

DAFTAR PUSTAKA

- Afrina, Mulyatu, H., & Aziz, D. S. (2019). Hubungan Perilaku Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMKN 1 Palu. *CHMK Health Journal*, 3(2), 6–10.
- Ana, V., Setyawati, V., Yuniastuti, A., Woro, O., Handayani, K., Farida, E., Widowati, E., Doktor, P., Masyarakat, K., & Kedokteran, F. (2023). Faktor Risiko Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri di Kota Semarang. *Universitas Negeri Semarang*, 1(3), 875–882.
- Aulia, A. R. N. (2020). Hubungan Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian BBLR Di PUSKESMAS Pleret Bantul. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*, 53(9), 1689–1699. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/3387>
- Basaria, N. G., & Mulyani, E. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Kekurangan Energi Kronik Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Remaja Putri. *IJMT : Indonesian Journal of Midwifery Today*, 4(2), 41–46. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v4i2.9832>
- Bawono, Y. (2023). *Perkembangan anak & remaja* (Issue September).
- Bintanah, S., Kusuma, H. S., Ulvie, Y. N. S., & Mulyati, T. (2018). Perhitungan Kebutuhan Gizi Individu. In *NextBook*.
- BPS Indonesia, S. I. (2023). Catalog : 1101001. *Statistik Indonesia 2023, 1101001*,

790.

<https://www.bps.go.id/publication/2020/04/29/e9011b3155d45d70823c141f/statistik-indonesia-2020.html>

Darmawati, I., & Arumiyati, S. (2017). Pengetahuan Gizi Remaja SMPN 40 Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate*, 10(2), 49.

<https://doi.org/10.32763/juke.v10i2.42>

Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96.

<https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>

Hatussaadah, S. F., & Rosalina, E. (2025). Upaya Pencegahan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri di Smart Fast Global Education Jambi. 7(1), 169–174. <https://doi.org/10.36565/jak.v7i1.552>

KAWATU, S. M. (2021). *HUBUNGA POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA KECAMATAN ANGKOLA MUARATAIS TAHUN 2021 USIA 13-15 TAHUN DI PESANTREN AL-YUSUFIAH.*

Kemenkes RI. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2021. *Kementrian Kesehatan RI*, 23. https://e-renggar.kemkes.go.id/file_performance/1-131313-1tahunan-314.pdf

Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In

Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.

Kusharisupeni, & Adawiyah, asyifa robiatul. (2021). *Modul praktikum kesehatan reproduksi remaja*. 1–56.

Lubis, T., Yusita, I., Rofiasari, L., Suryanah, A., & Kartadarma, S. (2024). Peer Group Health Education sebagai Upaya Pembentukan Kelompok Inklusif Kesehatan Reproduksi dan Manajemen Gizi Remaja Putri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(3), 1326–1338.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13471>

Maryam, A., Elis, A., & Mustari, R. (2023). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 3(1), 6–11. <https://doi.org/10.31983/juk.v3i1.10214>

Mutmainnah, Sitti Patimah, & Septiyanti. (2021). Hubungan KEK dan Wasting dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Kabupaten Majene. *Window of Public Health Journal, March*, 561–569.
<https://doi.org/10.33096/woph.v1i5.184>

Natalina, R. (2019). Modul Praktik Manajemen Pelayanan Kebidanan. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya*, 1.

Noor, M. S., Setiawan, M. I., Putri, A. O., Lasari, H., Qadrinnisa, R., Ilham, M.,

