

**PROGRAM POSYANDU REMAJA UNTUK DETEKSI DINI STATUS GIZI ANAK USIA
REMAJA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DEMPET****Anis Laela Megasari^{1*}, Ikha Siswiyanti²**¹Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Anestesiologi, Sekolah Vokasi
Universitas Sebelas Maret²Puskesmas DempetEmail Korespondensi: anislaelamegasari@gmail.com

Disubmit: 16 Mei 2024

Diterima: 26 Juni 2024

Diterbitkan: 01 Juli 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i7.15240>**ABSTRAK**

Usia remaja merupakan kelompok yang rawan mengalami masalah gizi. Salah satu penyebab utama terjadinya masalah gizi pada remaja yaitu tidak optimalnya asupan makanan. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, salah satunya yaitu kejadian anemia. Anemia akan menyebabkan anak menjadi mudah letih dan berpengaruh kepada pencapaian akademik. Tujuan kegiatan ini untuk melakukan deteksi dini terkait status gizi anak remaja melalui program posyandu remaja. Metode pelaksanaan kegiatan ini berupa cek kesehatan dan dilanjutkan dengan edukasi kesehatan terkait status gizi pada remaja. Peserta kegiatan ini yaitu anak sekolah dasar kelas XI di wilayah lingkungan Puskesmas Dempet, sebanyak 20 orang. Deteksi dini yang dilakukan kepada peserta berupa pemeriksaan berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan. Hasil pengukuran dan penilaian status gizi pada 20 anak usia sekolah dasar diperoleh 5 anak dalam kategori sangat kurus, 4 anak dalam kategori kurus, 8 anak dalam kategori normal, dan 3 anak dalam kategori gemuk. Berdasarkan hasil kegiatan tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak anak remaja yang belum mencapai status gizi optimal. Oleh karena itu, edukasi kesehatan dan cek kesehatan yang dilakukan secara berkala penting dilakukan dalam rangka memantau dan meningkatkan status gizi pada remaja.

Kata Kunci: Deteksi Dini, Posyandu, Remaja, Status Gizi**ABSTRACT**

Adolescents are a group that is prone to experiencing nutritional problems. One of the main causes of nutritional problems in adolescents is suboptimal food intake. This condition can cause various negative impacts, one of which is anemia. Anemia will cause children to become tired easily and affect academic achievement. The aim of this activity is to carry out early detection regarding the nutritional status of adolescent children through the youth posyandu program. The method for implementing this activity is a health examination followed by health education related to nutritional status in adolescents. The participants in this activity were 20 class XI elementary school children in the Dempet Community Health Center area. Early detection carried out on participants consisted of checking body weight, height and arm circumference. The results of measuring and assessing the nutritional status of 20 elementary

school age children showed that 5 children were in the very thin category, 4 children were in the thin category, 8 children were in the normal category, and 3 children were in the obese category. Based on the results of these activities, it can be concluded that there are still many teenagers who have not achieved optimal nutritional status. Therefore, health education and regular health checks are important in order to maintain and improve the nutritional status of adolescents.

Keywords: *Adolescents, Early Detection, Integrated Healthcare Center, Nutritional Status.*

1. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan sumber daya manusia yang akan meneruskan pembangunan bangsa di masa mendatang. Sumber daya manusia yang berkualitas digambarkan dari manusia yang sehat, cerdas, dan produktif, sehingga indikator sumber daya manusia berkualitas dapat ditemukan dari pertumbuhan dan perkembangan dari anak - anak bangsa. Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh asupan zat - zat gizi baik jumlah maupun kualitasnya. Asupan zat gizi pada anak usia sekolah sangat penting diperhatikan karena anak usia sekolah merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi (Yahya et al., 2022).

Nutrisi yang cukup dibutuhkan oleh setiap individu, sejak dalam kandungan, bayi, anak - anak, remaja, dewasa, hingga usia tua. Remaja mengalami kondisi rawan gizi terkait dengan proses pertumbuhan yang relatif cepat sehingga membutuhkan energi yang relatif banyak untuk menunjang asupan dalam pertumbuhan, tetapi dalam pemenuhannya kurang diperhatikan sehingga asupan dalam tubuh tidak sesuai bahkan kurang. Selain itu, remaja dikategorikan rentan adalah masa perubahan gaya hidup yaitu remaja sering kali lebih menggemari makan - makanan cepat saji (Purnama, 2019).

