

DETEKSI STATUS GIZI REMAJA DI SMAN SITURAJA

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar

Ahli Madya Keperawatan pada jenjang Pendidikan Diploma III Keperawatan



Oleh

Fazri Ahmad Fairuz

NIM 2001936

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

KAMPUS DAERAH SUMEDANG

2023

DETEKSI STATUS GIZI REMAJA DI SMAN SITURAJA

Oleh :

Fazri Ahmad Fairuz

diajukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada jenjang
Pendidikan Diploma III Keperawatan

© Fazri Ahmad Fairuz

2023

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2023

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya maupun sebagian
dengan dicetak ulang, difotokopi maupun cara lainnya tanpa izin penulis

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fazri Ahmad Fairuz

NIM : 2001936

Program Studi : Diploma-III Keperawatan

Institusi : Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini ialah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan mengambil dari tulisan orang lain maupun pikiran yang saya akui sebagai hasil tulisan maupun pikiran saya sendiri. Kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Sumedang, 16 Juni 2023

Pembuat Pernyataan,



Fazri Ahmad Fairuz

2001936

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Fazri Ahmad Fairuz NIM 2001936 dengan judul “Deteksi Status Gizi Remaja Di SMAN Situraja”, telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah di Sumedang untuk diujikan.

Sumedang, 16 Juni 2023

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Diding Kelana Setiadi, S.P., MMKes

NIP. 196606241995031002



Popi Sopiah, S.Kp., M.BioMed

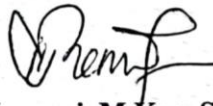
NIP. 197810072006042011

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Fazri Ahmad Fairuz NIM 2001936 dengan judul “Deteksi Status Gizi Remaja Di SMAN Situraja”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal 16 Juni 2023.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



Reni Nuryani, M.Kep, Sp. Kep J

NIP. 198012102008012008

Penguji Anggota I



Diding Kelana Setiadi, S.P., MMKes

NIP. 196606241995031002

Penguji Anggota II




Popi Sopiah, S.Kp., M.BioMed

NIP. 197810072006042011

Mengetahui,

Kaprodi D3 Keperawatan



Dewi Dolifah, S.Kep., Ners., M. Kep.

NIP. 197501202000022001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Deteksi Status Gizi Remaja Di SMAN Situraja”, ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu saya sebagai penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Yth. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M. Ed Direktur Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang.
2. Yth. Ibu Dewi Dolifah, M.Kep selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan UPI Kampus Sumedang.
3. Yth. Bapak Diding Kelana Setiadi, S.P., MMKes selaku pembimbing I yang telah membimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
4. Yth. Ibu Popi Sopiah, S.Kp., M.BioMed selaku pembimbing II yang telah membimbing dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta seluruh staf akademik Prodi D3 Keperawatan UPI Kampus Sumedang yang telah banyak memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti.
6. Kedua orang tua dan keluarga yang saya cintai, dimana selalu memberikan dukungan dan memberikan doa kepada penulis.
7. Rekan-rekan Be Casual Nurse dan *Boy* 3B yang selalu memberikan dukungan, membantu selama penelitian serta memberikan semangat kepada penulis.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti juga menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini memiliki banyak kekurangan karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang peneliti dapatkan. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati peneliti memohon maaf atas segala kekurangan, dan peneliti mengharapkan kritik dan sarannya agar dapat membangun penelitian yang lebih baik lagi. Selain itu, peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Sumedang, Juni 2023

Fazri Ahmad Fairuz

DETEKSI STATUS GIZI REMAJA DI SMAN SITURAJA

ABSTRAK

Ada tiga beban perkara gizi (*triple burden malnutrition*) remaja yang ada di Indonesia yakni wasting, obesitas dan stunting beserta kurangnya mikronutrien. Remaja tergolong kedalam bagian rawan gizi, sebab banyak terjadi perubahan pada saat masa remaja. Terdapat faktor yang bisa secara langsung ataupun tidak langsung yang mempengaruhi status gizi individu. Tujuan dari penelitian ini yakni untuk mengetahui status gizi remaja di SMAN Situraja. Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *survey*. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini dengan *proportional cluster random sampling* sehingga didapatkan sampel sebanyak 294 responden. Data antropometri yang telah tersimpan akan melakukan analisis memakai *microsoft excel* menggunakan rumus IMT dan menggunakan *spss* untuk mendapatkan persentase. Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri Situraja pada sampel 294 bahwa, siswa di SMAN Situraja mayoritas status gizi normal dengan hasil sebagian besar dengan status gizi normal yaitu sebanyak 54,8%. Responden dengan sebagian kecil status gizi kurus berat yakni sebanyak 48 (16,3%), serta sebagian kecil responden dengan status gizi kurus ringan yakni sebanyak 60 (20,4%). Adapun responden dengan status gizi gemuk, diantaranya sebagian kecil status gizi gemuk ringan sebanyak 9 (3,1%) dan sebagian kecil responden dengan status gizi gemuk berat yakni sebanyak 16 (5,4%). Siswa di SMA Negeri Situraja sebagian besar berstatus gizi normal. Diharapkan pihak sekolah melakukan kerja sama dengan puskesmas dalam mengadakan penyuluhan kesehatan tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS).

