

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN TINGKAT KECUKUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI
MAKRO DARI MAKANAN YANG DIPRODUKSI DI PANTI ASUHAN
PUTRI AISYIYAH CABANG NANGGALO KOTA PADANG TAHUN 2022**



OLEH :
SRY RAHMA YOSI
NIM.192110112

**PRODI D3 GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN PADANG
TAHUN 2022**

TUGAS AKHIR

GAMBARAN TINGKAT KECUKUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DARI MAKANAN YANG DIPRODUKSI DI PANTI ASUHAN PUTRI AISYIYAH CABANG NANGGALO KOTA PADANG TAHUN 2022

*Diajukan Sebagai Salah Satu
Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Gizi*



OLEH :
SRY RAHMA YOSI
NIM.192110112

**PRODI D3 GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATANPADANG
TAHUN 2022**

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI PADANG JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, Juni 2022

Sry Rahma Yosi, 192110112

Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang Diproduksi Di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022

Vi + 40 halaman + 17 tabel + 4 lampiran

ABSTRAK

Bahan makanan yang diproduksi tidak memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi makro anak asuh di Panti Asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat jumlah rata-rata kebutuhan energi dan zat gizi makro anak asuh di Panti Asuhan berdasarkan umur dan jenis kelamin AKG 2019.

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain cross sectional. Pelaksanaan penelitian adalah pada bulan September 2021 sampai bulan Juni 2022 di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang. Objek pada penelitian ini adalah makanan yang diproduksi di panti asuhan selama 7 hari. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menimbang makanan yang diproduksi setiap waktu makanan diproduksi selama 7 hari untuk anak asuh di panti asuhan. Pengolahan dan analisis data menggunakan aplikasi Nutrisurvey kemudian dibandingkan dengan AKG 2019.

Hasil penelitian yang dilakukan selama 7 hari menunjukkan rata-rata energi makanan yang diproduksi 81,8%, rata-rata protein makanan yang diproduksi 107,1%, rata-rata lemak makanan yang diproduksi 72,8% dan rata-rata karbohidrat makanan yang diproduksi 80,2%. Makan pagi 75,7%, makan siang 80,9% dan makan malam 88,9%. Makan, makan pagi 90,9%, makan siang 110,5% dan makan malam 120,7%. Makan pagi 61,7% makan siang 64,7% dan makan malam 88,5%. Makan pagi 61,7%, makan siang 64,7% dan makan malam 88,5%.

Disarankan kepada Ketua Yayasan di Panti Asuhan agar menggunakan tenaga gizi pada proses penyelenggaraan makanan tersebut, karena untuk penyelenggaraan makanan asrama setidaknya harus ada 1 orang tenaga gizi yang akan mengelola proses penyelenggaraan makanan tersebut atau setidaknya memiliki 1 orang orang tenaga yang memiliki pengetahuan tentang gizi.

Kata kunci : Panti Asuhan, Tingkat Kecukupan, Makanan yang diproduksi
Daftar pustaka : 23 (2001-2019)

**POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF
INDONESIA PADANG DEPARTMENT OF NUTRITION**

Final Project, June 2022

Sry Rahma Yosi, 192110112

**Overview of Adequacy Levels of Energy and Macro Nutrients from Food
Produced at the Putri Aisyiyah Orphanage, Nanggalo Branch, Padang City
in 2022**

Vi + 40 pages + 17 tables + 4 attachments

ABSTRACT

The food ingredients produced do not meet the energy and macronutrient needs of foster children at the Orphanage. This study aims to determine the average amount of energy and macronutrient needs of foster children in orphanages based on age and sex of the 2019 RDA.

This type of research is descriptive with a cross sectional design. The research was carried out from September 2021 to June 2022 at the Aisyiyah Putri Orphanage, Nanggalo Branch, Padang City. The object of this research is the food produced in the orphanage for 7 days. Data was collected by weighing the food produced every time the food was produced for 7 days for foster children in orphanages. Data processing and analysis using the Nutrisurvey application were then compared with the 2019 AKG.

The results of the study carried out for 7 days showed that the average food energy produced was 81.8%, the average food protein produced was 107.1%, the average dietary fat produced was 72.8% and the average food carbohydrate was produced. produced 80.2%. 75.7% breakfast, 80.9% lunch and 88.9% dinner. Eat, 90.9% breakfast, 110.5% lunch and 120.7% dinner. Breakfast 61.7% lunch 64.7% and dinner 88.5%. Breakfast 61.7%, lunch 64.7% and dinner 88.5%.

It is recommended to the Chairperson of the Foundation at the Orphanage to use nutrition workers in the process of providing the food, because for the administration of boarding meals there must be at least 1 nutritionist who will manage the process of administering the food or at least 1 person who has knowledge of nutrition.

Keywords : Orphanage, Adequacy Level, Food produced
Bibliography : 23 (2001-2019)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

**"Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dan Mikrosa Yang
Di Produksi Di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang
Tahun 2022"**

Oleh :

SRV RAHMA YOSI

NIM : 192110112

Tugas Akhir ini telah diperiksa, disetujui oleh Pembimbing Tugas Akhir Program
Studi D III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang dan telah siap untuk
dipertahankan dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang.

Padang, Juni 2022

Menyetujui,

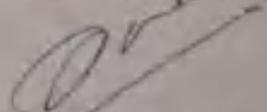
Pembimbing Utama



(Safanti, SKM, M.Kes)

NIP. 196306091988032001

Pembimbing Pendamping



(Zul Amri, DCN, M.Kes)

NIP. 196404201987031001

**Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang**



(Kasniyetti, DCN, M.Biomed)

NIP. 196404271987032001

PERNYATAAN PENGESAHAN
TUGAS AKHIR

"Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang
Di Produksi Di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang
Tahun 2022"

Disusun Oleh :
SRY RAHMA YOSI
NIM : 192110112

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 07 Juni 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua Dewan Penguji,

(Zulkifli, SKM, M.Si)

NIP. 196209291988031002

Anggota,

(Sri Darungsih, S.Pd, M.Si)

NIP. 196302181986032001

Anggota,

(Safyanti, SKM, M.Ke)

NIP. 196306091988032001

Anggota,

(Zul Amri, DCN, M.Ke)

NIP. 196404201987031001

Padang, Juni 2022

Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan KEMENKES RI Padang



(Kasmiyetti, DCN, M.Biomed)

NIP. 196404271987032001

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama lengkap : Sry Rahma Yosi
NIM : 192110112
Tanggal lahir : 12 Desember 2000
Tahun masuk : 2019
Peminatan : Gizi Institusi (MSPM)
Nama Pembimbing Utama : Safyanti, SKM, M.Kes
Nama Pembimbing Pendamping : Zul Amri, DCN, M.Kes
Nama Dewan Penguji : Zulkifli, SKM.M.Si
Nama Anggoa Dewan Penguji : Sri Darningsih, S.Pd,M.Si

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam hasil Tugas Akhir saya yang berjudul :

"Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang Diproduksi Di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cahang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022"

Apakah suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juni 2022



Sry Rahma Yosi
NIM.192110112

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



IDENTITAS

Nama : Sry Rahma Yosi
NIM : 192110112
Tempat/Tanggal Lahir : Padang / 12 Desember 2000
Anak ke/Bersaudara : 3 (Tiga)/ 3 (Tiga)
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status Perkawinan : Belum kawin

NAMA ORANG TUA

Ayah : Syafruddin
Pekerjaan : Wiraswasta
Ibu : Yusmaini
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

RIWAYAT PENDIDIKAN

Pendidikan	Tahun
TK Permata Ibu Dua	2005-2006
SD Negeri 37 Pagambiran	2006-2012
SMP Negeri 33 Padang	2012-2015
SMA Kartika 1-5 Padang	2015-2018
Politeknik Kesehatan Padang Jurusan D III Gizi	2019-sekarang

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun Tugas Akhir dengan judul **“Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang Diproduksi Di Panti Asuhan Putri Aisyiah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022”**.

Penyusunan dan penulisan Tugas Akhir ini merupakan suatu rangkaian dari proses pendidikan pada Program Studi D-III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang, dan sebagai prasyarat dalam menyelesaikan Mata Kuliah Tugas Akhir di Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bimbingan dan pengarahan dari Ibu Safyanti, SKM,M.Kes selaku Pembimbing Utama dan Bapak Zul Amri, DCN,M.Kes selaku Pembimbing Pendamping Tugas Akhir. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Bapak Dr. Burhan Muslim, SKM, M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Padang.
2. Ibu Kasmiyetti, DCN, M. Biomed selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
3. Ibu Safyanti, SKM, M. Kes selaku Ka Prodi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
4. Ibu Iswanelly Mourbas, SKM,M.Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik.

5. Bapak dan Ibu Dosen beserta Civitas Akademika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang.
6. Teristimewa kepada Orang Tua yang telah memberikan bimbingan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Sahabat-sahabat yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
8. Teman-teman Jurusan Gizi angkatan tahun 2019 yang telah membantu dalam proses perkuliahan dan penulisan Tugas Akhir ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Ucapan terima kasih penulis juga sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih ada kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Tugas Akhir ini.

