

TUGAS AKHIR

GAMBARAN ASUPAN MAKRONUTRIEN (ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT) DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI DESA PENDOWOREJO



**AMATULLOH NAFISAH
P07131123056**

**PROGRAM STUDI GIZI DIPLOMA TIGA GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

TUGAS AKHIR

GAMBARAN ASUPAN MAKRONUTRIEN (ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT) DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI DESA PENDOWOREJO

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



**AMATULLOH NAFISAH
P07131123056**

**PROGRAM STUDI GIZI DIPLOMA TIGA GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

TUGAS AKHIR

“Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) Dan Status Gizi Remaja Putri Di Desa Pendoworejo”

“Overview of Macronutrient Intake (Energy, Protein, Fat, Carbohydrate) and Nutritional Status of Adolescent Girls in Pendoworejo Village”

Disusun oleh:

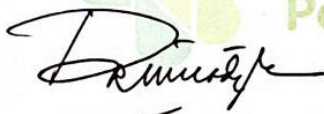
AMATULLOH NAFISAH

P07131123056

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

9 Juli 2026

Pembimbing Utama,



M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes
NIP. 196606181989021001

Menyetujui,

Pembimbing Pendamping,



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

Yogyakarta, 9 Juli 2026

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) Dan
Status Gizi Remaja Putri Di Desa Pendoworejo

Disusun Oleh
AMATULLOH NAFISAH
NIM. P07131123056

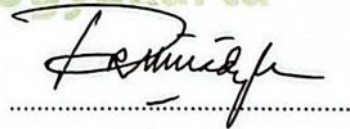
Telah dipertahankan dalam di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 9 Juli 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Susilo Wirawan, SKM.MPH
NIP. 197001151994031003



Anggota,
M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes
NIP. 196606181989021001



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



Yogyakarta, 9 Juli 2026
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISIONALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Amatulloh Nafisah

NIM : P07131123056

Tanda Tangan : 

Tanggal : 9 Juli 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Amatulloh Nafisah
NIM : P07131123056
Program Studi : Diploma III Gizi
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free right) atas Tugas Akhir saya yng berjudul:

**“GAMBARAN ASUPAN MAKRONUTRIEN (ENERGI, PROTEIN, LEMAK,
KARBOHIDRAT) DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI DESA
PENDOWOREJO”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/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 : 9 Juli 2026

Yang menyatakan


(Amatulloh Nafisah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. Penulisan tugas akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma Tiga Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir ini terwujud atas bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi.
3. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes., selaku Ketua Prodi Jurusan Gizi dan Pembimbing Pendamping.
4. Susilo Wirawan, SKM.MPH., selaku dosen penguji.
5. Bapak M. Primiaji Rialihanto, S.ST, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Utama.
6. Kepada orang tua yang penulis cintai yang telah memberikan doa tiada henti, selalu mengusahakan semua hal untuk masa depan penulis, dan memberikan dukungan material maupun moral
7. Kepada diri sendiri yang sudah berjuang dan bertahan sejauh ini untuk bertanggung jawab menyelesaikan semua yang telah dimulai dan harus diselesaikan; dan
8. Kepada sahabat yang telah banyak memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan Tugas Akhir 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, 2 Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISIONALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	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.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
A. Telaah Pustaka	8
B. Kerangka Teori	20
C. Kerangka Konsep.....	21
D. Pernyataan Penelitian.....	21
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 22
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	22
B. Populasi dan Sampel.....	22
C. Waktu dan Tempat.....	23
D. Variabel Penelitian.....	23
E. Batasan Istilah.....	24
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	25
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	25
H. Prosedur Penelitian	26
I. Manajemen Data	27
J. Etika Penelitian	30
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 31
A. Gambaran Umum.....	31
B. Hasil	32
C. Pembahasan.....	36

D. Keterbatasan Penelitian.....	43
BAB V PENUTUP.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2019.....	11
Tabel 2.	Kategori Status Gizi Anak Menurut IMT/U	13
Tabel 3.	Angka Kecukupan Energi	18
Tabel 4.	Angka Kecukupan Protein	18
Tabel 5.	Angka Kecukupan Lemak.....	19
Tabel 6.	Angka Kecukupan Karbohidrat.....	19
Tabel 7.	Definisi Operasional.....	24
Tabel 8.	Distribusi Sampel Berdasarkan Karakteristik Remaja Putri di Desa Pendoworejo Tahun 2026.....	32
Tabel 9.	Distribusi Asupan Makronutrien Remaja Putri di Desa Pendoworejo Tahun 2026.....	33
Tabel 10.	Distribusi Rata-rata Asupan Makronutrien Pada Remaja Putri di Desa Pendoworejo Tahun 2026.....	34
Tabel 11.	Distribusi Status Gizi Remaja Putri di Desa Pendoworejo Tahun 2026.....	34
Tabel 12.	Distribusi Asupan Makronutrien Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja Putri di Desa Pendoworejo Tahun 2026	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) dan Status Gizi Remaja Putri di Desa Pendoworejo.....	20
Gambar 2. Kerangka Konsep Gambaran Asupan Makronutrien (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) dan Status Gizi Remaja Putri di Desa Pendoworejo.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent (Persetujuan Responden)	51
Lampiran 2. Keterangan Layak Etik	52
Lampiran 3. Formulir Food Recall 24 jam.....	53
Lampiran 4. Output SPSS	54