

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG GIZI SEIMBANG
DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTERI
DI SMP NEGERI 5 UJUNGBATU**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kebidanan Pada Program Studi D-III Kebidanan
Universitas Pasir Pengaraian



Oleh :

CICIFLORENTINA
NIM. 2100026

**PRODI D-III KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
TAHUN 2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal Penelitian

Nama : Cici Florentina
Judul : Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan
Status Gizi Remaja Puteri Di SMP Negeri 5 Ujungbatu
Nim : 2100026

Karya tulis ilmiah penelitian ini telah diperiksa, disetujui, dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi D III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

Pasir Pengaraian, 8 Mei 2024

Menyetujui,

Pembimbing



NANA ALDRIANA, SST, M.Kes
NIDN. 8858930017

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG GIZI
SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTERI DI
SMP NEGERI 5 UJUNGBATU

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

CICI FLORENTIA
NIM: 2100026

Telah diuji dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Pada
tanggal 8 Mei 2024 dan
Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Ketua penguji


NANA ALDRIANA, SST, M.Kes
NIDN. 8858930017

Penguji I


EKA YULI HANDAYANI, M.Kes
NIDN.1024098801

Penguji II


YUYUN FAHMA, M.Keb
NIDN.1008048704

Pasir Pengaraian, 8 Mei 2024


Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Rika Herawati, SST, M. Kes
NIDN. 8878260017


Ketua Program Studi D III Kebidanan
Sri Wulandari, MPH
NIDN. 1004028501

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap	: Cici Florentina
Nim	2100026
Tempat / tanggal lahir	: Ujungbatu, 07 Juni 2002
Agama	: Islam
Jumlah saudara	: 3 Orang, Anak ke 4
Alamat rumah	: Desa Ujungbatu, Kecamatan Ujungbatu, Kabupaten Rokan hulu
Riwayat sekolah	: 1. TK Ridho Harapan, Lulusan Tahun 2009 2. SD Negeri 006 Ujungbatu, Lulusan Tahun 2015 3. SMP Negeri 2 Ujungbatu, Lulusan Tahun 2018 4. SMA Negeri 1 Ujungbatu, Lulusan Tahun 2021

PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024

Cici Florentina

**Hubungan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri
di SMPN 5 Ujungbatu Kecamatan Ujungbatu Kabupaten Rokan Hulu 2024**

Xi + 61 halaman + 6 tabel + 7 lampiran

ABSTRAK

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Pada remaja harus mendapatkan asupan zat-zat gizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan agar tercapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Masalah gizi yang terjadi pada remaja akan berdampak pada status gizi dan masalah kesehatan termasuk remaja putri. Pengetahuan gizi yang baik mempengaruhi asupan seseorang melalui pemilihan makanan bergizi yang dikonsumsi agar dapat mencapai status gizi yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tentang gizi seimbang dengan status gizi remaja putri. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain Cross Sectional, analisis data menggunakan uji *chi square*. Sampel pada penelitian ini adalah 63 responden, yang dipilih dengan Teknik sampel jenuh yaitu menjadikan semua populasi menjadi sampel. Hasil penelitian pengetahuan responden Sebagian besar 35 orang (55,6%) remaja putri berpengetahuan baik sedangkan berpengetahuan kurang 28 orang (44,4%). Berdasarkan status gizi remaja putri 27 orang (42,9%) berstatus gizi normal sedangkan berstatus gizi tidak normal 36 orang (57,1%). Hasil analisis bivariat ada hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi pada remaja putri dengan nilai $p = 0,000 (<0,05)$. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tentang gizi seimbang dengan status gizi. Saran perlu dilakukan kerjasama antara sekolah, puskesmas, instansi kesehatan dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya gizi seimbang dan menjaga status gizi dan bahayanya status gizi tidak normal terhadap remaja putri.