Pemenuhan zat gizi merupakan faktor yang mendukung perkembangan manusia dan erat kaitannya dengan Tingkat kecerdasan, keterampilan, serta pertumbuhan (Rochman & Adriani, 2013). Zat gizi harus dikonsumsi dengan tepat dan sesuai kebutuhan agar dapat berfungsi dalam tubuh. Fungsi zat gizi dari makanan yang dikonsumsi adalah sumber energi, sebagai zat pembangun dan pemelihara sel dan jaringan tubuh (Purnama, 2019). Pemenuhan zat gizi memegang peranan penting bagi anak usia sekolah karena kecukupan zat gizi dapat mendukung pencapaian potensi anak usia sekolah berupa pertumbuhan, perkembangan, dan derajat kesehatan (Aulia, 2021).

Asupan makanan yang mengandung energi dan zat - zat gizi jika dikonsumsi dengan tepat dan sesuai kebutuhan maka akan mencapai status gizi yang baik. Kelebihan maupun dapat menyebabkan terjadinya gizi lebih dan kekurangan asupan gizi akan menyebabkan tubuh akan terlihat sangat kurus dan akan beresiko terhadap suatu penyakit (Noviyanti & Marfuah, 2017). Status gizi merupakan gambaran tubuh seseorang sebagai akibat dari konsumsi pangan dan penggunaan zat - zat gizi dari yang dikonsumsi dalam tubuh. Status gizi dapat mempengaruhi masalah gizi dan masalah gizi dapat terjadi pada semua golongan usia. Tercapainya status gizi yang optimal ditentukan asupan makanan yang seimbang yaitu sesuai kebutuhan tubuh dan keadaan ini akan mendukung pertumbuhan dan perkembangan, produktivitas dan status kesehatan (DAMAYANTI, 2016).

Dalam upaya mengetahui status gizi dapat dilakukan dengan penilaian ukuran tubuh. Salah satu penilaian gizi secara langsung adalah dengan melakukan pemeriksaan antropometri dengan mengukur indeks berat badan, tinggi badan, dan LILA (DAMAYANTI, 2016). Sebagai ukuran komposisi tubuh, indeks berat badan dan tinggi badan dapat memenuhi kriteria yang diharapkan yaitu memiliki hubungan erat dengan jumlah lemak dalam tubuh. Selain dapat mempengaruhi status gizi, kurangnya konsumsi makanan dapat menyebabkan seorang remaja menderita Kekurangan Energi kronik (KEK). KEK adalah kondisi Dimana lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari 23,5cm (Purnama, 2019).

Pengukuran dan penilaian status gizi pada anak usia sekolah dilakukan sebagai upaya dalam memantau status gizi sehingga dapat mencegah kejadian masalah gizi dan resiko terhadap penyakit yang berdampak pada status kesehatan pada tahapan kehidupan selanjutnya. Sehingga pemantauan status gizi pada anak sekolah sangat perlu dilakukan. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka penulis melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu “program posyandu remaja untuk deteksi dini status gizi remaja di wilayah puskesmas Dempet”.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Secara umum anak usia sekolah merupakan kelompok yang rawan mengalami masalah gizi. Penyebab utama terjadinya masalah gizi adalah asupan makanan dan adanya penyakit infeksi. Asupan makanan sebagai penyebab langsung merupakan penyebab yang memberikan gambaran kecukupan zat - zat gizi yang dibutuhkan tubuh dan dapat dinilai dalam status gizi. Asupan zat gizi yang tidak seimbang dapat mengganggu metabolisme dalam tubuh dan akan tergambar pada status gizi. Status gizi ini akan berpengaruh terhadap resiko penyakit. Gizi buruk akan berdampak dengan meningkatnya resiko penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih dan obesitas beresiko akan penyakit degeneratif.

Adapun rumusan pertanyaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah “Bagaimana status gizi anak di wilayah Puskesmas Dempet?”



Gambar 1. Peta lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang

Permasalahan gizi di Indonesia khususnya pada gizi usia remaja masih menjadi permasalahan yang cukup berat (Baroroh, 2022). Status gizi dapat dijadikan sebagai ukuran keberhasilan dalam pemenuhan zat-zat gizi. Kebutuhan gizi remaja sangat besar karena masih proses pertumbuhan. Kecukupan gizi merupakan kesesuaian baik dalam hal kualitas maupun kuantitas zat - zat gizi sesuai dengan kebutuhan faal tubuh (Purnama, 2019). Beberapa kandungan gizi yang harus dipenuhi diantaranya karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral yang penting bagi manusia untuk pertumbuhan dan perkembangan manusia, memelihara proses tubuh dan sebagai penyedia energi untuk melakukan aktivitas sehari - hari.

