

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN SEHAT “MARMEK BILARUNG”
TERHADAP KADAR PROTEIN TOTAL PADA WANITA USIA SUBUR
(WUS) OPERATOR DISTASIUN PENGISIAN BAHAN BAKAR
UMUM (SPBU) SEKITAR KOTA MEDAN DAN
LUBUK PAKAM**

SKRIPSI



ILMA SARI NASUTION

P01031219126

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN SEHAT “MARMEK BILARUNG”
TERHADAP KADAR PROTEIN TOTAL PADA WANITA USIA SUBUR
(WUS) OPERATOR DISTASIUN PENGISIAN BAHAN BAKAR
UMUM (SPBU) SEKITAR KOTA MEDAN DAN
LUBUK PAKAM**

Skripsi diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



ILMA SARI NASUTION

P01031219126

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Pemberian Minuman Sehat Marmek
Bilarung Terhadap Kadar Protein Total Pada
Wanita Usia Subur (WUS) Operator Di SPBU
Sekitar Kota Medan dan Lubuk Pakam

Nama Mahasiswa : Ilma Sari Nasution

NIM : P01031219126

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Ginta Siahaan, DCN, M.Kes
Pembimbing Utama



Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
Anggota Penguji I



Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :
Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 14 Juni 2023

ABSTRAK

ILMA SARI NASUTION “**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN SEHAT MARMEK BILARUNG TERHADAP KADAR PROTEIN TOTAL PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) OPERATOR DISTASIUN PENGISIAN BAHAN BAKAR UMUM (SPBU) SEKITAR KOTA MEDAN DAN LUBUK PAKAM**” (DI BAWAH BIMBINGAN GINTA SIAHAAN)

WUS merupakan kelompok rawan terhadap penyakit gangguan menstruasi dan penyakit degeneratif yang disebabkan oleh pekerjaan yang dilakukan WUS ditempat terbuka. Salah satu pekerjaan yang dilakukan WUS adalah sebagai operator SPBU sehingga rawan terhadap paparan radikal bebas. Radikal bebas dapat menyebabkan terganggunya pembentukan protein di hati, salah satunya pembentukan protein total.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman sehat “Marmek Bilarung” terhadap kadar protein total pada pekerja WUS operator di SPBU sekitar kota Medan dan Lubuk Pakam.

Jenis penelitian Quasi *Eksperimen* dengan *Pre and Post Test One Group Design*, dilakukan di beberapa Lokasi SPBU sekitar kota Medan dan Lubuk Pakam. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan jumlah sampel 60 orang. Intervensi yang diberikan adalah pemberian “Marmek Bilarung” selama 14 hari dengan 4 kelompok formulasi. Analisis data menggunakan uji *One Way Anova* dilanjutkan dengan uji *Post Hoc Tukey* ($p < 0,05$).

Hasil penelitian pemberian minuman sehat marmek bilarung menunjukkan tidak ada pengaruh terhadap kadar protein total secara statistik, tetapi dari angkanya terjadi kenaikan pada formulasi 2 (markisa 30ml, kesemek 50ml, dan ubi jalar ungu 50ml) yang mempengaruhi. Penelitian ini, diharapkan WUS operator SPBU mengkonsumsi makanan minuman sehat yang berasal dari buah dan sayur berwarna termasuk marmek bilarung untuk menjaga kestabilan kadar protein total dalam darah.

Kata kunci : WUS, Marmek Bilarung, Protein Total

ABSTRACT

ILMA SARI NASUTION "THE EFFECT OF GIVING *MAREK BILARUNG* AS HEALTHY DRINK ON TOTAL PROTEIN LEVELS IN WOMEN OF REPRODUCTIVE AGE AS OPERATORS OF PUBLIC FUEL REFILLING STATIONS AROUND THE CITIES OF MEDAN AND LUBUK PAKAM" (CONSULTANT: GINTA SIAHAAN)

Women of reproductive age is a group prone to menstrual disorders and degenerative diseases caused by work done by women of reproductive age in the open. One of women of reproductive age task was as a petrol station operator, so they were prone to exposure to free radicals. Free radicals can cause disruption of protein formation in the liver, one of which is the formation of total protein.

The purpose of this study was to determine the effect of giving a healthy drink "*Marmek Bilarung*" on total protein levels in women of reproductive age as operators at gas stations around Medan and Lubuk Pakam cities.

This type of research was Quasi Experiment with Pre and Post Test One Group Design, carried out at several gas station locations around Medan and Lubuk Pakam cities. The sampling technique for this study was accidental sampling with a total sample of 60 people. The intervention given was "*Marmek Bilarung*" for 14 days with 4 groups of formulations. Data analysis used the One Way Anova test followed by Tukey's Post Hoc test ($p < 0.05$).

