

# **LAPORAN TUGAS AKHIR**

## **FAKTOR RISIKO KEJADIAN GIZI KURANG PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**



**Oleh:**

**ZIA MAHERA**

**Nomor Induk Mahasiswa: PO.71.31.1.23.016**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM  
DIPLOMA TIGA  
TAHUN 2026**

## **LAPORAN TUGAS AKHIR**

### **FAKTOR RISIKO KEJADIAN GIZI KURANG PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan  
Diploma-III (tiga) Kesehatan Bidang Gizi



**Oleh:**

**ZIA MAHERA**

**Nomor Induk Mahasiswa: PO.71.31.1.23.016**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG  
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM  
DIPLOMA TIGA  
TAHUN 2026**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut *World Health Organization (WHO)*, remaja didefinisikan sebagai kelompok usia antara 10-19 tahun. Masa remaja, yang juga dikenal dengan masa adolesens, merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai oleh perkembangan fisik, mental, emosional, serta sosial (*WHO*, 2018). Selain itu, Kementerian Kesehatan mengelompokkan masa remaja menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja menengah (usia 14-16 tahun), dan remaja akhir (usia 17-19 tahun). Menurut Kemenkes RI (2020), masa remaja ditandai dengan perubahan fisik dan fungsi psikologis, terutama yang berkaitan dengan organ reproduksi. Di sisi psikologis, periode remaja ditandai dengan perubahan kognitif, emosi, sosial, dan moral (Anggraini *et al.*, 2022).

Masa remaja merupakan periode penting karena menjadi tahap peralihan dari anak-anak menuju dewasa, di mana tubuh mengalami berbagai perubahan. Pada masa ini, remaja perlu mengonsumsi makanan bergizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan tubuh mereka agar dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal serta terhindar dari berbagai masalah gizi. Beberapa masalah gizi yang sering dialami remaja meliputi kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan anemia. Ketidakseimbangan asupan makanan dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, peningkatan risiko penyakit, pertumbuhan yang tidak normal, penurunan kecerdasan, produktivitas yang menurun, serta gangguan dalam perkembangan organ reproduksi, khususnya pada perempuan (Nurfitriani & Kurniasari, 2023).

Salah satu masalah kesehatan yang masih terjadi di Indonesia hingga saat ini adalah gizi kurang. Gizi kurang yaitu kondisi kekurangan gizi yang disebabkan oleh asupan zat gizi yang tidak memenuhi kebutuhan tubuh dalam jangka waktu yang cukup lama, yang ditandai dengan status gizi berada pada kategori kurang berdasarkan indikator antropometri, sehingga dapat berdampak

pada pertumbuhan, daya tahan tubuh, serta proses perkembangan remaja, khususnya remaja putri (*Rostanty Adhiarti et al.*, 2023). Kondisi kekurangan gizi atau asupan nutrisi yang tidak optimal berkaitan erat dengan penurunan status kesehatan serta meningkatnya risiko berbagai penyakit, baik penyakit infeksi maupun penyakit tidak menular, seperti penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi dan stroke, serta diabetes dan kanker. Penyakit-penyakit tersebut merupakan penyebab utama kematian di Indonesia, di mana lebih dari setengah total kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan, 2014).

Kesehatan yang baik akan sejalan dengan gizi yang baik juga. Tidak normalnya pertumbuhan dan perkembangan tubuh adalah gejala klinis dari kekurangan nutrisi. Status gizi dapat disebabkan oleh sejumlah faktor yang dapat saling terkait. Oleh karena itu, pemahaman tentang mekanisme penyebab gangguan gizi seharusnya menjadi dasar untuk membangun strategi (Laswati, 2019).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, distribusi status gizi remaja di Indonesia berdasarkan indikator IMT/U menunjukkan bahwa pada kelompok usia 13-15 tahun terdapat 1,9% remaja dengan gizi kurang. Dan pada kelompok usia 16-18 tahun terdapat 6,6% gizi kurang. Sementara itu, data di Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan bahwa pada remaja usia 13-15 tahun prevalensi gizi kurang 5,2%. Dan pada remaja usia 16-18 tahun terdapat 6,9% gizi kurang (Kementerian Kesehatan, 2023).