Kata Kunci : Status gizi, faktor, remaja

DETECTION OF THE NUTRITIONAL STATUS OF YOUTH AT SMAN SITURAJA

ABSTRACT

There are three nutritional burdens (triple burden malnutrition) for adolescents in Indonesia, namely wasting, obesity and stunting along with a lack of micronutrients. Adolescents belong to a nutritionally vulnerable section, because many changes occur during adolescence. There are factors that can directly or indirectly affect the nutritional status of individuals. The purpose of this study is to determine the nutritional status of adolescents at SMAN Situraja. This type of research uses a survey research design. The technique used in sampling in this study was proportional cluster random sampling so that a sample of 294 respondents was obtained. Anthropometric data that has been stored will be analyzed using Microsoft Excel using the BMI formula and using SPSS to get percentages. The results of research conducted at Situraja State Senior High School on a sample of 294 showed that the majority of students at Situraja State High School had normal nutritional status with the result that most of them had normal nutritional status, namely as much as 54.8%. Respondents with a small proportion of underweight nutritional status were as many as 48 (16.3%), and a small proportion of respondents with mild underweight nutritional status were as many as 60 (20.4%). As for the respondents with obese nutritional status, including a small proportion of mildly obese nutritional status as many as 9 (3.1%) and a small proportion of respondents with severe obese nutritional status as many as 16 (5.4%). Most of the students at Situraja State High School have nutritional status normal. It is hoped that the school will cooperate with the puskesmas in holding health education about Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS).

Keywords: *Nutritional status, factors, adolescents*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Perumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Praktis	4
1.4.2 Manfaat Pengembang.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Status Gizi	5
2.1.1 Pengertian Status Gizi.....	5
2.1.2 Penilaian Status Gizi	5
2.1.3 Klasifikasi Status Gizi.....	7
2.1.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja.....	8
2.2 Konsep Obesitas	11
2.2.1 Definisi Obesitas	11
2.3 Konsep Gizi Buruk.....	14
2.3.1 Definisi Gizi Buruk.....	14
2.3.2 Dampak Gizi Kurang	14

Fazri Ahmad Fairuz, 2023

DETEKSI STATUS GIZI REMAJA DI SMAN SITURAJA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.4	Konsep Remaja.....	16
2.4.1	Definisi remaja	16
2.4.2	Karakteristik remaja	16
2.4.3	Tahap perkembangan remaja	17
2.5	Kerangka Teori.....	18
2.6	Kerangka Konsep	19
BAB III METODE PENELITIAN.....		20
3.1	Waktu dan tempat penelitian	20
3.2	Metode penelitian	20
3.3	Subjek penelitian	20
3.3.1	Populasi	20
3.3.2	Sampel.....	20
3.4	Definisi operasional.....	22
3.5	Instrumen penelitian	23
3.6	Rancangan penelitian	24
3.6.1	Prosedur penelitian.....	24
3.6.2	Pengolahan data	24
3.6.3	Analisis data	25
3.6.4	Penyajian data	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		26
4.1	Hasil Penelitian.....	26
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	26
4.1.2	Status Gizi	26
4.2	Pembahasan	27
4.2.1	Status Gizi Remaja SMA Negeri Situraja.....	27
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		30
5.1	Kesimpulan.....	30
5.2	Saran	30
DAFTAR PUSTAKA		31
LAMPIRAN.....		31

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Batas ambang IMT untuk Indonesia adalah sebagai berikut	7
Tabel 3. 1 Penentuan jumlah sampel.....	21
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	22
Tabel 3. 3 Interpretasi tabel.....	25
Tabel 4. 1 Status gizi remaja SMA Negeri Situraja	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	18
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	19

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, S. (2010). *Waspada! Gizi Balita Anda. Tip Mengatasi Anak Sulit Makan, Sulit Makan Sayur dan Minum Susu* Jakarta : Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Adriana. D. (2013). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Selemba Medika
- Adriani, M, Wirjatmadi, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Amrynia, S. U., & Prameswari, G. N. (2022). Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle, dan Durasi Tidur dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Demak). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 112–121.
- Anggreny, N., Weny. (2014). Hubungan antara kebiasaan makan dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja di perkotaan dan di perdesaan. Skripsi Tidak Dipublikasikan.
- Ariani, A.P. (2017). *Ilmu Gizi*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Arikunto Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Ariyuni, N. M. S. (2021). *Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2021).
- Atasasih, H., & Mulyani, S. (2022). Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121. <https://doi.org/https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>
- Bagus Saniartha, I. K. (2020). *Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Remaja Di Sma Negeri 1 Tampaksiring Kabupaten Gianyar* (Doctoral dissertation, Poltekkes Denpasar).
- Bakri, B., Fajar, I., & Supariasa, D. N. (2013). *Penilaian status gizi*. Jakarta: EGC.

