

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT) PADA BALITA
GIZI LEBIH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**



Disusun oleh:

**HERYUANTIN NOVIANTARI
NIM : P01730123063**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI DIH GIZI
TAHUN 2025/2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT) PADA BALITA
GIZI LEBIH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang telah dipersiapkan dan diprestasikan oleh:

**HERYUANTIN NOVIANTARI
NIM: P01730123063**



**Laporan Tugas Akhir Ini Diperiksa Dan Disetujui Oleh Pembimbing
Dan Dipertahankan Dihadapan Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Program Studi Diploma Tiga Gizi
Pada Tanggal : 8 Juni 2026**

Mengetahui

Pembimbing Laporan Tugas Akhir

Pembimbing



**Desri Suryani, SKM., M.Kes
NIP: 197312051996022001**

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**PROSES ASUHAN GIZI TERSTANDAR (PAGT) PADA BALITA
GIZI LEBIH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU
TAHUN 2026**

Yang telah dipersiapkan dan dipresentasikan oleh:

**HERYUANTIN NOVIANTARI
NIM: P01730123063**

**Laporan Tugas Akhir Ini Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan Tim
Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 8 Juni 2026**

**Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Tim Penguji**

Ketua Dewan Penguji

Dr. Emy Yuliantini, SKM., MPH
NIP. 197502061998032001

Penguji II

Ayu Pravita Sari, SST., M. Gizi
NIP. 199012182019022001

Penguji III

Desri Suryani, SKM., M. Kes
NIP. 197312051996022001

**Mengesahkan,
Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



Kusdalinah, SST., M. Gizi
NIP. 198105162008012012

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Heryuantin Noviantari

Nim : P01730123063

Judul LTA : Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita dengan gizi lebih di wilayah kerja puskesmas sawah lebar kota Bengkulu tahun 2026.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa LTA ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain serta kegiatan yang dilaporkan benar-benar telah dilakukan pada subjek studi kasus. Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam LTA ini tidak benar, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, April 2026

Yang menyatakan



HERYUANTIN NOVIAN TARI

BIODATA PENULIS

BIODATA



Nama : Heryuantin Noviantari

NIM : P01730123063

Tempat dan Tanggal Lahir : Ketahun, 04 April 2005

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Anak Ke : 1 dari 2 bersaudara

Alamat : Kelurahan Air Simpang, Rt 06,Rw 02, Kecamatan
Pinang Raya, Kabupaten Bengkulu Utara, Kota
Bengkulu

Email : heryuantinnovianta@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Tahun 2011 : TK Budi Luhur
2. Tahun 2017 : SDN 22 Bengkulu Utara
3. Tahun 2020 : SMP 63 Bengkulu Utara
4. Tahun 2023 : SMA 05 Bengkulu Utara
5. Tahun 2026 : Perguruan Tinggi Poltekkes Kemennes Bengkulu

MOTTO

“La yukallifullahu nafsan illa wus’aha.”

Artiya : “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah Ayat 286).

“Tidak perlu menjadi sempurna untuk memulai, tetapi mulailah dengan sungguh-sungguh dan teruslah berusaha hingga apa yang diimpikan dapat tercapai.”

(Penulis).

“Success is the sum of small efforts, repeated day in and day out.”

Artinya: “Kesuksesan adalah hasil dari usaha-usaha kecil yang dilakukan berulang kali setiap hari.”

(Robert Collier).

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan penuh syukur dan ketulusan

1. Yang utama dari segalanya, sembah sujud dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang di berikan sehingga karya ini dapat terselesaikan. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW.
2. Superhero dan panutanku serta cinta pertamaku, Bapak, Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, serta memberikan dukungan dan semangat dan selalu mengajarkan kebaikan dalam hidup penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai selesai. Sehat selalu dan Panjang umur karena bapak harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian penulis.
3. Pintu Surgaku, Ibunda tercinta yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang kepada penulis serta cinta dan selalu memberikan nasihat yang luar biasa.
4. Teman-teman terdekat penulis, yang selalu senantiasa hadir dan membantu penulis mau senang ataupun duka. Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan tawa yang membuat setiap proses terasa lebih ringan, semoga setiap cerita yang kita lalui menjadi kenangan yang selalu di kenang.
5. Teman-teman seangkatan, terimaka kasih atas kebersamaan, kerja sama, bantuan dan semangat selama masa perkuliahan. Dimanapun kalian berada nanti semoga selalu diberikan kemudahan dari Allah SWT.
6. Untuk diriku sendiri, perjalanan terus berjalan, begitupun pula langkah-langkahmu, terimakasih sudah bertahan sejauh ini.