Karbohidrat merupakan penyedia kebutuhan dasar yang diperlukan tubuh makhluk hidup, khususnya glukosa yang merupakan nutrient utama sel. Lemak merupakan salah satu zat gizi yang mampu memperlambat sekresi asam lambung dan memperlambat pengosongan lambung sehingga memberikan efek kenyang lebih lama. Protein merupakan zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, pembentukan, dan perbaikan semua jaringan, dapat diperoleh pada kacang - kacang. Vitamin merupakan zat gizi yang tidak dapat diproduksi oleh tubuh, jadi vitamin dapat didapatkan dengan cara mengkonsumsi buah - buahan dan juga sayuran. Seperti halnya vitamin, mineral adalah nutrisi penting untuk memelihara kesehatan dan pencegahan penyakit. Mineral dan vitamin berperan sebagai interaksi (Purnama, 2019).

Menurut (Oktaviasari et al., 2021), pemenuhan gizi yang baik diperlukan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan terutama di usia sekolah dan remaja. Remaja membutuhkan kalori 30% atau lebih dari total asupan kalori remaja setiap hari. Kekurangan konsumsi makanan, baik secara kualitatif maupun kuantitatif akan menyebabkan metabolisme tubuh terganggu.

Menurut, (Rahayu, 2020), dalam upaya menilai status gizi yang baik memerlukan penilaian status gizi secara berkala untuk mengetahui Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan menggunakan pengukuran antropometri. Status gizi remaja juga merupakan sebuah kondisi tubuh yang muncul diakibatkan adanya keseimbangan antara konsumsi dan pengeluaran zat gizi. Berbagai perubahan fisiologis dapat terjadi pada remaja yang dapat menyebabkan penilaian status gizi harus diperhatikan dengan khusus.

Menurut (Noviyanti & Marfuah, 2017), Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber - sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak dapat menjadi penyebab suatu penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang pada akhirnya akan berdampak pada status gizi seseorang.

Menurut (Setiana Andarwulan et al., 2020), Kegiatan posyandu sangat efektif untuk meningkatkan kesadaran para remaja dalam meningkatkan status gizinya. Para remaja mulai memahami kebiasaan baik dan tidak baik yang biasa mereka lakukan. Mereka juga memahami pentingnya menjaga kesehatan tubuh untuk mencapai status gizi yang baik, yang

nantinya akan membentuk sumber daya manusia yang baik dan berkualitas.

b. Status Gizi

Menurut (Zuhdy et al., 2015), Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan atau perwujudan dari nutrire dalam bentuk variable tertentu. Keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi menentukan seseorang tergolong dalam kriteria status gizi tertentu, dan merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam jangka waktu yang cukup lama. Status gizi baik atau status gizi yang optimal terjadi apabila tubuh digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan kerja serta, status kesehatan secara umum akan lebih baik.

Menurut (Negeri et al., 2024), Status gizi merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan kesehatan dan kesejahteraan secara umum dan dapat berdampak besar terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan derajat kesehatan secara keseluruhan. Status gizi dapat dilakukan dengan melakukan penilaian secara menyeluruh dan pengelolaan secara menyeluruh kebutuhan gizi pada setiap tahapan perkembangan dan pertumbuhan manusia, terutama pada tahun pertama masa kanak - kanaknya dan remaja, yang ditandai dengan akselerasi pertumbuhan dan perkembangan daur hidup manusia.

c. Penilaian Status Gizi pada Remaja

Menurut (Kesuma & RAHAYU, 2017), Parameter antropometri merupakan dasar dari penilaian status gizi. Penilaian status gizi pada remaja dapat dilakukan secara antropometri dengan menggunakan indeks BB/TB^2 yang dikenal dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) menurut umur (BMI for age) yang kemudian dinilai dengan ambang batas (Z-score) (Pangow et al., 2020).

