang disediakan tidak secara langsung berkaitan dengan status gizi mereka. Meskipun sebagian besar responden yang tidak puas berada dalam kategori gizi kurang, dan sebagian besar responden yang puas berada dalam kategori gizi normal, perbedaan tersebut tidak cukup kuat secara statistik untuk menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.

Menurut Supriasa (2016), status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti asupan zat gizi, kesehatan individu, dan lingkungan. Artinya, kepuasan terhadap makanan hanyalah salah satu faktor yang mungkin berdampak, namun tidak cukup untuk dijadikan indikator tunggal yang memengaruhi status gizi.³¹

6. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* didapatkan nilai $p = 0,500$, yang lebih besar dari nilai signifikan 0,05. berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi responden.

Hasil ini sejalan dengan temuan Endah (2021) bahwa asupan energi tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap status gizi santri ($p > 0,05$).³ Hasil ini didukung oleh penelitian Mustika (2012) yang

menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dan status gizi ($p > 0,05$).⁴² Penelitian serupa oleh Khairunnisah (2014) di Madrasah Aliyah Annajah, Petukangan, Jakarta Selatan, juga menyatakan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara asupan energi dengan status gizi remaja berdasarkan hasil uji chi-square ($p > 0,05$).⁴³

Status gizi seseorang dipengaruhi oleh keseimbangan antara energi yang masuk melalui makanan dan energi yang dikeluarkan melalui aktivitas dan fungsi tubuh. Apabila asupan energi lebih rendah dari kebutuhan tubuh, maka tubuh akan mengambil cadangan energi dari jaringan lemak dan otot, yang dalam jangka panjang dapat menyebabkan penurunan berat badan dan status gizi kurus.⁴⁴

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2014), energi merupakan zat gizi makro utama yang dibutuhkan tubuh untuk menjalankan fungsi vital. Kekurangan energi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan imunitas, serta menurunnya kapasitas kerja dan konsentrasi.⁴⁵

7. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi

a. Karbohidrat

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki asupan karbohidrat dalam kategori kurang, yaitu sebesar 98% dari total responden. Hanya satu responden (2%) yang tercatat memiliki asupan karbohidrat dalam kategori baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dan status gizi responden. Hal ini menunjukkan bahwa kecukupan asupan karbohidrat berperan penting dalam menentukan status gizi, mengingat karbohidrat merupakan sumber energi utama yang dibutuhkan tubuh untuk menjalankan aktivitas dan fungsi fisiologis.

Hasil uji statistik dalam penelitian yang dilakukan oleh Yulni menunjukkan nilai $p = 0,011$ pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Karena nilai $p (0,011) < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U).⁴⁶

Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi tubuh, dan menjadi salah satu zat gizi makro yang penting dalam mendukung aktivitas harian serta metabolisme dasar. Menurut gibney (2009), karbohidrat seharusnya menyumbang sekitar 45-65% dari total asupan energi harian. Asupan karbohidrat yang cukup dibutuhkan agar tubuh tidak memecah protein sebagai sumber energi dan menghindari kondisi ketosis akibat metabolisme lemak berlebihan.⁴⁴

Hasil ini menunjukkan bahwa asupan karbohidrat yang rendah tidak serta-merta berdampak signifikan terhadap perubahan status gizi, terutama jika asupan zat gizi lain relatif mencukupi, atau jika kebutuhan energi tidak terlalu tinggi akibat aktivitas yang ringan. Selain itu, variasi dalam metabolisme dan adaptasi fisiologis terhadap kekurangan zat gizi tertentu juga bisa memengaruhi hasil pengukuran status gizi.

b. Protein

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* didapatkan nilai $p = 0.942$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dan status gizi santri. Walaupun protein adalah salah satu zat gizi yang sangat penting dalam proses pertumbuhan tubuh dan pemeliharaan massa otot.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiara (2022) yang menemukan bahwa asupan protein tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Rubath Nurul Fajri, Jakarta Timur.⁴⁷