***ABSTRAK**

Latar Belakang: Gizi lebih pada balita merupakan masalah gizi yang terjadi akibat ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi sehingga menyebabkan penumpukan lemak tubuh secara berlebihan. Data di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu menunjukkan masih terdapat kasus balita dengan status gizi lebih yang memerlukan penanganan melalui Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT).

Tujuan: Melakukan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada balita dengan gizi lebih di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026 yang meliputi pengkajian gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, serta monitoring dan evaluasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional dengan rancangan studi kasus pada satu balita dengan gizi lebih. Asuhan gizi dilakukan selama lima hari melalui pengkajian data riwayat makan (food recall 24 jam dan FFQ), data antropometri, data fisik/klinis, dan riwayat klien. Selanjutnya dilakukan penegakan diagnosis gizi, pemberian intervensi berupa diet rendah kalori, edukasi gizi menggunakan leaflet, serta monitoring dan evaluasi.

Hasil: Hasil pengkajian awal menunjukkan asupan energi sebesar 94% (kategori baik), protein 80% (Baik), lemak 67% (kurang), dan karbohidrat 102% (lebih). Status antropometri menunjukkan balita termasuk kategori gizi lebih dengan berat badan 17,55 kg, tinggi badan 96,2 cm, dan LILA 18 cm. Diagnosis gizi yang ditegakkan meliputi masalah pada domain asupan, klinis, dan perilaku. Intervensi diberikan berupa diet rendah kalori disertai edukasi dan konseling gizi kepada ibu balita. sedangkan hasil recall awal energi pada intervensi hari pertama mengalami kenaikan yang meningkat yaitu 98% hari kedua 106% dan hari ketiga 116% pada hari ketiga tetap 109% asupan lemak mengalami kenaikan setiap harinya yaitu hari pertama 78% hari kedua 84% hari ketiga 106% dan karbohidrat mengalami kenaikan di hari ke 2 yaitu 100% menjadi 104% dan tetap 104% dihari ketiga. Hal ini menunjukan selama 7 hari intervensi asupan makanan rata rata berlebih dari total kebutuhan.

Kesimpulan: Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada balita dengan gizi lebih telah dilaksanakan melalui tahap pengkajian, diagnosis, intervensi, monitoring, dan evaluasi. Intervensi gizi mampu mempertahankan asupan energi dalam kategori baik dan memperbaiki asupan karbohidrat mendekati kebutuhan, namun belum menunjukkan perubahan antropometri dalam waktu lima hari. Kepatuhan diet dan dukungan keluarga masih perlu ditingkatkan untuk mencapai perbaikan status gizi yang optimal.

Kata Kunci: Gizi Lebih, Balita, PAGT, Asuhan Gizi Terstandar, Diet Rendah Kalori.

ABSTRACT

Background: Overnutrition in toddlers is a nutritional problem that occurs due to an imbalance between energy intake and energy expenditure, leading to excessive body fat accumulation. Data in the working area of the Sawah Lebar Community Health Center, Bengkulu City shows that there are still cases of toddlers with overnutrition who require treatment through the Standardized Nutrition Care Process (PAGT).

Objective: To conduct a Standardized Nutrition Care Process (PAGT) for overweight toddlers in the Sawah Lebar Community Health Center (Puskesmas) in Bengkulu City in 2026, including nutritional assessment, nutritional diagnosis, nutritional intervention, and monitoring and evaluation.

Methods: This study used a descriptive observational design with a case study design on one overweight toddler. Nutrition care was conducted over five days through the assessment of dietary history data (24-hour food recall and FFQ), anthropometric data, physical/clinical data, and client history. Subsequently, a nutritional diagnosis was established, interventions were provided in the form of a low-calorie diet, nutrition education using leaflets, and monitoring and evaluation.

