

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Skripsi :  
GAMBARAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KLEPU  
KECAMATAN PRINGAPUS**

**Disusun oleh:**

**NURLIA ERIKA**

**152221109**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenakan untuk  
diujikan.

Ungaran, 28 Desember 2023  
Pembimbing



Heni Hirawati, S.Si.T., M.Kes  
NIDN : 0602108101

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :  
**GAMBARAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KLEPU  
KECAMATAN PRINGAPUS**


Disusun oleh:  
**NURLIA ERIKA**  
152221109

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan  
Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

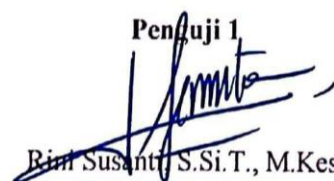
Hari : Rabu

Tanggal : 17 Januari 2024


**Tim Penguji :  
Ketua/Pembimbing**

  
Heni Hirawati P., S.Si.T., M.Kes  
NIDN : 0602108101

**Penguji 1**

  
Rini Susanti, S.Si.T., M.Kes  
NIDN. 0621098002

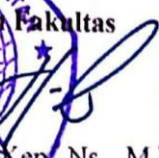
**Ketua Program Studi**

  
Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Keb  
NIDN.0627048302

**Penguji 2**

  
Ninik Cristian, S.Si.T., M.Kes  
NIDN.0607118001

**Dekan Fakultas**

  
Eko Snsilo, S.Kep, Ns., M.Kep  
NIDN.0627097501

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nurlia Erika

NIM : 152221109

Program Studi/Fakultas : Sarjana Kebidanan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang berjudul "GAMBARAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KLEPU KECAMATAN PRINGAPUS" adalah skripsi asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah di publikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Ungaran, 28 Desember 2023



Heni Hirawati Prapoto, S.SiT., M.Kes  
NIDN 0602108101



Nurlia Erika  
NIM 152221109

**LEMBARN PERSETUJUAN**  
**PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo:

Nama : Nurlia Erika

Nomor Induk Mahasiswa : 152221109

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo skripsi saya yang berjudul “Gambaran Status Gizi Pada Remaja Di Desa Klepu Kecamatan Pringapus” beserta perangkat yang diperlukan. Dengan demikian saya memberikan kepada perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak keberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau image yang ada dalam skripsi saya terindeks oleh mesin pencari (search engine), misalnya google. Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Ungaran, 30 Desember 2023  
Yang membuat pernyataan ini



## RIWAYAT HIDUP PENULIS



- Nama : Nurlia Erika
- Tempat tanggal lahir : Kab.Indramayu, 27 Maret 2000
- Alamat : Blok plasahkoneng 23/14 Ds.Mekarjaya, Kec.Gnatar,  
Kab.Indramayu, Jawa Barat
- Agama : Islam
- Jenis Kelamin : Perempuan
- Pendidikan :
1. SD N Pelasahkoneng Lulusan Tahun 2012
  2. Mts Darul Ulum Suruh Lulusan Tahun 2015
  3. MA N 1 Semarang Lulusan Tahun 2018
  4. D3 Universitas Ngudi Waluyo Lulus Tahun 2022
  5. Saat ini masih tercatat sebagai mahasiswa S1 kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

## MOTTO

وُسْعَهَا إِلَّا نَفْسًا اللَّهُ يُكَلِّفُ لَا

“ Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya “

Teruslah bergerak, hingga kelelahan itu lelah mengikutimu  
Teruslah berlari, hingga kebosanan itu bosan menjejarmu  
Teruslah berjalan, hingga keletihan itu letih bersamamu  
Teruslah bertahan, hingga kefuturan itu futur menyertaimu  
Teruslah berjaga, hingga kelesuan itu lesu menemanimu.

**KH. Rahmat Abdullah**

“orang lain tidak akan bisa paham struggle dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian success stories. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.

Tetap semangat ya !”<sup>2</sup>

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan**  
**Skripsi, Desember 2023**  
**Nurlia Erika**  
**152221109**

**GAMBARAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KLEPU  
KECAMATAN PRINGAPUS.**

**ABTRAK**

**Latar Belakang :** Masalah yang sering terjadi pada remaja adalah gizi kurang dan lebih. Status gizi pada remaja dapat mempengaruhi terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh sehingga bisa berdampak pada masalah gizi saat dewasa.

**Tujuan Penelitian :** Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi pada remaja di desa klepu kecamatan pringapus.

**Metode :** Desain pada penelitian ini adalah deskriptif. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh remaja di desa klepu kecamatan pringapus berjumlah 1.436 responden dengan pengambilan sample secara Accidental sampling berjumlah 120 responden. pengumpulan data menggunakan data skunder dengan master tabel yaitu nama, umur, jenis kelamin, tinggi badan dan berat badan.

**Hasil :** Sebagian besar remaja kategori normal sebanyak 65 responden (54,2%), Presentase status gizi normal Sebagian besar terdapat pada kelompok umur 16-19 tahun dengan jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 24 responden (40,0%), sangat kurus 6 responden (10,0%), kurus 3 responden (5,0%), gemuk 4 responden (6,7%) dan sangat gemuk 2 responden (3,3%). Pada kelompok usia perempuan Sebagian besar status gizi normal umur 16-19 tahun sebanyak 17 responden (28,3%), sangat kurus sebanyak 4 responden (6,7%), kurus 3 responden (5,0%), gemuk 2 responden (3,3%) dan sangat gemuk 4 responden (6,7%).

