

LAPORAN TUGAS AKHIR

**KAJIAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, RIWAYAT KESEHATAN
DAN KEPATUHAN POSYANDU PADA BALITA BERAT
BADAN KURANG DI WILAYA KERJA
DI PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG**



DISUSUN OLEH:

SAKTYAWATI MARIA MAGDALENA WADOE

PO5303141231288

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

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**KAJIAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, RIWAYAT KESEHATAN
DAN KEPATUHAN POSYANDU PADA BALITA BERAT
BADAN KURANG DI WILAYA KERJA
DI PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG**

Disusun Oleh

SAKTYAWATI MARIA MAGDALENA WADOE

PO5303241231288

Telah Mendapat Persetujuan

Pembimbing



Albert Matu Salak Baumali, S.Kep, Ns.MPH

NIP. 197009131998031001

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Louisa Sine, S.TP, M.Kes

NIP. 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN TUGAS AKHIR
KAJIAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, RIWAYAT KESEHATAN
DAN KEPATUHAN POSYANDU PADA BALITA BERAT
BADAN KURANG DI WILAYA KERJA
DI PUSKESMAS NAIONI KOTA KUPANG

Disusun Oleh

SAKTYAWATI MARIA MAGDALENA WADOE

PO5303241231288

Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal Juni 2026

Penguji I :

Astuti Nur.,S.GZ.,M.Kes
NIP. 198911242018012001

(..........)

Penguji II :

Albert Matu Salak Baumali,S.Kep.Ns.MPH
NIP. 197009131998031001

(..........)

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Lolisa Sine, STP., M.Kes

NIP.198006012009122001

(..........)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Saktyawati Maria Magdalena Wadoe

NIM : PO5303241231288

Tanda Tangan : 15 agustus 2026



Tanggal : 15 agustus 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Saktyawati Maria Magdalena Wadoe

NIM : PO5303241231288

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : Kajian Asupan Zat gizi makro, riwayat kesehatan dan kepatuhan posyandu pada balita berat badan kurang di wilayah kerja puskesmas naioni kota kupang. Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Kupang

Pada tanggal : 15 Agustus 2026



(Saktyawati Maria Magdalena Wadoe)

CURRICULUM VITAE PENELITI UTAMA



DATA PRIBADI

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. Nama lengkap | : Saktyawati Maria M Wadoe |
| 2. NIM | : PO5303241231288 |
| 3. Tempat, tanggal lahir | : Lewa 01 Oktober 2003 |
| 4. Jenis kelamin | : Perempuan |
| 5. Agama | : Kristen Protestan |
| 6. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 7. Program Studi | : D3-Gizi |
| 8. Institusi | : Poltekkes Kemenkes Kupang |
| 9. Semester | : VI |
| 10. Alamat Tempat Tinggal | : Jl. Sumatiro, Kelurahan Oesapa Barat,
Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur |
| 11. No. HP | : 081236909474 |
| 12. Email | : glenwadoe123@gmail.com |

RIWAYAT PENDIDIKAN

- | | |
|----------------------|--|
| 1. (2010 –2016) SD | : SD Masehi Lewa Paku |
| 2. (2016 – 2019) SMP | : SMP Negeri 1 Lewa |
| 3. (2019 –2022) SMA | : SMA Negeri 1 Lewa |
| 4. (2023-2026) | : Mahasiswa D-III Poltekkes Kemenkes Kupang
Program Studi Gizi Angkatan XVIII 2023-2026 |

MOTTO

IN THE OF JESUS CHRIST

*KAMU BOLEH MENANGIS KARENA BERATNYA PROSES DAN
PERGUMULAN MU, TAPI INGAT TUHAN BAWAH KAMU SEJAUH
INI BUKAN UNTUK GAGAL TAPI UNTUK MENJADI PEMENANG*

AYUB 23:10

PERSEMBAHAN

*“TERIMA KASIH PAPA MAMA MUNGKIN TIDAK MEWARISKAN
HARTA, TETAPI BERJAUAN MEMBERIKAN PENDIDIKAN SETINGGI
MUNGKIN SEBAB, WARISAN TERBAIK BUKANLAH KEKAYAAN
MELAINKAN ILMU, WALAUPUN TERLAHIR DARI KELUARGA
YANG SEDERHAN TETAPI PUJI TUHAN PAPA MAMA SELALU
MENGUSAHAN YANG TERBAIK, SAYA BUKAN SIAPA SIAPA TAMPA
ADA DUKUNG DARI KALIAN”*

ABSTRAK

SAKTYAWATI MARIA MAGDALENA WADOE. Kajian Asupan Zat Gizi Makro, Riwayat Kesehatan, dan Kepatuhan Posyandu pada Balita Berat Badan Kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Naioni Kota Kupang (Dibimbing oleh: Albert Matu Salak Baumali, S.Kep., Ns., MPH).

Latar Belakang: Malnutrisi, khususnya masalah berat badan kurang (underweight) pada balita, masih menjadi persoalan kesehatan masyarakat yang serius. Berdasarkan data Puskesmas Naioni Kota Kupang per Januari 2026, prevalensi balita berat badan kurang mencapai 20,28%. Masalah gizi kurang ini dipengaruhi secara langsung oleh asupan makanan dan riwayat penyakit infeksi, serta secara tidak langsung oleh kepatuhan orang tua dalam memantau tumbuh kembang anak di Posyandu.