Dari berbagai zat gizi, asupan energi memiliki kaitan erat dengan kecukupan zat gizi makro dalam kehidupan sehari-hari, karena keduanya berperan penting dalam mendukung aktivitas tubuh. Energi yang diperoleh dari karbohidrat, protein, dan lemak menjadi sumber utama yang dibutuhkan dalam jumlah besar untuk menjalankan fungsi fisiologis maupun aktivitas sehari-hari. Dengan demikian, keseimbangan antara energi dan zat gizi makro sangat menentukan kondisi kesehatan serta produktivitas seseorang (Faridi et al., 2023).

Status gizi remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, baik faktor biologis, perilaku, maupun psikososial. Salah satu faktor

penting yang berhubungan erat dengan status gizi adalah kejadian penyakit infeksi. Penyakit infeksi dan status gizi memiliki hubungan sebab akibat yang bersifat timbal balik. Gizi kurang dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap infeksi. Sebaliknya, infeksi yang terjadi secara berulang dapat memperburuk status gizi akibat menurunnya nafsu makan, meningkatnya kebutuhan energi dan zat gizi, serta terganggunya penyerapan zat gizi akibat gejala seperti diare dan muntah. Kondisi tersebut menyebabkan zat gizi yang seharusnya dimanfaatkan untuk pertumbuhan tidak dapat digunakan secara optimal. Beberapa penyakit infeksi yang diketahui berperan dalam memperburuk keadaan gizi antara lain diare, infeksi saluran pernapasan atas, tuberkulosis, campak, batuk rejan, malaria kronis, serta infeksi cacing (Siddiq, 2018).

Selain penyakit infeksi, faktor lain yang turut memengaruhi status gizi remaja putri adalah tingkat pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi berperan dalam membentuk sikap dan perilaku konsumsi seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Hartanti *et al.*, (2024) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi remaja. Meskipun sebagian besar remaja memiliki pengetahuan gizi yang cukup, penerapannya dalam perilaku makan sehari-hari masih belum optimal. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi perlu didukung oleh kebiasaan konsumsi yang sehat serta lingkungan yang mendukung agar dapat berkontribusi secara nyata dalam mencegah terjadinya gizi kurang pada remaja putri.

Di samping faktor penyakit infeksi dan pengetahuan, status gizi juga dipengaruhi oleh faktor psikososial, salah satunya adalah body image. Body image merupakan persepsi individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Pada masa remaja, khususnya remaja putri, ketidakpuasan terhadap citra tubuh sering kali mendorong perilaku pembatasan makan atau penerapan pola diet yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Perilaku tersebut dapat menyebabkan asupan energi dan zat gizi menjadi tidak adekuat, sehingga berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang pada remaja putri (Nyoman *et al*, 2021).