Penghitungan IMT adalah sebagai berikut :

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m}^2\text{)}}$$

IMT menurut umur ini telah direkomendasikan sebagai indikator antropometri terbaik untuk remaja yang kurus dan gemuk. Indeks IMT menurut umur ini memiliki kelebihan yaitu memerlukan informasi tentang usia kronologis karena bagaimanapun indeks BB/TB akan berubah sesuai perubahan umur. Indikator ini juga telah divalidasi sebagai indikator lemak tubuh total dan memberikan data dengan kualitas yang tinggi dan berkesinambungan dengan indikator yang direkomendasikan untuk dewasa (Setiowati, 2014).

Table 1. Status Gizi

Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) Anak Usia 5	Kategori Status Gizi	IMT
18 Tahun)	Sangat Kurus	<17,0
	Kurus	17,0 - 18,4
	Normal	18,5 - 25
	Gemuk	25,1 - 27,0
	Obesitas	>27,0

Menurut (Vani et al., 2023), penilaian status gizi dapat dinilai dengan menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan menggunakan pengukuran antropometri. Pengukuran antropometri dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan. Pengukuran status gizi dengan metode ini dapat dilakukan dengan mudah dan murah. Prosedur nyaman tanpa melakukan intervensi. IMT juga merupakan indikator yang memiliki sensitivitas yang tinggi untuk melakukan pengukuran kekurangan dan kelebihan gizi (Adnan et al., 2016).

Berdasarkan uraian di atas tujuan dari kegiatan ini adalah mengetahui status gizi remaja dengan dilakukan penilaian status gizi pada remaja untuk dilakukan penilaian dan pengelolaan status gizi remaja.

4. METODE

Berdasarkan Analisa masalah, tim pengabdian membuat kegiatan yang bertujuan untuk melakukan deteksi dini status gizi remaja melalui program posyandu remaja. Metode pelaksanaan kegiatan ini berupa cek kesehatan dilanjutkan dengan edukasi kesehatan tentang pentingnya pemenuhan status gizi pada remaja. Pengukuran dan penilaian status gizi dilakukan pada anak usia sekolah untuk mendapatkan gambaran status gizi berdasarkan indeks masa tubuh menurut usia (IMT/U) sehingga dapat mencegah dan melakukan tindakan dari masalah gizi yang terjadi. Kegiatan ini dilakukan dengan cara melakukan pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan lingkaran lengan atas (LILA) dengan pengukuran antropometri. Hasil pengukuran akan dilakukan pengelompokan status gizi berdasarkan *cut if point* IMT/U berdasarkan Peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri pada Anak. Kegiatan pengabdian dilakukan dalam tiga tahapan yaitu:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan menentukan lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dan merencanakan langkah - langkah yang perlu dilakukan untuk mempersiapkan kegiatan pengabdian. Selain menentukan lokasi, hal lain yang dilakukan adalah mengadakan pertemuan dengan tim pengabdian, mempersiapkan kelengkapan administrasi berupa surat izin dengan pihak sekolah dan puskesmas untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian. Kemudian mempersiapkan materi dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di SDN 2 Merak pada siswa kelas V. Pada tahapan pelaksanaan ini tim pengabdian melakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkaran lengan atas. Kemudian dilanjutkan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya mengetahui status gizi dalam tubuh, guna mengevaluasi pola hidup yang sudah di jalani dan membentuk pola hidup baru yang lebih sehat. Kemudian juga menambah kesadaran akan pentingnya memperhatikan asupan gizi dalam tubuh agar terhindar dari berbagai macam resiko penyakit.

3. Tahap Penyelesaian

Tahap penyelesaian adalah melakukan penilaian status gizi dengan menghitung IMT dan mengelompokkan ke 5 kategori menurut kemenkes RI, sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan obesitas. Hasil kategori status gizi yang telah dilakukan kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Tabel 2. Tahapan Kegiatan

Tahapan	Kegiatan	Pemateri
Pendahuluan (5 Menit)	Pembukaan Perkenalan diri antara pengabdi dan mitra. Menjelaskan maksud dan tujuan dilakukan kegiatan pengabdian	Pengabdi
Penyampaian Edukasi dan Pengukuran Antropometri pada anak kelas V SDN 2 Merak (60 menit)	Memberikan lembar quisioner yang berisi tentang pola kehidupan sehari - hari. Melakukan pengukuran antropometri. Memberikan edukasi tentang: Pengetahuan gizi seimbang Status Gizi Penilaian status gizi pada remaja.	Pengabdi
Penutup (20 Menit)	Menyimpulkan materi yang telah di berikan. Evaluasi dengan tanya jawab. Pemberian lembar questioner setelah di berikan edukasi pola hidup yang akan dilakukan oleh anak kedepannya.	Pengabdi

