

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan fase kehidupan antara masa anak-anak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun ditandai dengan adanya perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial yang mempengaruhi cara merasa, berpikir, pengambilan keputusan, dan cara berinteraksi dengan dunia luar (WHO, 2018). Pada umumnya remaja melakukan aktivitas fisik yang relatif lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Hal ini membuat remaja memerlukan asupan zat gizi yang cukup tinggi untuk mencukupi kebutuhan zat gizinya sehingga pertumbuhan dan perkembangannya tubuhnya dapat optimal. Tetapi, banyak remaja yang masih kurang peduli dengan asupan makan dan melakukan pola makan yang tidak sehat (Haurissa, 2023).

Remaja putri cenderung lebih rentan mengalami masalah gizi dibandingkan remaja laki-laki, salah satunya disebabkan oleh faktor biologis seperti menstruasi dan kemungkinan hamil di usia remaja. Selain itu, tidak sedikit remaja putri yang menjalani pola diet yang kurang tepat karena dorongan sosial untuk tampil dengan bentuk tubuh ideal. Hal ini sering kali menyebabkan pola makan yang tidak seimbang, yang pada akhirnya dapat memengaruhi status gizi mereka. Remaja di Indonesia saat ini tengah menghadapi dua permasalahan utama terkait gizi, yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Kekurangan gizi dapat berdampak pada menurunnya kemampuan belajar serta berisiko mengganggu fungsi sistem reproduksi yang dapat menimbulkan efek negatif di masa mendatang. Sementara itu, gizi lebih terjadi

ketika asupan energi yang masuk ke dalam tubuh melebihi jumlah energi yang digunakan, sehingga menyebabkan ketidakseimbangan energi dalam tubuh (Rahmayanti, Petrika and Jaladri, 2024).

Permasalahan status gizi di kalangan remaja Indonesia masih menjadi isu yang cukup kompleks dan perlu mendapatkan perhatian lebih. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tercatat bahwa 10,2% remaja usia 13–18 tahun mengalami gizi kurang, sementara 16,4% lainnya mengalami gizi lebih, baik dalam bentuk overweight maupun obesitas (Kemenkes RI, 2023). Permasalahan ini juga terjadi di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), termasuk Kabupaten Bantul. Menurut data dari Profil Kesehatan Kabupaten Bantul tahun 2023, tercatat bahwa prevalensi remaja usia 13–18 tahun yang mengalami kelebihan berat badan mencapai 14,8%, sedangkan remaja dengan status gizi kurang sebesar 9,1% (Dinkes Bantul, 2023). Angka-angka ini menunjukkan bahwa tantangan terkait gizi pada remaja tidak hanya berfokus pada kekurangan asupan, tetapi juga pada pola konsumsi berlebih yang menyebabkan kegemukan. Kondisi ini menandakan adanya beban ganda masalah gizi (*double burden of malnutrition*) pada kelompok remaja, di mana permasalahan kekurangan gizi dan kelebihan gizi terjadi secara bersamaan.

Status gizi pada remaja merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling memengaruhi. Salah satu faktor penting yang turut menentukan adalah tingkat pengetahuan seseorang, terutama terkait gizi dan pola makan sehat. Pengetahuan ini sangat berperan dalam membentuk sikap dan perilaku

remaja dalam memilih jenis makanan yang mereka konsumsi sehari-hari. Ketika seorang remaja memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya gizi seimbang, maka kemungkinan besar ia akan memiliki kecenderungan untuk memilih makanan yang lebih sehat dan bergizi (Rahayu and Fitriana, 2020). Hal tersebut tentu akan berdampak positif terhadap status gizinya. Selain itu, pola konsumsi makanan juga menjadi faktor utama yang berhubungan langsung dengan status gizi. Pola konsumsi mencerminkan jenis, jumlah, serta frekuensi makanan yang dikonsumsi dalam keseharian. Bagi remaja, aspek ini sangat penting untuk diperhatikan mengingat pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan fisik yang cukup pesat, termasuk peningkatan tinggi dan berat badan, perkembangan otot, serta kematangan organ-organ tubuh. Dengan demikian, kebutuhan energi dan zat gizi pun meningkat guna menunjang proses tersebut serta aktivitas sehari-hari yang cenderung padat. Jika pola konsumsi tidak mencukupi kebutuhan tersebut atau justru berlebihan tanpa diimbangi aktivitas fisik yang cukup, maka akan berpotensi menyebabkan masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih (Irwanda *et al.*, 2023).

