

**STUDI TINGKAT KONSUMSI KALORI DAN PROTEIN WANITA DEWASA
DITINJAU DARI FAKTOR SOSIAL DEMOGRAFI, EKONOMI, DAN
PENGETAHUAN GIZI DI PERUMAHAN TANAH MAS, SEMARANG**

**STUDIES ON CALORIES AND PROTEIN CONSUMPTION LEVEL OF ADULT
WOMEN IN TERMS OF SOCIAL DEMOGRAPHIC, ECONOMIC, AND
NUTRITIONAL KNOWLEDGE FACTORS IN TANAH MAS REAL ESTATE,
SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna
memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pertanian

Oleh :

IVONNE KUMALA SUNOTO

07.70.0069



**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2011

**STUDI TINGKAT KONSUMSI KALORI DAN PROTEIN WANITA DEWASA
DITINJAU DARI FAKTOR SOSIAL DEMOGRAFI, EKONOMI, DAN
PENGETAHUAN GIZI DI PERUMAHAN TANAH MAS, SEMARANG**

**STUDIES ON CALORIES AND PROTEIN CONSUMPTION LEVEL OF ADULT
WOMEN IN TERMS OF SOCIAL DEMOGRAPHIC, ECONOMIC, AND
NUTRITIONAL KNOWLEDGE FACTORS IN TANAH MAS REAL ESTATE,
SEMARANG**

Oleh :

IVONNE KUMALA SUNOTO

NIM : 07.70.0069

Program Studi : Teknologi Pangan

Skripsi ini telah disetujui dan dipertahankan

Di hadapan sidang penguji pada tanggal : 20 Oktober 2011

Semarang, 10 November 2011

Fakultas Teknologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Pertanian

Pembimbing I

Ir. Ch. Retnaningsih, M.P.

Dekan

Ita Sulistyawati, S.TP., M.Sc.

Pembimbing II

Ir. Sumardi, M.Sc.

RINGKASAN

Penelitian yang dilakukan adalah mengenai tingkat konsumsi pada wanita dewasa usia 19-60 tahun berdasarkan konsumsi energi (kalori) dan protein. Tingkat konsumsi masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor sosial demografi (usia, jenis kelamin, status, pekerjaan, jumlah anggota keluarga, pendidikan formal), faktor ekonomi (penghasilan), dan pengetahuan gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh faktor sosial demografi, faktor ekonomi, dan pengetahuan gizi terhadap tingkat konsumsi kalori dan protein pada wanita dewasa yang bertempat tinggal di Perumahan Tanah Mas, Semarang dengan menggunakan bantuan kuesioner yang meliputi identitas pribadi responden, pengetahuan gizi responden, dan melakukan wawancara secara langsung mengenai “recall diet” kepada responden. Penentuan jumlah sampel menggunakan teknik pengambilan data *Continuous Variables Sampling* pada tingkat kepercayaan 95% dengan asumsi kesalahan setinggi-tingginya 5%. Data-data kemudian dianalisa menggunakan rumus Anova Unequal yang bertujuan untuk mengetahui hubungan beda nyata antara variabel independen terhadap variabel dependen. Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa responden wanita dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang memiliki tingkat konsumsi yang baik. Status, jumlah anggota keluarga, pendapatan, pekerjaan, penghasilan suami, dan pengetahuan gizi mempunyai peranan dalam meningkatkan konsumsi protein. Sedangkan usia dan status mempunyai peranan dalam meningkatkan konsumsi kalori.

Kata kunci : tingkat konsumsi energi (kalori), tingkat konsumsi protein, wanita dewasa, faktor sosial demografi, faktor ekonomi, pengetahuan gizi.

SUMMARY

Research carried out is about the level of consumption in adult women aged 19-60 years based on energy consumption (calories) and protein. Level of public consumption is influenced by several factors, including the social demographic factors (age, gender, status, occupation, family size, formal education), economic factors (income), and nutritional knowledge. The purpose of this study was to determine the effect of social demographic factors, economic factors, and nutritional knowledge on the level of calories and protein consumption in adult women whose live in Tanah Mas Real Estate, Semarang using a questionnaire that includes personal identity of respondents, respondent nutritional knowledge, and conduct interviews directly to the "recall diet" to the respondent. Determination number of samples using the techniques Continuous Variables Sampling at 95% confidence level assuming a maximum error of 5%. The data were analyzed using ANOVA Unequal formula that aims to determine the real difference relations between the independent variables against the dependent variable. From this research result can be seen that the adult female respondents in Tanah Mas Real Estate, Semarang has a good level of consumption. Status, size of family, income, occupation, husband's income, and knowledge of nutrition has a role in increasing protein consumption. While the age and status have a role in increasing the consumption of calories.