Results: The initial assessment results showed energy intake of 94% (good category), protein 80% (Good), fat 67% (less), and carbohydrate 102% (more). Anthropometric status showed that the toddler was categorized as overweight with a body weight of 17.55 kg, a height of 96.2 cm, and a MUAC of 18 cm. The established nutritional diagnosis included problems in the intake, clinical, and behavioral domains. The intervention was given in the form of a low-calorie diet accompanied by nutrition education and counseling to the toddler's mother. While the initial energy recall results on the first day of the intervention experienced an increase, namely 98% on the second day 106% and on the third day 116% on the third day remained 109% fat intake increased every day, namely on the first day 78% on the second day 84% on the third day 106% and carbohydrates increased on the second day from 100% to 104% and remained 104% on the third day. This shows that during the 7 days of intervention the average food intake was in excess of the total requirement.

Conclusion: The Standardized Nutrition Care Process (SNC) for overweight toddlers has been implemented through assessment, diagnosis, intervention, monitoring, and evaluation. The nutritional intervention was able to maintain energy intake within the good category and improve carbohydrate intake to meet needs, but did not demonstrate anthropometric changes within five days. Dietary compliance and family support still need to be improved to achieve optimal nutritional status.

Keywords: Overnutrition, Toddler, SNC, Standardized Nutrition Care, Low-Calorie Diet.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kita panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, dengan limpahan Rahmat dan Berkatnya, Penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ***“Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) Pada Balita dengan gizi lebih di wilayah kerja puskesmas sawah lebar kota Bengkulu tahun 2026”*** sebagai syarat untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.

Penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan pihak, oleh karena itu penyusun mengucapkan terimakasih kepada Bapak/Ibu :

1. Linda, SST., M.Kes sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi kasus di Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan semangat kepada penulis dan memfasilitasi agar penulis cepat menyelesaikan studi.
3. Kusdalinah, SST.,M.Gizi selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu yang telah memotivasi dan memfasilitasi agar penulis cepat menyelesaikan studi
4. Desri Suryani, SKM.,M.Kes sekaligus pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu,tenaga,dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Penulis.
5. Ibu Dr.Emy Yuliantini, SKM.,MPH selaku dewan ketua penguji dalam penyusunan laporan tugas akhir ini yang telah meluangkan waktu dan saran perbaikan.
6. Ibu Ayu Pravita Sari, SST.,M.Gizi sebagai penguji II dalam penyusunan laporan tugas akhir ini yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran perbaikan.

7. Sembah sujud kepada ALLAH SWT, Taburan cinta dan kasih sayangmu telah memberikan kekuatan dan membekaliku dengan ilmu. Atas karunia dan serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan lancar dan baik.
8. Superhero dan panutanku serta cinta pertamaku, Bapak Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, serta memberikan dukungan dan semangat dan selalu mengajarkan kebaikan dalam hidup penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai selesai. Sehat selalu dan Panjang umur karena bapak harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian penulis.
9. Pintu Surgaku, Ibunda tercinta yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang kepada penulis serta cinta dan selalu memberikan nasihat yang luar biasa. Terimakasih untuk doa doa yang selalu diberikan untuk penulis, terimakasih selalu berjuang untuk penulis, berkat doa serta dukungannya sehingga penulis bisa berada dititik ini. Sehat selalu dan Panjang umur karena ibu harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
10. Untuk kesayanganku adik laki-lakiku Ahmad Danu Al Gifari yang selalu membuat penulis termotivasi untuk bisa terus belajar menjadi sosok kakak yang dapat memberikan pengaruh positif, baik dalam bidang Pendidikan maupun non Pendidikan akademik, serta berusaha menjadi panutannya dimasa yang akan datang kelak.
11. Keluarga Besar, terimakasih telah menjadi rumah berkumpul yang hangat, kompak, menyenangkan serta selalu menerima kekurangan dan kelebihan yang salah satu kita punya. Suka maupun duka telah dilalui bersama dalam proses pendewasaan diri sejak masih menempuh Pendidikan di bangku tk sampai sekarang, semoga kedepannya selalu Bahagia bersama selamanya.