Hal tersebut didukung oleh penelitian Rachmafani *et al.*, (2025) yang menunjukkan bahwa *body image* memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi remaja. Sebagian besar remaja memiliki persepsi citra tubuh yang negatif dan merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, terutama karena kekhawatiran terhadap kelebihan berat badan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan bermakna antara *body image* dan status gizi ( $p < 0,05$ ), di mana remaja dengan *body image* negatif cenderung memiliki status gizi yang lebih buruk. Persepsi citra tubuh yang negatif dapat mendorong perilaku makan yang tidak sehat dan pola konsumsi yang tidak seimbang, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang. Sebaliknya, remaja dengan *body image* positif cenderung memiliki pola makan yang lebih baik dan status gizi yang normal. Temuan ini menegaskan bahwa *body image*, bersama dengan faktor penyakit infeksi dan pengetahuan gizi, berperan penting terhadap kejadian gizi kurang pada remaja putri.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rachmafani *et al.*, (2025) menunjukkan bahwa *body image* memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi remaja. Sebagian besar remaja memiliki persepsi citra tubuh yang negatif dan merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, terutama karena kekhawatiran akan kelebihan berat badan. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan bermakna antara *body image* dengan status gizi ( $p < 0,05$ ), di mana remaja dengan *body image* negatif cenderung memiliki status gizi yang lebih buruk. Persepsi citra tubuh yang negatif mendorong perilaku makan yang tidak sehat dan pola konsumsi yang tidak seimbang, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang. Sebaliknya, remaja dengan *body image* positif cenderung memiliki pola makan yang lebih baik dan status gizi yang normal. Temuan ini menegaskan bahwa *body image* dan pola konsumsi berperan penting terhadap kejadian gizi kurang pada remaja putri.

SMA Negeri 2 Palembang berlokasi di Jalan Puncak Sekuning No.84, Kelurahan Lorok Pakjo, Kecamatan Ilir Barat I, Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan.

Alasan peneliti memilih SMA Negeri 2 Palembang sebagai lokasi penelitian karena sekolah ini berlokasi di kawasan strategis pusat Kota Palembang, sehingga merepresentasikan karakteristik remaja di wilayah perkotaan dengan pola konsumsi dan gaya hidup yang beragam dan dinilai representatif untuk mengidentifikasi faktor risiko kejadian gizi kurang pada remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Berkaitan dengan permasalahan yang telah dijelaskan pada latar belakang diatas bahwa masih banyak siswa yang kurang mengetahui tentang gizi seimbang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah **Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Palembang?**

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui gambaran faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- b. Diketahui asupan energi dan zat gizi makro pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- c. Diketahui penyakit infeksi pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- d. Diketahui tingkat pengetahuan pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- e. Diketahui *body image* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- f. Diketahui hubungan antara asupan energi dan zat gizi makro dengan kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- g. Diketahui hubungan antara penyakit infeksi dengan kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.
- h. Diketahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.

- i. Diketahui hubungan antara *body image* gizi dengan kejadian gizi kurang pada remaja putri di SMA Negeri 2 Palembang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi SMA Negeri 2 Palembang**

Dapat digunakan sebagai referensi dan menambah pengetahuan tentang Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Palembang.

##### **2. Bagi Jurusan Gizi**

Dapat dijadikan sebagai tambahan informasi dan literatur terutama dibidang gizi masyarakat serta dijadikan acuan untuk peneliti selanjutnya.

##### **3. Bagi peneliti**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dalam menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan atau dalam proses pembelajaran, serta memperluas wawasan dan keterampilan terkait Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Palembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N., Husaidah, S., & Desy. (2025). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 63 Kota Batam. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 54–62. <https://doi.org/10.56260/sciena.v4i2.189>
- Alristina, A. D., Km, S., Ethasari, R. K., Gz, S., Gz, M., Laili, R. D., Gz, S., Hayudanti, D., & Gz, S. (2021). *Ilmu gizi dasar buku pembelajaran*. Penerbit CV. Sarnu Untung.
- Andini, S., Ilmi, I. M. B., Wahyuningsih, U., & Sofianita, N. I. (2023). Hubungan Body Image dan Intervensi Penggunaan Media Sosial dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMAN 1 Kota Serang. *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 06(01), 10–24.
- Andrias, D. F., Safitri, D. E., & Muhdar, I. N. (2022). Asupan Zat Gizi Makro dan Gaya Hidup Sedentari Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Di SMAN 56 Jakarta Barat. *Nutrire Diaita*, 14(01), 1–7.
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
- Anjani, A. L. (2024). *Penerapan Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Vidio Animasi untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja yang Mengalami Stunting di RW 01 Kelurahan Bubulak Kota Bogor*. Poltekkes Kemenkes Bandung.
- Ardi, A., & Alvi, A. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Remaja Putri. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 320–328.
- Auliasari, S. N., Mustika, I., & Khoiriyah, R. A. (2025). Pengaruh Kecukupan Asupan Protein terhadap Status Gizi Santri Pondok Pesantren Tahfidul Qur'an di Mojokerto. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 14(2), 154–161.
- Cash, T. F. (2012). *Encyclopedia of body image and human appearance*. Academic Press.
- Chandra, A. P. (2021). Gambaran Tingkat Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Pada Anak Remaja Awal Usia 12-16 Tahun Di SMP NEGERI 7 KOTA Bogor Tahun 2021. *Jurnal Riset Kesehatan*, 1–11. <https://repo.poltekkesbandung.ac.id/2327/6/Manuskrip.pdf>
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa

- Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 197–204. <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>
- Christabel, V., & Devita, A. (2025). Hubungan Body Image Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Desa Kema Ii. *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 4(1), 14–23. <https://doi.org/10.37771/nj.vol6.iss1.606>
- Damayanti, A. P., Koerniawati, R. D., & Hanun, M. S. (2022). The Association of Body Image and Intake with Nutritional Status of Student of SMA Negeri 6 Pandeglang. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(1), 185–189. <https://www.academia.edu/download/91205663/8882.pdf>
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). PENGETAHUAN ; ARTIKEL REVIEW. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Erniati, Murlan, & Darmin. (2024). Hubungan Asupan Energi, Karbohidrat, Protein Dan Lemak Terhadap Status Gizi Atlet di SMA Negeri Keberbakatan Olahraga Bahteramas Kota Kendari. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(2), 109–115. <https://doi.org/10.69677/avicenna.v3i2.79>
- Farida Isroani, S.Pd.I, M. P., Syahrudin Mahmud, M.Ed., P. ., Dr. H. Ahmad Qurtubi, M. ., Putri Hana Pebriana, M. P., Dra. Andi Rahmatia Karim, M. P., Yeti Yuwansyah, SST., M.Kes, M. K., Refnil Yetti, M. P., Andi Muhammad Fara Kessi, S.STP, M. M., & Aminah, S.E., M. P. (2023). *Psikologi Perkembangan* (M. P. Aeni Rahmawati (ed.)). PENERBIT MITRA CENDEKIA MEDIA.
- Faridi, A., Bayyinah, N. H., & Vidyarini, A. (2023). Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro, Pengetahuan Ibu Terkait Gizi Pola Asuh dengan Gizi Kurang Balita. *Jurnal Pustaka Padi*, 2, 14–21.
- Febronia Melania Woi, Lewi Jutomo, & Toy, S. M. (2025). Kajian Masalah Kesehatan, Tingkat Konsumsi Energi dan Protein, Serta Status Gizi Lansia di Kota Ende. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 91–103. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i1.4391>
- Hartanti, A., Harwati, R., & Arswinda, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Tentang Nutrisi Dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 3 Boyolali. *Jurnal Cakrawala Keperawatan*, 01(02), 134–145.
- Hasanah, N. U., & Hamal, D. K. (2025). Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMAN 20 Jakarta. *Indonesian Journal of Science*, 1(6), 1211–1217.
- Hatussaadah, S. F., & Rosalina, E. (2024). Hubungan Citra Tubuh (Body Image) dengan Status Gizi Remaja di Smart Fast Global Education. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 13(2), 437–444. <https://doi.org/10.36565/jab.v13i2.879>

