

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR

JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, Mei 2025

Fakhira Agnia

Gambaran Status Gizi, Asupan Zat Gizi, dan Kebiasaan Merokok pada Satuan Pengamanan di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung

xiii + 37 halaman + 7 tabel, 2 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Satpam merupakan orang yang berperan dalam menjaga keamanan dan ketertiban lingkungan tempatnya bekerja. Satpam seringkali tidak memperhatikan kesehatannya. Gaya hidup yang tidak sehat, seperti mengonsumsi makanan yang tidak bergizi seimbang dan gemar merokok berdampak pada kesehatan jangka panjang dan status gizi satpam. Penelitian yang dilakukan terhadap Satpam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta menunjukkan bahwa terdapat Satpam yang mempunyai lingkar perut yang ≥ 90 cm (56,8%). Sementara itu, penelitian terhadap Satpam Poltekkes Kemenkes Jakarta II menyatakan bahwa ditemukan Satpam yang mempunyai asupan protein kurang (41,7%), cukup (37,95%), dan lebih (20,8%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi, asupan zat gizi, dan kebiasaan merokok pada satuan pengamanan di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dan menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung tanggal 28 April 2025-6 Mei 2025. Teknik pengumpulan data dari wawancara asupan zat gizi yang menggunakan metode recall 24 jam selama 2 hari tidak berturut-turut, kuesioner terkait kebiasaan merokok, pengukuran antropometri yaitu pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan untuk menentukan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan pengukuran lingkar perut untuk mengetahui lingkar perut. Populasi dan sampel penelitian ini sebanyak 33 orang.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa satuan pengamanan mempunyai asupan energi dengan kategori sangat kurang (12,1%), kurang (9,1%), dan lebih besar (39,4%) dari kebutuhan energi; asupan protein sangat kurang (12,1%), kurang (9,1%), dan lebih besar (39,4%) dari kebutuhan protein; asupan serat kurang (90,9%), lingkar perut dengan kategori obesitas (36,4%), status gizi dengan kategori kekurangan berat badan tingkat ringan (9,1%), kelebihan berat badan tingkat ringan (18,2%), dan kelebihan berat badan tingkat berat (18,2%). Disarankan satuan pengamanan di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung untuk melakukan aktivitas fisik seperti *jogging* dan bersepeda, melakukan olahraga seperti olahraga bulu tangkis, serta memperhatikan asupan terkait energi, protein, dan serat.

Kata kunci: Status Gizi, Asupan Zat Gizi, Kebiasaan Merokok

Daftar bacaan: 68 (2012-2025)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC

NUTRITION DEPARTMENT

Final Project, May 2025

Fakhira Agnia

Description of Nutritional Status, Nutrient Intake, and Smoking Habits in the Security Unit at the State Islamic University (UIN) Raden Intan Lampung

xiii + 37 pages + 7 tables, 2 pictures, 11 attachments

ABSTRACT

Security guards play a role in maintaining the safety and order of the environment where they work. Security guards often neglect their health. An unhealthy lifestyle, such as consuming unbalanced nutritious food and being fond of smoking, impacts long-term health and the nutritional status of security guards. Research conducted on security guards at UIN Syarif Hidayatullah Jakarta showed that there were security guards with a waist circumference of ≥ 90 cm (56.8%). Meanwhile, research on security guards at Poltekkes Kemenkes Jakarta II stated that it found security guards with insufficient protein intake (41.7%), adequate (37.95%), and excess (20.8%). This study aims to determine the nutritional status, nutrient intake, and smoking habits of the security unit at the State Islamic University (UIN) Raden Intan Lampung.

This research is a descriptive study using a cross-sectional research design. This research was conducted at the State Islamic University (UIN) Raden Intan Lampung from April 28, 2025, to May 6, 2025. The data collection techniques included interviews on nutrient intake using the 24-hour recall method over two non-consecutive days, a questionnaire related to smoking habits, anthropometric measurements which included height measurement and weight measurement to determine Body Mass Index (BMI), and waist circumference measurement to assess waist size. The population and sample of this study consisted of 33 people.

The results of this study show that the security personnel have energy intake categorized as very low (12.1%), low (9.1%), and high (39.4%) compared to their energy needs; protein intake is very low (12.1%), low (9.1%), and high (39.4%) compared to their protein needs; fiber intake is low (90.9%), waist circumference falls into the obesity category (36.4%), and nutritional status includes a mild underweight category (9.1%), mild overweight category (18.2%), and severe overweight category (18.2%). It is recommended that the security personnel at the State Islamic University (UIN) Raden Intan Lampung engage in physical activities such as jogging and cycling, participate in sports like badminton, and pay attention to their intake of energy, protein, and fiber.

Keywords: Nutritional Status, Nutrient Intake, Smoking Habits

Reference: 68 (2012-2025)