

PROSES ASUHAN GIZI PADA REMAJA PUTRI DI DESA TERONG,  
DLINGO, BANTUL

Nurul Latifah

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

email: [latifahnurul07@gmail.com](mailto:latifahnurul07@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Masa remaja merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Dalam hal ini remaja memerlukan zat gizi yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja yang mengkonsumsi zat-zat gizi secara seimbang maka status gizinya akan baik, begitu pula sebaliknya.

**Tujuan:** Melakukan proses asuhan gizi pada remaja putri di Desa Terong, Dlingo, Bantul. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan menggunakan rancangan penelitian studi kasus. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 12 remaja putri. Kecukupan energi dan protein diperoleh dengan menggunakan formulir recall 24 jam, status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri yaitu berat badan dan tinggi bada. Status gizi diukur dengan indeks IMT/U.

**Hasil:** Sebagian besar status gizi remaja putri adalah normal. Asupan energi dan protein pada remaja putri tidak adekuat. Kaitannya dengan asupan makanan tidak sesuai dengan angka kecukupan menurut kelompok umurnya. Asupan energi tidak adekuat sebesar 83,33% dan asupan protein tidak adekuat sebesar 58,33%.

**Kesimpulan:** Hasil assesment dari 12 subyek penelitian hasil pengukuran IMT/U status gizi remaja putri 10 normal, 1 gizi lebih, 1 obesitas. Hasil diagnosa gizi pada penelitian ini adalah problem remaja putri asupan energi dan protein tidak adekuat. Hasil rencana interfensi memberikan diet sesuai dengan tingkat kecukupan pada kelompok usia remaja putri. Mengkonsumsi buah dan sayur, mengonsumsi gula, garam, dan lemak sesuai anjuran Kemenkes RI. Hasil rencana monitoring dan evaluasi diadakan posyandu remaja untuk memantau status gizi.

**Kata kunci:** asupan energi dan protein, status gizi remaja putri.

NUTRITIONAL CARE PROCESS FOR YOUNG WOMEN IN TERONG  
VILLAGE, DLINGO, BANTUL

Nurul Latifah

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

email: [latifahnurul07@gmail.com](mailto:latifahnurul07@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood marked by accelerated physical, mental, emotional and social development. In this case, adolescents need nutrients which suit with their growth and development. Teenagers who consume nutrients in a balanced way then the nutritional status will be good, and vice versa.

**Objective:** To execute nutritional care process for young women in Terong Village, Dlingo, Bantul. **Method:** This study used observational research with a case study research design. The subjects in this study were 12 young women. Energy and protein sufficiency are obtained using a 24-hour recall form, nutritional status is obtained by anthropometric measurements namely body weight and height. Nutritional status is measured by the BMI / U index.

**Results:** Most of the nutritional status of female is normal. Inadequate energy and protein intake in young women. The relationship with food intake does not match the adequacy rate according to the age group. Inadequate energy intake was 83.33% and inadequate protein intake was 58.33%.

**Conclusion:** The results of the assessment of 12 research subjects measured BMI / U nutritional status of 10 normal adolescent girls, 1 over weight, 1 obesity. The result of nutritional diagnosis in this study is the problem of adolescent girls with inadequate energy and protein intake. The results of the interface plan provide a diet in accordance with the level of adequacy in the group of adolescent girls. Consuming fruits and vegetables, consuming sugar, salt, and fat as recommended by the Indonesian Ministry of Health. Results of monitoring plans and evaluations of adolescent Posyandu for nutritional status.

**Keywords:** energy and protein intake, nutritional status of adolescent girls.