

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN STATUS GIZI REMJA DI SMA NEGERI 1 BULULAWANG



OLEH

BIELLY FIGGY ANGGRAENI

NIM. 17.1.021

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN STATUS GIZI REMJA DI SMA NEGERI 1 BULULAWANG

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen
Malang



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bielly Figgy Anggraeni
Tempat/tanggal lahir : Malang, 28 Agustus 1998
NIM : 17.1.021
Alamat : Perumahan Pesona Adirejo kav 7 Bangsri Kec.
Kepanjen Kab. Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 18 juli 2020

Yang Menyatakan



Bielly Figgy Anggraeni

NIM. 17.1.021

CURRICULUM VITAE



Nama : Bielly Figgy Anggraeni
Tempat Tgl Lahir : Malang, 28 Agustus 1998
Alamat : Perumahan Pesona Adirejo Kav 7 Bangsri Kec.
Kapanjen Kab. Malang
Nama Orang Tua :
Ayah : LAHURI
Ibu : YATIMAH
Riwayat Pendidikan :
SD : SD NEGERI PLAOSAN 02
SMP : SMP NEGRI 02 KEPANJEN
SMA : SMA ISLAM KEPANJEN

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan di
Depan Tim Penguji

Tanggal Persetujuan:

Pembimbing I

Pembimbing II



(DR. Juliati Koesrini, A. Per. Pen.,M. KPd)





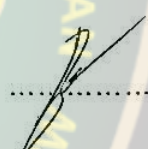

(Bayu Bugilaksono M.Kep)



LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang
Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan
RS.dr. Soepraoen Malang

Tanggal:

TIM PENGUJI	
Nama	Tanda tangan
Ketua : Amin Zakariya, M.Kep	
Anggota : 1. Dion Kunto, M. Kep	
2. Bayu Budi Laksono, M.Kep	
Mengetahui,	
Ketua Program Studi Keperawatan	
	

Kumoro Asto Lenggono, S.kep., Ners, M.kep

LEMBAR PERSEMBAHAN

“JANGAN MENYIA-NYIAKAN WAKTU DENGAN ORANG YANG TERSAYANG KARENA SEMUA TERASA TAK BERGUNA SAAT ORANG YANG KITA SAYANG TELAH TIADA”

- 1. Syukur Alhamdulillah Kepada Allah SWT**, yang sudah memberikan saya Hidayah untuk selalu belajar dengan tekun dan selalu mendengarkan segala keluh kesah saya di dalam doa-doa saya, sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir saya dengan lancar.
- 2. Bapak dan Ibu**, Sebagai tanda Baktiku dan Terima kasihku Karya Tulis ini aku persembahkan untuk kalian yang telah membesarkanku, membimbingku, dan banyak memberikan Semangat. Saya tidak akan lupa perjuanganmu untuk mengantarkanku menjadi orang yang lebih baik. Semoga ini menjadi langkah awal dalam membahagiakan bapak ibu adik dan mbak Lis. Semoga bapak disurga bahagia melihat figgy bisa meraih cita-cita figgy. Karena figgy tau belum bisa membahagikan bapak ibu selama ini. Sekali lagi terima kasih untuk semua yang selalu menyayangiku.
- 3. Dodi Rudianto**, terimakasih atas kasih sayang, Semangat yang sudah diberikan, dan kesabaran untuk mendengarkan segala keluh kesahku. Terimakasih sudah mengajarkanku untuk segala hal dan selalu mendapinginku baik senang maupun susah.
- 4. Bapak Ibu Dosen Dan Pembimbing Karya Tulis Ilmiah (Bu Juliati dan pak Bayu)**, Terima kasih banyak bapak dan Ibu, saya sudah dibantu selama ini, sudah dinasehati, sudah diajari, saya tidak akan lupa atas Kebaikan, Bantuan dan kesabaran dari Ibu saat Membimbing saya.
- 5. Seluruh Dosen Poltekkes RS.dr. Soepraoen**, terutama Bu Mustika Selaku Wali Kelas saya yang banyak membantu saya, Terimakasih banyak untuk semua ilmu yang sudah diberikan, didikan dan pengalaman yang sangat berarti yang telah kalian berikan kepada kami.
- 6. Teman - temanku Semua, Terutama Kelas 3A dan Ke-5 Sahabat Terdekatku**, terimakasih sudah selalu ada buat aku selalu mendukungku semoga kita dimudahkan dalam merahi semua mimp kita.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Status Gizi Remaja Di SMA Negeri 1 Bululawang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Arief Effendi, SH, S. Kep., S.MPh, MM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Ns. Kumoro Asto Lenggono, M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. Ibu DR. Juliati Koesrini, A. Per. Pen., M. Kpd selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
4. Bapak Bayu Budi Laksono M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Bapak Amin Zakaria M.Kep selaku penguji I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.