- Yasmina, S., Nur, S., & Abdurrahman, Z. D. L. M. H. (2021). *Buku Ajar Kekurangan Energi Kronik (KEK) Disusun oleh* (Vol. 1).
- PKPR. (2024). *PELAYANAN KESEHATAN REMAJA (PKPR) 2024.pdf* (p. 3).
- PRIHANDINI, K. D. (2018). *HUBUNGAN LINGKAR LENGAN ATAS DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA DEWASA MUDA*. 3(32), 1–44.
- Rahayu, Herwinda, Hindarta, N. (2023). *Gizi dan Kesehatan Remaja*.
- Rahayu, H. K., Hindarta, N. A., Wijaya, D. P., Cahyaningrum, H., Evan, M., Kurniawan, T., & Faiza, T. A. (2021). *Gizi dan Kesehatan Remaja*.
- Ratnasari, E., & Hidayah, N. (2024). BUNGA RAMPAI ETIK LEGAL DAN KESELAMATAN PASIEN UNTUK S1 KEBIDANAN. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
<http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe>
[co.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Rismawati, S. (2025). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri (18). *Jurnal Kewarganegaraan*, 4(2), 2557–2559. <https://doi.org/10.30595/pshms.v7i.1438>
- Ruspita, R., Rahmi, R., & Tanberika, F. S. (2024). Edukasi Asupan Gizi Seimbang

pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7–10.

Safriana, R. E. (2022). Gambaran Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Di Gresik.

IJMT : Indonesian Journal of Midwifery Today, 2(1), 11.

<https://doi.org/10.30587/ijmt.v2i01.4854>

Sari, K. I. P., Virgia, V., Fitria, L., Farida, L. N., Alam, H. S., Pakpahan, S., Patemah,

Zaly, N. N. W., Syarif, S. I. P., Sulistyoningih, H., Nadirahilah, & Rahmawati,

T. (2022). KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA (KRR). *Sustainability*

(Switzerland), 11(1), vi 255.

[http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe)

[8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe](http://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbe)

[co.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SIST](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)

[EM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)

Suarjana, I. (2020). Kurang Energi Kronik (KEK) Remaja Putri Pelajar SMU/SMK di

Kabupaten Karangasem Propinsi Bali. *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(1), 41–51.

<https://doi.org/10.33761/jsm.v15i1.106>

Suharno, Nisa, & Sikmiyati. (2021). Buku Ajar Pengukuran Antropometri dalam

Daur Kehidupan. In *Buku Ajar Penilaian Status Gizi*.

[https://www.researchgate.net/publication/348959123_Buku_Ajar_Pengukuran_](https://www.researchgate.net/publication/348959123_Buku_Ajar_Pengukuran_Antropometri_dalam_Daur_Kehidupan)

[Antropometri_dalam_Daur_Kehidupan](https://www.researchgate.net/publication/348959123_Buku_Ajar_Pengukuran_Antropometri_dalam_Daur_Kehidupan)

Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Diah Rahayu Wulandari. (2021). Anemia

pada Remaja Putri. In *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro* (Vol. 1, Issue 2). http://doc-pak.undip.ac.id/12690/1/Modul_Anemia.pdf

Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. 1, 3–4.

Wirawanti, I. W. (2022). Kurang Energi Kronik (KEK) Berhubungan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.33860/shjig.v3i1.1427>

World Health Organization. (2017). Nutritional Anaemias : Tools for Effective Prevention. In *World Health Organization*.

Yosephin, B. (2018). *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. Yogyakarta, 1–233.

DOKUMENTASI









LAMPIRAN

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 1

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3			1		2
2	Mie Kering	1		1			
3	Sayuran	2			1		1
4	Buah	2				2	
5	Tempe	2			1		1
6	Tahu						
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	3			1		2
10	Ikan						
11	Minyak	3			1		2
12	Gula						
13	Susu	1				1	
Total Sehari (Kkal)		1580		200	420	225	735

***Keterangan**

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 2

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3			1		2
2	Mie Kering	1	1				
3	Sayuran	2			1		1
4	Buah	3		2		2	
5	Tempe	2			1		1
6	Tahu						
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	3			1		2
10	Ikan						2
11	Minyak	3			1		
12	Gula					1	
13	Susu	3	1	1		1	
Total Sehari (Kkal)		1930	325	225	420	225	735

*Keterangan

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 3

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3	1		1		1
2	Mie Kering						
3	Sayuran	4	1		2		1
4	Buah	4		2		1	1
5	Tempe	2	1		1		
6	Tahu	1					1
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	2	1		1		
10	Ikan	2					2
11	Minyak	1					1
12	Gula	2	1			1	
13	Susu	3	1	1		1	
Total Sehari (Kkal)		1925	550	225	900	225	525

