



SULUH ADILUHUNG
PUBLISHER

PENGANTAR ILMU GIZI DALAM KEPERAWATAN

- Puguh Santoso, S.Kep., Ners., M.Gizi
- Putu Indraswari Aryanti, S.Kep., Ns., M.Kep
- Maria Nubatonis, S.KM., M.Kes
- Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes



PENGANTAR ILMU GIZI DALAM KEPERAWATAN

Puguh Santoso, S.Kep., Ners., M.Gizi

Putu Indraswari Aryanti, S.Kep., Ns., M.Kep

Maria Nubatonis, S.KM., M.Kes

Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes

Perpustakaan Nasional RI : Katalog Dalam Terbitan (KDT)

JUDUL DAN PENANGUNG JAWAB	Pengantar ilmu gizi dalam keperawatan / penulis Puguh Santoso, S.Kep., Ners., M.Gizi, Putu Indraswari Aryanti, S.Kep., Ns., M.Kep, Maria Nubatonis., S.KM., M.Kes, Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes
EDISI	Edisi Pertama, 2025
PUBLIKASI	Kediri : Suluh Adiluhung Publisher, 2026
DESKRIPSI FISIK	v, 219 halaman : ilustrasi : 29 cm
IDENTIFIKASI	ISBN 978-634-04-6625-6 (EPUB)
SUMBER	Gizi Keperawatan
KLASIFIKASI	612.3 [23]
PERPUSTAKAAN ID	https://isbn.perpusnas.go.id/bo-penerbit/penerbit/isbn/data/view-kdt/1323991

PENGANTAR ILMU GIZI DALAM KEPERAWATAN

Penulis : Puguh Santoso, S.Kep., Ners., M.Gizi
Putu Indraswari Aryanti, S.Kep., Ns., M.Kep
Maria Nubatonis, S.KM., M.Kes
Maria Anita Yusiana, S.Kep., Ns., M.Kes
Editor : Tim Suluh Adiluhung Publisher
Desain Sampul : Tim Suluh Adiluhung Publisher
Layout Isi : Tim Suluh Adiluhung Publisher
Pendahuluan : i - vi
Halaman Isi : 1 - 219
Ukuran Buku : 21 x 29,7 cm
Edisi Pertama : 2025
ISBN : 978-634-04-6625-6 (EPUB)

Hak Cipta pada Penulis

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014

Dilarang memperbanyak atau memindahkan Sebagian atau seluruh isi buku ini ke dalam bentuk apapun secara elektronik maupun mekanis, tanpa izin dari penulis dan penerbit

All Rights Reserved



SULUH ADILUHUNG
PUBLISHER

Publisher : Suluh Adiluhung Publisher
Jalan Letjen Sutoyo GG IV Nomor 5, Desa/Kelurahan Burengan,
Kec. Pesantren, Kota Kediri, Provinsi Jawa Timur, Kode Pos: 64131
E-mail: suluhadiluhung@gmail.com
Website: <https://sapublisher.com>
Phone: 0822-4480-1046

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan penyertaan-Nya buku berjudul “Pengantar Ilmu Gizi dalam Keperawatan” ini dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini disusun untuk memberikan pemahaman komprehensif bagi mahasiswa keperawatan mengenai konsep dasar gizi, kebutuhan zat gizi sepanjang siklus kehidupan, serta penerapan ilmu gizi dalam praktik keperawatan klinik dan komunitas.

Perubahan pola penyakit dan meningkatnya tantangan kesehatan masyarakat menuntut tenaga perawat memiliki kompetensi dalam melakukan asesmen gizi, edukasi nutrisi, serta kolaborasi dalam intervensi gizi berbasis bukti. Oleh karena itu, buku ini diharapkan dapat menjadi sumber belajar yang relevan dan mudah dipahami, baik untuk menunjang pembelajaran di kelas maupun sebagai panduan dalam praktik lapangan.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, masukan, dan motivasi dalam proses penyusunan buku ini. Semoga hadirnya buku ini dapat memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kualitas pendidikan keperawatan, serta menjadi sumber pengetahuan bagi mahasiswa, pendidik, maupun praktisi kesehatan dalam upaya meningkatkan status gizi dan derajat kesehatan masyarakat.

Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Luar	i
Halaman Sampul Dalam	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	v
Bab 1. KONSEP DASAR GIZI	1
1.1 Pengertian dan Tujuan Ilmu Gizi	1
1.2 Tujuan Pemberian Gizi Seimbang	2
1.3 Macam-Macam Zat Gizi dan Fungsinya	7
1.4 Konsep Kebutuhan Energi dan Zat Gizi	13
1.5 Status Gizi dan Dampaknya Terhadap Kesehatan	16
1.6 Siklus Kehidupan dan Kebutuhan Gizi Spesifik	19
1.7 Peran Perawat dalam Konteks Gizi	24
1.8 Sumber Rujukan	28
Bab 2. ZAT GIZI MAKRO DAN MIKRO	31
2.1 Pengertian Zat Gizi	31
2.2 Klasifikasi Zat Gizi Makro dan Mikro	33
2.3 Kebutuhan Zat Gizi Berdasarkan Siklus Kehidupan	43
2.4 Peran Perawat dalam Asuhan Keperawatan Terkait Zat Gizi	48
2.5 Sumber Rujukan	51
Bab 3. MASALAH DALAM GIZI	53
3.1 Pengertian Masalah Gizi	53
3.2 Jenis-Jenis Masalah Gizi	54
3.3 Penyebab Masalah Gizi	58
3.4 Masalah Gizi pada Kelompok Rentan	64
3.5 Dampak Masalah Gizi	68
3.6 Penanganan Masalah Gizi	70
3.7 Peran Perawat dalam Menangani Masalah Gizi	74
3.8 Sumber Rujukan	78
Bab 4. PENENTUAN STATUS GIZI KLINIK DAN MASYARAKAT	83
4.1 Penentuan Status Gizi Klinik	83
4.2 Metode Penilaian Status Gizi Klinik	84
4.3 Penentuan Status Gizi Masyarakat	89
4.4 Metode Penilaian Status Gizi Masyarakat	90
4.5 Perbandingan Penilaian Klinik dan Masyarakat	95
4.6 Peran Perawat dalam Penilaian Gizi Klinik dan Masyarakat	97
4.7 Sumber Rujukan	99

Bab 5. DIETETIKA KLINIK	103
5.1 Konsep Dietetika Klinik	103
5.2 Jenis-Jenis Diet Terapeutik	104
5.3 Tahapan Proses Dietetika Klinik	114
5.4 Peran Perawat dalam Dietetika Klinik	116
5.5 Tantangan dalam Dietetika Klinik	119
5.6 Sumber Rujukan	120
Bab 6. PENATALAKSANAAN GIZI DI MASYARAKAT	123
6.1 Pengertian Penatalaksanaan Gizi di Masyarakat	123
6.2 Tujuan Penatalaksanaan Gizi Masyarakat	124
6.3 Langkah-Langkah Penatalaksanaan Gizi Masyarakat	130
6.4 Sumber Rujukan	133
Bab 7. KONSEP DASAR MANAJEMEN KESEHATAN	137
7.1 Pengertian Manajemen Kesehatan	137
7.2 Tujuan Manajemen Kesehatan	138
7.3 Prinsip-Prinsip Manajemen Kesehatan	146
7.4 Siklus Manajemen Kesehatan	151
7.5 Sumber Rujukan	161
Bab 8. EKONOMI LAYANAN KESEHATAN	163
8.1 Pengertian Ekonomi Kesehatan	163
8.2 Prinsip-Prinsip Ekonomi dalam Layanan Gizi	164
8.3 Hubungan Ekonomi dan Gizi dalam Pelayanan Kesehatan	167
8.4 Sumber Pembiayaan Pelayanan Gizi	170
8.5 Evaluasi Efisiensi Program Gizi	181
8.6 Sumber Rujukan	186
Bab 9. PROGRAM POKOK PELAYANAN KESEHATAN UTAMA	189
9.1 Pengertian Program Pokok Pelayanan Kesehatan	189
9.2 Tujuan Program Pokok Pelayanan Kesehatan	190
9.3 Program Pokok Pelayanan Kesehatan Utama dan Integrasi Gizi	196
9.4 Peran Perawat dalam Pelaksanaan program Pokok Pelayanan Kesehatan Terkait Gizi	213
9.5 Strategi Kolaboratif pelayanan Gizi Berbasis Program Pokok	216
9.6 Evaluasi dan Monitoring Program Pokok Pelayanan Kesehatan	217
9.7 Sumber Rujukan	218