Menurut Gibney (2009) protein berfungsi untuk memperbaiki dan membangun jaringan tubuh, termasuk massa otot. Kekurangan protein dalam jangka panjang dapat menyebabkan penurunan massa otot dan gangguan pada fungsi tubuh lainnya.⁴⁴

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun asupan protein memiliki peran yang sangat penting dalam pertumbuhan dan kesehatan tubuh, dalam penelitian ini, faktor-faktor lain seperti asupan energi secara keseluruhan, keanekaragaman menu makanan, dan kondisi kesehatan santri juga harus diperhatikan. Hal ini menjelaskan mengapa meskipun asupan protein kurang, status gizi santri tidak selalu mencerminkan kekurangan protein semata, tetapi lebih kepada kesemibangan antara energi dan zat gizi lainnya.

c. Lemak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan status gizi baik memiliki asupan lemak dalam kategori kurang. Meskipun terdapat variasi status gizi pada setiap tingkat asupan lemak, hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,482$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dan status gizi.

Penelitian yang dilakukan oleh Hasna (2025) di MA Muallimaat Yogyakarta menunjukkan bahwa hasil uji korelasi Pearson Product Moment memperoleh nilai $p = 0,3865$. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dan status gizi remaja di lokasi tersebut.⁴⁸

Menurut Mochammad (2018) dalam bukunya gizi dan kesehatan, lemak adalah salah satu makronutrien yang berperan penting dalam penyediaan energi tubuh dan penyerapan vitamin yang larut dalam lemak, seperti vitamin A, D, E, dan K. Lemak juga penting untuk proses metabolisme dan fungsi sistem saraf. Kecukupan lemak dalam tubuh mendukung berbagai proses biologis yang penting, dan kekurangan lemak dapat menyebabkan penurunan fungsi-fungsi tersebut, yang berujung pada status gizi yang kurang baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (78,4%) tergolong gizi baik.
2. Sebagian besar santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (84,3%) tidak puas dengan makanan yang disajikan.
3. Sebagian besar santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (86,3%) memiliki asupan energi yang kurang.
4. Sebagian besar santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (98%) memiliki asupan karbohidrat yang kurang.
5. Sebagian besar santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (90,2%) memiliki asupan protein yang kurang.
6. Sebagian besar santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang (78,4%) memiliki asupan lemak yang kurang.
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepuasan terhadap makanan dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang ($p = 0,271$).
8. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang ($p = 0,500$).
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang ($p = 0,000$).
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang ($p = 0,942$).
11. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan status gizi santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang ($p = 0,482$).