- Bara, M. Mora Anggara B. (2019). *Gambaran Kebiasaan Bermain Game Online, Pola Makan Dan Status Gizi Remaja Putra Kelurahan Sei Kara Hulu Kecamatan Medan Perjuangan (Skripsi di Publikasikan)*. Medan: Universitas Sumatera Utara
- Daiman, H. (2020). *Hubungan Citra Tubuh Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Di Sltp Negeri 2 Wungu Madiun (Doctoral dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun)*.
- Faradevi, R. (2011). *Perbedaan besar pengeluaran keluarga, jumlah anak serta asupan energi dan protein balita antara balita kurus dan normal*. Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Febriana, W. (2022). *Pengaruh Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Rokok Elektrik Pada Siswa Sma N 1 Seyegan (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)*.
- Febry, A.B., Pujiastuti, N., dan Fajar, I. (2013). *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan*. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Gainau, M. B. (2021). *Remaja dan Problematikanya*. Yogyakarta: PT. Kanisius.
- Hafiza, D. (2020). *Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru*. *Jurnal Medika Utama*, 2(01 Oktober), 332-342.
- Harahap, V. Y. (2012). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Dengan Status Gizi Pada Siswa SMA Negeri 2 Rintisan Banda Aceh*. Diakses: Februari 1, 2018. Link: [http://www.slideshare.net/mobile/viviyunisa/hubungan-polakonsumsi-makanan dengan-status-gizi-pada-siswa-SMA-negeri-2-rintisanbanda-aceh](http://www.slideshare.net/mobile/viviyunisa/hubungan-polakonsumsi-makanan-dengan-status-gizi-pada-siswa-SMA-negeri-2-rintisanbanda-aceh)
- Hidayat, A. A. (2018). *Metode Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ida Niara, S., Pertiwi Program Studi Kesehatan Masyarakat, Y., Ilmu Kesehatan, F., & Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Abstrak, U. (2022). *Pencegahan Obesitas pada Remaja Melalui Intervensi Promosi Kesehatan: Studi Literatur Prevention of Obesity in Adolescents Through Health Promotion Interventions: Literature Study*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14, 2022.

- Ika, R. (2016). Media Buletin Dan Seni Mural Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Tentang Obesitas. *JHE (Journal of Health Education)*, 1(1), 62-70.
- Irianto K, (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition In Reproductive Health)*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Jeliza, C. F. (2021). *Determinan Gizi Kurang (Underweight) Pada Balita Di Pekon Pamenang Wilayah Puskesmas Bumiratu Kabupaten Pringsewu (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang)*.
- Juniartha, I. G. N., & Darmayanti, N. P. E. (2020). Gambaran status gizi siswa sekolah menengah pertama (SMP) di Kuta, Bali. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 133.
- Kawatu, S. M. (2022). *Hubunga Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 13-15 Tahun Di Pesantren Al-Yusufiah Kecamatan Angkola Muaratais Tahun 2021*.
- Kemenkes. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kesuma, D. F., Wahyudi, A., Kusdalinah, K., & Meriwati, M. (2022). *Determinan Obesitas Remaja Di Sma N 7 Kota Bengkulu Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu)*.
- Khomsan, A. (2003). *Pola Makan Kaum Remaja Dalam Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Lahnam-New, S. A., Macdonald, I. A., & Roche, H. M. (2015). *Metabolisme Zat Gizi*. Jakarta: EGC.
- Lampus, C., & Manampiring, A. (2016). Profil status gizi pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *eBiomedik*, 4(2).
- Mardalena, I., (2017). *Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan, Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pers.
- Marina, (2013). *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Makan Peserta Didik Kelas XI Jasa Boga SMK N 6 Yogyakarta*. Skripsi; DIY Yogyakarta.
- Marmi. (2013). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Maulina, S. *Obesitas pada Remaja di Era saat ini*.