Key words: rate of energy consumption (calories), protein consumption levels, female adult, social demographic factors, economic factors, nutritional knowledge.

KATA PENGANTAR

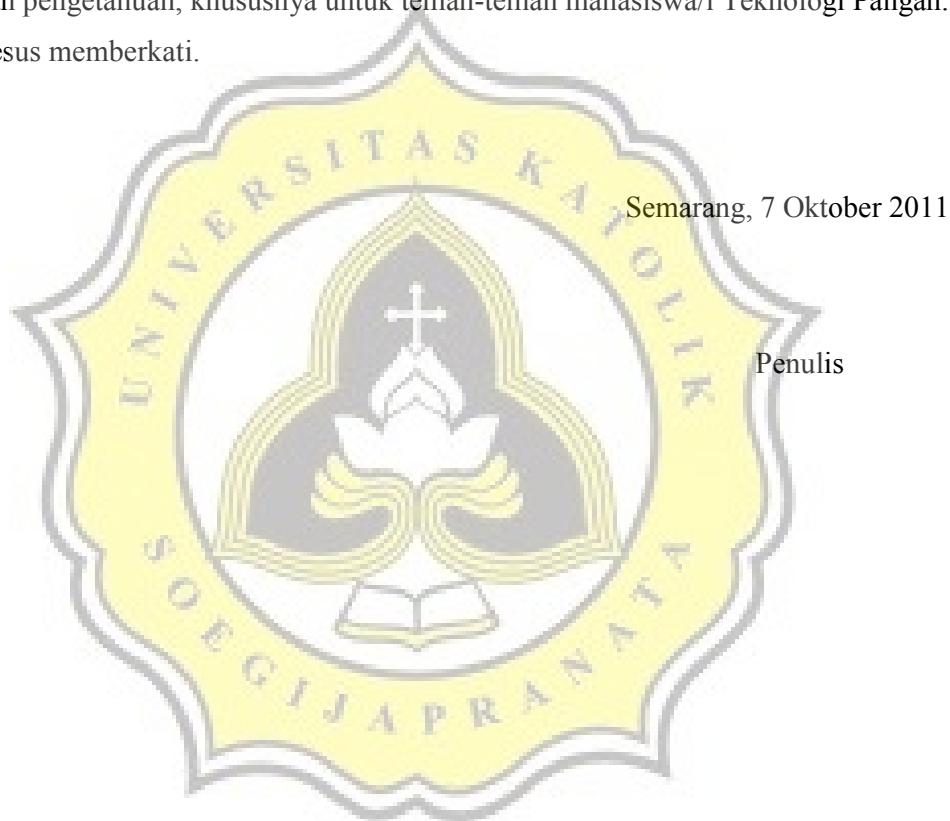
Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah membimbing dan memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan skripsi yang berjudul **“STUDI TINGKAT KONSUMSI KALORI DAN PROTEIN WANITA DEWASA DITINJAU DARI FAKTOR SOSIAL DEMOGRAFI, EKONOMI, DAN PENGETAHUAN GIZI DI PERUMAHAN TANAH MAS, SEMARANG”**.

Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi kelengkapan akademis guna memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Teknologi Pangan Fakultas Teknologi Pertanian. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah membantu, memberikan kemampuan dan hikmat pada penulis pada saat memulai skripsi hingga laporan ini selesai.
2. Ibu Ita Sulistyawati, S.TP., M.Sc. selaku Dekan Fakultas Teknologi Pangan yang memberikan dukungan kepada penulis.
3. Ibu Ir. Ch. Retnaningsih, M.P. selaku dosen pembimbing pertama yang selalu membimbing, memberikan motivasi dan dukungan, serta mendampingi penulis dari awal pelaksanaan skripsi hingga laporan ini selesai.
4. Bapak Ir. Sumardi, M.Sc. selaku dosen pembimbing kedua yang selalu membimbing, memberi masukan yang membangun, dan membantu penulis dari awal pelaksanaan skripsi hingga laporan ini selesai.
5. Seluruh dosen FTP yang pernah mengajar dan memberikan ilmunya kepada penulis selama menuntut ilmu di FTP sehingga dapat menyelesaikan laporan ini dengan baik.
6. Papa, mama, adek yang sudah memberikan semangat,doa, serta dorongan baik moral serta materi kepada penulis sehingga laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Yosia Agustinus yang selalu memberikan dukungan dan semangat tersendiri bagi penulis dari awal hingga akhir pengerjaan skripsi.