Padang, Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Makanan	6
B. Penyelenggaraan Makanan	6
C. Angka Kecukupan Gizi	8
D. Penyajian Makanan dan Pengukuran Konsumsi Makanan	14
E. Alur Pikir	17
F. Definisi Operasional	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	19
D. Pengolahan dan Analisis Data	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. Gambaran Umum Panti Asuhan	22
B. Gambaran Umum Penyelenggaraan makanan Panti Asuhan	23
C. Gambaran Umum Responden Panti Asuhan	26
D. Hasil Penelitian	26
E. Pembahasan	34

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Anjuran jumlah porsi menurut kecukupan Energi Perempuan Sesuai Kelompok Umur	9
2. Pembagian Porsi Makan Sehari	10
3. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Perempuan Sesuai Kelompok Umur	12
4. Daftar Menu	25
5. Umur dan Jumlah Responden	26
6. Rata-Rata Energi Perhari dari makanan yang diproduksi	27
7. Rata-Rata Energi Perwaktu makan dari makanan yang diproduksi	27
8. Rata-Rata Protein Perhari dari makanan yang diproduksi	28
9. Rata-Rata Protein Perwaktu makan dari makanan yang diproduksi	28
10. Rata-Rata Lemak Perhari dari makanan yang diproduksi	29
11. Rata-Rata Lemak Perwaktu makan dari makanan yang diproduksi	30
12. Rata-Rata Karbohidrat Perhari dari makanan yang diproduksi	30
13. Rata-Rata Karbohidrat Perwaktu makan dari makanan yang diproduksi	31
14. Rata-Rata Energi dari makanan yang diproduksi Berdasarkan Umur AKG 2019	32
15. Persentase Protein dari makanan yang diproduksi Berdasarkan Umur AKG 2019	32
16. Persentase Lemak dari makanan yang diproduksi Berdasarkan Umur AKG 2019	33
17. Persentase Karbohidrat dari makanan yang diproduksi Berdasarkan Umur AKG 2019	33

LAMPIRAN

- Lampiran A** : Biodata Anak Asuh Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang
- Lampiran B** : Format pengumpulan data
- Lampiran C** : Lembaran persetujuan menjadi responden
- Lampiran D** : Master Tabel
- Lampiran E** : Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Panti Asuhan merupakan suatu lembaga sosial yang bertanggungjawab memberikan pelayanan kesejahteraan sosial untuk anak terlantar. Tujuan penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan yaitu menyediakan makanan seimbang bagi anak asuh dengan jumlah dan mutu yang memenuhi syarat gizi, sesuai dengan cita rasa dan selera anak asuh, keamanan pangan dan perlindungan terhadap gangguan akibat makanan serta melaksanakan sistem pelayanan makanan yang layak, tepat dan cepat.

Tingkat kecukupan zat gizi adalah rata-rata asupan gizi harian yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin dan fisiologis tertentu. Ketidakseimbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih.

Tubuh memerlukan suplai semua zat gizi yang memadai untuk dapat tumbuh dengan baik. Oleh karena itu, setiap manusia membutuhkan makanan yang adekuat baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Semakin bervariasi atau beraneka ragam makanan yang dikonsumsi, maka semakin terpenuhi pula kecukupan zat gizinya yang selanjutnya dapat berdampak pada status gizi dan kesehatannya²⁰.

Hasil penelitian Penny²² dipondok pesantren modern terpadu Prof.Dr.Hamka II Padang tentang gambaran tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dari porsi makanan didapatkan rata - rata jumlah energi dan zat gizi makro masih tergolong rendah dan tidak sesuai dengan anjuran angka

kecukupan gizi (AKG) sesuai umur dan jenis kelamin. Tingkat kecukupan energi dan zat gizi makronya juga masih tergolong rendah dan tidak sesuai dengan anjuran angka kecukupan gizi (AKG) sesuai umur dan jenis kelamin.

Hasil penelitian Rahmita²³ tentang sisa makanan pada anak asuh di panti asuhan aisyiyah cabang nanggalo kota padang didapatkan hasil 5,75% rata - rata persentase sisa makanan secara keseluruhan dan 14,41% sisa makanan yang terbanyak terdapat pada makanan pokok di panti asuhan. Selaras dengan penelitian Rahmita, Hasil penelitian Amelia A. (2013) di Pesantren Nurul Ikhlas Kabupaten Tanah Datar diperoleh rata-rata sisa makanan 11,63%.

Berdasarkan survey awal Panti Asuhan Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang yang dilakukan pada tanggal 17 November 2021 diperoleh informasi dari pihak pengurus panti bahwa pola makan anak asuh adalah 3 kali sehari yaitu makan pagi, makan siang dan malam malam. Makanan yang disajikan yaitu nasi, lauk dan sayur. Untuk buah disajikan kadang-kadang pada waktu makan siang.

Pada tanggal 24 November 2021 penulis melakukan penelitian pendahuluan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang. Pengamatan dan wawancara yang telah penulis lakukan dengan pengurus panti asuhan didapatkan permasalahan bahwa bahan makanan yang diproduksi tidak memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi makro anak asuh di Panti Asuhan. Berdasarkan penjabaran tersebut penulis tertarik meneliti “Gambaran Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dari Makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang di produksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya jumlah bahan makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.
- b. Diketuainya jumlah rata-rata energi dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.
- c. Diketuainya jumlah rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.
- d. Diketuainya jumlah rata-rata protein dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.
- e. Diketuainya jumlah rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan tentang ilmu gizi, khususnya tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro pada makanan yang diproduksi.

2. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan kajian untuk menilai kecukupan zat gizi yang diproduksi setiap hari.

3. Bagi Penyelenggaraan Makanan

Dapat digunakannya sebagai bahan evaluasi terhadap makanan yang diproduksi untuk anak asuh di panti asuhan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai referensi dan acuan dalam meneliti tentang kecukupan zat gizi.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan latar belakang maka dapat disimpulkan ruang lingkup penelitian yaitu gambaran tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro (protein, lemak, karbohidrat) makanan yang diproduksi selama 7 hari yang diberikan kepada anak asuh di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2021. Penelitian ini tentang gambaran tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro (protein, lemak, karbohidrat) untuk melihat sejauh mana terpenuhinya kecukupan zat gizi anak asuh di panti asuhan sesuai dengan AKG menurut umur dan jenis kelaminnya. Dalam penelitian ini akan dilakukan perhitungan nilai gizi terhadap makanan dan penimbangan makanan yang diproduksi oleh tenaga

pengolah makanan di panti asuhan untuk anak asuh, kemudiannya akan membandingkannya dengan AKG tahun 2019 sesuai umur dan jenis kelaminnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan

Makanan adalah kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan memerlukan pengolahan yang baik dan benar agar bermanfaat bagi tubuh. Produk makanan atau pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati atau air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan untuk makanan atau minuman bagi konsumsi manusia⁸.

B. Penyelenggaraan Makanan

1. Definisi Penyelenggaraan Makanan

Penyelenggaraan makanan merupakan suatu rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan kepada konsumen, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makanan yang tepat termasuk kegiatan pencatatan, pelaporan dan evaluasi²¹.

2. Tujuan Penyelenggaraan Makanan

Tujuan dari penyelenggaraan makanan adalah menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya, aman, dan dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal². Sedangkan tujuan penyelenggaraan makanan asrama adalah menyediakan makanan bagi sekelompok masyarakat asrama yang mendapat makanan secara kontinu dan mengatur menu yang tepat agar dapat diciptakan makanan yang memenuhi kecukupan gizi klien¹.

3. Karakteristik Penyelenggaraan Makanan Asrama

Karakteristik penyelenggaraan makanan asrama menurut Bachyar³ Adalah :

- a. Standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan orang-orang yang di asramakan serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada.
- b. Melayani berbagai golongan umur ataupun sekelompok usia tertentu.
- c. Dapat bersifat komersial, memperhitungkan laba rugi institusi, bila dipandang perlu dan terletak di tengah perdagangan/kota.
- d. Frekuensi makan 2-3 kali sehari, dengan atau tanpa selingan.
- e. Jumlah yang dilayani tetap.
- f. Macam pelayanan tergantung dari kebijakan dan peraturan asrama.
- g. Tujuan penyediaan makanan lebih diarahkan untuk pencapaian status kesehatan penghuni asrama.
- h. Adanya siklus menu.

4. Syarat-Syarat penyelenggaraan makanan

Syarat penyelenggaraan makanan di tempat kerja sesuai pasal 8 PMP No. 7 tahun 1964:

- a. Dapur, ruang makan dan alat keperluan makan harus selalu bersih dan rapih.
- b. Dapur dan kamar makan tidak boleh berhubungan langsung dengan tempat kerja.
- c. Menu makanan yang disediakan harus memenuhi syarat-syarat kesehatan.
- d. Pegawai penjamah makanan dan minuman harus bebas penyakit menular dan harus menjaga kebersihan badannya.

- e. Majikan harus menyediakan pakaian/schort dan tutup kepala yang bersih bagi pegawai penjamah makanan untuk dipakai waktu melayani makanan.
- f. Pegawai penjamah makanan harus mendapat didikan kebersihan dan kesehatan.
- g. Pegawai penjamah makanan sebelum bekerja harus diperiksa kesehatan badannya disertai pemeriksaan rontgen paru-paru.
- h. Pemeriksaan kesehatan berkala sekali/tahun.
- i. Pegawai penjamah makanan tidak boleh melayani makanan selama menderita suatu penyakit sampai dinyatakan sehat kembali oleh dokter.

C. Angka Kecukupan Gizi

1. Definisi Angka Kecukupan Gizi

Angka kecukupan gizi (AKG) adalah jumlah zat gizi tertentu yang dibutuhkan bagi kelompok tertentu (umur, jenis kelamin, berat dan tinggi badan, dan aktivitas fisik) yang mencakup hampir semua penduduk (97,5%) untuk hidup sehat. Dengan demikian, maka penetapan AKG didasarkan kepada kebutuhan untuk mencukupi zat gizi bagi pemeliharaan kesehatan. Pemenuhan kebutuhan zat gizi dapat mencegah berbagai penyakit akibat kekurangan gizi antara lain gizi kurang, anemia gizi, kekurangan vitamin A, dan gangguan akibat kekurangan yodium, yang saat ini masih merupakan masalah masyarakat¹.

Angka kecukupan gizi (AKG) berguna sebagai patokan dalam penilaian dan perencanaan konsumsi pangan, serta basis dalam perumusan acuan label gizi¹.

2. Cara Memenuhi Angka Kecukupan Gizi

AKG belum dapat ditetapkan untuk semua zat gizi, namun untuk zat-zat gizi yang sudah ditetapkan dapat dijadikan pedoman, sehingga menu bervariasi

yang memenuhi AKG untuk zat-zat gizi tersebut diharapkan cukup dalam zat-zat gizi lainnya. Oleh sebab itu, dianjurkan agar menu sehari-hari terdiri atas bahan pangan bervariasi yang diperoleh dari berbagai golongan bahan pangan (bukan dari suplementasi atau fortifikasi), dan supaya diperhitungkan pula kemungkinan kehilangan zat-zat gizi selama pengolahan makanan. Di Indonesia pola menu seimbang tergambar dalam menu 4 sehat 5 sempurna atau sekarang dikenal dengan 4 pilar gizi seimbang¹. Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh⁹. Dalam menyusun menu, selain AKG perlu pula dipertimbangkan aspek akseptabilitas makanan yang disajikan, karena selain sebagai sumber zat-zat gizi, makanan juga mempunyai nilai sosial dan emosional.