*Keterangan

1. Nasi 1 porsi = 3/4 gelas = 175 kkal
2. Mie Kering = 1 gelas = 200 kkal
3. Sayur 1 porsi = 1 gelas = 25 kkal
4. Buah 1 porsi = 1-2 buah = 50-190 gram = 50 kkal
5. Tempe 1 porsi = 2 potong sedang = 50 gram = 80 kkal
6. Tahu 1 porsi = 2 potong sedang = 80 gram = 80 kkal
7. Telur = 1 Butir = 55 gram = 50 kkal
8. Daging 1 porsi = 1 potong sedang = 35 gram = 95 kkal
9. Ayam 1 porsi = 1 potong sedang = 40 gram = 95 kkal
10. Ikan 1 porsi = 1/3 ekor sedang = 40 gram = 75 kkal

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 4

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3	1		1		1
2	Mie Kering						
3	Sayuran	4	1		2		1
4	Buah	4		2		1	1
5	Tempe	2	1		1		
6	Tahu	1					1
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	2	1		1		
10	Ikan	2					2
11	Minyak	1					1
12	Gula	2	1			1	
13	Susu	3	1	1		1	
Total Sehari (Kkal)		1925	550	225	400	225	525

*Keterangan

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 6

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	4	1		1		2
2	Mie Kering						
3	Sayuran	4	1		1		2
4	Buah	3		2		1	
5	Tempe	1			1		
6	Tahu	2	1				1
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	4	1		1		2
10	Ikan						
11	Minyak	2	1				1
12	Gula	2	1			1	
13	Susu	3	1	1		1	
Total Sehari (Kkal)		2135	595	225	620	225	420

*Keterangan

1. Nasi 1 porsi = 3/4 gelas = 175 kkal
2. Mie Kering = 1 gelas = 200 kkal
3. Sayur 1 porsi = 1 gelas = 25 kkal
4. Buah 1 porsi = 1-2 buah = 50-190 gram = 50 kkal
5. Tempe 1 porsi = 2 potong sedang = 50 gram = 80 kkal
6. Tahu 1 porsi = 2 potong sedang = 80 gram = 80 kkal
7. Telur = 1 Butir = 55 gram = 50 kkal
8. Daging 1 porsi = 1 potong sedang = 35 gram = 95 kkal
9. Ayam 1 porsi = 1 potong sedang = 40 gram = 95 kkal
10. Ikan 1 porsi = 1/3 ekor sedang = 40 gram = 75 kkal

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 6

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	4	1		2		1
2	Mie Kering						
3	Sayuran	4	1		2		1
4	Buah	3		2		1	
5	Tempe	1			1		
6	Tahu	2	1				1
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	4	1		2		1
10	Ikan						
11	Minyak	1					1
12	Gula	2	1			1	
13	Susu	3	1	1		1	
Total Sehari (Kkal)		9.090	650	335	670	335	420

*Keterangan

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 7

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3	1		1		1
2	Mie Kering	2		1		1	
3	Sayuran	3	1		1		1
4	Buah	2		2			
5	Tempe	3	1		1		1
6	Tahu						
7	Telur	1	1				
8	Daging						
9	Ayam	2			1		1
10	Ikan						
11	Minyak	3	1		1		1
12	Gula						
13	Susu	2	1			1	
Total Sehari (Kkal)		2.010	545	300	420	325	420

*Keterangan

1. Nasi 1 porsi = 3/4 gelas = 175 kkal
2. Mie Kering = 1 gelas = 200 kkal
3. Sayur 1 porsi = 1 gelas = 25 kkal
4. Buah 1 porsi = 1-2 buah = 50-190 gram = 50 kkal
5. Tempe 1 porsi = 2 potong sedang = 50 gram = 80 kkal
6. Tahu 1 porsi = 2 potong sedang = 80 gram = 80 kkal
7. Telur = 1 Butir = 55 gram = 50 kkal
8. Daging 1 porsi = 1 potong sedang = 35 gram = 95 kkal
9. Ayam 1 porsi = 1 potong sedang = 40 gram = 95 kkal
10. Ikan 1 porsi = 1/3 ekor sedang = 40 gram = 75 kkal

