

KARYA TULIS ILMIAH

**KAJIAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS
GIZI PADA REMAJA PUTRI DI KALURAHAN
TIRTORAHAYU**



ARIVA RAHMAN DARI

P07131123084

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN

YOGYAKARTA

2026

KARYA TULIS ILMIAH

**KAJIAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS
GIZI PADA REMAJA PUTRI DI KALURAHAN
TIRTORAHAYU**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



ARIVA RAHMAN DARI

P07131123084

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN

YOGYAKARTA

2026

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
KARYA TULIS ILMIAH**

**"Kajian Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Status Gizi Pada Remaja Putri
Di Kalurahan Tirtorahayu"**

***"Study Of Balanced Nutrition Knowledge And Nutritional Status Of Adolescents
Females In The Village Of Tirtorahayu"***

Disusun Oleh

ARIVA RAHMAN DARI

NIM. P07131123084



Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

10 Juni 2026

Poltekkes Yogyakarta

Menyetujui

Pembimbing Utama

M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes
NIP. 196606181989021001

Pembimbing Pendamping

Siti Budi Utami, S.Gz, MPH
NIP. 198811272014032002

Yogyakarta,.....

Ketua Jurusan Gizi

Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
KAJIAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI PADA
REMAJA PUTRI DI KALURAHAN TIRTORAHAYU

Disusun Oleh

ARIVA RAHMAN DARI
NIM. P07131123084

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 17 Juni 2026....

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua

Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 196606181989021001

(.....)

Anggota

M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes
NIP. 196606181989021001

(.....)

Anggota

Siti Budi Utami, S.Gz, MPH
NIP. 198811272014032002

(.....)

Yogyakarta,
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

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

Nama : Ariva Rahman Dari

NIM : P07131123084

Tanda tangan :



Tanggal : 1 Juli 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Ariva Rahman Dari

NIM P07131123084

Program Studi D-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 Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

"Kajian Pengetahuan Gizi Seimbang dan Status Gizi pada Remaja Putri di
Kalurahan Tirtorahayu"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkatan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah 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 : 1 Juli 2024

Yang menyatakan


Ariva Rahman Dari

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas segala berkat dan Rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma Tiga Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Siti Budi Utami, S.Gz, MPH selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Pada kesempatan kali ini penulis 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 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Bapak Susilo Wirawan, SKM, MPH selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan bantuan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Almarhum Bapak Dr. Waryana, SKM, M.Kes, yang semasa hidupnya telah memberikan bimbingan, arahan, ilmu, serta motivasi kepada penulis dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang mendalam atas segala dedikasi, ketulusan, dan jasa beliau. Semoga segala amal baik beliau diterima di sisi Tuhan Yang Maha Esa dan mendapatkan tempat terbaik di sisi-Nya.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material ataupun moral serta doa, kasih dan sayang selama kuliah hingga pelaksanaan tugas akhir ini.

7. Rohma Rifqi Pamungkas, sosok yang selalu hadir memberikan dukungan, perhatian, dan semangat dalam setiap proses yang penulis jalani. Terima kasih atas pengertian, kesabaran, dan kehadirannya yang menjadi sumber inspirasi di saat lelah maupun ragu. Dukungan yang tulus darinya menjadi penguat bagi penulis untuk tetap berjuang hingga karya ini terselesaikan dengan baik.
8. Yaasmiin Nabiila Putri, sebagai teman dari awal perkuliahan penulis yang selalu menemani dan memberikan dorongan, tawa, serta semangat selama proses perkuliahan maupun penyusunan karya tulis ilmiah ini.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan Program Studi Diploma Tiga, atas kebersamaan, kerja sama, dan dukungan selama masa perkuliahan maupun penyusunan karya tulis ilmiah ini.

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

Yogyakarta, 28 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACK.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
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.....	27
C. Kerangka Konsep	27
D. Pernyataan Penelitian	27
BAB III METODELOGI PENELITIAN	28
A. Jenis dan Desain Penelitian	28
B. Populasi dan Sampel	28
C. Waktu dan Tempat	29
D. Variabel Penelitian	29
E. Batasan Istilah	30
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	31
G. Uji Validitas Instrumen	31
H. Prosedur Penelitian.....	32
I. Manajemen Data.....	33

J. Etika Penelitian.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Gambaran Umum Lokasi	38
B. Hasil Penelitian.....	39
C. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 2 Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019	10
Tabel 3 Batasan Istilah	30
Tabel 4 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	31
tabel 5. Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Pengetahuan.....	45
tabel 6. Distribusi Frekuensi Jawaban Benar dan Salah Responden	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori	27
Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian	27
Gambar 3. Peta Wilayah Kapanewon Galur	38
Gambar 4. Distribusi Frekuensi Usia Remaja Putri	40
Gambar 5. Distribusi Frekuensi Pendidikan Remaja Putri.....	41
Gambar 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan.....	42
Gambar 7. Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Formulir Informed Consent	63
Lampiran 2. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang	64
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang.....	65
Lampiran 4. Kunci Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang	68
Lampiran 5. Hasil Rekap Data	70
Lampiran 6. Hasil Olah Data SPSS.....	76
Lampiran 7. Jadwal Penelitian	82