Tabel 1. Anjuran Jumlah Porsi Menurut Kecukupan Energi Sesuai Kelompok Umur

Bahan Makanan	Kelompok umur 7-9 tahun	Kelompok umur 10-12 tahun	Kelompok umur 13-15 tahun	Kelompok umur 16-18 tahun	Kelompok umur 19-29 tahun
Nasi	4p	4p	4 ½p	5p	5p
Sayuran	3p	3p	3 p	3p	3p
Buah	3p	4p	4 p	4p	5p
Tempe	3p	3p	3 p	3p	3p
Daging	2p	2p	3 p	3p	3p
Susu	1p	1p	1 p	-	-
Minyak	5p	5p	5 p	5p	5p
Gula	2p	2p	2 p	2p	2p

Sumber: pedoman umum gizi seimbang 2014

Ket:

1. Nasi 1 porsi = $\frac{3}{4}$ gls = 100 gr = 175 kkal
2. Sayuran 1 porsi = 1 gls = 100 gr = 25 kkal
3. Buah 1 porsi = 1 buah pisang ambon = 50 gr = 50 kkal

4. Tempe 1 porsi = 2 ptg sedang = 50 gr = 80 kkal
5. Daging 1 porsi = 1 ptg sedang = 35 gr = 50 kkal
6. Ikan 1 porsi = 1/3 ekor = 45 gr = 50 kkal
7. Susu sapi cair 1 porsi = 1 gls = 200 gr = 50 ml
8. Susu rendah lemak 1 porsi = 4 sdm = 20 gr = 75 kkal
9. Minyak 1 porsi = 1 sdt = 5 gr = 50 kkal
10. Gula 1 porsi = 1 sdm = 20 gr = 50 kkal

Tabel 2. Pembagian Porsi Makan Sehari

Jadwal Makan	Persentase
Pagi	10 - 30 %
Siang	40 - 50 %
Malam	20 - 30 %

Sumber : Dr. Samuel Oentoro, Ms, Sp.GK

3. Kecukupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat

Kecukupan gizi adalah asupan rata-rata zat gizi setiap orang untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam tubuh menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, dan aktivitas tubuh. Kebutuhan zat gizi menggambarkan banyaknya zat gizi minimal yang diperlukan oleh setiap tubuh seseorang untuk hidup sehat¹⁰.

a. energi

Energi dibutuhkan manusia untuk bergerak atau melakukan aktivitas fisik sehari-hari dan untuk mempertahankan kehidupan, yaitu untuk menggerakkan proses-proses dalam tubuh, seperti sirkulasi darah, pernapasan denyut jantung, pencernaan dan proses-proses fisiologis lainnya¹³.

Konsumsi energi berasal dari makanan yang diperlukan untuk menutupi pengeluaran energi seseorang bila ia mempunyai ukuran tubuh dengan tingkat aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang dan yang memungkinkan

pemeliharaan fisik yang dibutuhkan secara sosial dan ekonomi⁵. Kebutuhan energi minimal seseorang dalam tubuh untuk menjalankan aktivitas disebut angka metabolisme basal. Penggunaan energi diluar AMB bagi remaja, selain untuk pertumbuhan juga untuk aktivitasnya yang mulai padat⁵.

b. protein

Kecukupan protein adalah jumlah rata-rata protein yang harus dikonsumsi setiap harinya. Perhitungan kecukupan protein didasarkan pada kebutuhan per kilogram berat badan menurut umur dan jenis kelamin. Berdasarkan hasil review yang dilakukan IOM (2005) . Kecukupan protein disesuaikan dengan rata-rata berat badan sehat, serta dikoreksi dengan faktor koreksi mutu protein⁹.

c. lemak

Kecukupan lemak remaja adalah jumlah lemak yang dibutuhkan bagi remaja sesuai dengan umur dan jenis kelamin untuk hidup sehat. Kebutuhan lemak tidak dinyatakan secara mutlak. WHO menganjurkan konsumsi lemak sebanyak 20-30% kebutuhan energi total dianggap baik untuk kesehatan. Jumlah ini memenuhi kebutuhan akan asam lemak esensial dan untuk membantu penyerapan vitamin larut lemak⁵.

d. karbohidrat

Kecukupan karbohidrat remaja adalah jumlah karbohidrat yang dibutuhkan bagi remaja sesuai dengan umur dan jenis kelamin untuk hidup sehat.

Tabel 3. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat Perempuan Sesuai Kelompok Umur

Energi dan Zat gizi makro	Kelompok umur				
	7-9 Tahun	10-12 Tahun	13-15 Tahun	16-18 Tahun	19-29 Tahun
Energi	1650 kkal	1900 kkal	2050 kkal	2100 kkal	2250 kkal
Karbohidrat	250 gr	300 gr	350 gr	400 gr	430 gr
Protein	40 gr	55 gr	65 gr	65 gr	60 gr
Lemak	55 gr	65 gr	80 gr	85 gr	75 gr

Sumber : Angka Kecukupan Gizi Tahun 2019

4. Akibat Angka Kecukupan Gizi Tidak Terpenuhi

Penetapan AKG didasarkan kepada kebutuhan untuk mencukupi zat gizi bagi pemeliharaan kesehatan. Pemenuhan kebutuhan zat gizi dapat mencegah berbagai penyakit akibat kekurangan gizi, antara lain¹ :

a. Kurang Energi Protein (KEP)

Penyakit KEP disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Penyebab langsung KEP adalah defisiensi kalori maupun protein, yang berarti kurangnya konsumsi makanan yang mengandung kalori maupun protein, hambatan utilisasi zat gizi. Adanya penyakit infeksi dan infeksi cacing dapat memberikan hambatan absorpsi dan hambatan utilisasi zat-zat gizi yang menjadi dasar timbulnya KEP¹¹.

Penyebab tidak langsung KEP ada beberapa hal yang dominan, antara lain pendapatan yang rendah sehingga daya beli terhadap makanan terutama makanan berprotein rendah. Penyebab tak langsung yang lain adalah ekonomi negara, jika ekonomi negara mengalami krisis moneter akan menyebabkan

kenaikan harga barang, termasuk bahan makanan sumber energi dan sumber protein (beras, ayam, daging, dan telur). Penyebab lain yang berpengaruh terhadap defisiensi konsumsi makanan berenergi dan berprotein adalah rendahnya pendidikan umum dan pendidikan gizi, sehingga kurang adanya pemahaman peranan zat gizi bagi manusia¹¹.

b. Kurus (Kurang Energi Kronis)

Pada umumnya penyebab remaja dengan badan kurus atau disebut Kurang Energi Kronis (KEK) adalah karena makan terlalu sedikit. Remaja perempuan yang menurunkan berat badan secara drastis erat hubungannya dengan faktor emosional, seperti takut gemuk karena tidak ingin seperti ibunya atau dipandang oleh lawan jenis tidak seksi¹⁵.

Kekurangan energi terjadi bila konsumsi energi melalui makanan kurang dari energi yang dikeluarkan. Tubuh akan mengalami keseimbangan energi negatif. Akibatnya, berat badan kurang dari berat badan seharusnya (ideal). Bila terjadi pada remaja akan menghambat pertumbuhan dan terjadi penurunan berat badan serta kerusakan jaringan tubuh. Gejala yang ditimbulkan adalah kurang perhatian, gelisah, lemah, cengeng, kurang bersemangat, dan penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi⁵.

c. Anemia

Anemia karena kurang zat besi adalah masalah yang paling umum dijumpai terutama pada perempuan. Zat besi diperlukan untuk membentuk sel darah merah, kemudian dikonversi menjadi haemoglobin, lalu beredar ke seluruh jaringan tubuh yang berfungsi sebagai pembawa oksigen. Remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi daripada laki-laki. Agar zat besi

yang diabsorpsi lebih banyak tersedia oleh tubuh, maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas tinggi. Seperti pada daging, hati, ikan, dan ayam, juga makanan yang mengandung tinggi vitamin C membantu dalam penyerapan zat gizi¹⁵.

Jika masalah gizi tersebut terjadi pada siswa maka akan mengakibatkan siswa tidak dapat belajar dengan baik, mengalami masalah pada ingatan dan perhatian, mengalami kesulitan dalam memecahkan masalah, dan memiliki prestasi yang kurang baik di sekolah⁶.

D. Penyajian Makanan, dan Pengukuran Konsumsi Makanan

1. Penyajian Makanan

Penyajian makanan merupakan suatu cara untuk menyuguhkan makanan kepada konsumen untuk disantap secara keseluruhan yang merupakan komposisi yang diatur dan telah disesuaikan dengan variasi warna yang disusun secara menarik agar dapat menambah nafsu makan⁷.

Penyajian makanan merupakan salah satu prinsip dari sanitasi dan hygiene makanan. Penyajian makanan yang tidak baik dan etis bukan saja dapat mengurangi selera makan seseorang tetapi dapat juga menjadi penyebab kontaminasi terhadap bakteri⁷.

Prinsip yang perlu diperhatikan dalam penyajian makanan adalah⁷ :

- a. Wadah. Setiap jenis makanan ditempatkan pada wadah terpisah.
- b. Kadar air. Makanan berkuah dicampur saat akan dihidangkan.
- c. Dapat dimakan. Bahan makanan yang disajikan adalah bahan makanan yang dapat dimakan.

- d. Pemisah. Makanan yang disajikan dalam dus harus ditempatkan pada petak terpisah.
- e. Panas. Penyajian makanan diusahakan tetap dalam keadaan panas.
- f. Alat bersih. Tempat penyajian harus bersih dan higienis.
- g. Penanganan. Tidak boleh ada kontak langsung dengan anggota tubuh seperti tangan dalam penanganan makanan.
- h. Tepat saji. Makanan disajikan sesuai dengan menu, waktu, dan porsi.

Setelah makanan selesai dimasak, makanan tersebut harus segera disajikan kepada siswa dengan berbagai model, misalnya⁷ :

- Diatas meja makan
- Prasmanan
- Kafetaria
- Ransum atau catu
- Family service

Selain memperhatikan hal-hal tersebut, penyajian makanan bagi siswa juga mempertimbangkan kecukupan porsi makanan dan kemudahan dalam memilih jenis makanan yang sesuai dengan jumlah kebutuhan kalori bagi setiap siswa. Cara untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan membuat ukuran atau porsi seperti besarnya potongan lauk, takaran nasi, maupun gelas minuman⁷.