B. Saran

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pembelajaran, terutama dalam hal pengumpulan data dan pemahaman mengenai pentingnya gizi dalam kehidupan santri di pondok pesantren. Penulis menyadari adanya keterbatasan dalam penelitian ini.
2. Pondok pesantren disarankan untuk meningkatkan kualitas penyelenggaraan makan, khususnya dalam pemenuhan zat gizi makro yang sesuai kebutuhan santri. Pelibatan gizi dalam penyusunan menu harian dan pemantauan rutin status gizi sangat penting guna menjaga kesehatan santri.
3. Masyarakat diharapkan lebih peduli terhadap kebutuhan gizi anak, termasuk saat berada di pondok pesantren. Dukungan dapat diberikan melalui kerja sama dengan pihak pesantren, edukasi gizi, serta kontribusi dalam penyediaan bahan makanan yang bergizi seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Unique A. Manajemen Penyelenggaraan Makanan. Sumatra Barat. cvgetpress. 2016. 1-23.
2. Velawati M, Kusuma HS, Fitriyanti AR, Hagnyonowati. Sisa Makanan Indikator Tingkat Kepuasan Pelayanan Makan di Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Pemalang. Pros Semin Nas UNIMUS. 2021;4:1147–60.
3. Setyaningrum Z. Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Firdaus. J Ilm Gizi Kesehat. 2021;3(1):1–8.
4. Basuki U, Abdullah, Akhriani M. Analisis Asupan Gizi dan Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Darul Huffaz Lampung. J Gizi Aisyah. 2023;5(2):78–82.
5. Abdullah, Dewi AP, Muharramah A, Pratiwi AR. Gambaran Status Gizi dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung. J Gizi Aisyah. 2022;5(1):6–12.
6. Faradilah A, Darmawansyih A. Gambaran Status Gizi pada Balita [Internet]. 2018 [cited 2025 Jun 29].
7. Khusniyati E, Komala Sari AK, Roifah IR. Hubungan Asupan Makanan dengan Status Gizi pada Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto [Internet]. [cited 2025 Jun 29]
8. Nurwulan E, Furqan M, Sari DE. Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah Sukabumi. Argipa. 2017;2(2):65–74.
9. Ade Lia SSK. Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santriwati di Pondok Pesantren Tahfidz Hadist Fathul Baari Kota Bekasi tahun 2021. J Ilm Gizi Kesehat. 2021;9(Nov):62–8.
10. Rosida H, Catur A. Hubungan Kebiasaan Sarapan, Tingkat Kecukupan Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak dengan Status Gizi pada Siswa Pondok Pesantren Al-Fattah Buduran, Sidoarjo [Internet]. 2017 [cited 2025 Jun 29].
11. Amelia AR, Syam A, Fatimah S. Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi dengan Status Gizi Santri Putri Yayasan Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar Sulawesi Selatan tahun 2013. Hasanuddin Univ Repos. 2013:1–15.
12. Abdullah PA. Gambaran Status Gizi Dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung [Internet]. [cited 2025 Jun 29].

13. Rokhmah F, Muniroh L, Nindya TS. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu. *Media Gizi Indones*. 2017;11(1):94.
14. Syarifa MU, Sulistiani RP, Fitriyanti AR, Kusuma S. Pengaruh Asupan Zat Gizi Makro dan Tingkat Kepuasan Hidangan Penyelenggaraan Makanan Terhadap Status Gizi Santriwati SMA Boarding School. *Pros Semin Nas UNIMUS*. 2023;6:446–55.
15. Par'i HM. *Penilaian Status Gizi: dilengkapi proses asuhan gizi terstandar*. Jakarta: EGC; 2016. x, 337 hlm. ISBN 978-979-044-656-4.
16. Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. Edisi revisi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2012. xiii, 333 hlm. ISBN 979-448-546-2.
17. Patimah S. *Gizi Remaja Putri Plus 1000 hari pertama kehidupan*. Bandung: Refika Aditama; 2017. xvi, 254 hlm. ISBN 978-602-6322-32-6.
18. Almtsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2009. 348 hlm. ISBN 979-655-686-3.
19. Kementerian Kesehatan RI. *Angka kecukupan gizi (AKG) 2019*. 2019.
20. Rokhmah LN, Setiawan RB, Purba DH, Anggraeni N, Suhendiani S, Faridi A, et al. *Pangan dan gizi*. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2022. xiv, 178 hlm. ISBN 978-623-342-287-8.
21. Hardinsyah P, Supariasa IDN. *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2016. xxiv, 621 hlm. ISBN: 978-979-044-725-7.
22. Wijaya W. Kepuasan Konsumen di Yoshinoya Galaxy Mall Surabaya. *J Hosp Manaj Jasa*. 2017;(2002):581–94.
23. Semedi P, Kartasurya MI, Hagnyonowati. Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan Rumah Sakit dan Asupan Makanan dengan Perubahan Status Gizi Pasien (studi di RSUD Sunan Kalijaga Kabupaten Demak). *J Gizi Indones*. 2013;2(1):32–41.
24. Dwiwinarsih R. Analisis Tingkat Kepuasan Konsumen terhadap Pelayanan Bakmi Aisy di Depok. *Ekon Manaj*. 2012:15.
25. Evirasanti M. Pengaruh Kualitas Makanan, Kualitas Layanan dan Lingkungan Fisik terhadap Kepuasan dan Behavioral Intention (studi di Metis Restaurant). *E-Jurnal Ekon Bisnis Univ Udayana*. 2016;12(5):4331–58.
26. Sela G, Nuraeni I, Agustia FC. Hubungan Tingkat Kepuasan Mutu Hidangan dengan Tingkat Konsumsi Energi dan Makronutrien pada Remaja di BPSAA Pagaden Subang. *J Gizi Pangan Soedirman*. 2017;1(1):71.