BAB 1

KONSEP DASAR GIZI

1.1 Pengertian dan Tujuan Ilmu Gizi

Pengertian Ilmu Gizi

Ilmu gizi merupakan cabang ilmu yang mempelajari berbagai zat gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk mempertahankan kehidupan, menunjang pertumbuhan, serta menjaga fungsi organ tubuh secara optimal. Zat gizi yang dikaji dalam ilmu ini meliputi makronutrien seperti karbohidrat, protein, dan lemak, serta mikronutrien seperti vitamin dan mineral (Almatsier, 2021). Pemenuhan gizi yang seimbang tidak hanya berfokus pada jumlah energi, tetapi juga memperhatikan keseimbangan komposisi antara zat gizi yang dikonsumsi setiap hari. Ketidakseimbangan asupan gizi—baik kekurangan maupun kelebihan—dapat menyebabkan gangguan kesehatan, termasuk penyakit metabolik seperti obesitas, diabetes melitus, hipertensi, dan dislipidemia (WHO, 2022).

Menurut Supariasa, Bakri, dan Fajar (2021), ilmu gizi berperan penting dalam menjaga dan meningkatkan kualitas hidup individu di seluruh tahap kehidupan. Gizi yang baik mendukung fungsi fisiologis, kognitif, dan imunitas tubuh, sementara kekurangan gizi dapat menurunkan daya tahan tubuh dan meningkatkan risiko penyakit. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, kajian gizi kini tidak hanya berfokus pada aspek klinis, tetapi juga pada perumusan kebijakan publik, keamanan pangan, dan strategi intervensi kesehatan masyarakat. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pendekatan berbasis gizi berperan signifikan dalam pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya dalam upaya mengakhiri kelaparan dan meningkatkan kesehatan global (FAO, 2023).

Gizi dalam Praktik Keperawatan

Dalam konteks keperawatan, pengetahuan tentang gizi menjadi bagian fundamental dari kompetensi klinis seorang perawat. Gizi berperan penting tidak hanya dalam aspek kuratif atau pengobatan, tetapi juga dalam promotif dan preventif. Perawat berperan aktif dalam mengedukasi pasien tentang pola makan sehat, menilai status gizi,



serta bekerja sama dengan ahli gizi untuk menyusun rencana intervensi nutrisi yang sesuai dengan kondisi klinis pasien (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Peran perawat dalam manajemen gizi meliputi berbagai tahapan pelayanan keperawatan. Pada tatanan promotif, perawat berperan dalam memberikan penyuluhan mengenai gizi seimbang dan perubahan perilaku makan sehat di masyarakat. Pada tahap preventif, perawat mengidentifikasi individu dengan risiko kekurangan atau kelebihan gizi serta melakukan upaya pencegahan melalui pemantauan status gizi. Dalam tatanan kuratif, perawat membantu pelaksanaan terapi diet, memantau respon pasien terhadap intervensi nutrisi, dan memastikan kebutuhan gizi terpenuhi selama masa perawatan. Sedangkan pada fase rehabilitatif, perawat mendukung proses pemulihan pasien dengan mengoptimalkan asupan gizi dan memberikan dukungan berkelanjutan untuk menjaga status gizi yang optimal (Nugraheni et al., 2021; Potter et al., 2023).