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Status gizi diukur dengan pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan lingkaran lengan atas (LILA). Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan edukasi pada siswa terkait pentingnya mengetahui status gizi dan memperhatikan asupan makanan yang mereka konsumsi. Berikut tabel hasil pengukuran status gizi:

Table 3. Hasil Penilaian Status Gizi

No	JK	Usia	BB	TB	LILA	IMT	Kategori
1	P	12	39,3	148	20	18,03	Kurus
2	P	12	36	130	17	21,30	Normal
3	P	12	39,5	130,5	23	23,23	Normal
4	P	12	27,9	139	21	14,45	Sangat Kurus
5	P	12	38	144	24	18,35	Kurus
6	P	12	35	140	22	17,85	Kurus
7	P	11	45	145	23	21,42	Normal
8	P	12	32	140	22	16,32	Sangat Kurus
9	P	12	29	139	18	15,02	Sangat Kurus
10	P	11	46	144,8	21	22	Normal
11	P	11	27	147,7	20	12,32	Sangat Kurus
12	P	11	39	139	19	20,21	Normal
13	P	12	31	156	20	12,75	Sangat Kurus

14	P	11	39	144	21	18,84	Normal
15	L	12	49,5	142	23	24,6	Gemuk
16	L	12	54,7	145	24,9	26,04	Gemuk
17	L	12	39,5	139	20	20,48	Normal
18	L	12	56	151	24	24,65	Gemuk
19	L	12	42	145	23	20	Normal
20	L	12	39	144	18	18,84	Kurus



Gambar 2. Pengukuran antropometri



Gambar 3. Penyampaian edukasi

b. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengukuran dan penilaian status gizi pada 20 anak usia sekolah dasar diperoleh 5 anak dalam kategori sangat kurus, 4 anak dalam kategori kurus, 8 anak dalam kategori normal, dan 3 anak dalam kategori gemuk. Pemantauan gizi perlu dilakukan secara berkala guna mendapatkan gambaran masalah gizi yang terjadi pada anak usia sekolah. Hal ini karena status gizi anak usia sekolah merupakan faktor penting yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah, Dimana pada masa usia sekolah masih terjadi proses tumbuh kembang. Menurut (Nurazizah et al., 2022), terdapat hubungan status gizi dengan kejadian anemia. Status gizi tidak normal pada remaja dapat meningkatkan resiko anemia sebesar 2,1 kali. Menurut penelitian (Handayani & Sugiarsih, 2022), kejadian anemia pada remaja putri banyak ditemukan pada responden yang memiliki pola makan kurang. Ditemukan hubungan antara kejadian anemia pada remaja putri dengan determinan: status gizi, pola makan, dan pengetahuan.

Permasalahan gizi pada anak masih menjadi masalah di negara Indonesia ini. Masalah gizi pada anak umumnya kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Anak usia sekolah membutuhkan zat gizi baik zat makro maupun zat mikro untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan, untuk mendapatkan energi, berfikir, melakukan berbagai kegiatan fisik

serta untuk mempertahankan imunitas tubuh. Menurut (Nova & Yanti, 2018), menyatakan bahwa Sebagian besar remaja di Indonesia yang menalami permasalahan status gizi diakibatkan karena kekurangan zat makro (karbohidrat, protein, dan lemak) dan zat mikro (vitamin dan mineral). dampaknya yaitu penurunan berat badan secara drastic, stunting, anemia, dan beresiko terjangkit penyakit kronis. Menurut penelitian (Telisa & Eliza, 2020), terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak) dan asupan zat besi dengan kejadian status gizi yang rendah pada remaja.