27. Wayansari L, Anwar IZ, Amri Z. Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Badan PPSDM); 2018. viii, 341 hlm. Cetakan pertama Agustus 2018.
28. Nur H, Aritonang EY. Gambaran Pola Makan dan Kelelahan Kerja pada Buruh Angkat di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat. *J Heal Med Sci*. 2022;1:242–54.
29. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2020. hlm 1-9.
30. Supranto J. Pengukuran Tingkat Kepuasan Pelanggan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2006. x, 300 hlm. ISBN; 979-518-725-2.
31. Supariasa ID, Bachyar B, Ibnu F. Penilaian Status Gizi. dalam: Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Prasekolah di PAUD Tunas Mulia Claket, Kec. Pacet, Mojokerto. 2012:69–76.
32. Suryani N, Wibowo Y. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Santri Pondok Pesantren. 2019:75–82.
33. Nugroho A. Manajemen Pelayanan Konsumen. Yogyakarta: CV Andi Offset; 2015.
34. Kotler P, Keller KL. Marketing management. 15th ed. Boston: Pearson; 2016. xxii, 692 hlm. ISBN 978-0133856460
35. Setiawati A. Penyuluhan Gizi dan Implikasinya terhadap Status Gizi Santri Putri di Pondok Pesantren At-Tauhid Surabaya. *J Gizi Kesehat*. 2006:22–7.
36. Almatier S. Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2001. xiii, 348 hlm. ISBN 979-655-686-3.
37. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Gizi Seimbang untuk Remaja. Gizi Masy. 2014.
38. Suryani N, Wibowo Y. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Santri Pondok Pesantren. *J Gizi Pangan*. 2019:75–82.
39. Nurjanah S. Analisis Asupan Karbohidrat dan Protein Pada Santri Putri di Pesantren Darul Aman Gombara. *J Gizi Kesehat*. 2020:112–8.
40. Akbar HC. Hubungan Kepuasan Pelayanan Makanan, Asupan Energi dan Asupan Protein Terhadap Status Gizi Santri MTs PPMI Assalaam Sukoharjo. 2018.
41. Noviyanti NL. Hubungan Kepuasan Mutu Hidangan dan Tingkat Kecukupan Energi terhadap Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Roudlotul Jannah Kudus. *Pharmacogn Mag*. 2021;75(17):399–405.
42. Mustika M. Tingkat Aktivitas Fisik, Tingkat Konsumsi Zat Gizi, dan Status Gizi Siswa di Pondok Pesantren Al-Falak Kota Bogor. 2012.
43. Khairunnisah. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Citra Tubuh (persepsi

dan kepuasan), Asupan Energi, dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di Madrasah Aliyah Annajah Petukangan, Jakarta Selatan tahun 2014. 2014.

44. Gibney MJ, Lanham-New SA, Cassidy A, Vorster HH. Introduction to human nutrition. 2009.
45. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Pedoman Gizi Seimbang: Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. Jakarta: Kemenkes RI; 2014. hlm 1-129.
46. Yulni. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Sasar di Wilayah Pesisir Kota Makassar. J MKMI. 2013:205–11.
47. Tiara. Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Pola Makan dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Rubath Nurul Fajri Jakarta Timur. 2022:11–8.
48. Salsabila HH, Syagata AS, Ciptanurani C. Hubungan asupan lemak dengan status gizi remaja putri di MA Muallimaat Yogyakarta. J Gizi dan Kesehat. 2025;3:209–19.
49. Rahmawati N. Tingkat kepuasan santri terhadap kualitas dan layanan makanan di Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta. [Skripsi]. Universitas Negeri Yogyakarta; 2018.

