

TUGAS AKHIR

**KAJIAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN STATUS KEK
REMAJA PUTRI DI DESA TIRTORAHAYU**



**FEBRIYANI PUSPITA DEWI
NIM. P07131123102**

**PROGRAM DIPLOMA III GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

TUGAS AKHIR

KAJIAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN STATUS KEK REMAJA PUTRI DI DESA TIRTORAHAYU

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



**FEBRIYANI PUSPITA DEWI
NIM. P07131123102**

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir
"Kajian Asupan Energi, Protein dan Status KEK Remaja Putri di Desa
Tirtorahayu"

Study of Energy, Protein Intake and KEK Status of Adolescent Girls in
Village Tirtorahayu

Disusun oleh :
FEBRIYANI PUSPITA DEWI
NIM. P07131123102

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
08 Juli 2026
menyetujui,

Pembimbing utama,



Susilo Wirawan, SKM. MPH
NIP. 197001151994031003

Pembimbing pendamping,



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

Yogyakarta, 08 Juli 2026

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes

NIP. 196804021992031003

**HALAMAN PENGESAHAN
TUGAS AKHIR**

**KAJIAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN STATUS KEK REMAJA PUTRI DI
DESA TIRTORAHAYU**

Disusun Oleh :

FEBRIYANI PUSPITA DEWI

NIM. P07131123102

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 25 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

()

Anggota,
Kiki Natasia, S.Tr.Gz., M.Gz.
NIP. 199509172025062003

()

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

()

Yogyakarta, 08 Juli 2026

Ketua Jurusan Gizi A

Nur Hidayat, SKM, M.Kes

NIP. 1968040219920310003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Febriyani Puspita Dewi

Nim : P071311123102

Tanda tangan : 

Tanggal : 09 Juli 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

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

Nama : Febriyani Puspita Dewi
Nim : P07131123102
Program Studi : D3 Gizi
Jurusan : Gizi

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

“KAJIAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN STATUS KEK REMAJA PUTRI DI
DESA TIRTORAHAYU”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif
ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/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 : 10 Juli 2026

Yang menyatakan



(Febriyani Puspita Dewi)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulis Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari bapak Susilo Wirawan, SKM. MPH selaku pembimbing utama, Alm.bapak Dr. Waryana, SKM, M.Kes selaku pembimbing pendamping, dan ibu Siti Budi Utami, S.Gz, MPH selaku pembimbing pendamping pengganti serta bantuan dari pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S. Pd,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi.
3. Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi Gizi.
4. Kiki Natasia, S.Tr.Gz., M.Gz. selaku dosen penguji.
5. Orang tua dan keluarga penulis yang senantiasa memberikan doa yang tulus, kasih sayang, semangat, dan dukungan baik moral maupun material dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sahabat yang telah memberikan bantuan dan dukungan tanpa henti.
7. Diri sendiri terimakasih telah bertahan saat segala sesuatunya terasa berat, terimakasih atas keberanian mencoba dan belajar dari kesalahan.

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,

Penulis

Febriyani Puspita Dewi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRACT.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan penelitian	5
D. Ruang lingkup.....	6
E. Manfaat peneliti	6
F. Keaslian penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Telaah Pustaka	8
B. Kerangka teori.....	17
C. Kerangka konsep.....	17
D. Pernyataan penelitian	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
A. Jenis dan desain penelitian.....	19
B. Populasi dan sampel.....	19
C. Waktu dan tempat penelitian	20
D. Variabel penelitian.....	20
E. Definisi Operasional Variabel	20
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	21
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	21
H. Prosedur penelitian	22
I. Manajemen Data	23
J. Etika penelitian	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil.....	27
B. Pembahasan	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2. Angka Kecukupan Gizi Remaja Putri	14
Tabel 3. Definisi Operasional Variabel.....	20
Tabel 4. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	21
Tabel 5. Distribusi Asupan Protein Berdasarkan Status Gizi Remaja Putri	31

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka teori	17
Gambar 2. Kerangka konsep	17
Gambar 3. Peta Wilayah Desa Tirtorahayu.....	27
Gambar 4. Distribusi sampel berdasarkan usia	28
Gambar 5. Distribusi sampel berdasarkan tingkat pendidikan.....	29
Gambar 6. Distribusi jumlah asupan protein.....	30
Gambar 7. Distribusi Status Gizi Berdasarkan LILA	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Formulir <i>Informend Cosent</i>	53
Lampiran 2. Formulir identitas responden	54
Lampiran 3. Form recall 3x24 jam.....	55
Lampiran 4. Jadwal penelitian	56
Lampiran 5. Anggaran penelitian.....	57
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	58
Lampiran 7. Olah Statistik Data Penelitian.....	59
Lampiran 8. Rekap data penelitian.....	62