

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINGKAT KECUKUPAN GIZI PADA REMAJA PUTRI SMP  
UNGGULAN AISYIYAH BANTUL**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**

**RAFI ACHMAD RUKHAMA**

**20140320066**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2018**

**HALAMAN PENGESAHAN KTI**

**GAMBARAN TINGKAT KECUKUPAN GIZI PADA REMAJA PUTRI DI  
SMP UNGGULAN AISYIYAH BANTUL**

Disusun oleh :

**RAFI ACHMAD RUKHAMA**

**20140320066**

Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 2 Juni 2018

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji

**Rahmah., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.An**  
**NIK : 19820132005012002**

**Dewi Puspita, S.Kp., M.Sc**  
**NIK : 19770042005012001**

Mengetahui,

**Kaprodi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

**Shanti Wardaningsih, S. Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep Jiwa**  
**NIK : 19790722200204 173 058**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh*

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal karya tulis ilmiah yang berjudul **“Tingkat Kecukupan Gizi pada Remaja Putri Di SMP Unggulan Aisyiyah Bantul”**. Karya tulis ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam mencapai gelar Sarjana Ilmu Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada peneliti selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, antara lain:

1. Kedua orang tua yang memberikan banyak hal dalam diri saya.
2. Ibu Dr.dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
3. Ibu Shanti Wardaningsih, M.Kep., Ns.Sp.Jiwa., Ph.D selaku Kepala Prodi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
4. Rahmah., Ns., Sp.Kep.An selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, motivasi, nasihat, dan inspirasi bagi penulis.
5. Dewi Puspita, S.Kp., M.Sc selaku dosen penguji yang meluangkan waktu untuk memberikan arahan, bimbingan, masukan dan ilmu yang disampaikan.
6. Semua pihak yang membantu, semua teman saya yang tidak dapat saya sebutkan satu-satu yang meluangkan waktu untuk saya dalam mengerjakan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa proposal karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangannya, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran membangun demi penyempurnaan dan peningkatan kualitas proposal karya tulis ilmiah ini. Akhir

kata, penulis mengharapkan proposal karya tulis ilmiah ini dapat diterima, bermanfaat, dan penelitian dapat berjalan dengan lancar.

***Wassalamu'alaikum warrahmatullahi***

Yogyakarta, 8 Oktober 2017

Penulis

Rafi Achmad Rukhama

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Penelitian Terkait.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
A. LANDASAN TEORI.....	8
1. Tingkat Kecukupan Zat Gizi.....	8
2. Penilaian Tingkat kecukupan Zat Gizi.....	14
B. Kerangka Konsep.....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>17</b>
A. Desain Penelitian.....	17
B. Tempat dan Waktu Pelaksanaan.....	17
C. Populasi dan Sample Penelitian.....	17
E. Variabel Penelitian.....	18
F. Definisi Operasional.....	18
G. Instrument Penelitian.....	19
H. Langkah Kerja.....	20
I. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	21
J. Teknik Pengolahan.....	22

K.	Analsisis Data .....	22
L.	Etika Penelitian .....	22
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>24</b>
A.	Gambaran Umum Responden .....	24
B.	Hasil Penelitian .....	25
C.	Pembahasan .....	27
D.	Kekuatan dan Kelemahan Penelitian.....	35
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>36</b>
A.	Kesimpulan .....	36
B.	Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>38</b>

**Lampiran**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kebutuhan Gizi Remaja .....	11
Tabel 2. Jumlah Bahan Makanan Rata-Rata untuk Usia Remaja.....	14
Tabel 3. Definisi Operasional.....	17
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia Responden Remaja Putri .....	25
Tabel 4.2 Distribusi Angka Kecukupan Energi .....	26
Tabel 4.3 Distribusi Angka Kecukupan Protein .....	26
Table 4.4 Distribusi Angka Kecukupan Lemak .....	26
Tabel 4.5 Distribusi Angka Kecukupan Energi .....	28
Tabel 4.6 Distribusi Angka Kecukupan Protein .....	30
Table 4.7 Distribusi Angka Kecukupan Lemak .....	31

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka Konsep .....	16
---------------------------------	----