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 8

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	3	1		1		1
2	Mie Kering	1				1	
3	Sayuran	3	1		1		1
4	Buah	3				2	1
5	Tempe						
6	Tahu	2	2		1		
7	Telur						
8	Daging						
9	Ayam	1	1				
10	Ikan	3			2		1
11	Minyak	2			2		
12	Gula	1				1	
13	Susu	3	1			1	1
Total Sehari (Kkal)		1945	500		520	475	450

*Keterangan

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 7

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	4			1	1	2
2	Mie Kering	1	1				
3	Sayuran	4			1	1	2
4	Buah	3	2	1			
5	Tempe	2			1		1
6	Tahu						
7	Telur	3				1	2
8	Daging	1			1		
9	Ayam						
10	Ikan						
11	Minyak	3			1	1	1
12	Gula						
13	Susu	2	1	1			
Total Sehari (Kkal)		1935	425	125	415	295	625

*Keterangan

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

Lembar Pemantauan Gizi Remaja Hari ke 10

No	Bahan Makanan Atau Penukarnya	Remaja usia 10-13 tahun 1900 kkal					
		Jumlah Porsi (P)	Pagi	Selingan Pagi	Siang	Selingan Sore	Malam
1	Nasi	4	1		1	1	1
2	Mie Kering	1	1				
3	Sayuran	3			1	1	1
4	Buah	2		2			
5	Tempe	2			1		1
6	Tahu						
7	Telur	1	1				
8	Daging						
9	Ayam	4			2	1	1
10	Ikan						
11	Minyak	2			1		1
12	Gula	1					1
13	Susu	1	1				
Total Sehari (Kkal)		1730	550	100	515	295	420

***Keterangan**

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 1. Nasi 1 porsi | = 3/4 gelas | = 175 kkal |
| 2. Mie Kering | = 1 gelas | = 200 kkal |
| 3. Sayur 1 porsi | = 1 gelas | = 25 kkal |
| 4. Buah 1 porsi | = 1-2 buah | = 50-190 gram = 50 kkal |
| 5. Tempe 1 porsi | = 2 potong sedang | = 50 gram = 80 kkal |
| 6. Tahu 1 porsi | = 2 potong sedang | = 80 gram = 80 kkal |
| 7. Telur | = 1 Butir | = 55 gram = 50 kkal |
| 8. Daging 1 porsi | = 1 potong sedang | = 35 gram = 95 kkal |
| 9. Ayam 1 porsi | = 1 potong sedang | = 40 gram = 95 kkal |
| 10. Ikan 1 porsi | = 1/3 ekor sedang | = 40 gram = 75 kkal |

KEGIATAN KONSULTASI TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Julia Karina

NIM : 526080622011

Program Studi : Diploma Tiga Kebidanan

Judul Penelitian : Asuhan Kebidanan Pada Remaja Nn X Usia X Dengan Kekurangan Energi Kronik Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2024/2025

Pembimbing I : Nurfitri. SST., M.Keb

NO	Uraian Kegiatan	Materi Konsultasi	Tanggal	Paraf
1.	PROPOSAL BAB I PENDAHULUAN			
	Konsultasi Judul untuk Acc Lppm	1. BAB I Acc Lppm	Jum'at 06 Desember 2024	
		2. Revisi latar belakang	Kamis 19 Desember 2024	
		3. Acc BAB I sertakan daftar isi	Sabtu 28 Desember 2024	
		4. Penyesuaian BAB I dengan intervensi	Selasa 28 April 2025	
		5. penyesuaian BAB I dan hasil data	Rabu 14 Mei 2025	

	6.	konsultasi pemilihan data dan penyesuaian judul	Kamris 15 mei 2025	
	7.	penyesuaian latar belakang	Jumrah 16 mei 2025	
	8.	ACC BAB I	27 mei 2025 / Senin	
	9.			
	10.			
BAB II TINJAUAN PUSTAKA				
	1.	Revisi daftar isi dan sub pokok bab II	Sabru 22/02/25	
	2.	menambahkan data dan materi	Senin, 03/03/25	
	3.	perbaikan judul	17/maret/25	
	4.	konsultasi materi kembali	Senin 22/04/25	
	5.			

