

STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI MAN 1 SEMARANG

Deva Diadara Putri¹ , Yuliana Noor Setiawati Ulvie² , Salsa Bening³

^{1,2,3}Program studi DIII Gizi Fakultas Keperawatan dan Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Semarang

Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis, dan psikososial. Pada masa remaja akan muncul serangkaian perubahan fisiologis yang kritis, yang membawa individu pada kematangan fisik dan biologis. Tujuan penelitian ini adalah melihat gambaran status gizi dengan tingkat antropometri. Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu status gizi kurang, gizi normal, dan gizi lebih.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Data status gizi diukur menggunakan berbagai parameter meliputi imt, lila, rlpp, persen lemak dalam tubuh. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas X di MAN 1 Semarang yang berjumlah 70 responden. Dengan kriteria sampling

Hasil penelitian ini antara lain sebagian besar termasuk dalam kategori IMT normal sebesar 45 orang (64,3%), siswi yang memiliki lingkaran lengan yang normal sebesar 45 orang (64,3%) dan lingkaran pinggang panggul yang besar yaitu 53 orang (75,7%) serta persen lemak dalam tubuh normal yaitu 37 siswi (52,9%). Sebagian besar siswi MAN 1 Semarang berkategori normal.

Kata Kunci : Status gizi, Remaja Putri, imt, lila, rlpp, persen lemak dalam tubuh

STUDY OF TEACHER NUTRITION IN MAN 1 SEMARANG

Deva Diadara Putri¹, Yuliana Noor Setiawati Ulvie², Salsa Bening³

^{1,2,3} DIII Nutrition Studies Program Faculty of Nursing and Health

University of Muhammadiyah Semarang

Adolescence is a transition from childhood to adulthood marked by changes in physical, psychological, and psychosocial aspects. This period starts at age 12 and ends around the age of 18 years. In adolescence there will be a series of critical physiological changes, which bring individuals to physical and biological maturity. The purpose of this study is to see the description of nutritional status with anthropometry level in MAN 1 Semarang.

Types of research using purposive. Data nutritional status was measured using various indicators including BMI, Percent body fat, rllpp, lila. The subject of this study was Siwi class X in MAN 1 Semarang which amounted to 70 respondents. The sampling technique using purposive technique.

Results of the research conducted in MAN 1 Semarang. Mostly included in the normal BMI category of 45 people (64.3%), students who had normal arm circumference of 45 people (64.3%) and large waist circumference 53 people (75.7%) and normal body fat that is 37 student (52.9%). Most students of MAN 1 Semarang have normal category, are expected to maintain their weight so that it is necessary to monitor the nutritional status periodically.

Keywords: Nutrition Status, Young Women, IMT, LILA, PERCENT IN THE BODY, RLPP