Secara keseluruhan, penguasaan ilmu gizi membantu perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang holistik, berpusat pada pasien, dan berbasis bukti (evidence-based practice). Dengan memahami hubungan antara gizi, kesehatan, dan penyakit, perawat dapat berkontribusi secara signifikan dalam peningkatan status gizi masyarakat serta penurunan angka kejadian penyakit tidak menular (Black et al., 2020).

1.2 Tujuan Pemberian Gizi Seimbang

Mempertahankan Fungsi Tubuh Secara Optimal

Pemenuhan gizi yang adekuat dan seimbang memiliki peran penting dalam menjaga fungsi tubuh agar tetap bekerja secara optimal. Setiap sistem tubuh—termasuk sistem imun, saraf, pencernaan, dan endokrin—memerlukan asupan zat gizi dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk menjalankan fungsinya dengan baik. Gizi yang seimbang memungkinkan terjadinya proses metabolisme yang efisien, menjaga integritas jaringan tubuh, serta mendukung proses penyembuhan dan pemulihan dari penyakit (Almatsier, 2021; Black et al., 2020).

Beberapa zat gizi memiliki fungsi spesifik dalam mempertahankan homeostasis tubuh. Vitamin C dan E, misalnya, berperan sebagai antioksidan yang melindungi sel dari kerusakan akibat radikal bebas. Protein berfungsi sebagai bahan utama pembentuk enzim, hormon, dan jaringan tubuh, sementara mineral seperti natrium, kalium, dan magnesium berperan penting dalam menjaga keseimbangan elektrolit serta fungsi sistem saraf dan otot (Supariasa, Bakri, & Fajar, 2021). Kekurangan maupun kelebihan

zat gizi tertentu dapat menimbulkan gangguan fisiologis, seperti kelemahan otot, gangguan saraf, disfungsi organ, atau gangguan metabolisme (WHO, 2022).

Dalam konteks keperawatan, pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang menjadi sangat relevan karena perawat berperan langsung dalam menjaga dan memantau status nutrisi pasien. Perawat tidak hanya memastikan pasien memperoleh asupan gizi yang cukup, tetapi juga memberikan edukasi mengenai pentingnya pola makan seimbang sebagai bagian dari pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Gizi yang seimbang juga membantu meningkatkan imunitas tubuh, mempercepat penyembuhan luka, dan memperkuat daya tahan terhadap infeksi, yang merupakan aspek penting dalam praktik keperawatan klinik (Potter et al., 2023; Venter et al., 2020).

Dengan demikian, tujuan utama pemberian gizi seimbang adalah mempertahankan fungsi tubuh agar tetap optimal, mencegah terjadinya gangguan metabolik, serta meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental individu. Dalam tatanan pelayanan kesehatan, penerapan prinsip gizi seimbang menjadi dasar penting bagi perawat dalam memberikan asuhan yang berorientasi pada pemeliharaan dan peningkatan kesehatan secara holistik.

Mencegah Malnutrisi (Kurang Gizi dan Kelebihan Gizi)

Malnutrisi merupakan kondisi ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh, yang dapat mencakup dua bentuk utama, yaitu kekurangan gizi (*undernutrition*) dan kelebihan gizi (*overnutrition*). Kedua kondisi ini dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan individu maupun masyarakat. Kekurangan gizi sering kali ditandai dengan penurunan berat badan, gangguan pertumbuhan seperti *stunting* dan *wasting* pada anak-anak, penurunan sistem imun, serta meningkatnya risiko infeksi dan komplikasi penyakit (World Health Organization [WHO], 2023). Sebaliknya, kelebihan gizi yang ditandai dengan obesitas dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dislipidemia, stroke, dan penyakit jantung koroner (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Pemberian gizi seimbang menjadi strategi utama untuk mencegah kedua bentuk malnutrisi tersebut. Prinsip gizi seimbang menekankan pentingnya konsumsi makanan dalam porsi yang sesuai kebutuhan, memperhatikan keragaman bahan makanan, menjaga kebersihan pangan, serta mengimbangi asupan energi dengan aktivitas fisik (Supariasa, Bakri, & Fajar, 2021). Selain itu, kebiasaan makan yang teratur dan pemilihan bahan makanan yang bernilai gizi tinggi seperti sayuran, buah, sumber protein