**Kesimpulan :** Status gizi pada remaja di desa klepu kecamatan pringapus sebagian besar dalam kategori normal sebanyak 65 responden (54,2%).

**Kata Kunci** : Status gizi, Remaja  
**Kepustakaan** : (2013-2023)

**Ngudi Waluyo University**  
**Study Program Of Midwifery, Faculty Of Health**  
**Final Project, December 2023**  
**Nurlia Erika**  
**152221109**

**DESCRIPTION OF NUTRITIONAL STATUS IN ADOLESCENTS IN  
KLEPU VILLAGE, PRINGAPAS DISTRICT.**

**ABSTRACT**

**Background :** The problem that often occurs in adolescents is less and more nutrition. Nutritional status in adolescents can affect the growth and development of the body so that it can have an impact on nutritional problems in adulthood. status in adolescents in klepu village, pringapas district.

**Methods :** The design in this study is descriptive. The population in this study was all adolescents in Klepu Village, Pringapus District, totaling 1,436 respondents with accidental sampling of 120 respondents. Data collection using skunder data with master table namely name, age, gender, height and weight.

**Results :** T Most of the adolescents in the normal category were 65 respondents (54.2%), the percentage of normal nutritional status was mostly found in the age group of 16-19 years with male gender, namely as many as 24 respondents (40.0%), very thin 6 respondents (10.0%), thin 3 respondents (5.0%), fat 4 respondents (6.7%) and very fat 2 respondents (3.3%). In the female age group, most of the normal nutritional status aged 16-19 years was 17 respondents (28.3%), very thin as many as 4 respondents (6.7%), thin 3 respondents (5.0%), fat 2 respondents (3.3%) and very fat 4 respondents (6.7%).

**Conclusion :** The nutritional status of adolescents in Klepu Village, Pringapus District, was mostly in the normal category as many as 65 respondents (54.2%).

**Keywords** : Nutritional status, Adolescents

**Literature** : (2013-2023)



## **KATA PENGANTAR**

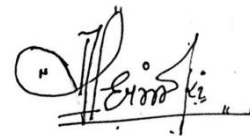
Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan SKRIPSI yang berjudul "GAMBARAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI DESA KLEPU KECAMATAN PRINGAPUS". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan pada program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Selama melakukan penelitian maupun penyusunan Skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga perkenankan penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr Subyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian Afriyani, S,Si.T.,M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Heni Hirawati Pranoto, S.SiT.,M.Kes selaku Pembimbing Skripsi yang banyak memberi saran dan petunjuk dalam pembuatan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
6. Puskesmas Pringapus dan Bidan Desa Klepu ibu Fatmah Baradja, STr.keb yang telah memberikan ijin untuk melakukan penyusunan skripsi di Desa Klepu, Kabupaten Semarang.
7. Ayah dan Ibu saya tercinta yang selalu mendukung dan memberi semangat dalam penyelesaian skripsi ini .

8. Teman-teman Kebidanan Program Sarjana Universitas Ngudi Waluyo Angkatan 2022 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
9. Jodoh penulis kelak kamu adalah satu alasan penulis menyelesaikan skripsi ini, meskipun penulis belum mengetahui keberadaanmu
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, karna keterbatasan kemampuan dan waktu yang penulis miliki, akhir kata peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Ungaran, Desember 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Penulis', with a stylized flourish on the left side.

Penulis

## DAFTAR ISI

COVER LUAR.....	i
COVER DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
MOTTO.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACK.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
A. Remaja.....	9
1. Pengertian Remaja.....	9
2. Tahap Perkembangan.....	9
3. Perkembangan Remaja.....	11
4. Upaya Kesehatan.....	14
B. Status Gizi.....	17
1. Pengertian Gizi.....	17
2. Pengertian Status Gizi.....	17

3. Status Gizi Remaja .....	18
4. Faktor yang mempengaruhi Status Gizi.....	18
5. Penilaian Status Gizi.....	21
6. Indeks Masa Tubuh.....	21
C. Gizi Pada Remaja .....	22
1. Kebutuhan Gizi Remaja .....	22
2. Penyebab Masalah Remaja .....	25
3. Dampak Status Gizi.....	27
D. Krangka Teori .....	30
E. Krangka Konsep.....	30
BAB III METODE PENELITIAN .....	31
A. Desain Penelitian .....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
C. Subyek Penelitian .....	31
D. Definisi Operasional .....	33
E. Pengumpulan Data.....	34
F. Teknik Pengolahan Data.....	35
G. Analisis Data .....	37
H. Etika Penelitian .....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Gambaran Umum Penelitian .....	39
B. Hasil dan Pembahasan .....	39
C. Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB V PENUTUP .....	54
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	54
DAFTAR PUSTAKA .....	56
LAMPIRAN .....	60

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori .....	30
Bagan 2.2 Kerangka Konsep .....	30

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perubahan Fisik Pada Remaja.....	11
Tabel 2.2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) (kg/m <sup>2</sup> ) .....	22
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ..	39
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur .....	40
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi .....	40
Tabel 4.4 Distribusi Kategori Status Gizi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	47
Tabe 4.5 Distribusi Status Gizi Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin .....	48

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan .....	60
Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan .....	61
Lampiran 3. Surat Penelitian dan Mencari Data.....	62
Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data .....	63
Lampiran 5. Etichal Clearance .....	64
Lampiran 6. Turnitin Plagiarisme.....	65
Lampiran 7. TOEFLE .....	66
Lampiran 8. Data Posyandu Remaja Desa Klepu Tahun 2023 .....	67
Lampiran 9. Lembar Konsultasi .....	72
Lampiran 10. Dokumentasi .....	79