2. Pengukuran Konsumsi Makanan

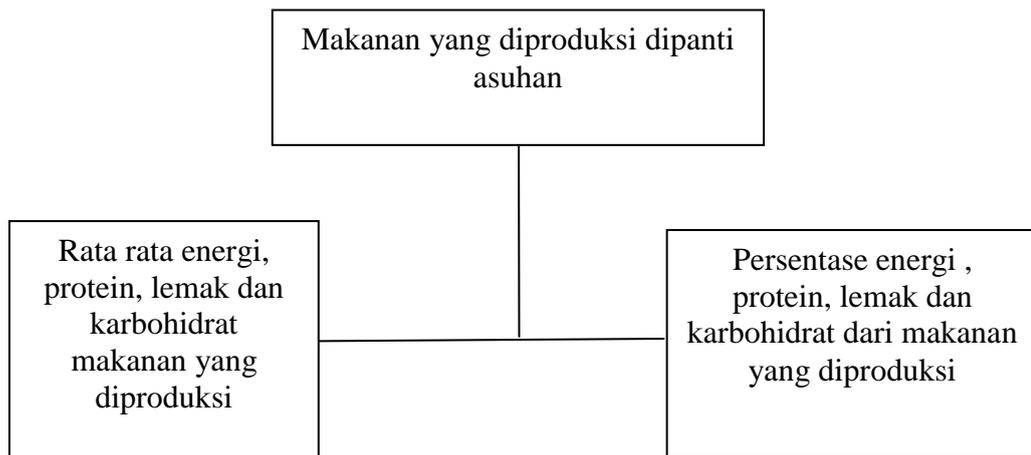
Pengukuran konsumsi makanan digunakan untuk mendapatkan data konsumsi makanan tingkat individu. Salah satu cara metode pengukuran konsumsi makanan, yaitu¹² :

- a. Penimbangan Makanan

Metode penimbangan makanan dilakukan dengan cara menimbang makanan disertai dengan mencatat seluruh makanan dan minuman yang dikonsumsi responden selama satu hari. Persiapan pembuatan makanan, penjelasan mengenai bahan-bahan yang digunakan dan merk makanan (jika ada) sebaiknya harus diketahui.

Pada metode penimbangan makanan ini responden atau petugas menimbang dan mencatat seluruh makanan yang dikonsumsi responden selama satu hari. Penimbangan makanan mempunyai ketelitian yang lebih tinggi dibanding metode-metode lain karena banyaknya makanan yang dikonsumsi sehari-hari diketahui dengan cara menimbang¹⁶.

Pada proses penimbangan makanan, semua makanan yang akan dikonsumsi pada waktu makan pagi, siang, dan malam serta makanan selingan antara dua waktu makan ditimbang dalam keadaan mentah, juga ditimbang dan dicatat makanan segar yang siap santap serta makanan pemberian. Setiap selesai makan ditimbang semua makanan yang tidak dimakan. Yang meliputi makanan sisa dalam piring. Sisa makanan yang masih dapat dilakukan untuk waktu makan selanjutnya, yang diberikan pada ternak dan yang diberikan pada orang lain. Makanan yang dibawa keluar rumah oleh anggota keluarga misalnya untuk bekal sekolah dan yang dimakan oleh tamu juga ditimbang dan dicatat untuk menghitung konsumsi aktual¹⁶.

E. Alur Pikir

F. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Kecukupan energi dari makanan yang diproduksi	Jumlah rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh selama 7 hari	Melakukan penimbangan terhadap makanan yang diproduksi	Timbangan makanan analog	Didapat hasil pesentase AKG Rata-rata jumlah energi dari berat makanan yang diproduksi	Rasio
2.	Kecukupan protein dari makanan yang diproduksi	Jumlah rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh selama 7 hari	Melakukan penimbangan terhadap makanan yang diproduksi	Timbangan makanan analog	Didapat hasil pesentase AKG Rata-rata jumlah protein dari berat makanan yang diproduksi	Rasio
3.	Kecukupan lemak dari makanan yang diproduksi	Jumlah rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh selama 7 hari	Melakukan penimbangan terhadap makanan yang diproduksi	Timbangan makanan analog	Didapat hasil pesentase AKG Rata-rata jumlah lemak dari berat makanan yang diproduksi	Rasio
4.	Kecukupan karbohidrat dari makanan yang diproduksi	Jumlah rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh selama 7 hari	Melakukan penimbangan terhadap makanan yang diproduksi	Timbangan makanan analog	Didapat hasil pesentase AKG Rata-rata jumlah karbohidrat dari berat makanan yang diproduksi	Rasio

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain cross sectional yaitu mengetahui gambaran rata-rata kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang. Waktu penelitian mulai dari bulan September 2021 sampai dengan bulan juni 2022. Waktu yang digunakan untuk mengumpulkan data dari tanggal 4 Januari sampai dengan 10 Januari 2022. Objek pada penelitian ini adalah makanan yang diproduksi di panti asuhan selama 7 hari.

C. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Data primer dari penelitian ini adalah:

- a. Data rata-rata jumlah energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang diperoleh dengan cara menimbang makanan yang diproduksi untuk makan pagi, siang dan malam selama 7 hari. Dimulai dengan produksi makan siang, malam dan pagi besok hari dengan menu yang terpisah dan berbeda.

b. Untuk mendapatkan data tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang maka data yang dibutuhkan adalah penimbangan makanan yang diproduksi setiap waktu makanan diproduksi untuk produksi makan pagi, siang dan malam selama 7 hari kemudian mengetahui jumlah orang yang mengkonsumsi makanan yang diproduksi dan AKG tahun 2019 sesuai dengan kelompok umur dan jenis kelamin.

Data sekunder dari penelitian ini adalah :

- a. Data jumlah anak asuh yang ada di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang tahun 2021.
- b. Data nama dan umur anak asuh yang didapatkan dari bagian tata usaha Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang.

D. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Hasil jumlah bahan makanan yang produksi makanan tersebut akan diolah dengan menggunakan aplikasi nutri survey dengan database DKBM Indonesia. Kemudian hasilnya dibandingkan dengan AKG tahun 2019 sesuai dengan kelompok umur dan jenis kelamin.

2. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif untuk mengetahui kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi dengan aplikasi nutrisurvey melalui perhitungan kandungan energi, protein, lemak, dan karbohidrat. Pada proses analisis data dilakukan perbandingan data hasil perhitungan energi dan zat gizi makro dengan AKG 2019

sesuai dengan kelompok umur dan jenis kelamin. Setelah itu disimpulkan rata-rata pemenuhan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro siswa tersebut.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Panti Asuhan

1. Sejarah Berdirinya Panti Asuhan Aisyiyah Nanggalo Kota Padang

Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang didirikan pada tahun 1930. Pada tahun itu Aisyiyah Nanggalo juga sudah mulai mengumpulkan anak-anak yatim sekitar Nanggalo sejumlah 25 orang, yang ditempatkan di Surau Tikai, sekarang bernama Mushalla Syuhada'. Umumnya anak-anak yang ditampung adalah anak-anak yang mempunyai kehidupan miskin akibat perang PRRI (Pemerintah Revolusioner Republik Indonesia). Hal inilah yang membuat hati bapak-bapak dan ibu-ibu Muhammadiyah/Aisyiyah di Nanggalo berkeinginan menampung anak-anak yang mempunyai kehidupan miskin pada saat itu.

Panti asuhan aisyiyah cabang nanggalo, tempat penelitian yang dilakukan penulis saat ini adalah panti asuhan khusus putri saja yang berjumlah 49 orang anak dari tingkatan sekolah dasar sampai perguruan tinggi. Luas tanah panti asuhan ±2.286 M, 300 m diperoleh dari wakaf, 1.986 M dibeli, luas bangunan ±1.050 M. Struktur kepengurusan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Nanggalo Padang berjumlah 18 orang yang terdiri dari 1 orang ketua, 1 orang wakil ketua, 1 orang sekretaris, 1 orang wakil sekretaris, 1 orang bendahara dan 13 orang staff pengurus panti.

Sumber dana panti Asuhan Aisyiyah Nanggalo Padang diperoleh dari yayasan Dharmais, Dinas Sosial Kota Padang, Donasi dari para Donatur tetap, swadana masyarakat, dan donasi atau bantuan dari perusahaan dan instansi- instansi.

Bantuan dari Dinas Sosial Kota Padang Sumatera Barat biasanya berupa bantuan pemenuhan gizi berupa uang. Selain sumbangan non materi ada juga masyarakat yang memberikan sumbangan non materi seperti menyumbangkan pakaian, beras, zakat, dan lain lain. Dana yang diberikan dari yayasan untuk panti asuhan ± Rp.300.000,-. Penanggung jawab tenaga pengolahan makan dipanti asuhan dilakukan mulai dari pagi hari jam 9 pagi.

B. Gambaran Umum Penyelenggaraan Makanan Panti Asuhan

Ruang penyelenggaraan makanan untuk anak asuh terletak tepat di belakang bangunan anak asuh, ruangan penyelenggaraan makanan terlihat seperti dapur rumahan biasa, sistem pengolahannya dilakukan langsung di tempat tersebut. Makanan yang diproduksi untuk produksi makan siang, malam dan besok pagi dilakukan hanya satu kali jam 09.00 WIB, hal ini dikarenakan untuk menghemat waktu tenaga pengolah makanan dalam produksi makanan di Panti Asuhan. Makanan diolah sekitar 1-2 jam sebelum disajikan, seperti untuk makan pagi diolah pada pukul 05.00 WIB untuk disajikan pada pukul 07.00 WIB, begitu juga dengan makan siang dan makan malam. hal

Tempat ini terdiri dari ruang pengolahan, ruang penyimpanan, kamar mandi, dan ruang makan. Tenaga pengolah makanan terdiri dari 2 orang wanita. Panti asuhan ini mempunyai siklus menu 7 hari tetapi siklus menu tidak dijalankan jadi menu makanan ditentukan oleh selera anak asuh yang digunakan sebagai patokan dalam mengolah makanan.

Penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan putri aisyiyah cabang nangalo dilakukan dengan sistem prasmanan, tenaga yang mengolah makanan terdiri dari 2 orang wanita, 1 orang bertugas memasak bahan makanan dan 1

orang lagi bertugas untuk mempersiapkan bahan makanan, pembelian bahan makanan diberi dana oleh pihak panti dan dilakukan oleh anak asuh di panti asuhan berdasarkan jadwal piket yang ditentukan. Bahan makanan yang dibeli disimpan dalam lemari kayu yang kering.