8. Banana Family yang telah memberikan bantuan dan semangat dalam menyelesaikan laporan skripsi ini dan juga semua teman-teman Nol Pitoe yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari para pembaca untuk kebaikan penulis di masa yang akan datang. Akhir kata penulis berharap agar laporan skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca dan dapat menambah pengetahuan, khususnya untuk teman-teman mahasiswa/i Teknologi Pangan. Tuhan Yesus memberkati.



Semarang, 7 Oktober 2011

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

RINGKASAN	i
SUMMARY	ii
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Tinjauan Pustaka.....	3
1.2.1. Faktor Sosial Demografi Responden.....	3
1.2.1.1 Umur	3
1.2.1.2. Status	3
1.2.1.3. Pekerjaan	3
1.2.1.4. Jumlah Anggota Keluarga	4
1.2.1.5. Pendidikan Formal.....	4
1.2.1.5.1. Responden.....	4
1.2.1.5.2. Ayah dan Ibu.....	5
1.2.2. Faktor Ekonomi Responden	5
1.2.2.1. Uang Saku atau Pendapatan	5
1.2.3. Pengetahuan Gizi Responden	6
1.2.4. Tingkat Konsumsi, Kalori, Protein, <i>Recall Diet</i> dan AKG	7
1.3. Tujuan Penelitian	10
2. MATERI DAN METODE.....	11
2.1. Materi.....	11

2.2. Metode	11
2.2.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	11
2.2.2. Teknik Penarikan Sampel.....	11
2.2.3. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	14
2.3. Analisa Data.....	17
 3. HASIL PENELITIAN	19
3.1. Tingkat Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Sosial Demografi	19
3.1.1. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Sosial Demografi	19
3.1.1.1. Umur.....	19
3.1.1.2. Status	20
3.1.1.3. Pekerjaan	21
3.1.1.4. Pekerjaan Ibu	21
3.1.1.5. Pekerjaan Ayah.....	22
3.1.1.6. Anggota Keluarga.....	22
3.1.1.7. Pendidikan	23
3.1.1.8. Pendidikan Ibu	23
3.1.1.9. Pendidikan Ayah.....	24
3.1.2. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Sosial Demografi	24
3.1.2.1. Umur.....	24
3.1.2.2. Status	25
3.1.2.3. Pekerjaan	26
3.1.2.4. Pekerjaan Ibu	27
3.1.2.5. Pekerjaan Ayah.....	27
3.1.2.6. Anggota Keluarga.....	28
3.1.2.7. Pendidikan	29
3.1.2.8. Pendidikan Ibu	30
3.1.2.9. Pendidikan Ayah.....	30

3.2. Tingkat Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Ekonomi	31
3.2.1. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Ekonomi	31
3.2.1.1. Pendapatan	31
3.2.1.2. Pendapatan Ibu.....	32
3.2.1.3. Pendapatan Ayah	32
3.2.1.4. Pendapatan Suami.....	33
3.2.2. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Faktor Ekonomi	33
3.2.1.1. Pendapatan	33
3.2.1.2. Pendapatan Ibu.....	34
3.2.1.3. Pendapatan Ayah	35
3.2.1.4. Pendapatan Suami.....	35
3.3. Tingkat Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi	36
3.3.1. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi	36
3.3.1.1. Pengetahuan Gizi	36
3.3.2. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi.....	37
3.3.2.1. Pengetahuan Gizi	37

