

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI NARAPIDANA UMUM (Studi di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang Tahun 2016)

Andini Masyita Dewi*), Siti Fatimah Pradigdo **), Zen Rahfiludin **)
*)Mahasiswa Peminatan Gizi FKM UNDIP
**)Dosen Bagian Gizi FKM UNDIP
e-mail : andinimasyitadewi@rocketmail.com

ABSTRAK

Narapidana mempunyai hak mendapatkan makanan yang layak sama halnya manusia pada umumnya. Hasil penelitian di Lembaga Pemasyarakatan menunjukkan bahwa rata-rata sisa makanan narapidana sebesar 86,2%. Energi dan protein yang terbuang sebesar 54,3% dan 10%. Sebagian besar narapidana tidak mengkonsumsi energi dan protein yang cukup sehingga dapat mempengaruhi status gizi narapidana. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan energi dan protein dengan status gizi narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang. Desain penelitian ini adalah analitik observasional melalui pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebesar 65 narapidana. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan cara menimbang makanan selama tiga hari tidak berurutan dan menggunakan semikuantitatif frekuensi pangan. Hasil penelitian menunjukkan rerata asupan energi responden $2030,77 \pm 471,467$ kkal dan rerata asupan protein $66,59 \pm 12,557$ g. Sebagian besar responden memiliki status gizi kurang sebesar 55,3%. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi responden sebagian besar kurang (53,8%) dan seluruh tingkat kecukupan protein responden kurang (100%). Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* menunjukkan bahwa ada hubungan asupan energi dengan status gizi (p value = 0,001 dan koefisien korelasi (r) = 0,713) dan ada hubungan asupan protein dengan status gizi (p value = 0,001 dan koefisien korelasi (r) = 0,721). Lembaga pemasyarakatan disarankan memberikan adanya variasi menu agar terpenuhinya kebutuhan gizi seimbang pada narapidana.

Kata Kunci : Narapidana Umum, Status Gizi, Asupan Energi Protein, Lembaga Pemasyarakatan
Kepustakaan : 52 (1995-2016)

PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan narapidana dan anak didik pemasyarakatan¹. Narapidana adalah terpidana yang sedang menjalani masa hukumannya di Lapas dimana sebagian

kemerdekaannya hilang². Narapidana ada 2 macam yaitu narapidana umum dan narapidana khusus. Narapidana umum adalah narapidana dengan kasus perkelahian, penganiayaan, pencurian, pelecehan seksual dan pemerkosaan. Narapidana khusus

adalah narapidana dengan kasus teroris, narkoba, dan korupsi³. Narapidana memiliki hak yang harus mereka dapatkan. Salah satunya adalah hak untuk mendapatkan pelayanan kesehatan dan makanan yang layak sesuai dengan kebutuhan sehingga dapat menunjang kesehatan secara optimal^{1,4}. Penyediaan makanan narapidana dilakukan oleh lapas yang harus memenuhi gizi seimbang, baik kualitas maupun kuantitas agar diperoleh gizi dan kesehatan yang baik dalam rangka peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia. Kebutuhan energi untuk narapidana yaitu 2.250 kkal dan 60 gr protein⁵. Penelitian yang dilakukan terhadap pengguna narkoba di lapas anak pria Tangerang menunjukkan bahwa 67,5% narapidana memiliki tingkat kecukupan energi dan protein yang kurang. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa narapidana di lapas sangat membutuhkan perhatian khusus mengenai penyediaan makanan yang sesuai dengan Angka Kacukupan Gizi yang dianjurkan⁶. Hasil penelitian lain di lembaga pemasyarakatan anak Kutoarjo Jawa Tengah, menyebutkan bahwa pelayanan makanan di lapas masih perlu dibenahi. Hasil temuan dalam penelitian ini menyebutkan bahwa nilai gizi makanan masih kurang, cita rasa makanan tidak memuaskan, dan takaran serta jenis menu yang disajikan masih perlu diperbaiki. Prevalensi gizi kurang pada penghuni lapas mencapai 13,6% menurut IMT. Hal ini berhubungan dengan asupan energi dan protein yang berpengaruh terhadap status gizi yang disajikan di lapas⁷.