LAMPIRAN

Lampiran A Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden

PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Ahmad Ibrahim F

Jenis Kelamin : Laki - Laki

Usia : 17 th

Alamat : Jl. Masjid VI no 5 Kis Lurus Barat Padang Utara (LUP)

No. Telepon :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan tentang tujuan dan prosedur dari penelitian saudara Nabila Angraini, mahasiswa Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang dengan judul penelitian "Hubungan Tingkat Kepuasan dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huda Padang tahun 2025". Oleh sebab itu, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut.

Padang, 2 Januari 2025



(Responden)

Lampiran B Kuesioner Kepuasan Santri Terhadap Makanan Yang Disajikan

KUESIONER

KEPUASAN SANTRI TERHADAP MAKANAN YANG DISAJIKAN

Responden

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Kelas :

Tanggal :

Jam Makan :

Menu :

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda (√) pada setiap jawaban yang anda anggap paling sesuai tentang kepuasan santri terhadap makanan yang disajikan.

Keterangan :

SP = Sangat Puas

$$P = P_{uas}$$

TP = Tidak Puas

STP = Sangat Tidak Puas

[illegible]

NO.	PERNYATAAN	HARAPAN				KENYATAAN			
		SP	P	TP	STP	SP	P	TP	STP
8	Sayuran masih segar dan tidak terdapat daun yang sudah tua								
	Penampilan								
9	Penampilan makanan menggugah selera makan								
10	Bentuk potongan bahan makanan yang disajikan menarik								
11	Kombinasi warna pada makanan yang disajikan bervariasi								
	Kematangan								
12	Makanan matang sempurna sehingga tidak mentah dan tidak terlalu matang								
13	Lauk hewani dimasak dengan matang sempurna (daging, ayam, telur, ikan)								
14	Sayuran seperti wortel, buncis dan kacang-kacangan matang sempurna sehingga tidak keras								
	Variasi								
15	Makanan disajikan bervariasi dalam satu menu yaitu terdapat lauk hewani atau nabati, sayuran dan buah								
16	Menu makanan berbeda untuk makan pagi, makan siang dan makan sore								
17	Menu makanan menunjang gizi seimbang yaitu terdapat karbohidrat (nasi/umbi), protein (daging, tempe), lemak (kacang-kacangan) dan serat (sayuran hijau)								

Sumber : Neni Rahmawati (2018)⁴⁹

Lampiran C form Food Recall 2x24 Jam

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Kelas :

Tanggal pengisian :

Hari Ke : 1

[illegible]

FORM FOOD RECALL2x24 JAM

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Kelas :

Tanggal pengisian :

Hari Ke : 2

[illegible]

[illegible]

Lampiran D Form Antropometri

[illegible]

Lampiran E Lembar Konsultasi Pembimbing Utama

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING UTAMA



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Poltekkes Kesehatan Padang
 Jalan Samping Persegi Blok Bangkalo
 Padang Sumatera Barat 25146
 telp. (075) 446610
 http://www.ditjenk.kemkes.go.id

KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI dan DIETETIKA
POLTEKKES KEMENKES PADANG

NAMA	: Nabila Angraini
NIM	: 212210627
PEMBIMBING UTAMA	: Safyanti, SKM, M.Kes
JUDUL	: Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Sental di Pondok Pesantren Darul Huda Padang Tahun 2025