Penilaian status gizi perlu dilakukan untuk mendapatkan gambaran status gizi pada anak usia sekolah sehingga dapat diperoleh gambaran masalah gizi yang terjadi serta intervensi yang tepat dalam mengatasi masalah gizi.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa status gizi pada remaja merupakan suatu hal penting yang harus diperhatikan. Hasil pengukuran status gizi pada anak usia sekolah berdasarkan indeks massa tubuh (IMT/U) diperoleh 9 anak berstatus gizi kurang, 8 anak berstatus gizi baik, dan 3 anak berstatus gizi lebih atau gemuk. Perlu dilakukan pengukuran status gizi secara periodik untuk memantau status gizi anak usia sekolah serta melakukan edukasi gizi untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada anak usia sekolah.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, M., Mulyati, T., & Isworo, J. T. (2016). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 Rawat Jalan Di RS Tugurejo Semarang*. 2(April), 18-25.
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 31-35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Baroroh, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan Stunting. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 60-64.
- DAMAYANTI, A. E. (2016). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Putri. In *Skripsi*. <http://repository.unair.ac.id/46573/>
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2022). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.24853/myjm.2.2.76-89>
- Kesuma, Z. M., & RAHAYU, L. (2017). Identifikasi Status Gizi Pada Remaja Di Kota Banda Aceh. *STATISTIKA: Journal of Theoretical Statistics and Its Applications*, 17(2), 63-69. <https://doi.org/10.29313/jstat.v17i2.2759>
- Negeri, D., Nunggal, C., Ernawati, E., Destra, E., Kurniawan, J., Enike, S. C., & Eka, A. (2024). *Deteksi Dini Gangguan Gizi Melalui Pengukuran Status Gizi di Sekolah*. 4(2), 4-11.
- Nova, M., & Yanti, R. (2018). 145-Article Text-382-2-10-20190613. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(2), 169-175.

- Noviyanti, R. D., & Marfuah, D. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisk, dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja di Kelurahan Purwosari Laweyan Surakarta. *University Research Colloquium*, 421-426.
- Nurazizah, Y. I., Nugroho, A., Nugroho, A., Noviani, N. E., & Noviani, N. E. (2022). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Journal Health and Nutritions*, 8(2), 44. <https://doi.org/10.52365/jhn.v8i2.545>
- Oktaviasari, D. I., Susilowati, I., Wismaningsih, E. R., Nurkhalim, R. F., Jayanti, K. D., Jayanto, D. L., Bisono, E. F., Putri, E. R. T., & Kristianingsih, I. (2021). Gizi Seimbang untuk Tumbuh Kembang pada Remaja. *Prosiding (SENIAS) Seminar Pengabdian Masyarakat*.
- Pangow, S., Bodhi, W., & Budiarmo, F. (2020). Status Gizi pada Remaja SMP Negeri 6 Manado Menggunakan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang. *Jurnal Biomedik*, 12(1), 43-47. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/index>
- Purnama, N. L. A. (2019). Perilaku Makan Dan Status Gizi Remaja. *Penelitian Kesehatan*, 9(2), 57-62.
- Rahayu, A. (2020). Pemeriksaan Status Gizi Indeks Massa Tubuh Menurut Umur untuk Deteksi Dini Status Gizi Tidak Normal pada Remaja Puteri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 150. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.117>
- Rochman, I., & Adriani, M. (2013). Hubungan gaya hidup dengan status gizi remaja. *Jurnal Ilmiah Media Gizi Indonesia*, 9(1), 39-40. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/56886>
- Setiana Andarwulan, Retno Setyo Iswati, Tetty Rihardini, & Diva Tresna Anggraini. (2020). Penerapan Teknologi Deteksi Dini Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Status Gizi Anak Di Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Surabaya. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(3), 364-374. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v1i3.414>
- Setiowati, A. (2014). Hubungan Indeks Massa Tubuh , Persen Lemak Tubuh , Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4, 1.
- Telisa, I., & Eliza, E. (2020). Asupan zat gizi makro, asupan zat besi, kadar haemoglobin dan risiko kurang energi kronis pada remaja putri. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 80. <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.241>
- Vani, A. T., Triansyah, I., Dewi, N. P., Abdullah, D., & Annisa, M. (2023). Edukasi Dan Pelatihan Penilaian Status Gizi Pada Remaja Di Smp Yari Kota Padang. *Nusantara Hasana Journal*, 2(8), 290-300.
- Yahya, P. N., Ronitawati, P., Sitoayu, L., Sa'pang, M., & Nuzrina, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Praktik Keamanan Pangan Pada Penyelenggaraan Makanan Di Sekolah. *Gizi Indonesia*, 45(1), 47-58. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v45i1.543>
- Zuhdy, N., Ani, L. S., & Utami, N. W. A. (2015). Aktivitas Fisik, Pola Makan dan Status Gizi Pelajar Putri SMA di Denpasar Utara. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 3(1), 78-83. <https://doi.org/10.15562/phpma.v3i1.92>