Energi dan protein memiliki peranan penting terhadap status gizi seseorang karena menjadi penyumbang terbesar dalam tubuh⁸. Status gizi yang baik harus diimbangi dengan asupan energi dan protein yang masuk dan keluar. Salah satu cara untuk mengukur asupan makanan yang dikonsumsi seseorang dengan cara penimbangan sisa makanan. Penelitian tentang sisa makanan yang dilakukan di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang menunjukkan bahwa rata-rata sisa makanan narapidana sebesar 86,2%. Energi dan protein yang terbuang sebesar 54,3% dan 10%. Hal ini menunjukkan bahwa narapidana hanya mengkonsumsi sebagian kecil dari makanan yang disediakan. Jika hal tersebut berlangsung terus menerus maka akan mempengaruhi status gizi narapidana⁹. Beberapa penelitian mengenai asupan gizi narapidana pernah dilakukan akan tetapi subjek yang diteliti yaitu narapidana remaja laki-laki dengan kasus narkoba. Penelitian dengan subjek narapidana umum belum pernah dilakukan. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Narapidana Umum (Studi di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang Tahun 2016)".

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian analitik observasional melalui pendekatan *cross sectional* karena pada penelitian ini variabel bebas dan variabel terikat akan diamati pada waktu (periode) yang bersamaan. Populasi dalam

penelitian ini adalah 533 narapidana umum. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel sebesar 65 narapidana dengan rumus :

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot P(1-P) \cdot N}{d^2(N-1) + Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot P(1-P)}$$

Data primer diperoleh dari observasi untuk mengetahui asupan energi dan protein yang dilakukan dengan cara penimbangan atau *food weighing* selama 3 hari tidak berurutan untuk mengetahui berat makanan per gram yang dikonsumsi menggunakan timbangan makanan digital. Makanan dari luar lapas di

Hasil dan Pembahasan

Asupan Energi dan Protein Narapidana Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Asupan Energi dan Protein Narapidana Umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang Tahun 2016

Asupan	Lapas		Luar Lapas		Total		TKG		Lapas		Luar Lapas		Total	
	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD
Energi	19,57	46,77	53,17	71,57	2030,77	471,467	TKG	80,11	18,966	2,06	1,261	81,85	19,162	
Protein	63,92	12,45	2,66	4,546	66,59	12,557	TKP	61,48	0,503	51,95	18,049	61,49	0,534	

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata asupan energi tertinggi yang dikonsumsi narapidana umum yaitu asupan energi total sebesar 2030,77 kkal dan rerata terendah yang dikonsumsi dari luar lapas sebesar 53,17 kkal, sedangkan rerata asupan protein tertinggi yang dikonsumsi dari total asupan protein

ukur menggunakan kuesioner *SemiQuantitatif* Frekuensi Pangan. Status gizi yang diukur dengan indeks massa tubuh (IMT) dengan melakukan pengukuran langsung dengan menggunakan timbangan digital untuk berat badan dan *microtoise* untuk tinggi badan. Data yang diperoleh melalui studi kepustakaan, yaitu dengan menelaah literatur, artikel, serta peraturan perundang-undangan yang berlaku dan jumlah narapidana serta profil Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang. Uji statistik dalam penelitian ini dengan menggunakan *Rank Spearman*.

sebesar 66,59 g dan rerata terendah yang dikonsumsi dari luar lapas sebesar 2,66 g.