Bahan makanan segar dibeli setiap hari ke pasar, sedangkan untuk bahan kering dibeli 1-2 kali dalam seminggu jika masih ada sisa dari belanja kemarin. Bahan makanan yang digunakan terdiri dari nasi putih sebagai makanan pokok, protein hewani, protein nabati, sayur, dan buah. Namun tidak di semua waktu makan semua hidangan tersebut tersedia. Untuk sayur dan protein nabati tidak selalu tersedia disetiap waktu makan dikarenakan dana yang diberikan tidak mencukupi.

Jumlah makanan yang diolah pun tidak dihitung sesuai dengan jumlah siswa/ konsumen secara pas dan akurat melainkan dengan cara perkiraan. Daftar menu dibuat sendiri oleh anak asuh berdasarkan selera bersama yang tujuannya untuk menghindari makanan yang bersisa.

Adapun daftar menu yang dibuat oleh anak asuh, disajikan pada tabel 4. :

Tabel 4. Daftar Menu di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Tahun 2022

		Hari						
		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
M E N U	Pagi	Nasi Ikan asin balado + tempe balado	Nasi Sarden ikan + tahu	Nasi Ikan asin balado tahu goreng	Nasi Sarden + kentang	Nasi goreng Ikan + tempe + jengkol balado	Nasi Ikan + tempe balado	Nasi Teri balado
	Siang	Nasi Ikan asin balado tumis kangkung	Nasi Ayam balado Tumis kol	Nasi Samba lado tanak	Nasi Gulai pakis + udang rebon	Nasi Ayam goreng krispi	Nasi Ikan asin balado	Nasi Gulai pakis + udang rebon
	Malam	Nasi Telur dadar	Nasi Ayam goreng	Nasi Samba lado tanak	Nasi Telur + teri balado	Nasi Telur goreng Ayam + tahu balado Gulai kacang panjang	Nasi Kalio daging Acar timun	Nasi Ikan asin + tempe + terong balado

C. Gambaran Umum Responden di Panti Asuhan

1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini adalah anak asuh di panti asuhan putri aisyiyah cabang nanggalo kota padang yang memiliki usia 7-29 dimulai dari tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi. Responden dalam penelitian ini berjumlah 49 orang, Semua anak asuh panti asuhan berjenis kelamin perempuan. Selama anak asuh dalam bimbingan dan didikan panti asuhan, anak asuh tidak dikenakan biaya apapun. Semua kebutuhan anak asuh menjadi tanggung jawab panti asuhan.

2. Umur dan Jumlah Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan umur responden penelitian dapat dilihat pada tabel 2.2 berikut.

Tabel 5. Umur dan Jumlah Responden

Umur	Jumlah
7-9 tahun	2
10-12 tahun	8
13-15 tahun	14
16-18 tahun	11
19-29 tahun	14
Total	49

D. Hasil Penelitian

Rata-rata energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022 dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 6. Rata-rata Energi Perhari dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari Ke	Energi (kkal)	%AKG
1	1613,6	81,0
2	1723,4	86,6
3	1715,5	86,2
4	1419,1	71,3
5	1778,4	89,3
6	1626,4	81,7
7	1523,9	76,5
Rata-rata	1628,6	81,8

Berdasarkan Tabel 6 Bahwa makanan yang diproduksi dengan energi tertinggi terdapat pada hari ke 5 sebesar 1778,4 kkal dengan persentase AKG 89,3% dan terendah terdapat pada hari ke 4 sebesar 1.419,1 kkal dengan persentase AKG 71,3%. Rata-rata makanan yang diproduksi yaitu 1628,7 kkal dengan rata-rata pesentase AKG yaitu 81,8%.

Tabel 7. Rata-rata Energi per waktu makan dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari ke	Pagi	% AKG	Siang	% AKG	Malam	% AKG
H 1	508,2	76,6	544,7	82,1	560,7	84,5
H 2	482,4	72,7	618,1	93,2	622,9	93,9
H 3	537,8	81,1	592,4	89,3	585,4	88,2
H 4	488,7	73,7	376,0	56,7	544,4	82,1
H 5	518,8	78,2	568,1	88,4	691,6	104,3
H 6	529,3	79,8	558,1	84,1	539,0	81,2
H 7	456,4	68,8	482,7	72,8	584,8	88,2
Rata-rata	503,0	75,7	537,3	80,9	589,8	88,9
SD	28,8		81,5		51,9	

Jika dilihat berdasarkan pada tabel 7 waktu makan pagi, siang dan malam maka didapatkan rata-rata makan pagi selama 7 hari 503 kkal dengan %AKG yaitu 75,7%, makan siang 537,3 kkal dengan %AKG yaitu 80,9% dan makan malam 589,8 kkal dengan %AKG yaitu 88,9%, dengan standar deviasi

makan pagi $\pm 28,8$, standar deviasi makan siang $\pm 81,5$ dan standar deviasi makan malam $\pm 51,9$, energi terendah terdapat pada hari ke 4 saat makan siang yaitu 376 kkal dan energi tertinggi terdapat pada hari ke 5 saat makan malam yaitu 691,6 kkal.

Tabel 8. Rata-rata Protein Perhari dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari	Protein (Gr)	%AKG
1	60,9	106,8
2	63,9	110,3
3	65,0	114,0
4	42,6	74,7
5	62,1	108,9
6	78,1	137,0
7	56,1	98,4
Rata-rata	61,2	107,1

Berdasarkan Tabel 8 Bahwa makanan yang diproduksi dengan protein tertinggi terdapat pada hari ke 6 sebesar 78,1 gram dengan persentase AKG 137% dan terendah terdapat pada hari ke 4 sebesar 42,6 gram dengan persentase AKG 74,7%. Rata-rata makanan yang diproduksi yaitu 61,2 gram dengan rata-rata pesentase AKG yaitu 107,1%.

Tabel 9. Rata-rata Protein per waktu makan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari ke	Pagi	%AKG	Siang	%AKG	Malam	%AKG
H 1	17,6	92,6	27,8	146,3	15,5	81,5
H 2	15,6	82,1	24,4	128,4	23,9	125,7
H 3	24,8	130,5	20,1	105,7	20,1	105,7
H 4	14,0	73,6	10,5	55,2	18,1	95,2
H 5	18,1	95,2	18,7	98,4	25,4	133,6
H 6	20,9	110,0	33,7	177,3	23,5	123,6
H 7	10,0	52,6	11,9	62,6	34,2	180,0
Rata-rata	17,2	90,9	21,0	110,5	22,9	120,7
SD	4,77		8,34		6,06	

Jika dilihat berdasarkan pada tabel 9 waktu makan pagi, siang dan malam maka didapatkan rata-rata makan pagi selama 7 hari 17,2 gr dengan %AKG yaitu 90,9%, makan siang 21 kkal dengan %AKG yaitu 110,5% dan makan malam 22,9 kkal dengan %AKG yaitu 120,7%, dengan standar deviasi makan pagi $\pm 4,77$, standar deviasi makan siang $\pm 8,34$ dan standar deviasi makan malam $\pm 6,06$, protein terendah terdapat pada hari ke 7 saat makan pagi yaitu 10 gr dan protein tertinggi terdapat pada hari ke 7 saat makan malam yaitu 34,2 gr.

Tabel 10. Rata-rata Lemak Perhari dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari	Lemak (Gr)	%AKG
1	44,6	68,6
2	64,1	98,9
3	49,4	76,0
4	35,8	55,0
5	59,9	92,1
6	41,4	63,6
7	36,2	55,6
Rata-rata	47,3	72,8

Berdasarkan Tabel 10 Bahwa makanan yang diproduksi dengan lemak tertinggi terdapat pada hari ke 2 sebesar 64,3 gram dengan persentase AKG 98,9% dan terendah terdapat pada hari ke 4 sebesar 35,8 gram dengan persentase AKG 55%. Rata-rata makanan yang diproduksi yaitu 47,3 gram dengan rata-rata pesentase AKG yaitu 72,8%.

Tabel 11. Rata-rata Lemak per waktu makan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari ke	Pagi	%AKG	Siang	%AKG	Malam	%AKG
H 1	13,2	60,0	12,4	56,3	19,0	86,3
H 2	17,2	78,1	23,0	104,5	23,9	108,6
H 3	13,3	60,4	18,5	84,0	17,5	79,5
H 4	14,8	67,2	2,6	11,8	18,5	84,0
H 5	12,8	58,1	19,1	86,8	28,1	127,7
H 6	12,8	58,1	11,6	52,7	17,0	77,2
H 7	11,1	50,4	12,6	57,2	12,5	56,8
Rata-rata	13,6	61,7	14,2	64,7	19,5	88,5
SD	1,92		6,67		5,06	

Jika dilihat berdasarkan pada tabel 11 waktu makan pagi, siang dan malam maka didapatkan rata-rata makan pagi selama 7 hari 13,6 gr dengan %AKG yaitu 61,7%, makan siang 14,2 gr dengan %AKG yaitu 64,7% dan makan malam 19,5 gr dengan %AKG yaitu 88,5%, dengan standar deviasi makan pagi $\pm 1,92$, standar deviasi makan siang $\pm 6,67$ dan standar deviasi makan malam $\pm 5,06$, lemak terendah terdapat pada hari ke 4 saat makan siang yaitu 2,6 gr dan energi tertinggi terdapat pada hari ke 5 saat makan malam yaitu 28,1 gr.

Tabel 12. Rata-rata Karbohidrat Perhari dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari	Karbohidrat (Gr)	%AKG
1	235,7	79
2	229,8	77,3
3	246,8	82,8
4	244,2	81,9
5	243,2	81,6
6	228,6	76,7
7	244,9	82,1
Rata-rata	239,1	80,2

Berdasarkan Tabel 12 Bahwa makanan yang diproduksi dengan karbohidrat tertinggi terdapat pada hari ke 3 sebesar 246,8 gram dengan persentase AKG 82,8% dan terendah terdapat pada hari ke 6 sebesar 228,6 gram dengan persentase AKG 76,7%. Rata-rata makanan yang diproduksi yaitu 239,1 gram dengan rata-rata pesentase AKG yaitu 80,2%.