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

1.	Konsultasi BAB III	Semua 02/04/25	
2.	Konsultasi BAB III	Kabu Selasa 9 Juni 2025	
3.	ACC	Kabu 9 Juni 2025	
4.			
5.			

Catatan:

1. Minimal Konsultasi Proposal 6 kali tiap pembimbing
2. Sebelum seminar proposal, mahasiswa meminta persetujuan Koordinator Tugas Akhir Prodi untuk mengajukan sidang dengan menunjukkan buku bimbingan
3. Setelah tandatangan Koordinator Tugas Akhir, mahasiswa dapat meminta nama Penguji ke Bag. Rektorat (an. Inke Asmika)

Batam, ... 2025

Mengetahui,
Koordinator Tugas Akhir Prodi

(.....)

2. SEMINAR PROPOSAL (REVISI SETELAH SEMINAR)

1.	Revisi BAB II	14 / Juli - 2025	
2.	Revisi BAB I dan II	22 / Juli - 2025	
3.			
4.			
5.			

3.	HASIL			
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN			
	1.	Revisi bab iv hasil penelitian pada kesimpulan pertama	18 Agustus 25	
	2.	Revisi Bab IV ditambah keterangan data	22 Agustus 25	
	3.	Revisi bab iv	24 Agustus 25	
	4.			
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN			
	1.	Revisi Bab V	26 Agustus 25	
	2.	Revisi Kesimpulan disesuaikan dengan tujuan	27 Agustus 25	
	3.			
	4. KONSULTASI PENULISAN TUGAS AKHIR (Mulai dari Cover sampai Lampiran)			
	1.			
	2.			

KEGIATAN KONSULTASI TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Julia Karina

NIM : 526080622011

Program Studi : Diploma Tiga Kebidanan

Judul Penelitian : Asuhan Kebidanan Pada Remaja Nn X Usia X Dengan Kekurangan Energi Kronik Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2024/2025

Pembimbing II : Ns. Hidayat Hartanto. S.Kep

NO	Uraian Kegiatan	Materi Konsultasi	Tanggal	Paraf
1.	PROPOSAL BAB I PENDAHULUAN			
		1. penyesuaian judul untuk diajukan ke Ippm	09 / 10 / 24	H..
		2. acc judul dan konsultasi BAB I	12 / 11 / 24	H..
		3. konsultasi BAB I dan acc BAB I	24 / 02 / 25	H..
		4. konsultasi detail kembali	26 / 05 / 25	H..
		5. acc BAB I	28 / 05 / 25	H..

	6.	Konsultasi BAB I dan AOBAB I A	Senin 02/06/25	H..
	7.			
	8.			
	9.			
	10.			
BAB II TINJAUAN PUSTAKA				
	1.	Konsultasi BAB (II) Pekisi formet ita	Senin 02/06/25	H..
	2.	Konsultasi BAB II	Rabu 04/06/25	H..
	3.			
	4.			
	5.			

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

	1.	Konsultasi BAB III	Senin 02-06-25	H.
	2.	Konsultasi BAB III	Rabu 04-06-25	H.
	3.			
	4.			
	5.			

Catatan:

1. Minimal Konsultasi Proposal 6 kali tiap pembimbing
2. Sebelum seminar proposal, mahasiswa meminta persetujuan Koordinator Tugas Akhir Prodi untuk mengajukan sidang dengan menunjukkan buku bimbingan
3. Setelah tandatangan Koordinator Tugas Akhir, mahasiswa dapat meminta nama Penguji ke Bag. Rektorat (an. Inke Asmika)

Batam,.....2025

Mengetahui,
Koordinator Tugas Akhir Prodi

(.....)