- Herawati, H., Putri, U., Syahrir, M., & AR, M. (2019). Status Gizi Remaja di Kota Luwuk. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk : Public Health Journal*, 10(1), 20–30. <https://doi.org/10.51888/phj.v10i1.5>
- Heuven, L. A. J., van Bruinessen, M., Tang, C. S., Stieger, M., Lasschuijt, M. P., & Forde, C. G. (2024). Consistent effect of eating rate on food and energy intake across twenty-four ad libitum meals. *British Journal of Nutrition*, 132(4), 535–546. <https://doi.org/10.1017/S0007114524001478>
- Idris, I., Suhermi, Alam, R. I., & Wan Sulastri Emin. (2024). Hubungan Body Image dengan Perilaku Self Esteem pada Remaja Putri. *Window of Nursing Journal*, 5(2), 166–172. <https://doi.org/10.33096/won.v5i2.853>
- Ifdil, Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 108.
- Indartanti, D., & Kartini, A. (2020). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 3, 33–39.
- Kementerian Kesehatan. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan*, 1–96.
- Kementerian Kesehatan. (2019). *Permenkes RI No 29 Tahun 2019*. 8(5), 55.
- Kementerian Kesehatan. (2023). Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka Dalam Angka. *Kota Kediri Dalam Angka*, 1–68.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan Dan Tatalaksana Balita Gizi Buruk Pada Masa Pandemi Covid-19. *Kementerian Kesehatan RI*.
- Khairani, M., Afrinis, N., & Yusnira. (2021). Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Santri Madrasah Aliyah Darul Qur ' an Tahun 2021. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 10985–10991.
- Laswati, D. T. (2019). Masalah Gizi Dan Peran Gizi Seimbang. *Agrotech : Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian*, 2(1), 69–73. <https://doi.org/10.37631/agrotech.v2i1.12>
- LIPI. (2018). *Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) XI*.
- Makikama, C. V, Kawatu, P. A. T., & Punuh, M. I. (2019). Hubungan Antara Asupan Protein Dengan Status Gizi Pada Anak Kelas 4 dan SD Inpres Matungkas Kecamatan Dimembe Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado*, 1–7.
- Ningrum, S. O. W. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar LPQ Nurul Hikmah Candisari Semarang.

*Nutrition Research and Development Journal*, 04(01), 103–111.  
<https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/index>

- Notoadmojo, P. D. S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novard, M. F. A., Suharti, N., & Rasyid, R. (2019). Gambaran Bakteri Penyebab Infeksi Pada Anak Berdasarkan Jenis Spesimen dan Pola Resistensinya di Laboratorium RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2014-2016. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(2S), 26. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i2s.955>
- Nurfitriani, J., & Kurniasari, R. (2023). Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi dan Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 503–506. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2929>
- Nyoman, N. (2021). Body Image Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 5(1), 1–7.
- Pantaleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan dengan status Gizi Remaja di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK HEALTH JOURNAL*, 3.
- Purba, N. P., Kirani, N., Sitepu, A. S. B., Siregar, I. R., Priantono, D., Partisya, N. M., Ulandari, U., & Ayu, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Mts Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 13(1), 72. <https://doi.org/10.31596/jcu.v13i1.2128>
- Purimahua, S., Hinga, I. A. T., Limbu, R., & K, S. B. (2022). Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Pedagang di Pasar. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 186–196. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v6i3.178>
- Purwaningtyas, D. R., & Marliyati, A. (2018). Perilaku Gizi, Status Gizi, dan Morbiditas Penyakit Infeksi pada Petani dan Buruh Tani Perempuan di Pemalang. *Arkesmas*, 3(2), 105–111.
- Putri, D. A. L., Kisnawaty, S. W., & Zulaekah, S. (2025). Hubungan asupan energi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja. *Nutrix Journal*, 9, 1–10.
- Rachmafani, L., Hafid, F., Pengge, N. M., & Intiyati, A. (2025). Body Image, Eating Patterns, and Nutritional Status of Adolescent Girls at SMP Negeri 38 Surabaya. *Journal of Nutrition and Health Development*, 1(1), 35–43.
- Rahman, M. M., Salikunna, N. A., Wahyuni, R. D., Badaruddin, R., Ramadhan, M. Z., Arief, A., Fisiologi, D., Kedokteran, F., & Tadulako, U. (2021). *Healthy Tadulako Journal ( Jurnal Kesehatan Tadulako ) Mahasiswa Fakultas*

*Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2019 Mahasiswa Kedokteran , Fakultas Kedokteran , Universitas Tadulako . Bagian Ilmu Gizi , Fakultas Kedokteran , Universitas Tadulako Depar. 7(1), 21–29.*

Rarastiti, C. N. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indoneisan Journal of Nutrition Science and Food*, 2(16), 30–34.