Tabel 13. Rata-rata Karbohidrat per waktu makan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Padang Tahun 2022

Hari ke	Pagi	%AKG	Siang	%AKG	Malam	%AKG
H 1	78,4	79,1	77,8	78,5	79,5	80,3
H 2	77,4	78,1	76,9	77,6	75,5	76,2
H 3	78,0	78,7	84,2	85,0	84,6	85,4
H 4	86,8	87,6	81,1	81,9	76,3	77,0
H 5	81,3	82,1	77,9	78,6	84,0	84,8
H 6	80,6	81,4	76,3	77,0	71,7	72,4
H 7	77,1	77,8	86,3	87,1	81,5	82,3
Rata-rata	79,9	80,6	80	80,8	78,9	79,7
SD	3,41		3,89		4,75	

Jika dilihat berdasarkan pada tabel 13 waktu makan pagi, siang dan malam maka didapatkan rata-rata makan pagi selama 7 hari 79,9 gr dengan %AKG yaitu 80,6%, makan siang 80 gr dengan %AKG yaitu 80,8% dan makan malam 78,9 gr dengan %AKG yaitu 79,7%, dengan standar deviasi makan pagi $\pm 3,41$, standar deviasi makan siang $\pm 3,89$ dan standar deviasi makan malam $\pm 4,75$, karbohidrat terendah terdapat pada hari ke 6 saat makan malam yaitu 71,5 gr dan karbohidrat tertinggi terdapat pada hari ke 4 saat makan pagi yaitu 86,8 gr.

Tabel 14. Rata-rata Energi dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri berdasarkan Umur AKG 2019

Umur (Tahun)	n	AKG 2019 (Kkal)	Rata² Energi 7 Hari	%AGK
7-9	2	1.650	1628,7	98,7
10-12	8	1.900	1628,7	85,7
13-15	14	2.050	1628,7	79,4
16-18	11	2.100	1628,7	77,5
19-29	14	2.250	1628,7	72,3

Berdasarkan Tabel 14 Bahwa energi dari makanan yang di produksi untuk anak asuh yang tertinggi yaitu anak asuh umur 7-9 Tahun sudah mencapai lebih dari 80% dari kebutuhan energi yang diperlukan yaitu sebesar 98,7% dan yang terendah yaitu anak asuh umur 19-29 masih kurang dari 80% dari kebutuhan energi yang diperlukan yaitu sebesar 72,3%.

Tabel 15. Rata-rata Protein dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri berdasarkan Umur AKG 2019

Umur (Tahun)	n	AKG 2019 (Gr)	Rata² Energi 7 Hari	%AGK
7-9	2	40	61,1	152,7
10-12	8	55	61,1	111,0
13-15	14	65	61,1	94,0
16-18	11	65	61,1	94,0
19-29	14	60	61,1	101,8

Berdasarkan Tabel 15 Bahwa protein dari makanan yang di produksi untuk anak asuh yang tertinggi yaitu anak asuh umur 7-9 Tahun sudah mencapai lebih dari 80% dari kebutuhan protein yang diperlukan yaitu sebesar 152,7% dan yang terendah yaitu anak asuh umur 13-18 yaitu sebesar 94%.

Tabel 16. Rata-rata Lemak dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri berdasarkan Umur AKG 2019

Umur (Tahun)	n	AKG 2019 (Gr)	Rata² Energi 7 Hari	%AGK
7-9	2	55	47,3	86,0
10-12	8	65	47,3	72,7
13-15	14	70	47,3	67,5
16-18	11	70	47,3	67,5
19-29	14	65	47,3	72,7

Berdasarkan Tabel 16 Bahwa Lemak dari makanan yang di produksi untuk anak asuh yang tertinggi yaitu anak asuh umur 7-9 Tahun sudah mencapai lebih dari 80% dari kebutuhan lemak yang diperlukan yaitu sebesar 86% dan yang terendah yaitu anak asuh umur 13-15 masih kurang dari 80% dari kebutuhan Lemak yang diperlukan yaitu sebesar 67,5%.

Tabel 17. Rata-rata Karbohidrat dari Makanan Yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri berdasarkan Umur AKG 2019

Umur (Tahun)	n	AKG 2019 (Gr)	Rata² Energi 7 Hari	%AGK
7-9	2	250	239,1	95,6
10-12	8	280	239,1	85,3
13-15	14	300	239,1	79,7
16-18	11	300	239,1	79,7
19-29	14	360	239,1	66,4

Berdasarkan Tabel 17 Bahwa karbohidrat dari makanan yang di produksi untuk anak asuh yang tertinggi yaitu anak asuh umur 7-9 Tahun sudah mencapai lebih dari 80% dari kebutuhan karbohidrat yang diperlukan yaitu sebesar 95,6% dan yang terendah yaitu anak asuh umur 19-29 masih kurang dari 80% dari kebutuhan karbohidrat yang diperlukan yaitu sebesar 66,4%.

E. Pembahasan

Rata-rata energi dan zat gizi makro dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh tersebut belum mencukupi dari kebutuhan yang diperlukan. Penelitian dilakukan setiap kali waktu makan selama seminggu dan telah didapatkan hasilnya seperti yang dijelaskan sebelumnya. Penghitungan energi dan zat gizi makanan dilakukan dengan cara *food weighing* kemudian diolah dengan menggunakan nutri survey dan disesuaikan dengan AKG sesuai umur responden.

Hal tersebut sesuai dengan teori tentang penyelenggaraan makanan di asrama, yaitu³:

a. Tujuan penyelenggaraan makanan asrama

Mengatur menu yang tepat agar dapat diciptakan makanan yang memenuhi kebutuhan gizi klien.

b. Karakteristik penyelenggaraan makanan asrama

Standar gizi disesuaikan menurut kebutuhan golongan orang-orang yang di asrama serta disesuaikan dengan sumber daya yang ada.

Energi dan zat gizi makro sangat diperlukan bagi tubuh. Sumbernya terdapat dalam makanan nabati maupun hewani. Setiap bahan makanan memiliki kandungan yang berbeda. Kecukupan zat gizi harus terpenuhi untuk menjaga kesehatan tubuh dan mengoptimalkan pertumbuhan bagi siswa sesuai umurnya yaitu remaja. Kekurangan zat gizi tidak hanya dapat menghambat pertumbuhan tetapi akan memberi pengaruh terhadap kesehatan siswa tersebut.

Makanan di Panti Asuhan diproduksi satu kali produksi pada jam 9 pagi untuk makan siang, makan malam dan makan pagi besok hari. Bahan makanan

dibeli sendiri oleh anak asuh sesuai dengan keinginan atau selera anak asuh karena di Panti Asuhan tidak memiliki siklus menu atau master menu. Makanan dimasak, anak asuh akan mengambil makanan sesuai dengan selera, tidak dilakukan pemorsian pada penyelenggaraan makanan di panti asuhan. Ketersediaan sayur memang sangat minim, hanya sedikit dan tidak selalu tersedia disetiap waktu makan. Buah-buahan ada hanya ketika pemberian dari masyarakat.

Rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 7-9 tahun yaitu 1628,7 kkal dari kebutuhan AKG 2019 1650 kkal (98,7% AKG), Rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 10-12 tahun yaitu 1628,7 kkal dari kebutuhan AKG 2019 1900 kkal (85,7% AKG), Rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 13-15 tahun yaitu 1628,7 kkal dari kebutuhan AKG 2019 2050 kkal (79,4% AKG), Rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 16-18 tahun yaitu 1628,7 kkal dari kebutuhan AKG 2019 2100 kkal (77,5% AKG) dan Rata-rata energi dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 19-29 tahun yaitu 1628,7 kkal dari kebutuhan AKG 2019 2250 kkal (72,3% AKG). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa energi dari makanan yang diproduksi masih tidak sesuai menurut kelompok umur dan jenis kelamin AKG 2019 karena pada kelompok umur 13-29 tahun masih belum mencapai 80% energi yang dibutuhkan.

Rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 7-9 tahun yaitu 61,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 40 gr (152,7% AKG), Rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 10-12 tahun yaitu 61,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 55 gr (111% AKG), Rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 13-15 tahun yaitu 61,1 gr dari

kebutuhan AKG 2019 65 gr (94% AKG), Rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 16-18 tahun yaitu 61,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 65 gr (94% AKG) dan Rata-rata protein dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 19-29 tahun yaitu 61,1 dari kebutuhan AKG 2019 60 gr (101,8% AKG). hasil penelitian ini menunjukkan bahwa protein dari makanan yang diproduksi sudah sesuai menurut kelompok umur dan jenis kelamin AKG 2019 karena pada semua kelompok umur sudah mencapai 80% proteini yang dibutuhkan.

Rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 7-9 tahun yaitu 47,3 gr dari kebutuhan AKG 2019 55 gr (86% AKG), Rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 10-12 tahun yaitu 47,3 gr dari kebutuhan AKG 2019 65 gr (72,7% AKG), Rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 13-15 tahun yaitu 47,3 gr dari kebutuhan AKG 2019 70 gr (67,5% AKG), Rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 16-18 tahun yaitu 47,3 gr dari kebutuhan AKG 2019 70 gr (67,5% AKG) dan Rata-rata lemak dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 19-29 tahun yaitu 47,3 gr dari kebutuhan AKG 2019 65 gr (72,2% AKG). hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lemak dari makanan yang diproduksi masih tidak sesuai menurut kelompok umur dan jenis kelamin AKG 2019 karena pada kelompok umur 10-29 tahun masih belum mencapai 80% lemak yang dibutuhkan.

Rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 7-9 tahun yaitu 239,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 250 gr (95,6% AKG), Rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 10-12

tahun yaitu 239,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 280 gr (85,3% AKG), Rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 13-15 tahun yaitu 239,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 300 gr (79,7% AKG), Rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 16-18 tahun yaitu 239,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 300 gr (79,7% AKG) dan Rata-rata karbohidrat dari makanan yang diproduksi untuk anak asuh umur 19-29 tahun yaitu 239,1 gr dari kebutuhan AKG 2019 360 gr (66,4% AKG). hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karbohidrat dari makanan yang diproduksi masih tidak sesuai menurut kelompok umur dan jenis kelamin AKG 2019 karena pada kelompok umur 13-29 tahun masih belum mencapai 80% karbohidrat yang dibutuhkan.