2. SEMINAR PROPOSAL (REVISI SETELAH SEMINAR)

	1.	Revisi formulan laporan	11. Agustus 25	H.-
	2.			
	3.			
	4.			
	5.			

3.	HASIL				
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN				
		1.	Penulisan nomor subtema	12 Agustus 25	H-
		2.	Tambah Abstrak	26 Agustus 25	H..
		3.	Konsultasi	28 Agustus 25	H..
		4.			
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN				
		1.	Konsultasi bab V	26 Agustus 25	H..
		2.		28 Agustus 25	H..
		3.			
	4. KONSULTASI PENULISAN TUGAS AKHIR				
	(Mulai dari Cover sampai Lampiran)				
		1.			
		2.			



**PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN**

Jl. Raja Haji No. 7 Sekupang, Kode Pos 29422
Telp. (0778) 323506 Fax. (0778) 321856
Laman : <https://dinkes.batam.go.id/> Pos-el : dinkes.batam

Batam, 05 Desember 2024

Nomor : B/9672/000.9.2/XII/2024
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 hal
Hal : Izin Pengambilan Data

Yth. Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda
di
Batam

Sehubungan dengan surat saudara Nomor 388.1/15401/R/IKMB/XI/2024 tanggal 21 November 2024 tentang Pengambilan Data Awal, Institut Kesehatan Mitra Bunda sebanyak 23 orang (daftar nama terlampir) :

Pada prinsipnya kami tidak keberatan jika mahasiswa tersebut melakukan izin pengambilan data guna penyusunan KTI/TA dengan ketentuan :

1. Sesuai dengan kerangka acuan yang telah ditentukan;
2. Mematuhi semua peraturan yang berlaku;
3. Untuk izin pengambilan data agar dapat menghubungi Sub Bagian Perencanaan Program Dinas terkait di Dinas Kesehatan Kota Batam dan apabila diperlukan dapat dilanjutkan ke UPT. Puskesmas dari hasil data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Batam.

Demikian disampaikan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Dinas Kesehatan
Kota Batam

dr. Didi Kusmarjadi, Sp. OG, MM
Pembina Utama Muda / IV b
NIP. 19660731 199703 1 007



PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS BATU AJI

Jl. Rindang Kelurahan Buliang, Kecamatan Batu Aji, Kode Pos. 29438
Telp. (0778) 5522039 Email: puskesmasbatuaji@gmail.com
Laman: <https://pkmbatuaji.batam.go.id/>

SURAT KETERANGAN
NO. B/SK/400.7.22.1/VI/2025

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : dr. Sri Fetra Netti, M.M.
Jabatan : Kepala UPT. Puskesmas Batu Aji

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Julia Karina
NIM : 526080622011
Jurusan : DIII Kebidanan
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Bahwa nama tersebut di atas adalah benar telah melakukan Pengambilan Data di UPT. Puskesmas Batu Aji pada tanggal 24 Mei 2025 dan sesuai dengan surat dari Institut Kesehatan Mitra Bunda Nomor. 254/15201/R/IKMB/VI/2025 Tanggal 22 Mei 2025, tentang:

1. Data Anemia Pada Remaja Tahun 2024 di UPT Puskesmas Batu Aji;
2. Data Jumlah Remaja di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Batu Aji.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Batam, 04 Juni 2025
Kepala UPT. Puskesmas Batu Aji



dr. Sri Fetra Netti, M.M.
Pembina, IV/a
NIP. 19750203 200604 2 026



YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN

Alamat : Jalan Seraya Nomor 1, Kota Batam Kode Pos 29453 Telp : (0778) 429431,
Fax : (0778) 429431, E-mail : institutkmb@gmail.com Website : <http://mbp.ac.id>
SURAT KEPUTUSAN Kemendikbud RI Nomor : 284/M/2020

Batam, 17 Juli 2025

Nomor : 006/K/15401/IKMB/VII/2025
Lampiran : 1 (satu) berkas
Hal : Permohonan Persetujuan Etik

Yth. Ketua Komite Etik Penelitian
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Sehubungan dengan rencana penelitian yang akan dilaksanakan oleh :