No	Hari/Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	TTD Pembimbing
1	Rabu / 24 Juli 2024	- Bimbingan sebelum penulisan - A.C. penulisan	
2	Senin / 19 Februari 2025	- Bimbingan hasil penelitian	
3	Senin / 05 Mei 2025	- Persami Bab 1-3 - Perbaiki tabel	
4	Rabu / 14 Mei 2025	- Perbaiki tabel dan cara membaca tabel	
5	Rabu / 21 Mei 2025	- Perbaiki judul tabel	
6	Kamis / 22 Mei 2025	- Perbaiki bab IV & V	
7	Senin / 18 Juni 2025	- Perbaiki kesimpulan	
8	Rabu / 11 Juni 2025	Ace Skripsi	

Kode: MK

Dr. Hermita Bayu Umar, SKM, MKM
 NIP. 19600628 198203 2 002

Padang, 2025
 Ka. Prodi STR Gizi dan Dietetika

Marel Handayani, S.SiT, M.Kes
 NIP. 19750309 199803 2 001

Lampiran F Lembar Konsultasi Pembimbing Pendamping

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING PENDAMPING



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Subdireksi Kesehatan Masyarakat
Jalan Sisinga Pandia Kota Bukittinggi
Padang, Sumatera Barat 26115
☎ 0851 70909
✉ info@sdm.kemkes.go.id

**KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI dan DIETETIKA
POLTEKES KEMENKES PADANG**

NAMA	: Nabila Anggrini
NIM	: 212210427
PEMBIMBING PENDAMPING	: Irena Eva Yati, S.KM, M.Si
JUKLIS	: Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santal di Pondok Pesantren Darul Huda Padang Tahun 2025

No	Hari/Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	TTD Pembimbing
1	Bahar / 09 Mei 2025	- Pembaca bab pendahuluan cover - Pembaca Daftar Isi	
2	Jurnal / 16 Mei 2025	- Pembaca materi jadi tabel terjemah - Spasi antar kalimat	
3	Bahar / 21 Mei 2025	- Pembaca bab metodologi - Paper tabel	
4	Sindu / 27 Mei 2025	- Pembaca interpretasi tabel	
5	Sindu / 2 Juni 2025	- Pembaca kalimat yg dan hasil Gambarkan	
6	Sindu / 10 Juni 2025	- Pembaca isi abstrak	
7	Kamis / 12 Juni 2025	- Pembaca bab latar belakang dan nama objek	
8	Sindu / 16 Juni 2025	- ACC Skripsi / 02/2025	

Koordinator

Dr. Henni Rasyid Umar, S.KM, M.KM
NIP. 19650420 199203 2 002

Padang, 2025
Ka. Prodi STT Gizi dan Dietetika

Mami Hendayani, S.T, M.KM
NIP. 19750309 199803 2 001

Lampiran G Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Padang

Jalan Simpang Pondok Kopi, Nanggalo,
Padang, Sumatera Barat 25146
(0751) 7058128
<http://poltekkes-pdg.ac.id>

Nomor : PP.06.02. 26863 /2024
Lampiran :
Hal : Surat Izin Penelitian

10 Juli 2024

Yth. Bapak/Ibu Ketua
Pesantren Darul Huffazh Padang
di Tempat

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Skripsi, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Nabila Angraini
NIM : 212210627
Judul Penelitian : Hubungan Tingkat Kepuasan dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025
Tempat Penelitian : Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang
Waktu Penelitian : Juni 2024 s/d Maret 2025

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Padang, 10 Juli 2024
Direktur Poltekkes Padang


Hendayani, S.Kg, M.Kep.Sp.Hjwa
NIP. 197205281995032001

Kementerian Kesehatan tidak menyetujui dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES1500667 dan <https://halo.kemkes.go.id>.
Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pdfs laman <https://de.keminfo.go.id/men/pdfe>.