Tujuan Penelitian: Mengidentifikasi dan mengkaji asupan zat gizi makro (karbohidrat, lemak, dan protein), riwayat penyakit infeksi, serta kepatuhan ibu dalam kunjungan Posyandu pada balita berat badan kurang di wilayah kerja Puskesmas Naioni Kota Kupang.

Metode Penelitian: Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 75 balita berat badan kurang berusia 12–59 bulan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara kuesioner, food recall 24 jam, serta pengukuran antropometri, kemudian dianalisis secara univariat.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan seluruh responden ibu balita (100%) memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi dalam menghadiri Posyandu dan mengikuti anjuran kesehatan. Pada riwayat kesehatan, mayoritas balita (85,3%) memiliki kondisi kesehatan baik, sementara 14,7% memiliki riwayat penyakit infeksi dalam 3 bulan terakhir. Namun, hampir seluruh balita mengalami defisit asupan zat gizi makro yang signifikan, yaitu defisit karbohidrat (98,7% defisit berat, 1,3% defisit ringan), defisit lemak (100% defisit berat), dan defisit protein (73,3% total defisit, dengan 46,7% di antaranya defisit berat).

Kesimpulan: Kejadian underweight pada balita di Puskesmas Naioni tidak dipicu oleh penyakit infeksi maupun ketidakpatuhan ibu ke Posyandu, melainkan murni akibat rendahnya asupan zat gizi makro (terutama karbohidrat dan lemak) di tingkat rumah tangga. Defisit energi tersebut membakar cadangan nutrisi tubuh sehingga menghambat penambahan berat badan anak. Disarankan bagi Puskesmas untuk memberikan edukasi gizi praktis seperti demonstrasi memasak (cooking class) untuk meningkatkan pemenuhan kalori dan lemak lokal bagi balita.

Kata Kunci: Asupan Gizi Makro, Balita, Berat Badan Kurang, Kepatuhan Posyandu, Riwayat Kesehatan.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul **“Kajian Asupan Makan, Riwayat Kesehatan Dan Kepatuhan Posyandu Pada Balita Berat Badan Kurang Di Puskesmas Naioni ”** Proposal penelitian ini disusun sebagai salah satu persyaratan dalam penyusunan tugas akhir pada Program Studi Gizi, Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kupang.. Untuk kelancaran penyusunan proposal penelitian ini, penulis memperoleh bantuan, bimbingan, serta berbagai masukan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis berkewajiban menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Maria Hilaria, SSi., S.Farm., Apt., MSi selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Juni Gressilda Louisa Sine S.TP M.Kes selaku Ketua Program Studi Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang.
3. Albert Matu Salak Baumali, S.Kep.Ns.MPH selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahan selama penulisan proposal penelitian ini.
4. Seluruh staff dosen dan staff administrasi Jurusan Gizi yang telah memberikan bantuan moril bagi penulis.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Kritik dan saran tersebut diharapkan dapat menjadi bahan perbaikan dan penyempurnaan proposal penelitian ini agar dapat memberikan manfaat yang lebih optimal.

Kupang, Februari 2026

Penuli

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN COVER	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAN OTORITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI LTA UNTUK KETERANGAN AKADEMIK	v
BIODATA PENULIS.....	vi
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat penelitian	5
E. Keaslian penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Balita	7
B. Status gizi balita	8
C. Berat Badan Kurang (Underweight)	12
D. Asupan makan.....	13
E. Riwayat kesehatan balita.....	15
F. Kepatuhan ibu balita dalam kunjungan posyandu dan pemberian makan .	16
G. Faktor faktor yang mempengaruhi kepatuhan.....	17

H. Kerangka Teori.....	18
I. Kerangka Konsep	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	20
B. Lokasi dan waktu penelitian	20
C. Populasi dan subjek penelitian.....	20
D. Variabel penelitian.....	21
E. Definisi operasional	22
F. Instrumen penelitian	23
G. Cara pengumpulan data.....	23
H. Alat ukur.....	23
I. Analisi data.....	24
J. Pengolahan dan penyajian data	24
K. Etika penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil	26
B. Pembahasan.....	28
BAB V PENUTUP.....	32
A. Kesimpulan	32
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....	36
LAMPIRAN.....	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian.....	6
Tabel 2. Persentase karakteristik responden berdasarkan usia ibu	26
Tabel 3. Persentase kepatuhan ibu	26
Tabel 4. Persentase Riwayat Kesehatan balita	27
Tabel 5. Distribusi berdasarkan pekerjaan ibu	27
Tabel 6. Pendidikan ibu.....	28
Tabel 7. Usia balita	28
Tabel 8. Jenis kelamin balita	29
Tabel 9. Tingkat kecukupan karbohidrat	29
Tabel 10. Tingkat kecukupan asupan lemak	29
Tabel 11. Tingkat kecukupan asupan protein	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	18
Gambar 2. Kerangka konsep	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Pernyataan Kesiadaan Sebagai Sampel Penelitian.....	39
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian.....	40
Lampiran 3. Form Recall 24 Jam.....	41
Lampiran 4. Hasil Uji Statistik.....	43
Lampiran 5. Dokumentasi.....	49
Lampiran 6. Kuesioner Penelitian.....	51
Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian	54
Lampiran 8 Master Tabel	<u>55</u>
Lampiran 9.Nutrisurvey	<u>56</u>
Lampiran 10.Logbook LTA	<u>57</u>
Lampiran 11.Surat Selesai Penelitian	<u>49</u>
Lampiran 12.Plagiat	<u>60</u>