TKE dan TKP Narapidana Umum

Tabel 2. Distribusi Frekuensi TKE dan TKP Narapidana Umum di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

Asupan	Lapas		Luar Lapas		Total		TKG		Lapas		Luar Lapas		Total	
	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD
Energi	19,57	46,77	53,17	71,57	2030,77	471,467	TKG	80,11	18,966	2,06	1,261	81,85	19,162	
Protein	63,92	12,45	2,66	4,546	66,59	12,557	TKP	61,48	0,503	51,95	18,049	61,49	0,534	

Sumber : Data primer

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata tingkat kecukupan energi tertinggi yang dikonsumsi narapidana umum yaitu tingkat kecukupan energi total sebesar 81,85% dan rerata terendah yang dikonsumsi dari luar lapas sebesar 2,06%, sedangkan rerata tingkat kecukupan protein tertinggi yang dikonsumsi dari total kecukupan protein sebesar 61,49% dan rerata

terendah yang dikonsumsi dari luar lapas sebesar 51,95%.

Kategori TKE Narapidana Umum

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori TKE Narapidana Umum di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

TKE	Lapas		Luar Lapas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baik	25	38,5	0	0,0	26	40,0
Kurang	36	55,4	65	100,0	35	53,8
Lebih	4	6,1	0	0,0	4	6,2
Total	65	100,0		100,0	65	100,0

Sumber : Data primer

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian narapidana umum di lapas Klas I Semarang Tahun 2016 memiliki TKE dalam kategori kurang dari AKG untuk makanan yang berasal dari Lapas sebanyak 36 responden (55,4%), memiliki TKE kategori kurang dari AKG untuk makanan yang berasal dari luar Lapas sebanyak 65 responden (100%) dan memiliki TKE kategori kurang dari AKG untuk total makanan (makanan Lapas dan Luar Lapas) sebanyak 35 responden (53,8%).

Kategori TKP Narapidana Umum

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori TKP Narapidana Umum di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

TKP	Lapas		Luar Lapas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baik	0	0,0	1	1,5	0	0,0
Kurang	65	100,0	64	98,5	65	100,0
Lebih	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total	65	100		100,	65	100,

,0 0 0

Sumber : Data primer

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa narapidana umum di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016 memiliki TKP kategori kurang dari AKG untuk makanan yang berasal dari Lapas sebanyak 65 responden (100%), memiliki TKP kategori kurang dari AKG untuk makanan yang berasal dari luar Lapas sebanyak 64 responden (98,5%) dan memiliki TKP kategori kurang dari AKG untuk total makanan (makanan Lapas dan luar Lapas) sebanyak 65 responden (100%).

Status Gizi Narapidana Umum Berdasarkan IMT

Tabel 5. Status gizi Narapidana Umum Berdasarkan IMT di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

Status Gizi berdasarkan IMT	N (jumlah)	% (persentase)
Kurang	36	55,3
Normal	15	23,0
Overweight	10	15,4
Obesitas	4	6,3
Total	65	100

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian narapidana umum di Lapas Klas I Semarang Tahun 2016 memiliki status gizi dengan kategori kurang sebesar 55,3% sedangkan status gizi dengan kategori obesitas sebesar 6,3%.

Konsumsi Makanan dari Luar Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan dari Luar Lapas Klas I Semarang Tahun 2016

Frekuensi	n (Jumlah)	Persentase (%)
Tidak Pernah	3	4,6
1 Kali Seminggu	15	23,1
2 Kali Seminggu	32	49,2
3 Kali Seminggu	10	15,4
4 Kali Seminggu	5	7,7
Total	65	100,0

Sumber : Data Primer

Hasil penelitian ini menunjukkan, sebagian besar mengkonsumsi makanan dari luar lapas sebanyak 2 kali seminggu.

Distribusi Jenis Makanan Luar Lapas yang Dikonsumsi Narapidana

Tabel 7. Distribusi Jenis Makanan Luar Lapas yang Dikonsumsi Narapidana

Sumber : Data Primer

Jenis Makanan	n (Jumlah)	Persentase (%)
Mie instan	42	64,6
Biskuit	39	60,0
Nasi bungkus/ Nasi dari keluarga	22	33,8
Jeruk	6	9,2
Bakso	2	3,1
Roti tawar	1	1,5
Apel	1	1,5

Hasil penelitian ini menunjukkan, jenis makanan dari luar yang paling banyak dikonsumsi oleh responden adalah mie instan.