12. Sahabat penulis dibangku perkuliahan yang selalu bersama selama 3 tahun ini, sahabatku Nabilla salsalia putri, nabila fridanisa dan pepi sumantri dan sahabatku dari kecil Sinta novelia windiansyah yang selalu ada di saat suka maupun duka penulis terimakasih banyak untuk kalian walupun nanti kita akan berpisah demi masa depan ingatlah jika penulis tidak akan melupakan kalian persahabtan kita tidak berakhir di sini, persahabatan kita akan selalu ada untuk selamanya terima kasih banyak untuk kalian semua I love you so much girl.
13. Rekan rekan mahasiswa utamanya dari program studi diploma tiga gizi Poltekkes kemenkes Bengkulu atas dukungan dan Kerjasama selama menempuh Pendidikan serta penyelesaian penyusun LTA ini.
14. Teruntuk Idol saya Kim Namjoon, Kim Seokjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung dan kesayangan penulis Jeon Jungkook serta Lee Jehoon dan Kim Seonho juga joss wayar sangngern dan gawin caskey Yang telah memberikan semangat kepada penulis dan memotivasi dengan karya-karyannya walaupun tidak bertemu langsung percayalah suatu saat nanti di kesempatan yang akan datang kita akan bertemu di konser yang selalu penulis impikan, terimakasih untuk 9 tahun yang Bahagia ini.
15. Terakhir, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang mendalam kepada diri sendiri, *HeryuantinNoviantari*. Terimakasih telah bertahan sejauh ini untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan setiap pagi yang disambut keraguan namun tetep dijalani, serta setiap ketakutan yang berhasil dilawan dengan keberanian tumbuh dan berkembang dan menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari, Proud of you tari.

Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Terima Kasih

Bengkulu 4 April 2026

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
BIODATA.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Gizi Lebih	8
B. Konsep Dasar Asuhan Gizi	22

	C. Kerangka Konseptual.....	34
BAB	III. METODE PENELITIAN	39
	A. Jenis Penelitian	40
	B. Tempat dan Waktu	40
	C. Sampel	41
	D. Teknik Pengumpulan Data.....	42
	E. Instrumen Penelitian	43
	F. Pengolahan Data	44
BAB IV	HASIL.....	48
	A. Gambaran Umum.....	48
	B. Jalannya Penelitian	49
	C. Gambaran Kasus	50
	D. Skrinning Gizi.....	51
	E. Asessment Gizi	52
	F. Diagnosis Gizi.....	57
	G. Intervensi Gizi.....	58
	H. Monitoring Dan Evaluasi.....	62
BAB V	PENUTUP	74
	A. Kesimpulan	74
	B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....		79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2. 1 Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi Anak.....	18
Tabel 2. 2 Vitamin Dan Mineral.....	30
Tabel 2. 3 Bahan Makanan Dianjurkan Dan Tidak Dianjurkan	33
Tabel 3. 1 Tabel tingkat kecukupan.....	44
Tabel 3. 2 Kasifikasi IMT	46
Tabel 4.1 Asupan Recall 24 Jam	53
Tabel 4.2 Pengukuran Antropometri Data.....	54
Tabel 4.3 Pemeriksaan Fisik	55
Tabel 4.4 Pemeriksaan Klinis.....	55
Tabel 4.5 Client History	56
Tabel 4.5 Diagnosis Gizi	57
Tabel 4.6 Tingkat Kecukupan	63
Tabel 4.7 Monitoring Asupan Energi	63
Tabel 4.8 Monitoring Asupan protein	66
Tabel 4.9 Monitoring Asupan lemak.....	68
Tabel 4.10 Monitoring Asupan karbohidrat	70
Tabel 4.10 Antropometri	72
Tabel 4.11 Klinis	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Menu Hari Ke 1	83
Lampiran 1.2 Menu Hari Ke 2	85
Lampiran 1.3 Tabel Menu Hari Ke 3	87
Lampiran 1.4 Pengukuran Antropometri.....	89
Lampiran 1.5 Satuan Acara Konseling.....	90
Lampiran 1.6 Informed Consent	95
Lampiran 1.7 Surat Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes	96
Lampiran 1.8 Surat Izin Penelitian Poltekkes Kemenkes	97
Lampiran 1.9 Izin Penelitian Kesbangpol.....	98
Lampiran 1.10 Izin Penelitian Dinas Kesehatan	99
Lampiran 1.11 Lembar Food Recall 24 Jam	100
Lampiran 1.12 Lembar FFQ	101
Lampiran 1.13 surat selesai penelitian	102
Lampiran 1.14 surat Ethical	103

DAFTAR GAMBAR

Media 1.1 Lembar Kuesioner Penelitian.....	103
Media 1.2 Lembar Kusioner Pengetahuan Ibu.....	106
Media 1.4 Leafled Edukasi	129