6. Bapak Dion Kunto M.Kep selaku penguji II dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
7. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendo'akan saya.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik-baiknya. Namun, demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, 18 juni 2020

Penulis



DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan.	iii
Curriculum Vitae.....	iv
Lembar Persetujuan.....	v
Lembar Pengesahan.....	vi
Lembar Persembahan	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar	xv
Daftar Lampiran.....	xvi
Daftar Singkatan Lambang	xvii
Abstrak	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep <i>Status Gizi</i>	6

2.1.1 Pengertian <i>Gizi</i>	6
2.1.2 Pengertian Status Gizi.....	6
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	8
2.1.4 Faktor Penyebab Masalah Gizi Remaja	10
2.1.5 Klasifikasi Status Gizi	11
2.1.6 Penilaian Status Gizi Langsung	12
2.1.7 Penilaian Status Gizi Tidak Langsung.....	14
2.1.8 Status Gizi Berdasarkan Antropometri	15
2.2 Konse Remaja	20
2.2.1 Pengertian Remaja.....	20
2.2.2 Tahap Remaja.....	20
2.2.3 Perkembangan Remaja.....	22
2.2.4 masalah gizi Pada Remaja.....	23
2.2.5 Gizi Seimbang Remaja.....	24
2.2.6 Pengukuran Antropometri Status Gizi Pada Remaja.....	28
2.3 Kerangka Konsep	32
2.3.1 Deskripsi Kerangka Konsep.....	33
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	346
3.1 Desain Penelitian.....	34
3.2 Kerangka Kerja	34
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	36
3.3.1 Populasi	36
3.3.2 Sampel.....	36
3.3.3 Sampling	36
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	37
3.4.1 Identifikasi Variabel	37

3.4.2 Definisi Operasional	37
3.5 Pengumpulan dan Analisa Data.....	39
3.5.1 Proses Pengumpulan Data	39
3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	40
3.5.3 Waktu dan Tempat Pengumpulan Data	43
3.5.4 Analisa Data.....	46
3.6 Etika Penelitian	46
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Hasil Penelitian	49
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	49
4.1.2 Data Umum	49
4.1.3 Data Khusus.....	49
4.2 Pembahasan.....	52
4.2.1 Status Gizi remaja	53
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	55
5.1 Kesimpulan.....	55
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	58



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Berdasarkan Indeks	19
Tabel 3.1 Definisi Operasional	38
Tabel 3.2 Standart Indeks Masa Tubuh Menurut Umur	41
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteritis Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur Remaja di SMA Negeri 1 Bululawang	50
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umumberdasarkan Usia Remaja	50
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Status Gizi IMT/U di SMAN 1 Bululawang.	51



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	32
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	35



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Penelitian	43
Lampiran 2 Surat Permohonan menjadi Responden	44
Lampiran 3 Surat Persetujuan menjadi Responden.....	45
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Judul Karya Tulis Ilmiah.....	46
Lampiran 5 Lembar Kartu Bimbingan Karya Tulis Ilmiah	47
Lampiran 6 Lembar Kartu Bimbingan Karya Tulis Ilmiah	48
Lampiran 7 Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	49



DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

AKG : Angka Kecukupan Gizi

PSG : Pemantauan Status Gizi

Kemenkes : Kementerian Kesehatan

IMT : Indeks Masa Tubuh

WHO : *World Health Organization*

KG : Kilo Gram

M : Meter



ABSTRAK

Anggraei, Bielly Figgy. 2020 "*Gambaran Status Gizi Remaja Di SMA Negeri 1 Bululawang*". Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang. Pembimbing 1: DR. Juliati Koesrini,A. Per. Pen., M. Kep Pembimbing 2: Bayu Budi Laksono, M.Kep

Status gizi adalah keadaan dimana keadaan gizi seseorang berdasarkan tinggi badan (TB) terhadap umur (Umur) kemudian di sesuaikan dengan IMT kemudian dimasukan tabel z-score. Gizi baik, gizi kurang, gizi lebih. Prevelensi status gizi di Sma Negeri 1 Bululawang menunjukan obesitas 9 remaja (15%) dan kurus 2 remaja (2%). Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi gambaran status gizi pada remaja.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Populasinya adalah remaja kelas 11 mia 1 dan mia 2 sebanyak 60 siswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dan jumlah sampelnya sebanyak 60 responden. Data dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan pengukuran berat badan dan, tinggi badan. Variabel pada penelitian ini adalah status gizi remaja. Penelitian yang dilakukan pada tanggal 03 januari 2020.

Hasil Penelitian pengukuran status gizi menggunakan IMT/U menunjukkan hampir seluruhnya responden masuk dalam kategori normal sebanyak 49 remaja (82%) dan sebagian kecil masuk dalam kategori obesitas sebanyak 9 remaja (15%). Dalam perbaikan gizi mungkin sudah terlaksana oleh sekolah, sehingga status gizi remaja berdasarkan IMT/U menuju ke rentang normal. Terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisiensi, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin (Purwanti, 2011).

Melihat hasil penelitian ini maka perlu untuk mempertahankan program perbaikan gizi yang sudah dijalankan, sehingga dapat mengurangi angka terjadinyamasalah gizi pada remaja.

Kata kunci : Status gizi, Remaja

ABSTRACT

Anggraei, Bielly Figgy.2020 "Overview of Adolescent Nutritional Status in SMA Negeri 1 Bululawang".Scientific papers.Nursing Study Program at Poltekkes Hospital. Dr. Soepraoen Malang. Advisor 1: DR. Juliati Koesrini, A. Per. Pen., M. Kep Supervisor 2: Bayu Budi Laksono, M.Kep

Nutritional status is a condition in which a person's nutritional status is based on height (TB) against age (age) then adjusted for BMI then a z-score table is entered. Good nutrition, less nutrition, more nutrition. The prevalence of nutritional status in SMA Negeri 1 Bululawang refers to obesity 9 adolescents (15%) and thin 2 adolescents (2%). This study aimed to identify the nutritional status of adolescents.

The method used in this research is descriptive. The population was 60 students of grade 11 mia 1 and mia 2. The sampling technique used in this study was total sampling and the number of samples was 60 respondents. The data in this study were taken using measurements of body weight and height. The variable in this study is the nutritional status of adolescents. The research was conducted on January 3, 2020.

The results of the study of measuring nutritional status using BMI / U showed that almost all respondents were in the normal category as many as 49 adolescents (82%) and a small proportion was in the obesity category as many as 9 adolescents (15%). In terms of improving nutrition, it may have been implemented by schools, so that the nutritional status of adolescents based on BMI / age reaches a normal range. This occurs when the body gets enough nutrients that are used efficiently, thus allowing physical growth, brain development, workability, and general health at the highest possible level (Purwanti, 2011).

Seeing the results of this study, it is necessary to maintain the nutrition improvement program that has been implemented, to reduce the number of nutritional problems in adolescents.

Keywords: Nutritional status, Adolescents