Berdasarkan AKG 2019, anak umur 7-9 tahun perempuan maupun laki-laki membutuhkan energi sebesar 1650 kkal, protein sebesar 40 gr, lemak sebesar 55 gr, dan karbohidrat sebesar 250 gr, remaja putri umur 10-12 tahun membutuhkan energi sebesar 1900 kkal, protein sebesar 55 gr, lemak sebesar 65 gr, dan karbohidrat sebesar 280 gr, remaja putri umur 13-15 tahun membutuhkan energi sebesar 2050 kkal, protein sebesar 65 gr, lemak sebesar 70 gr, dan karbohidrat sebesar 300 gr, remaja putri umur 16-18 tahun membutuhkan energi sebesar 2100 kkal, protein sebesar 65 gr, lemak sebesar 70 gr, dan karbohidrat sebesar 300 gr, remaja putri umur 19-29 tahun membutuhkan energi sebesar 2250 kkal, protein sebesar 60 gr, lemak sebesar 65 gr, dan karbohidrat sebesar 360 gr¹.

Kecukupan energi dan zat gizi makro dari responden sudah mencapai 80% dari total kebutuhannya sehari, hal tersebut sesuai dengan teori. Menurut

Recommended Dairy Allowances (RDA), asupan nutrisi dikelompokkan menjadi 3 kategori, antara lain¹⁷ :

- a. Kurang, jika asupan kalori <80% RDA
- b. Cukup/adekuat, jika asupan kalori 80-110% RDA
- c. Lebih, jika asupan >110% RDA

Kecukupan energi dan zat gizi makro pada responden umur 7-12 lebih banyak terpenuhi daripada kecukupan energi dan zat gizi makro pada responden umur 13-29. Hal ini berkaitan dengan variasi bahan makanan anak asuh tersebut tidak bervariasi dan tidak lengkap, seperti minimnya sayuran dan buah-buahan pada menu makanan.

Tingkat kekurangan tertinggi energi dan zat gizi makro terdapat pada anak umur 13-29 tahun yaitu kurang dari 80% dari kebutuhan yang diperlukan. Tingkat kekurangan pada zat gizi makro terdapat pada lemak yaitu hanya 72,8% dan yang tertinggi terdapat pada zat gizi makro yaitu protein sebesar 107,1%.

Berdasarkan penelitian yang selama peneliti lakukan, kurangnya bahan makanan yang diproduksi terjadi karena tidak adanya standar porsi dan tidak ada siklus menu. Makanan yang dihidangkan kurang bervariasi dan sering terjadi pengulangan menu, selain itu protein nabati tidak tersedia disetiap waktu makan, buah-buahan juga tidak tersedia jika tidak ada pemberian dari bantuan pemberi dana.

Adanya tinggi rendahnya rata-rata energi dan zat gizi makro yang diproduksi di Panti Asuhan setiap harinya tergantung dengan lauk yang disediakan dan sesuai dengan selera makan anak asuh dan tergantung jumlah bahan makanan yang diproduksi di Panti Asuhan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Jumlah bahan makanan yang di produksi untuk 3 kali makan yaitu beras 99 gr, lauk 12 gr, tempe 17 gr untuk satu orang anak asuh.
2. Rata-rata jumlah energi di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022 yaitu 81,8% AKG, rata-rata energi yang kurang terdapat pada kelompok umur 13-29 Tahun yang tidak mencapai 80%.
3. Rata-rata jumlah protein di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022 yaitu 107,1% AKG, maka rata-rata protein pada kelompok umur sudah mencapai 80%.
4. Rata-rata jumlah lemak di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022 yaitu 72,8% AKG, rata-rata lemak yang kurang terdapat pada kelompok umur 10-29 Tahun yang tidak mencapai 80%.
5. Rata-rata jumlah karbohidrat di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022 yaitu 80,2% AKG, rata-rata karbohidrat yang kurang terdapat pada kelompok umur 13-29 Tahun yang tidak mencapai 80%.

B. Saran

1. Disarankan kepada Ketua Yayasan di Panti Asuhan menambah kebutuhan bahan makanan dan meningkatkan biaya untuk makanan yang diproduksi agar anak asuh tercukupi kebutuhan energi, protein, lemak dan karbohidratnya.

2. Disarankan kepada Pengurus Penyelenggaran makanan sebaiknya menggunakan siklus menu agar anak asuh tidak merasa bosan dan juga dilakukan perhitungan kebutuhan bahan makanan jika perlu berdasarkan AKG menurut umur sebelum berbelanja sehingga kecukupan semua siswa bisa terpenuhi.
3. Pada peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji analisis biaya dari makanan yang diproduksi pada anak asuh di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2014.
2. Kemenkes RI. Pedoman PGRS Pelayanan Gizi Rumah Sakit. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2013.
3. Bakri, Bachiar, dkk. Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2018.
4. Rosida, Hanik dan Annis Catur Adi. Hubungan Kebiasaan Sarapan, tingkat Kecukupan Energi, Karbohidrat, Protein, dan Lemak dengan Status Gizi pada Siswa Pondok Pesantren Al-Fattah Buduran, Sidoarjo. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 12(2), 116-122. 2017.
5. Almtsier, Sunita, Soetardjo, dan Moesijanti. Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum. 2011.
6. Almtsier, Sunita. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 2015.
7. Irianto, Djoko Pekik. Pedoman Gizi Lengkap. Yogyakarta: Penerbit Andi. 2017.
8. Muchtadi, Deddy. Teknik Evaluasi Nilai Gizi Protein. Peraturan Kesehatan RI No. 75 Tahun 2013 tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan. 2010.
9. Kemenkes RI. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Departemen Kesehatan RI. 2014.
10. Rakhmawati, Luthfi. Kontribusi Makanan di Sekolah dan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Bogor. Skripsi. Bogor. Institut Pertanian Bogor. 2009.
11. Adriani, Merryana dan Bambang Wirjatmadi. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana. 2014.
12. Supriasa. Gizi dalam Masyarakat. Jakarta: PT. Alex Media. 2001.
13. Auliana, Rizqie. Gizi dan Pengolahan Pangan. Yogyakarta: Percetakan Mitra Gama Wirya. 2001.
14. Triwibowo, Cecep dan Mitha Erlisya P. Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Yogyakarta: Nuha Medika. 2015.
15. Susilowati dan Kuspriyanto. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Refika Aditama. 2016.

16. Kusharto CM, Sa'diyah NY. Diklat Penilaian Konsumsi Pangan. Bogor. Departemen Gizi Masyarakat Institut Pertanian Bogor. 2008.
17. Prihaningtyas, Rendi Aji, dkk. Anak Obesitas. Jakarta: Kompas Gramedia Building. 2018.
18. Anisa, Hanifatul. Evaluasi Sistem Pengolahan Makanan Biasa Diinstalasi Gizi RSUP DR. M. Djamil. KTI Poltekkes kemenkes RI Padang, 2016
19. Husnul, Fitri Pentingnya Gizi Kerja Dan Penyelenggaraan Makanan Bagi Tenaga Kerja, 2019. <https://www.garudasystrain.co.id/pentingnya-gizi-kerja-dan-penyelenggaraan-makan-bagi-tenaga-kerja/>
20. Azrimaidaliza, & Purnakarya, I. (2011). Analisis Pemilihan Makanan pada Remaja di Kota Padang, Sumatera Barat. *Jurnal kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol 6, No1. Diakses dari <http://jurnalkesmas.ui.ac.id>
21. Aritonang, Irianton. (2012). Penyelenggaraan makanan : manajemen sistem pelayanan gizi swakelola dan jasaboga di instalasi gizi rumah sakit. Yogyakarta : Leutika.
22. Penny, K. (2019). gambaran tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dari porsi makanan. [Skripsi]. Padang.
23. Rahmita, E. (2015) sisa makanan pada anak asuh di panti asuhan aisyiyah cabang nanggalo. [Skripsi]. Padang.

LAMPIRAN

Lampiran A :

**Biodata Anak Asuh Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota
Padang**

**DATA ANAK ASUH LKSA PANTI ASUHAN AISYIYAH NANGGALO
PADANG**

Periode 2015-2022

N O	NAMA	TTL	PENDIDIKAN
1	AKP	29/09/2009	SD
2	AT	22/07/2005	SMA
3	AEM	02/02/1999	PT
4	A	14/11/2009	SD
5	ASR	29/09/2009	SD
6	A	04/01/2006	SMP
7	A	30/04/2009	SD
8	DH	24/03/1999	PT
9	DA	08/08/1999	PT
10	DPY	08/11/2006	SMK
11	Dita	24/07/2001	PT
12	DS	18/04/1998	PT
13	DN	26/08/2006	SMK
14	EM	11/12/2005	SMK
15	FBJ	22/03/2006	SMP
16	FT	13/12/2005	SMK
17	FY	26/12/2005	SMP
18	FY	16/05/2008	SMP
19	F	12/11/1999	PT
20	H	26/06/2008	SMP
21	IH	24/03/2009	SMP
22	IS	23/09/2004	SMA
23	JFR	12/11/2003	SMTI
24	JFM	10 /01/2014	SD
25	KD	27/04/2008	SMP
26	LC	09 /11/1996	PT
27	LW	24/06/2003	SMA
28	MU	17/04/2007	SMP
29	MR	30/05/ 2005	SMK
30	M	10/10/ 2000	PT
31	MG	21 /08/1996	PT

32	MDN	01/01/ 2005	SMK
33	NR	30/08/1999	PT
34	NPS	14 /10/2003	SMK
35	ND	27/02/2011	SD
36	PS	23/02/2006	SMK
37	PCF	14/02/2006	MAN
38	PPS	04/03/ 2000	PT
39	R	05/07/ 2007	SMP
40	RM	26/09/2001	PT
41	R	29/07/2009	SD
42	RAP	23/08/2006	SMP
43	SAP	19/11/2006	SMP
44	SL	26/06/2005	SMA
45	SVU	10/06/2000	PT
46	SD	12/12/2007	SD
47	SRH	13/05/2002	PT
48	SVH	01/01/2011	SD
49	SSS	21/07/2005	SMK

LAMPIRAN B

FORMAT PENGUMPULAN DATA

Hari/tanggal :

Nama :

Umur :

No.	Waktu makan		
	Pagi	Siang	Malam
1.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
2.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
3.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
4.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
5.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
6.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :
7.	Hidangan :	Hidangan :	Hidangan :
	Berat mentah :	Berat mentah :	Berat mentah :

LAMPIRAN C

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan tujuan dan prosedur penelitian atas nama Sry Rahma Yosi dengan Judul “Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro dari Makanan yang Diproduksi di Panti Asuhan Putri Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022”. Oleh sebab itu saya menyatakan bersedia menjadi sampel penelitian.