Asupan zat gizi seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat memiliki peran penting dalam menyediakan energi yang dibutuhkan tubuh. Energi ini digunakan untuk memenuhi kebutuhan dasar tubuh (energi basal), mendukung proses pertumbuhan, serta menunjang berbagai aktivitas harian individu. Sumber energi utama berasal dari makronutrien, yaitu protein, lemak, dan karbohidrat yang terkandung dalam berbagai jenis makanan. Protein sendiri

merupakan nutrisi esensial yang berfungsi sebagai sumber energi sekaligus sebagai komponen pembangun sel dan jaringan tubuh. Namun, tubuh tidak memiliki mekanisme untuk menyimpan protein dalam jumlah berlebih. Bila konsumsi protein melebihi kebutuhan, maka kelebihanannya akan diubah dan disimpan dalam bentuk trigliserida, yang kemudian dapat memicu penumpukan lemak tubuh dan berisiko menyebabkan gizi lebih.

Sementara itu, lemak merupakan zat gizi yang memiliki kandungan energi tertinggi dibandingkan protein dan karbohidrat, yakni sebesar 9 kkal per gram. Bila dikonsumsi secara berlebihan, lemak, bersama dengan karbohidrat yang juga berlebih, akan disimpan dalam bentuk jaringan lemak, yang pada akhirnya dapat memicu kenaikan berat badan. Karbohidrat juga memiliki fungsi penting dalam tubuh, antara lain sebagai sumber energi utama untuk aktivitas fisik, mendukung proses pertumbuhan, metabolisme, dan pemanfaatan zat gizi lainnya. Namun, asupan karbohidrat harus disesuaikan dengan kebutuhan energi tubuh, khususnya pada masa remaja yang sedang mengalami percepatan pertumbuhan. Ketidakseimbangan antara jumlah karbohidrat yang dikonsumsi dan kebutuhan tubuh, jika berlangsung terus-menerus, dapat menimbulkan gangguan gizi, baik dalam bentuk kekurangan maupun kelebihan (Rahmah *et al.*, 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji gambaran asupan Makronutrien (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan status gizi pada remaja putri di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu “Bagaimana gambaran asupan makronutrien (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan status gizi pada remaja putri di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul?”.

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran asupan makronutrien (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan status gizi pada remaja putri di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja putri
- b. Mengetahui gambaran asupan energi pada remaja putri
- c. Mengetahui gambaran asupan protein pada remaja putri
- d. Mengetahui gambaran asupan lemak pada remaja putri
- e. Mengetahui gambaran asupan karbohidrat pada remaja putri
- f. Mengetahui gambaran status gizi remaja putri
- g. Mengetahui gambaran status gizi berdasarkan asupan makronutrien (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) pada remaja putri

## **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini yaitu mencaup bidang gizi dengan penelitian gizi masyarakat yang meneliti tentang asupan zat gizi makro dan status gizi pada remaja putri di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul.

## **E. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam bidang gizi, khususnya dalam memahami kaitan antara asupan makornutrien dengan status gizi pada remaja putri serta hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk pengembangan teori atau model yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi sasaran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pemahaman kepada remaja serta orang tua tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang untuk mencegah masalah gizi pada remaja putri sehingga dapat lebih bijak dalam memilih makanan sehari-hari dan menerapkan pola makan yang sehat.

#### b. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh institusi untuk mengemangkan program edukasi yang lebih efektif di kalangan remaja, dapat digunakan untuk menyusun kurikulum atau kegiatan yang meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat guna mencegah masalah gizi remaja putri.

#### c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian lain yang ingin melakukan penelitian serupa, baik dengan subjek yang berbeda maupun metodologi yang lebih mendalam.