3.4. Tingkat Konsumsi Responden Berdasarkan AKG Kalori dan Protein.....	38
3.4.1. Jumlah Responden per Tingkatan Konsumsi Kalori	38
3.4.2. Jumlah Responden per Tingkatan Konsumsi Protein.....	38
3.4.3. Frekuensi Pemenuhan Kalori dan Protein dari Makan Pagi, Siang, dan Malam.....	39
3.4.4. Deskripsi Sumber Gizi Kalori dan Protein Berdasarkan Jenis Makanan yang Dikonsumsi	40
 4. PEMBAHASAN	42
4.1. Pengaruh Faktor Sosial Demografi Terhadap Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang.....	42
4.2. Pengaruh Faktor Ekonomi Terhadap Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang.....	46
4.3. Pengaruh Pengetahuan Gizi Terhadap Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang.....	48
4.4. Tingkat Konsumsi Kalori dan Protein Wanita Dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang	48
 5. KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Kesimpulan	52
5.2. Saran	53
 6. DAFTAR PUSTAKA	54
 7. LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Umur	19
Tabel 2. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Status.....	20
Tabel 3. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan.....	21
Tabel 4. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ibu	22
Tabel 5. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ayah	22
Tabel 6. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Anggota Keluarga	23
Tabel 7. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan.....	23
Tabel 8. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ibu	24
Tabel 9. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ayah.....	24
Tabel 10. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Umur.....	25
Tabel 11. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Status	25
Tabel 12. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan	26
Tabel 13. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ibu	27
Tabel 14. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ayah.....	27
Tabel 15. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Anggota Keluarga.....	28
Tabel 16. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan	29
Tabel 17. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ibu	30
Tabel 18. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ayah	31
Tabel 19. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan	31
Tabel 20. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ibu.....	32
Tabel 21. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ayah	32
Tabel 22. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Suami	33
Tabel 23. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan.....	33
Tabel 24. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ibu	34
Tabel 25. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ayah	35
Tabel 26. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Suami.....	35

Tabel 27. Persen AKG (Kalori) Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi	36
Tabel 28. Persen AKG (Protein) Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi	37
Tabel 29. Jumlah Responden per Tingkatan Konsumsi Kalori	38
Tabel 30. Jumlah Responden per Tingkatan Konsumsi Protein.....	38
Tabel 31. Frekuensi Pemenuhan Kalori dan Protein dari Makan Pagi, Siang, dan Malam Berdasarkan Jenis Makanan yang Dikonsumsi Selama 8 kali <i>Recall Diet</i>	39
Tabel 32. Deskripsi Proporsi Sumber Gizi Protein dan Kalori Berdasarkan Jenis Makanan yang Dikonsumsi Selama 1 Bulan <i>Recall Diet</i>	40
Tabel 33. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Umur.....	70
Tabel 34. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Status	70
Tabel 35. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan	71
Tabel 36. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ibu.....	71
Tabel 37. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ayah	72
Tabel 38. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Anggota Keluarga .	72
Tabel 39. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan.....	72
Tabel 40. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ibu.....	73
Tabel 41. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ayah ...	73
Tabel 42. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Umur	73
Tabel 43. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Status	74
Tabel 44. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan.....	74
Tabel 45. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ibu	75
Tabel 46. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan Ayah	75
Tabel 47. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Anggota Keluarga	76
Tabel 48. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan	76
Tabel 49. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ibu	77
Tabel 50. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan Ayah..	77
Tabel 51. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan	77
Tabel 52. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ibu	78
Tabel 53. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ayah...	78
Tabel 54. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Suami .	78
Tabel 55. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan	79
Tabel 56. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ibu....	79

- Tabel 57. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Ayah .80
Tabel 57. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Suami 80
Tabel 59. Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi...81
Tabel 60. Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi .81
Tabel 61. Jumlah, Berat Badan, Status, Pendidikan Akhir, Pekerjaan, Penghasilan, dan Anggota Keluarga Rata-Rata Wanita Dewasa di Perumahan Tanah Mas, Semarang89



DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1.	Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Umur	20
Gambar 2.	Tingkat Konsumsi Kalori Wanita Dewasa Berdasarkan Status	21
Gambar 3.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Status	26
Gambar 4.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pekerjaan	27
Gambar 5.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Anggota Keluarga 29	
Gambar 6.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendidikan.....	30
Gambar 7.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan	34
Gambar 8.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pendapatan Suami 36	
Gambar 9.	Tingkat Konsumsi Protein Wanita Dewasa Berdasarkan Pengetahuan Gizi 37	
Gambar 10.	Deskripsi Sumber Gizi Kalori Berdasarkan Jenis Makanan yang Dikonsumsi	85
Gambar 11.	Deskripsi Sumber Gizi Protein Berdasarkan Jenis Makanan yang Dikonsumsi	86

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	58
Lampiran 2. Peta Perumahan Tanah Mas, Semarang	65
Lampiran 3. Tingkatan Identitas Sosial Demografi dan Ekonomi	66
Lampiran 4. Hasil Penelitian	70
Lampiran 5. Deskripsi Proporsi Sumber Gizi Protein dan Kalori Yang Dikonsumsi Selama 1 Bulan <i>Recall Diet</i> Berdasarkan Umur dan Status	82
Lampiran 6. Tabel Angka Kecukupan Gizi	87
Lampiran 7. Tabel Nilai Z dan Perhitungan Jumlah Sampel.....	88
Lampiran 8. Karakteristik Responden	8