tanpa lemak, serta pembatasan gula dan garam merupakan komponen penting dalam menjaga status gizi optimal (FAO, 2023).

Dalam konteks keperawatan, perawat berperan penting dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan angka kejadian malnutrisi. Perawat dapat melakukan skrining status gizi, memberikan edukasi gizi kepada pasien dan keluarga, serta berkolaborasi dengan ahli gizi dalam menyusun rencana intervensi nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan individu (Nugraheni, Hartini, & Sari, 2021). Edukasi berkelanjutan mengenai pola makan sehat dan gaya hidup aktif juga perlu dilakukan di tingkat komunitas untuk mengurangi kebiasaan konsumsi makanan tinggi lemak, gula, dan garam (Aini & Prameswari, 2022). Dengan demikian, perawat berperan tidak hanya dalam aspek kuratif, tetapi juga sebagai agen perubahan perilaku kesehatan masyarakat yang mendukung tercapainya status gizi seimbang dan pencegahan penyakit kronis.

Mendukung Proses Penyembuhan Penyakit

Gizi memiliki peran yang sangat penting dalam mempercepat proses penyembuhan dan pemulihan pasien dari berbagai kondisi medis. Pemenuhan kebutuhan nutrisi yang adekuat membantu tubuh dalam memperbaiki jaringan yang rusak, memulihkan fungsi organ, serta meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi. Pada pasien dengan luka, misalnya, protein dan vitamin C berperan dalam pembentukan kolagen serta regenerasi jaringan. Kekurangan kedua zat gizi ini dapat memperlambat proses penyembuhan luka dan meningkatkan risiko infeksi sekunder (Supariasa, Bakri, & Fajar, 2021).

Selain itu, pasien dengan penyakit infeksi atau inflamasi memerlukan asupan energi dan zat gizi mikro tambahan, seperti zinc, zat besi, vitamin A, dan vitamin E, yang berperan penting dalam mendukung sistem imun dan mempercepat pemulihan (World Health Organization [WHO], 2022). Asupan cairan yang cukup juga diperlukan untuk menjaga keseimbangan elektrolit dan mendukung fungsi fisiologis tubuh selama proses penyembuhan (Black et al., 2020). Sebaliknya, kekurangan gizi selama masa sakit dapat memperburuk kondisi klinis pasien, memperlambat proses pemulihan, memperpanjang lama rawat inap, dan meningkatkan risiko komplikasi (FAO, 2023).

Dalam konteks pelayanan keperawatan, penerapan terapi gizi medis (medical nutrition therapy) merupakan bagian integral dari asuhan keperawatan yang komprehensif. Perawat memiliki peran penting dalam menilai kebutuhan nutrisi pasien, memantau asupan makanan, serta memberikan dukungan edukatif dan emosional

kepada pasien yang menjalani diet terapeutik. Kolaborasi antara perawat dan ahli gizi diperlukan untuk memastikan bahwa intervensi gizi sesuai dengan kondisi klinis dan kebutuhan individu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023; Potter et al., 2023).

Dengan demikian, gizi tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemeliharaan kesehatan, tetapi juga sebagai komponen kunci dalam proses penyembuhan dan rehabilitasi. Perawat, sebagai bagian dari tim kesehatan, berperan dalam memastikan bahwa pasien memperoleh dukungan nutrisi optimal untuk mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas hidup selama masa perawatan.