#### **F. Keaslian Penelitian**

1. Penelitian Rahmayanti, Andra,dkk tahun 2024 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak dengan judul “Gambaran Asupan Zat Makro dan Status Gizi pada Remaja di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi makro Gambaran Asupan Zat Makro dan Status Gizi pada Remaja di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan metode *cross sectional* dan menganbil sampel secara *random sampling*. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu subjek penelitian dan tempat. Penelitian Rahmayanti menggunakan subjek yang digunakan adalah siwa siswi di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang, sedangkan pada penelitian ini subjek yang digunakan yaitu remaja putri yang ada di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul. Lokasi penelitian Ramayanti berada di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang, sedangkan pada penelitian ini berada di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan energi responden dengan kategori kurang sebesar 64.9% dan kategori baik sebesar 18.9%. Asupan protein responden dengan kategori kurang sebesar 50.0% dan

kategori baik sebesar 28.4%. Asupan lemak responden dengan kategori kurang sebesar 48.6% dan kategori baik sebesar 28.4%. Asupan karbohidrat responden dengan kategori kurang sebesar 78.4% dan kategori baik sebesar 16.2%. Status gizi responden dengan kategori gizi baik sebesar 78.4%, gizi buruk 1.4%, gizi kurang 4.1%, gizi lebih 9.5% (Rahmayanti, Petrika and Jaladri, 2024).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmah, Siti, dkk tahun 2024 dengan judul Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi remaja. Jenis penelitian ini yaitu penelitian observasional dengan desain *cross sectional* dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data asupan zat gizi makro diperoleh menggunakan kuesioner food Recall 2×24 jam, data status gizi diukur berdasarkan z-score (IMT/U). Perbedaan dengan penelitian ini yaitu teknik pengambilan sampel, subjek penelitian, dan tempat. Penelitian Rahmah, Siti, dkk menggunakan teknik *purposive sampling*, sedangkan penelitian ini *total sampling*, subjek yang digunakan adalah siswa siswi di SMPN 17 Medan, sedangkan pada penelitian ini subjek yang digunakan yaitu remaja putri yang ada di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul. Lokasi penelitian Rahmah, Siti, dkk berada di SMPN 17 Medan, sedangkan pada penelitian ini berada di Desa Donotirto, Kapanewon Kretek, Kabupaten Bantul.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki status gizi baik (68,1%), kategori energi kurang sebanyak 86,8%, kategori asupan protein sangat kurang sebanyak 72,5%, kategori asupan karbohidrat baik sebanyak 44%, dan kategori asupan lemak baik sebanyak 44%. Hasil analisis hubungan antara asupan zat gizi makro dengan status gizi menunjukkan nilai p value energi ( $0.107 > 0.05$ ), asupan protein ( $0.144 > 0.05$ ), asupan karbohidrat ( $0.051 > 0.05$ ), asupan lemak ( $0.0292 > 0.05$ ). Kesimpulan penelitian tidak ada hubungan antara asupan zat gizi makro dengan status gizi remaja (Rahmah *et al.*, 2024)

3. Penelitian Shilikhah, Desty Muzarofatus dan Rahma, Amalia tahun 2024 dengan judul *The Relationship between Energy and Macronutrient Intake with Nutritional Status of Muhammadiyah Elementary School Children in Gresik Regency*. Penelitian ini menganalisis hubungan antara asupan energi dan makronutrien dengan status gizi anak-anak sekolah dasar Muhammadiyah di Kabupaten Gresik. Penelitian ini merupakan studi observasional analitik dengan desain studi *cross-sectional*. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, sebanyak 231 anak dari lima sekolah dasar Muhammadiyah di Kabupaten Gresik dijadikan sampel penelitian. Penelitian dilakukan dari bulan Mei hingga Juni 2023. Variabel penelitian meliputi asupan energi, asupan makronutrien, dan status gizi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dengan metode *food recall 2x24 jam*, *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, serta pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menilai status gizi berdasarkan Indeks

Massa Tubuh menurut usia (IMT/U). Semua data penelitian dianalisis menggunakan uji Spearman. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini hanya menggunakan *food recall* 2x24 jam dan tidak dilakukan uji data secara bivariat.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara asupan energi (nilai  $p = 0,000$ ) dan asupan protein (nilai  $p = 0,000$ ) dengan status gizi, namun tidak terdapat hubungan antara asupan lemak (nilai  $p = 0,253$ ) dan karbohidrat (nilai  $p = 0,821$ ) dengan status gizi anak-anak sekolah dasar Muhammadiyah di Kabupaten Gresik (Sholikhah and Rahma, 2024).