Ratnasari, D., Sukmaningsih, R., & Azahwa, N. (2026). Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Remaja Usia Sekolah di SMP MBS Wanasari. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 7(02), 57–64.

Raut, S., KC, D., Singh, D. R., Dhungana, R. R., Pradhan, P. M. S., & Sunuwar, D. R. (2024). Effect of nutrition education intervention on nutrition knowledge, attitude, and diet quality among school-going adolescents: a quasi-experimental study. *BMC Nutrition*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00850-0>

Rejeki, S., Faradilla, R. F., Elvira, I., & Nadila. (2024). Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, dan Serat dari Pangan Pokok di Wilayah Non Pertanian di Kota Baubau 2022. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 11, 35–41.

Rostanty Adhiarti, R., Khairani Dian, M., Abdullah, & Junita Elva, D. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Summersari Kecamatan Sekampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 6, No(2).

Sari Reni Puspita, & Agustin Kurnia. (2023). Analisis hubungan status gizi dengan kejadian penyakit infeksi pada anak balita di posyandu wilayah puskesmas Colomadu I. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 171–178. <https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/1596/1011>

Setiyaningrum, Z. (2021). Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Firdaus. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan*, 3(01), 1–8.

Sholikhah, D. M., & Rahma, A. (2024). The Relationship between Energy and Macronutrient Intake with Nutritional Status of Muhammadiyah Elementary School Children in Gresik Regency. *Amerta Nutrition*, 8(2), 239–247. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i2.2024.239-247>

Siddiq, M. N. azhim A. (2018). Penyakit Infeksi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang Berdasarkan BB/U Pada Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Sepenggal. *Kementerian PPN/Bappenas*, 7(1), 66.

Sulistyadewi, N. P. eny, & Masitah, R. (2020). Asupan Karbohidrat dan Lemak dari Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi pada Remaja. *Jurnal*

*Kesehatan Terpadu*, 4(2), 52–56.

Supariasa, I., Nyoman, D., Bakri, B., & Fajar, I. (2004). *Status Gizi*. Jakarta: Egc.

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan [Early and Middle Adolescent Development and Its Implications for Education]. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928.

Swarjana. (2022). *Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan–lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner*. Penerbit Andi.

Swinburn, B., Egger, G., & Raza, F. (1999). Dietary Fat Affects Obesity Rate. *Preventive Medicine*, 29(6), 562–570. <https://doi.org/https://doi.org/10.1006/pmed.1999.0585>.

UNICEF. (2021). UNICEF Conceptual Framework on Maternal and Child Nutrition. *Nutrition and Child Development Section, Programme Group 3 United Nations Plaza New York, NY 10017, USA*, 2–3.

Wahyuni, N. S. (2022). *Indeks Massa Tubuh Remaja*. Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan. [https://keslan.kemkes.go.id/view\\_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja](https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1546/indeks-massa-tubuh-remaja)

Yogi, N. K. A. S. (2022). Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Dan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra [Institut Teknologi dan Kesehatan Bali]. In *Ni Komang Ayu Sawitri Yogi*. [https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/NI\\_KOMANG\\_AYU\\_SAWITRI\\_YOGI.pdf](https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/NI_KOMANG_AYU_SAWITRI_YOGI.pdf)

Zuhriyah, A. (2021). Konsumsi Energi, Protein, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 01(01), 45–52.