Menjamin Pertumbuhan dan Perkembangan Optimal pada Anak dan Remaja

Masa anak-anak dan remaja merupakan periode kritis dalam kehidupan manusia karena pada tahap ini terjadi percepatan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta perubahan hormonal yang signifikan. Pemenuhan kebutuhan gizi pada fase ini menjadi faktor penentu bagi kualitas kesehatan dan kemampuan kognitif di masa depan. Asupan zat gizi seperti protein, kalsium, zat besi, vitamin A, dan asam folat sangat penting untuk mendukung pembentukan jaringan tubuh, pembentukan tulang dan gigi, perkembangan sistem saraf, serta menjaga daya tahan tubuh (World Health Organization [WHO], 2022).

Kekurangan gizi pada masa pertumbuhan dapat menimbulkan konsekuensi jangka panjang, seperti stunting, gangguan perkembangan kognitif, penurunan imunitas, dan penurunan prestasi belajar. Anak yang mengalami stunting berisiko memiliki kemampuan belajar lebih rendah dan rentan terhadap penyakit kronis di usia dewasa (UNICEF, 2021). Oleh karena itu, pemenuhan gizi seimbang sejak dini menjadi investasi penting untuk membentuk generasi yang sehat, produktif, dan berkualitas (Black et al., 2020).

Pada masa remaja, kebutuhan energi dan zat gizi meningkat secara signifikan seiring terjadinya growth spurt dan perubahan hormonal yang memengaruhi metabolisme tubuh. Zat gizi seperti protein, zat besi, dan kalsium dibutuhkan lebih banyak untuk mendukung pembentukan otot, darah, serta kepadatan tulang. Remaja juga membutuhkan asupan vitamin B kompleks dan omega-3 untuk mendukung fungsi otak, konsentrasi, dan kestabilan emosi (FAO, 2023).

Dalam konteks pelayanan keperawatan, perawat memiliki peran strategis dalam promosi kesehatan anak dan remaja melalui edukasi gizi, pemantauan status

budaya, sosial ekonomi, dan kebiasaan makan masyarakat setempat agar pesan gizi mudah diterima dan diterapkan (Almatsier, 2021; Nugraheni et al., 2022).

Upaya pencegahan berbasis komunitas terbukti efektif dalam menekan prevalensi stunting, anemia, dan obesitas, terutama bila dilakukan secara berkelanjutan. Menurut World Health Organization (WHO, 2022), intervensi gizi berbasis keluarga (*family-based nutrition intervention*) dapat memperkuat perubahan perilaku makan yang sehat melalui keterlibatan aktif seluruh anggota keluarga. Oleh karena itu, perawat memiliki posisi strategis sebagai pendidik, fasilitator, sekaligus penggerak masyarakat dalam meningkatkan kualitas gizi dan kesehatan secara menyeluruh.

1.8 Sumber Rujukan

- Aini, N., & Prameswari, D. (2022). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi pada masyarakat perkotaan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 11(2), 98–106. <https://doi.org/10.31596/jgki.v11i2.2543>
- Almatsier, S. (2021). *Prinsip dasar ilmu gizi* (Edisi revisi). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., & Christian, P. (2020). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 395(10222), 428–440. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)32990-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)32990-0)
- Food and Agriculture Organization (FAO). (2023). *The state of food security and nutrition in the world 2023: Urbanization, agrifood systems transformation, and healthy diets across the rural–urban continuum*. Rome: FAO.
- Gropper, S. S., & Smith, J. L. (2022). *Advanced nutrition and human metabolism* (8th ed.). Cengage Learning.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman gizi seimbang dan pencegahan malnutrisi nasional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mahan, L. K., Raymond, J. L., & Escott-Stump, S. (2020). *Krause's food and the nutrition care process* (15th ed.). St. Louis, MO: Elsevier.
- National Institutes of Health (NIH). (2022). *Calcium and vitamin D: Important at every age*. NIH Osteoporosis and Related Bone Diseases Resource Center. <https://www.niams.nih.gov>