4. Penelitian Mulani, Usdekan tahun 2023 yang berjudul Asupan Gizi dan Pengetahuan dengan Status Gizi Remaja Putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan energy, protein dan pengetahuan dengan status gizi remaja putri di pesantren Daarul Khair Lampung. Penelitian bersifat deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel adalah populasi remaja putri kelas 7, 8, dan 9 di pondok pesantren Daarul Khair yang berjumlah 71 orang. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel yang digunakan hanya asupan makronutrien dan status gizi tidak menggunakan variabel pengetahuan.

Dari hasil penelitian diperoleh asupan energi terbanyak dalam katagori kurang 93%, asupan protein terbanyak katagori kurang 81,7%. Tingkat pengetahuan terbanyak katagori baik yaitu 91,5%, serta status gizi responden terbanyak dalam katagori baik yaitu 85,9%. Hasil analisis

bivariate diketahui tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan energy, asupan protein, dan pengetahuan gizi responden dengan status gizi responden dengan asupan energi nilai  $p= 0,264$  dan asupan protein nilai  $p= 0,343$ , serta pengetahuan gizi dengan status gizi responden didapat nilai  $p= 0,585$  (Muliani, Sumardilah and Lupiana, 2023).

5. Penelitian oleh Irwanda, Meta dkk tahun 2023 dengan judul Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Status Gizi Remaja di SMP N 14 Kota Bengkulu Tahun 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan energi, makronutrien, dan status gizi remaja di SMP N 14 Kota Bengkulu. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Asupan zat gizi diukur menggunakan *food recall* 3 x 24 jam, kemudian data diolah dengan program *NutriSurvey*. Analisis data dilakukan secara univariat. Perbedaan dengan penelitian ini hanya pada subjek yang digunakan yaitu remaja putri saja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi remaja sebagian besar tidak mengalami kekurangan gizi. Tercatat 6 orang (8,7%) mengalami gizi kurang, 50 orang (72,5%) bergizi baik, 9 orang (13%) mengalami gizi lebih, dan 4 orang (5,8%) mengalami obesitas. Asupan energi remaja dalam kategori defisit ringan sebanyak 21 orang (30,43%), asupan protein terbanyak berada dalam kategori normal yaitu 31 orang (44,93%), asupan lemak terbanyak dalam kategori lebih yaitu 32 orang (46,4%), dan asupan karbohidrat terbanyak berada dalam kategori defisit berat yaitu 61 orang (88,41%) (Irwanda *et al.*, 2023).

6. Penelitian oleh Fatie, Swietienia Daniela dkk tahun 2022 yang berjudul *Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong Pada Masa Pandemi Covid 19*. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi makro mahasiswa Prodi DIII Gizi di Poltekkes Kemenkes Sorong pada masa pandemi Covid 19. Jenis penelitian ini deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Tingkat asupan zat gizi makro dinilai dengan menggunakan *Food Recall* 24 jam selama 1 minggu, sedangkan pengukuran status gizi responden diukur berdasarkan pengukuran antropometri (IMT). Jumlah responden yaitu 46 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada subjek penelitian yang digunakan remaja putri di Desa Donotirto.

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini, yaitu status gizi responden paling tinggi berstatus gizi baik (50%), paling rendah berstatus gizi obesitas (8,6%) dan berstatus gizi kurang (30,4%). Sementara itu, asupan energi responden rata-rata kurang (86,10%), asupan protein responden rata-rata kurang (63,4%), asupan lemak responden rata-rata kurang (78,7%) dan asupan karbohidrat responden rata-rata kurang (95,6%). Selama masa pandemi covid-19 tahun 2020 hingga tahun 2021, rata-rata mahasiswa memiliki status gizi baik. Namun, asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak rata-rata masih kurang (Fatie, Briliannita and Florensia, 2022).

7. Penelitian oleh Kasiaradja, Alberto dkk tahun 2022 dengan judul *Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi pada Remaja Usia 12-17 Tahun*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran kebiasaan makan dan status gizi pada remaja umur 12-17 tahun di Desa Dutohe Kecamatan Kabila kabupaten Bone Bolango. Metode penelitian ini menggunakan survey deskriptif, Populasi yaitu seluruh remaja di Desa Dutohe, sedangkan untuk sampel yang digunakan yaitu remaja yang berumur 12-17 tahun di Dusun 1 Desa Dutohe dengan jumlah sampel sebanyak 34 responden dengan menggunakan rumus Slovin untuk penentuan sampel dan menggunakan teknik *accidental Sampling* sebagai teknik pengambilan sampel. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *total sampling* pada populasi yang sudah memenuhi kriteria.