Padang, Januari 2022

.....

Master

No	Kelas	Materi				Materi				Materi			
		E	P	L	KH	E	P	L	KH	E	P	L	KH
1	401-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
2	402-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
3	403-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
4	404-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
5	405-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
6	406-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
7	407-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
8	408-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
9	409-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
10	410-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
11	411-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
12	412-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
13	413-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
14	414-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
15	415-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
16	416-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
17	417-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
18	418-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
19	419-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
20	420-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
21	421-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
22	422-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
23	423-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
24	424-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
25	425-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
26	426-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
27	427-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
28	428-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
29	429-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
30	430-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
31	431-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
32	432-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
33	433-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
34	434-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
35	435-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
36	436-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
37	437-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
38	438-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
39	439-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	
40	440-A	15.0	17.2	77.4	010.1	24.4	23	76.9	022.9	23.9	23.9	75.5	

LAMPIRAN E

DOKUMENTASI



Sumber : Dokumentasi Peneliti



LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL ANAK (LKSA)
PANTIASUHAN AISYIYAH CABANG NANGGALO PADANG

Aktivitas Baik (B) NO LKS.141.AKRE.2018
Berhimpunan Peranakan Muslim Kota Nanggalo Sumatera Barat-12 Jalan 2011
Jalan 2011 Nanggalo Kota Nanggalo Sumatera Barat-12 Jalan 2011
Jalan 2011 Nanggalo Kota Nanggalo Sumatera Barat-12 Jalan 2011
Jalan 2011 Nanggalo Kota Nanggalo Sumatera Barat-12 Jalan 2011

SURAT KETERANGAN

No. / /

Yang beranda dengan dibawah ini, Pimpinan Pantiasuhan Pantiasuhan
Cabang Nanggalo Kota Padang, menerangkan serta nama dibawah ini

No	Nama	Keterangan
1	Sty Rahma Yosi	Mahasiswa yang Melakukan Penelitian
2	Sabyanti, SKM, M Kes	Dosen Pembimbing Utama
3	Zul Anni, DCN, M Kes	Dosen Pembimbing Pendamping

Telah melaksanakan kegiatan penelitian tentang "Gambutan Tingkat
Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang Diproduksi Di Pantiasuhan
Pantiasuhan Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022" Pada Tanggal 4
- 10 Januari 2022.

Demikianlah surat keterangan ini kami buat dengan sesungguhnya untuk
dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 30 Juni 2022





KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG



Jl. Simpang Persekutuan Kagi Nanggalo Padang 25146 Telp./Faks (0751) 7050128
Jurusan Keperawatan (0751) 7051648, Prodi. Keperawatan Suihik (0752) 20145, Jurusan Kesehatan Lingkungan (0751) 7050812-8468
Jurusan Gizi (0751) 7051788, Jurusan Kebidanan (0751) 443126, Prodi. Kebidanan Bukittinggi (0752) 32474
Jurusan Keperawatan Gigi (0752) 23045-23075, Jurusan Promosi Kesehatan
Website : <https://ptkkespa.padang.ac.id>

Nomor : KH.03.02/ ⁰⁰⁶⁹⁹ /2021

Padang, 20 Desember 2021

Lampiran : -

Perihal : Mohon Izin Penelitian

Kepada Yth :

Kepala Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang

di-

Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan pembuatan Karya Tulis Ilmiah sebagai persyaratan bagi mahasiswa Diploma III Gizi untuk menyelesaikan pendidikannya, maka mahasiswa tersebut perlu melakukan penelitian yang berhubungan dengan Karya Tulis Ilmiah. Adapun nama mahasiswa kami :

No	Nama/Nim	Judul
1	Hanifa Maharani Putri NIM : 192110091	Gambaran Energi dan Zat Gizi Makro dari Porsi Makan Yang diambil Anak asuh Pada Penyelenggaraan Makan Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2022
2	Sry Rahma Yosi NIM : 192110112	Gambaran tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang di produksi di panti asuhan putri aisyiyah cabang nanggalo kota padang tahun 2022

Tempat Penelitian : Panti Asuhan Putri Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang

Waktu Penelitian : Januari 2022

Oleh sebab itu, kami mohon Bapak/Ibu memberi izin kepada mahasiswa kami untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu Pimpin.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Direktur,

Dr. Burhan Muslim, SKM, M. Si

NIP. 196101131986031002

Tembusan :

1. Arsip



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG



Nomor : KH03.02/0/Jan/2021

Padang, 18 Oktober 2021

Lampiran : -

Perihal : Izin Pengambilan Data

Kepada Yth :

Kepala Panti Asuhan Aisyiyah Padang

di-

Jember

Berayu hormat,

Selhubungan dengan di laksanakan nya Ujian seminar Proposal Program Diploma III Jurusan Gizi sehingga diwajibkan yang bersangkutan melakukan pengambilan data yang berhubungan dengan topik Proposal yang akan di ajukan. Adapun nama mahasiswa kami :

No.	Nama/NIM	Topik Proposal Tugas Akhir	Data yang diperlukan
1	Hanifa Manarani Putri NIM: 192110091	Gambaran Tingkat Kecukupan energi dan Zat Gizi Macro dari Porsi Makanan Anak Asuh Panti Asuhan Putri Aisyiyah Padang.	1. Data Anak Asuh Panti Asuhan Aisyiyah 2. Profil Panti Asuhan Aisyiyah 3. Data Donatur Tetap dan tidak tetap Panti Asuhan Aisyiyah
2	Sey Rahn & Yosi	Gambaran Sistem Pengelolaan dan Penilaian Anak Asuh Terhadap cita rasa makanan di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Padang.	1. Data jumlah pengurus dan pengurus dibagian pengolahan makanan. 2. Data Anggaran Biaya Penyelenggaraan Makanan.

Oleh sebab itu, Kami mohon Bapak/Ibu memvot Izin kepada mahasiswa kami untuk pengambilan data di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan Terima Kasih.

Direktur

D. Harun Muslim, S.KM, M.Si
NIP. 19610113196031002

JADWAL PENELITIAN

No.	KEGIATAN	WAKTU											
		AGUS	SEP	OKT	NOV	DES	JAN	FEB	MAR	APR	MAI	JUN	JUL
1.	Mengajukan Topik												
2.	Pengumpulan Data												
3.	Penulisan Proposal												
4.	Ujian Proposal												
5.	Perbaikan Proposal												
6.	Penelitian												
7.	Pengolahan Data												
8.	Penulisan Laporan Penelitian												
9.	Seminar TA												
10.	Perbaikan TA												
11.	Penyerahan TA												

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Peneliti

(Safyanti, SKM, M.Kes)
NIP.196306091988032001

(Zul Amri, DCN, M.Kes)
NIP. 196404201987031001

(Sry Rahma Yosi)
NIM.192110112



KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI D-III GIZI
POLITEKNIK KEMENKES PADANG TAHUN 2021



NAMA	Sry Rahayu Yodi
NIM	192110112
JUDUL TUGAS AKHIR	Gambaran Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dari Makanan Yang Di Produksi Di Panti Asuhan Panti Aisyiyah Cabang Nanggalo Kota Padang Tahun 2021
PEMURUNG 1	Safwan SKM, M. Kes

NO	HARI/TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERRAIKAN	TTD PEMBIMBING
1	Kelasa/17 Mei 2021	Menyusun Bab IV	Menambahkan tabel Bab IV	
2	Kelasa/18 Mei 2021	Menyusun Bab IV	Menambahkan pembahasan tabel	
3	Jambi/20 Mei 2021	Menyusun Bab IV	Mengubah isi tabel Bab IV	
4	Serau/23 Mei 2021	Menyusun pembahasan Bab IV	Mengantarkan pembahasan Bab IV	
5	Kelasa/24 Mei 2021	Menyusun tabel Bab IV	Mengantarkan Abstraksi tulisan	
6	Padang/27 Mei 2021	Menyusun tabel hasil	Perbaikan tabel terapan	
7	Serau/30 Mei 2021	Menyusun pembahasan Bab IV	Perbaikan rumus dan rumus konversi	
8	Serau/31 Mei 2021	Menyusun kesimpulan dan saran	ditambahkan kesimpulan berdasarkan rumus terapan dan ACC	
9				
10				

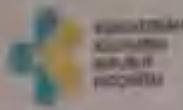
Padang, 23 Mei 2021

Koordinator Mata Kuliah,

Hasmah, DCS, M. Bimbel
NIP. 19630719 198003 2 001

Ka. Prodi D-III Gizi

Safwan, SKM, M. Kes
NIP. 19630609 198001 7 001



KARTU KONSULTASI
PENYUSUNAN TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI DI-III GIZI
POLTEKES KEMENKES PADANG TAHUN 2021



NAMA	Sy Rahma Yoni
NIM	192110112
JUDUL TUGAS AKHIR	Umburhan Tingkat Kecekupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dan Makanan Yang Di Produksi Di Panti Asuhan Putri Anyiyyah Cabang Nanogalo Kota Padang Tahun 2022
PEMBIMBING 2	Zul Anri, DCSM Kes

NO	HARI TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TID PEMBIMBING
1	Selasa / 17 Mei 2022	Menggunakan Bab IV	Perbaikan format Bab IV	/
2	Rabu / 18 Mei 2022	Meneliti format Bab 1-3	Perbaikan Bab 1-3	/
3	Jumat / 20 Mei 2022	Meneliti format bab Bab IV	Perbaikan format bab Bab IV	/
4	Selasa / 23 Mei 2022	Perbaikan hasil dan pen bahasan	Perbaikan hasil dan pen bahasan	/
5	Selasa / 24 Mei 2022	Meneliti format format	Perbaikan hasil pen dan bab bahasan	/
6	Jumat / 27 Mei 2022	Meneliti bab ke-5	Perbaikan bab 5 pen bahasan	/
7	Sabtu / 28 Mei 2022	Meneliti Bab 4	Perbaikan bab 4 pen bahasan dan format pen bahasan	/
8	Selasa / 31 Mei 2022	Perbaikan Bab 4, bab pen, pen, pen, pen	Perbaikan bab 4 pen bahasan	/
9			ACC upe Tugas Akhri	/
10				

Padang, 27 Mei 2022

Koordinator Mata Kuliah,

Hanochi, DCSM, M. Ilmiah
NIP. 19630719 198802 2 003

Ka. Prodi Di-III Gizi

Sufyanti, SSM, M. Kes
NIP. 19610607 198803 2 101