Lampiran H Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Jl. Raya Durian Tarung No.03 Kel.Pasar Ambacang Kec.Kuranji
Kota Padang
Telp : 081364571161 Email : padangdarulhuffazh@gmail.com

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN Nomor : 123/S.Ket/PPD11/05/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : H. IRSAT, S.I.Q, S.Ag
NIK : 1809010910670001
Jabatan : Pimpinan Pondok Pesantren
Instansi : Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas :

Nama : Nabila Anggraini
NIM : 212210627
Jurusan : Terapan Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi : POLTEKKES PADANG

Telah selesai melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang selama kurang lebih 1 Tahun lebih sejak bulan Juni 2024 s/d Maret 2025 untuk memperoleh data dalam penyusunan skripsi dengan judul **"Hubungan Tingkat Kepuasan dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang"**

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Padang, 30 Mei 2025

Pimpinan Pesantren



(H. IRSAT, S.I.Q, S.Ag)

Lampiran J Turnitine

	UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK) No. Validasi dan Registrasi KEPPKN Kementerian Kesehatan RI: 0106221371	Kampus 1 Universitas Perintis Indonesia Jl. Adhiguna KM.17 Loka Jaya, Padang 35125 Padang, Sumatera Barat info@upinid.ac.id www.upinid.ac.id
Nomor : 1210/KEPK.F1/ETIK/2025		
KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK		
ETHICAL APPROVAL		
Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Perintis Indonesia dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subjek penelitian kedokteran, kesehatan, dan kefarmasian, telah mengkaji dengan teliti protocol berjudul: <i>The Ethics Committee of Universitas Perintis Indonesia, with regards of the protection of human rights and welfare in medical, health and pharmacies research, has carefully reviewed the research protocol entitled:</i> "Hubungan Tingkat Kepuasan, Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Darul Huffazh Padang Tahun 2025". No. protocol : 25-06-1593 Peneliti Utama : NABILA ANGRAINI <i>Principal Investigator</i> Nama Institusi : Jurusan Gizi, Kemenkes Poltekkes Padang <i>Name of The Institution</i> dan telah menyetujui protocol tersebut diatas. <i>and approved the above mentioned protocol.</i>		
 Padang, 17 Juni 2025 Ketua, Chairman Def Primah, M.Biomed, PA UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA		
*Ethical approval berlaku satu (1) tahun dari tanggal persetujuan. **Peneliti berkewajiban: 1. Menjaga kerahasiaan identitas subjek penelitian. 2. Memberitahukan status penelitian apabila: a. Selama masa berlakunya keterangan izin kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini ethical approval harus diperpanjang. b. Penelitian berhenti diangguh jalin. 3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (<i>serious adverse events</i>). 4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subjek sebelum protocol penelitian mendapat izin kaji etik dan sebelum memperoleh informed consent dari subjek penelitian. 5. Menyampaikan laporan akhir, bila penelitian sudah selesai. 6. Cantumkan nomor protocol ID pada setiap komunikasi dengan Lembaga KEPK Universitas Perintis Indonesia. 1.		
Sesuai prosedur persetujuan etik penelitian diterbitkan sesuai dengan standar CIOMS/WHO 2014. All research of ethical Approval is performed in accordance with CIOMS/WHO 2014 standard/procedure.		

Lampiran J Turnitine

BAB_I_&_IV_turnitine fix.docx

ORIGINALITY REPORT

27%

SIMILARITY INDEX

24%

INTERNET SOURCES

20%

PUBLICATIONS

12%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	2%
2	prosiding.unimus.ac.id Internet Source	1%
3	Najia Nurlabibah, Agustina Indri Hapsari, Dadang Rosmana, Widi Hastuti. "HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI SANTRI PUTRI DI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH AL-JAWAHIR", Jurnal Gizi dan Dietetik, 2023 Publication	1%
4	123dok.com Internet Source	1%
5	adoc.pub Internet Source	1%
6	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	1%
7	www.scribd.com Internet Source	1%
8	Submitted to iGroup Student Paper	1%
9	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Student Paper	1%
10	text-id.123dok.com Internet Source	1%