Hasil dan pembahasan menunjukkan dari 34 sampel diketahui frekuensi makan remaja yang diperoleh yaitu untuk kelompok makanan pokok terbesar yaitu nasi, untuk kelompok lauk hewani yaitu ikan, untuk kelompok lauk nabati yaitu tempe, untuk kelompok buah- buahan yaitu pisang, sedangkan untuk kelompok sayur-sayuran yaitu kangkung. Untuk status gizi sendiri paling banyak didominasi oleh status gizi baik yaitu sejumlah 23 responden dengan persentase 67,6% (Kasiaradja *et al.*, 2022).

8. Penelitian oleh Abubakar, Hisdawati dkk tahun 2021 dengan judul *Overview of Macro Nutrient Intake and Nutritional Status of Students at the Putri Hidayatullah Islamic Boarding School, Ternate City*. Tujuan dari

penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan makronutrien dan status gizi di Pondok Pesantren Putri Hidayatullah, Kota Ternate. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 29 orang. Alat yang digunakan adalah Microtoise, timbangan berat badan, dan formulir *food recall* 24 jam. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu subjek penelitian menggunakan remaja putri yang ada di Desa Donotirto.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan makronutrien terdiri atas: 28 orang (96,6%) memiliki asupan energi kurang, 29 orang (100%) memiliki asupan protein kurang, 16 orang (55,2%) memiliki asupan lemak lebih, dan 26 orang (89,7%) memiliki asupan karbohidrat kurang. Sebanyak 25 orang (86,2%) memiliki status gizi normal. Disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki asupan protein yang kurang dan sebagian besar juga memiliki asupan energi serta karbohidrat yang kurang. Di sisi lain, sebagian besar remaja ini memiliki asupan lemak yang cukup baik dan status gizi yang normal (Abubakar *et al.*, 2021).

9. Penelitian oleh Hafiza, Dian dkk tahun 2020 yang berjudul Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP. Penelitian menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 76 responden. Pengambilan sampel

dengan teknik *Quota Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist (AFHC)*, pengukuran berat badan menggunakan bathroom scale dan tinggi badan menggunakan microtoise. Analisa yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat, menggunakan uji statistik non-parametrik dengan uji alternatif yaitu kolmogorovsmirnov. Hasil penelitian didapatkan Pvalue  $1 > \alpha$  (0.05). Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru (Hafiza, Utami and Niriyah, 2020). Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada teknik pengambilan sampel nya.

10. Penelitian oleh Widnatusifah, Ezha, dkk pada tahun 2020 dengan judul Gambaran Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi dan status gizi remaja di pengungsian Petobo, Kota Palu, Sulawesi Tengah. Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional dengan desain penelitian deskriptif. Sampel penelitian ini sebanyak 59 remaja dengan menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data asupan makanan menggunakan metode recall 24 jam selama 2 hari pada hari sekolah dan hari libur. Penentuan status gizi diperoleh dari parameter IMT/U. Pengolahan dan analisis data pada penelitian ini menggunakan SPSS. Perbedaan dengan penelitian ini adalah jenis penelitian ini yaitu deskriptif dan waktu pengambilan data hanya 1 hari (24 jam).

Hasil dari penelitian ini yaitu asupan zat gizi makro dan mikro responden masih kurang dari kebutuhan AKG yang telah dianjurkan dan status gizi responden tergolong status gizi baik. Dari analisis diketahui bahwa asupan zat gizi makro responden masih kurang yaitu asupan energi kurang sebanyak 93,2%, karbohidrat kurang sebanyak 78%, lemak kurang sebanyak 98,3% dan protein kurang sebanyak 89,8%. Asupan zat gizi mikro responden juga masih kurang yaitu asupan vitamin C dan folat kurang sebanyak 96,6%, kalsium kurang sebanyak 100%, zat besi kurang sebanyak 69,5% dan zink kurang sebanyak 91,5%. Sedangkan status gizi responden tergolong baik yaitu sebanyak 84,7% dan status gizi kurang sebanyak 11,9% (Widnatusifah *et al.*, 2020).