

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, PROTEIN DAN STATUS GIZI REMAJA DI PANTI ASUHAN AISYIYAH KECAMATAN TAMAN KABUPATEN SIDOARJO TAHUN 2014

ABSTRAK

Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Bila salah dalam menghitung dan merencanakan kebutuhan energi dan protein, maka dapat menimbulkan dampak yang tidak baik pada status gizi.

Anak asuh usia anak sekolah terutama di panti asuhan dapat mengalami malnutrisi, sehingga anak-anak asuh di panti asuhan memerlukan pemenuhan kecukupan konsumsi zat gizi yang seimbang dalam makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat konsumsi energi, protein, dan status gizi remaja di panti asuhan Aisyiyah Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, dengan menggunakan metode *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja yang tinggal di panti asuhan Aisyiyah Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo yaitu sebanyak 20 sampel dan semua diteliti dengan menggunakan teknik total sampling. Status gizi diukur dengan cara pengukuran berat badan dan tinggi badan dengan indikator IMT (Indeks Massa Tubuh), sedangkan tingkat konsumsi energi dan protein diperoleh dari *recall* 2x24 jam.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat konsumsi energi dikategorikan defisit (75%) yaitu 15 responden, tingkat konsumsi protein dikategorikan defisit (80%) yaitu 16 responden. Status gizi normal (90%), yaitu 18 responden dan status gizi gemuk (10%), yaitu 2 responden. Perlu diberikan pengetahuan gizi kepada pengurus dan pengasuh panti tentang gizi seimbang pada remaja putri dan makanan yang beraneka ragam, sehingga pengasuh panti asuhan dapat memberikan makanan yang mencukupi kebutuhan energi dan protein pada remaja putri di panti asuhan Aisyiyah.

Kata kunci: tingkat konsumsi energi, tingkat konsumsi protein, status gizi

**THE OVERVIEW OF ENERGY CONSUMPTION LEVEL, PROTEIN
AND NUTRITIONAL STATUS IN THE AISYIYAH ORPHANAGE
TAMAN SIDOARJO 2014**

ABSTRACT

Nutritional problems in adolescents appears due to an imbalance between nutritional consumption with the nutritional adequacy allowance. If we are wrong in calculating and plotting the energy and protein needs, it can cause bad impact on nutritional status.

Foster children of school age, especially in orphanages, can malnourished, so they need the adequacy of nutrient consumption balanced in the food that consumed daily.

This study aims to describe the level of energy consumption, protein and nutritional status of adolescents in Aisyiyah Orphanage, Taman – Sidoarjo.

The kind of this research is descriptive, by using *cross-sectional methods*. The population of this study is all teenagers who live in Aisyiyah Orphanage, Taman, Sidoarjo as many as 20 samples and all are examined by using total sampling technique. Nutritional status was measured by measurement of weight and height with the indicator of BMI (Body Mass Index), while the level of energy and protein consumption are obtained from the 2x24 hours recall.

The result of study shows the level of energy consumption categorized deficit (75%) that is 15 respondents, the level of protein consumption categorized deficit (80%) that is 16 respondents. Normal nutritional status (90%), that is 18 respondents and nutritional status of obese (10%), that is 2 respondents. It should be given the knowledge of nutrition to nursing administrators and caregivers about balanced nutrition in young girls and diverse food, so the orphanage caregiver can provide food that can sufficient energy and protein needs to young girls at the Aisyiyah Orphanage.

Keywords: the level of energy consumption, the level of protein consumption, nutritional status