Daftar Pustaka : 34 (2014-2023)

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi seimbang, Status Gizi, SMPN 5 Ujungbatu

DIII MIDWIFERY STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAN
Scientific Writing, May 2024

Cici Florentina

The relationship between knowledge about balanced nutrition and the nutritional status of adolescent girls at SMPN 5 Ujungbatu, Ujungbatu District, Rokan Hulu Regency in 2024

Xi + 61 pages + 6 tables + 7 attachments

ABSTRACT

Nutritional status is the condition of the body as a result of food consumption and use of nutrients. Adolescents must receive nutritional intake that is balanced and in accordance with needs in order to achieve optimal growth and development. Nutritional problems that occur in adolescents will have an impact on nutritional status and health problems, including for adolescent girls. Good nutritional knowledge influences a person's intake through the choice of nutritious food they consume in order to achieve good nutritional status. The aim of this research is to determine the relationship between balanced nutrition and the nutritional status of adolescent girls. This type of research is quantitative analytical with a cross sectional design, data analysis using the chi square test. The sample in this study was 63 respondents, who were selected using a saturated sampling technique, namely making the entire population into the sample. Results of research on respondents' knowledge. Most of the 35 young women (55.6%) had good knowledge, while 28 people (44.4%) had less knowledge. Based on the nutritional status of adolescent girls, 27 people (42.9%) had normal nutritional status while 36 people (57.1%) had abnormal nutritional status. The results of the bivariate analysis showed a relationship between knowledge about balanced nutrition and nutritional status in young women with a p value of 0.000 (<0.05). So it can be concluded that there is a relationship between balanced nutrition and nutritional status. Suggestions need to be carried out in collaboration between schools, health centers, health agencies by providing health education about the importance of balanced nutrition and maintaining nutritional status and the dangers of abnormal nutritional status for young women.

Bibliography : 34 (2014-2023)

Keywords : Knowledge, Balanced Nutrition, Nutritional Status, SMPN 5 Ujungbatu

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpah rahmat dan hidayah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Puteri Di SMP Negeri 5 Ujungbatu” sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi D-III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik tepat pada waktunya. apapun yang penulis sajikan semoga bermanfaat bagi para pembacanya.

Dan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini juga, penulis memperoleh bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu besar keinginan penulis untuk mengucapkan terimakasih kepada::

1. Dr. Hardianto, M.Pd, selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, MH, selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, MM, selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Rika Herawati, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Sri Wulandari, MPH, selaku Ketua Prodi D III Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Nana Aldriana, SST,M.Kes selaku Ibu pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Eka Yuli Handayani, M.Kes penguji I yang telah meluangkan waktu untuk

memberikan bimbingan, pengetahuan, dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Yuyun Bewelli Fahmi, M.Keb penguji II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengetahuan, dan petunjuk selama menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Teristimewa ucapan terimakasih untuk kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan semangat dan do'a kepada penulis. serta saudara-saudara ku yang senantiasa telah banyak memberikan dukungan Moril maupun Materil kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Rekan-Rekan mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Jurusan Kebidanan yang telah banyak memberikan dorongan moril terhadap penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini

Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, Amin.

Pasir Pengaraian, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan Pembimbing	i
Halaman penguji dan ketua program studi	ii
Daftar Riwayat Hidup.....	iii
Abstrak	iv
Abstract	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Skema	x
Daftar Lampiran.....	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN.....	 6
A. Tinjauan Teori	6
B. Kerangka konsep.....	30
C. Hipotesa	30
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 31
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	31
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	32
D. Definisi Operasional.	32
E. Instrument/Alat Penelitian.....	33
F. Metode Pengumpulan Data	33
G. Metode Pengolahan dan Analisa Data	33
H. Etika Penelitian	35
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	37
B. Pembahasan.....	39
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	43
B. Saran	44
 DAFTAR PUSTAKA	 45
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT	29
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Usia Remaja Puteri	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Gizi Seimbang	38
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Puteri	39
Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Remaja Puteri	40

DAFTAR SKEMA

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	31
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran II : Balasan Izin Penelitian Dari Sekolah SMPN 5 Ujungbatu
- Lampiran III : Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran IV : Kusioner
- Lampiran V : Master Tabel
- Lampiran VI : Hasil SPSS
- Lampiran VII : Lembar Konsultasi Pembimbing