- National Institutes of Health (NIH). (2022). *Folate: Fact sheet for health professionals*. U.S. Department of Health & Human Services. <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Folate-HealthProfessional>
- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C., ... & Gakidou, E. (2020). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2019: A systematic analysis. *The Lancet Global Health*, 8(9), e1209–e1225. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30275-4](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30275-4)
- Nugraheni, A. D., Hartini, S., & Sari, D. P. (2021). Peran perawat dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pasien di rumah sakit: Tinjauan literatur. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 45–54. <https://doi.org/10.31596/jkkmc.v10i1.1234>
- Nugraheni, S. A., Lestari, N. D., & Rahmawati, F. (2021). The role of nurses in addressing nutritional problems through community-based interventions. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 6(2), 115–123. <https://doi.org/10.20884/ijnhs.2021.6.2>
- Nugraheni, S. A., Widyastuti, R., & Hartono, A. (2021). Edukasi gizi seimbang dalam upaya pencegahan penyakit metabolik. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 145–152.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. M. (2023). *Fundamentals of nursing* (11th ed.). Elsevier Health Sciences.
- Pudjiastuti, S., Rahmawati, F., & Lestari, E. (2023). The nurse's role in community-based nutrition promotion: A systematic review. *Journal of Nursing Care and Nutrition*, 7(1), 33–40.
- Rahmawati, D., Prasetyo, A., & Nugraheni, R. (2022). Nutrition counseling and maternal compliance with iron-folic acid supplementation in Indonesia. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 10(4), 1235–1242. <https://doi.org/10.22038/jmrh.2022.63412>
- Rahmawati, D., Prasetyo, A., & Nugraheni, R. (2022). Nutrition education to improve eating behavior among adolescents in Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 11(3), 456–463. <https://doi.org/10.4081/jphr.2022.2633>
- Rahmawati, I., & Setyawati, R. (2022). The effectiveness of digital media for nutrition education among adolescents. *Public Health and Nutrition Journal*, 5(2), 112–120.
- Rodriguez, N. R., DiMarco, N. M., & Langley, S. (2020). Nutrition and health: Guidelines for assessing energy requirements. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 120(5), 856–867. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2020.01.005>

Buku **Pengantar Ilmu Gizi dalam Keperawatan** merupakan sumber belajar yang disusun untuk membantu mahasiswa keperawatan memahami keterkaitan antara nutrisi dan kesehatan. Buku ini menyajikan materi secara sistematis, dimulai dari konsep dasar gizi, klasifikasi zat gizi, hingga peran perawat dalam penilaian dan intervensi nutrisi. Setiap bab disusun dengan bahasa yang jelas, ringkas, dan didukung contoh aplikatif, sehingga mudah dipahami oleh pembaca pemula.

Keunggulan buku ini terletak pada kelengkapannya dalam membahas gizi dari dua perspektif sekaligus: klinik dan komunitas. Bab mengenai masalah gizi seperti stunting, anemia, obesitas, dan penyakit metabolik memberikan gambaran nyata tentang tantangan kesehatan di Indonesia. Sementara itu, pembahasan tentang status gizi, dietetika klinik, dan program kesehatan primer membantu mahasiswa memahami proses asesmen dan intervensi gizi secara praktis.

Buku ini juga menambahkan unsur manajemen dan ekonomi kesehatan, yang jarang ditemukan pada buku gizi dasar lainnya. Hal ini memperkaya wawasan mahasiswa mengenai bagaimana layanan gizi dijalankan dalam sistem kesehatan.

Secara keseluruhan, buku ini sangat tepat digunakan sebagai referensi pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan, bidan, dan tenaga kesehatan lainnya. Dengan konten yang menyeluruh, jelas, dan relevan, buku ini dapat menjadi panduan dalam mengembangkan pemahaman gizi yang komprehensif dan aplikatif di dunia praktik.