Analisis Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi

Uji statistik hubungan asupan energi dengan status gizi narapidana umum menggunakan *Rank Spearman*

diperoleh nilai $p=0,001$ ($p \leq 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi narapidana umum. Koefisien korelasi (r) 0,713 maka dapat diinterpretasikan memiliki kekuatan korelasi kuat dengan arah korelasi positif yang artinya semakin adekuat narapidana umum mengkonsumsi asupan energi, semakin baik status gizi narapidana umum.

Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi

Uji statistik hubungan asupan protein dengan status gizi narapidana umum menggunakan *Rank Spearman* diperoleh nilai $p=0,001$ ($p \leq 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara asupan protein dengan status gizi narapidana umum. Koefisien korelasi (r) 0,721 maka dapat diinterpretasikan memiliki kekuatan korelasi kuat dengan arah korelasi positif yang artinya semakin adekuat narapidana umum mengkonsumsi asupan protein, semakin baik status gizi narapidana umum.

Kesimpulan

1. Sebagian narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang memiliki tingkat kecukupan energi yang kurang (53,8%).
2. Seluruh narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang memiliki tingkat kecukupan protein yang kurang (100%).
3. Sebagian status gizi narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang memiliki kategori *Underweight* (55,3%).
4. Ada hubungan asupan energi dengan status gizi (IMT) narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang, hubungan memiliki

korelasi kuat dan arah hubungan positif ($p=0,001$; $r=0,713$).

5. Ada hubungan asupan protein dengan status gizi (IMT) narapidana umum di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang, hubungan memiliki korelasi kuat dan arah hubungan positif ($p=0,001$; $r=0,721$).

Saran

1. Bagi Lembaga Pemasyarakatan
 - a. Perlu adanya variasi menu agar terpenuhinya kebutuhan gizi seimbang pada narapidana.
 - b. Perlu adanya kontrol berat badan setiap bulanya agar status gizi narapidana dapat terjaga.
2. Peneliti diharapkan melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui mengenai apa saja asupan zat gizi yang dikonsumsi yang dapat mempengaruhi status gizi pada variabel-variabel lainnya.

Daftar Pustaka

- 1 Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan
- 2 Soray, Andi. *Pemenuhan Hak Narapidana Dalam Hal Mendapatkan Pendidikan Dan Pelatihan Anak Di Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Kota Parepare*. Skripsi. Makassar, 2013.
- 3 Peraturan Menteri Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia. *Pedoman Penyelenggaraan Makanan Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan Di Lembaga Pemasyarakatan Dan Rumah Tahanan Negara*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI. 2009.
- 4 Rosa, Suhaeni. *Pemenuhan Hak Mendapatkan Upah Atau Premi Atas Pekerjaan Yang Dilakukan Oleh Narapidana*

Di Lembaga Pemasyarakatan Klas 1 Makassar. Skripsi. Makassar, 2013.

- 5 Juratmy L, Djunaidi M. Aminuddin,. *Studi Tentang Kesesuaian Antara Asupan Dengan Kebutuhan Zat Gizi Makro Warga Binaan Wanita Di Rumah Tahanan Negara Klas I Makassar*. Jurnal MKMI, Vol 7 No.1, Januari 2011, hal 127-132, 2011.
- 6 Wahyuningsih, Utami, dkk. *Asupan Zat Gizi, Status Gizi, Dan Status Anemia Pada Remaja Laki-Laki Pengguna Narkoba Di Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Tangerang*. *Jurnal Gizi dan Pangan*, Maret 2014, 9(1): 23—8, 2014.
- 7 Aritonang I, Pratiwi RS,. *Korelasi asupan energi dan protein dengan status gizi pada remaja di lapas anak Kutoarjo Purworejo, Jawa Tengah*. *J Nutr*. 2008;9(2).
- 8 Supariasa IDN, Bakri BF, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2012.
- 9 Kurniawati, Eni. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Sisa Makanan Narapidana (Studi Di Lembaga Pemasyarakatan Klas I Semarang Tahun 2016)*. Skripsi. Universitas Diponegoro. 2016.