

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN ASUPAN MAKRONUTRIEN (ENERGI,
PROTEIN, LEMAK, DAN KARBOHIDRAT) DENGAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI DESA DONOTIRTO**



LUTHFITA NUR RAHMA

NIM. P07131122057

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN ASUPAN MAKRONUTRIEN (ENERGI,
PROTEIN, LEMAK, DAN KARBOHIDRAT) DENGAN
STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI DESA DONOTIRTO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



LUTHFITA NUR RAHMA

NIM. P07131122057

**PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

“Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat)
Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Desa Donotirto”

“Overview of Macronutrient Intake (Energy, Protein, Fat, and Carbohydrates)
with Nutritional Status in Adolescent Girls in Donotirto Village”

Disusun oleh :

LUTHEITA NUR RAHMA

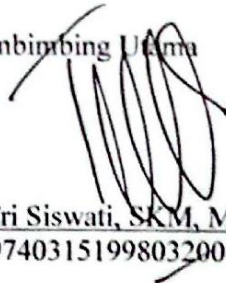
P07131122057

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

8 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP.197403151998032001

Pembimbing Pendamping



Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes
NIP.197001051994031003

Yogyakarta, 16 Juni 2025
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat)
Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Desa Donotirto

Disusun Oleh :

LUTHFITA NUR RAHMA

P07131122057

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 9 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua

Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP.197403151998032001

(.....)

Anggota

Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz
NIP. 198004052008122002

(.....)

Anggota

Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes
NIP.197001051994031003

(.....)

Yogyakarta, 16 Juni 2025

Ketua Jurusan Gizi

Kemenkes

Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN TUGAS AKHIR

Sebagai sivitas akademik Politeknik Kesehatan Kementerian kesehatan
Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luthfita Nur Rahma

NIM : P07131122057

Program Studi : Diploma Tiga Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan
kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-
exclusive Royalty- Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

“Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat)
Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Desa Donotirto.”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti
Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, formatkan,
mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan
mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai
penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 4 Agustus 2025

Yang menyatakan


METERAI
TEMPEL
9FAMX319042195
(Luthfita Nur Rahma)

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : LUTHFITA NUR RAHMA

NIM : P07131122057

Tanda Tangan : 

Tanggal : 4 Agustus 2025

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Ahli Madya pada Program Studi Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.

Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
3. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes., selaku Ketua Prodi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta dan Pembimbing Pendamping
4. Ibu Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Utama
5. Remaja di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul yang telah bersedia dan berkontribusi dalam penelitian ini.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
7. Teman-teman serta semua pihak yang turut membantu dalam pengumpulan data serta memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 4 Agustus 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Ruang Lingkup.....	5
E. Manfaat	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Telaah Pustaka	17
1. Remaja Putri	17
2. Status Gizi	19
3. Asupan Zat Gizi.....	26
4. Metode Pengukuran <i>Recall</i> 24 Jam	28
B. Kerangka Teori.....	29

C. Kerangka Konsep	30
D. Pernyataan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel	31
C. Waktu dan Tempat	32
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional Variabel (DOV)	33
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	34
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	35
H. Prosedur Penelitian.....	36
I. Manajemen Data	37
J. Etika Penelitian	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Gambaran Umum Lokasi	41
B. Hasil	42
1. Karakteristik Sampel	42
2. Asupan Makronutrien.....	43
3. Status Gizi Berdasarkan IMT/U	44
4. Asupan Makronutrien Berdasarkan Status Gizi	45
C. Pembahasan.....	46
1. Asupan Makronutrien.....	46
2. Hasil Pengukuran Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	50
3. Hasil Asupan Makronutrien Berdasarkan Status Gizi.....	52
D. Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB V PENUTUP.....	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2019.....	18
Tabel 2. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Menurut IMT/U.....	26
Tabel 3. Definisi Operasional Variabel (DOV)	33
Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasarkan Karakteristik Remaja Putri di Desa Donotirto Tahun 2024.....	42
Tabel 5. Distribusi Asupan Makronutrien Remaja Putri Di Desa Donotirto Tahun 2024.....	43
Tabel 6. Distribusi Rata-rata Asupan Makronutrien Pada Remaja Putri di Desa Donotirto Tahun 2024.....	43
Tabel 7. Distribusi Status Gizi Remaja Putri di Desa Donotirto Tahun 2024	44
Tabel 8. Asupan Makronutrien Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri di Desa Donotirto Tahun 2024	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Dan Karbohidrat) Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul	29
Gambar 2. Kerangka Konsep Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Dan Karbohidrat) Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> (Persetujuan Reponden).....	64
Lampiran 2. Keterangan Layak Etik	65
Lampiran 3. Formulir <i>Food Recall</i> 24 jam	66
Lampiran 4. <i>Output SPSS</i>	67
Lampiran 5. Data Responden Lengkap	71