The results of the research on giving the healthy drink *marmek Bilarung* showed no effect on total protein levels statistically, but from the numbers there was an increase in formulation 2 (30 ml passion fruit, 50 ml persimmon, and 50 ml purple sweet potato) which affected. In this research, it is hoped that women of reproductive age who work as gas station operators will consume healthy food and drinks derived from colorful fruits and vegetables, including *marmek bilarung*, to maintain the stability of total protein levels in the blood.

Keywords: Women of reproductive age, *Marmek Bilarung*, Total Protein



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Minuman Sehat Marmek Bilarung Terhadap Kadar Protein Total Pada Wanita Usia Subur (WUS) Operator di Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU) Sekitar Kota Medan dan Lubuk Pakam”**.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberi bimbingan, nasehat serta motivasi.
3. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes selaku dosen penguji I yang selalu memberi arahan, bimbingan dan perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Erlina Nasution, S.Pd, M.Kes selaku dosen penguji II yang selalu memberi arahan, bimbingan dan perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua Orang tua saya Mara Ganti Nasution dan Elli Ati Rangkuti yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, dan menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia.
6. Sahabat saya Hentika Siregar yang selalu memberikan doa, dukungan serta semangat setiap harinya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran maupun masukan yang berguna untuk penyempurnaan skripsi ini. Atas perhatiannya penulis ucapkan terimakasih.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian Bagi Penulis	4
1. Bagi Penulis	4
2. Bagi WUS.....	4
3. Bagi Masyarakat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Wanita Usia Subur (WUS)	6
B. Radikal Bebas	7
C. Minuman Sehat “Marmek Bilarung”	7
1. Markisa ungu (<i>passiflora edulis var. edulis Sims</i>)	8
2. Kesemek (<i>Diospyros kaki L</i>)	10

3. Ubi Jalar Ungu (<i>Ipomoea batatas</i> L).....	12
D. Pembuatan Minuman “Marmek Bilarung”	15
E. Kadar Protein Total.....	17
1. Defenisi Kadar Protein Total	17
2. Fungsi Protein Total	18
3. Pemeriksaan Protein Total	18
4. Faktor yang Mempengaruhi Kadar Total Protein.....	18
F. Kerangka Teori.....	20
G. Kerangka Konsep.....	21
H. Defenisi Operasional	22
I. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	24
B. Jenis dan Rancangan penelitian.....	24
C. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	25
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	26
1. Jenis Data	26
2. Cara Pengumpulan Data.....	26
E. Pengolahan dan Analisis Data	32
1. Pengolahan Data	32

2. Analisis Data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Gambaran Umum Lokasi	34
2. Gambaran Karakteristik Sampel	36
3. Asupan Zat Gizi Pada WUS	39
4. Kadar Protein Total Sebelum dan Sesudah Pemberian	40
B. Pembahasan	41
1. Karakteristik Sampel	41
2. Pemberian Treatment Minuman Sehat Marmek Bilarung.....	42
3. Pengaruh Pemberian Minuman Sehat “Marmek Bilarung” Terhadap Kadar Protein Total.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Komposisi Gizi Buah Markisa per 100 gram.....	10
Tabel 2. Kandungan Gizi Kesemek Per 100 gr.....	12
Tabel 3. Kandungan Gizi Ubi Jalar Dalam 100 Gram Bahan.....	14
Tabel 4. Berat Kotor Komposisi Pembuatan Marmek Bilarung	16
Tabel 5. Komposisi Pembuatan Marmek Bilarung	16
Tabel 6. Komposisi Pemberian Minuman Sehat Marmek Bilarung	16
Tabel 7. Defenisi Operasional.....	22
Tabel 8. Asupan Zat Gizi Sebelum dan Sesudah Pemberian	39
Tabel 9. Data Kadar Protein Total Sebelum dan Sesudah Pemberian	40
Tabel10. Analisis Terhadap Kadar Protein Total	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Minuman Sehat “Marmek Bilarung”	8
Gambar 2. Markisa Ungu	9
Gambar 3. Buah Kesemek.....	11
Gambar 4. Ubi Jalar Ungu	13
Gambar 5. Skema Pembuatan Marmek Bilarung.....	15
Gamabr 6. Kerangka Teor.....	20
Gambar 7. Kerangka Konsep.....	21
Gambar 8. Diagram Alur Pemberian Minuman Sehat Marmek Bilarung	31
Gambar 9. Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur	36
Gambar 10. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	37
Gambar 11. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel Penelitian	51
Lampiran 2. Hasil Uji SPSS	53
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian	61
Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian.....	63
Lampiran 5. Etichal Clearence	64
Lampiran 6. Surat Pernyataan Sampel.....	65
Lampiran 7.Kuesioner Penelitian	66
Lampiran 8. Dokumentasi	67
Lampiran 9. Surat Pernyataan	69
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup	70
Lampiran 11. Bukti Bimbingan Skripsi	71