- Mentari, B. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Terhadap Status Gizi Siswa Smkn 1 Buahdua Di Wilayah Kecamatan Buahdua Kabupaten Sumedang Tahun 2016 (Doctoral dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta).
- Merisya, M., Darwin, E., & Iryani, D. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian Obesitas Anak di SD Islam Al-Azhar 32 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 177-181. <https://doi.org/10.25077/jka.v4il.218>.
- Muchtar, F., Sabrin, S., Effendy, D. S., Lestari, H., & Bahar, H. (2022). Pengukuran status gizi remaja putri sebagai upaya pencegahan masalah gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Abdi Masyarakat*, 4(1).
- Nadimin, N., Ayumar, A., & Fajarwati, F. (2015). Obesitas pada Orang Dewasa Anggota Keluarga Miskin di Kecamatan Lembang Kabupaten Pinrang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 11(3), 147-153.
- Nisa. (2016). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja (10-19 Tahun) Di SMP BOPKRI 3 Yogyakarta. Yogyakarta : Universitas Respati Yogyakarta
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Nova, M., & Yanti, R. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Siswa Mts. s An-nurkota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(2), 169-175.
- Nugroho, P. setiyo, & Sudirman. (2020). Analisis Risiko Kegemukan pada Remaja dan Dewasa Muda Risk. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(4), 537–544.
- Nuryani & Rahmawati (2018). Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2): 114-122. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/article/view/16774/13590>
- Octavia, Z. F. (2020). Frekuensi dan Kontribusi Energi dari Sarapan Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1), 32–36.

- Par'i Hm, Wiyono S, Harjatmo Tp. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta Selatan; Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Kemenkes.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, (2014). Permenkes No. 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kemenkes RI.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2009). *Fundamental Keperawatan*. Alih bahasa: Yasmin Asih, dkk. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Purwati (2011). *Perencanaan Menu Untuk Penderita Kegemukan*. Cetak 7. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Sahputri, D. L. *Hubungan Antara Status Gizi dan Gambaran Tubuh Remaja Putri di SMAN 3 Cimahi*.
- Santosa, Heru, dkk. (2022). *Kebutuhan Gizi Berbagai Usia*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja*. Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers
- Setiyo, P., Fakultas, N., Masyarakat, K., Muhammdiyah, U., Timur, K., No, J., 15, K., Samarinda, K., & Timur, I. (2020). Jenis Kelamin dan Umur Berisiko Terhadap Obesitas pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2).110114. <https://ojs.uniskabjm.ac.id/index.php/ANN/article/view/3581%0ADOI:https://dx.doi.org/10.31602/ann.v7i2.3581>
- Shilfia NI, Wahyuningsih S. (2017). Faktor yang berhubungan dengan tingkat status gizi pada balita di desa Lambang kecamatan Undaan kabupaten. 1st HEFA Proceedings
- Siregar, L. A. (2021). *Hubungan Asupan Energi dengan status gizi Remaja SMA Negeri 1 Ulu Barumun* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Siswanto, Y., & Lestari, I. P. (2021). Gambaran Status Gizi Remaja Siswa Di Kabupaten Semarang. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 98– 103.
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), 228. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.228-236>.

- Sugiyarti, R., Aprilia, V., Hati, S, F. (2014). Kepatuhan Kunjungan Posyandu dan Status Gizi Balita di Posyandu Karangbendo Banguntapan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, Vol.2, No.3, 141-146
- Suhardjo. (2003). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suhardjo. (2008). *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Suhardjo. (2018). *Perencanaan pangan dan gizi*. Jakarta. Bumi Aksara
- Sundari. (2011). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta : PT. Asdi Mahasatya.
- Supriasa, IDN., Bakri, B., Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC
- Suraya, R. (2018). Pengaruh Konsumsi makanan jajanan, aktivitas fisik, screen time, dan durasi tidur terhadap obesitas pada remaja pengguna smartphone di Madrasah Aliyah Negeri Binjai Tahun 2018 (Tesis, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara). Diakses dari <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/7736/167032014.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Thamaria, Netty. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Kemenkes RI.
- Ughude, R., Kapantow, N., & Amisi, M. (2021). Gambaran Pola Makan Mahasiswa FKM Unsrat Semester IV saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Kesmas*, 10(2), 98-106.
- Utari, D. D. (2022). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Status Gizi Remaja (Siswa Kelas X dan XI) di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Veronica, Alda. (2019). Gambaran Asupan Energi, Protein, zat besi dan status Gizi pada Remaja di SMP Advent Lubuk Pakam. Poltekes Medan.
- Wardlaw, G. M. (2017). *Contemporary Nutrition, Seven Edition*. New York : McGraw-Hill. pp56
- Wargina, Ridzal, dkk. 2013. Hubungan Pemberian MP ASI Dini dengan Status Gizi Bayi. Skripsi Fakultas Kesehatan Universitas Sumatera Utara
- Wirakusumah. (2010). *Pangan dan Gizi untuk Kelompok Khusus*. PT Gramedia Utama. Jakarta
- World Health Organization. (2000). *The Asia- Pacific perspective: Redefining obesity and its treatment*