Nama Peneliti : Julia Karina
Program Studi : Diploma Tiga Kebidanan
Judul : Asuhan Kebidanan Pada Remaja dengan Kekurangan Energi
Kronik (KEK) di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota
Batam
Pembimbing I : Nurfitri., SST., M. Keb
Pembimbing II : Ns. Hidayat Hartanto., S. Kep

Maka bersama ini kami mengajukan permohonan persetujuan etik sebagai salah satu syarat penelitian tersebut bisa dilakukan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Program Studi

(Bdn. Norma Jeepi. M. S. SiT., M. Kes)
NIDN. 0627048601



YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
KOMITE ETIK PENELITIAN

Jl. Seraya No 1 KOTA BATAM Telp/Fax (0778) 429431, website : <http://wikmb.ac.id>
SURAT KEPUTUSAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA No. 284/M/2020

KOMITE ETIK PENELITIAN
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA
THE RESEARCH ETHICAL COMMITTEE INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

SURAT KETERANGAN
ETHICAL APPROVAL
No. 121/K/KEP/IKMB/VIII/2025

Komite Etik Penelitian Institut Kesehatan Mitra Bunda, menyatakan dengan ini bahwa penelitian dengan judul :
The Research Ethical Committee of Institut Kesehatan Mitra Bunda states hereby that the following proposal :

"Asuhan Kebidanan pada Remaja Nn X Usia X dengan Kekurangan Energi Kronik di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2024/2025"
"Midwifery Care for Adolescents Nn X Age X with Chronic Energy Deficiency in the Working Area of Batu Aji Public Health Center, Batam City 2024/2025"

Peneliti Utama : Julia Karina
Principal Investigator

Lokasi Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji
Research Location

Waktu Penelitian : Agustus 2025
Time Schedule

Responden/Subjek Penelitian : Remaja
Respondent/Research Subject

Telah melalui prosedur kaji etik dan dinyatakan layak untuk dilaksanakan
Has proceeded the ethical assessment procedure and been approved for implementation

Batam, 26 Agustus 2025
Ketua / Chairman,

dr. Ibnu Rushd, M.K.M



YAYASAN HARAPAN BUNDA BATAM
INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA

Jl. Seraya No 1 KOTA BATAM Telp/Fax (0778) 429431, website : <http://mbp.ac.id>
SURAT KEPUTUSAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA No. 284/M/2020

Nomor : ~~SKA/1520~~1/R/IKMB/ VII/2025
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Batam, 31/Juli/2025

Yth, Kepala Dinas Kesehatan Kota Batam
di-
Batam

Bersama ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa sesuai dengan kurikulum Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda, Mahasiswa tingkat akhir wajib menyusun LTA. Untuk itu mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memfasilitasi mahasiswa dalam melakukan survey lapangan di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun Mahasiswa yang akan melakukan Penelitian :

Nama : Julia Karina
NIM : 526080622011
Judul : Asuhan Kebidanan Pada Remaja Nn.x Umur.x Dengan Kekurangan Energi Kronik Di Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2025

Demikian disampaikan atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA



Dr. NELLI ROZA S.Kp., M.Kes.
NUPTK-5051744645230083



PEMERINTAH KOTA BATAM
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS BATU AJI

Jl. Rindang Kelurahan Buliang, Kecamatan Batu Aji, Kode Pos. 29438
Telp. (0778) 5522039 Email: puskesmasbatuaji@gmail.com
Laman: <https://pkmbatuaji.batam.go.id/>

SURAT KETERANGAN
NO. B/0002 /400.7.22.1/IX/2025

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : dr. Sri Fetra Netti, M.M.
Jabatan : Kepala UPT. Puskesmas Batu Aji

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Julia Karina
NIM : 526080622011
Jurusan : DIII Kebidanan
Institut Kesehatan Mitra Bunda

Benar telah melakukan Studi Pendahuluan dalam Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Batu Aji pada tanggal 11 s.d 17 Agustus 2025 terhadap Anak Carin Nuryanti (12 Tahun) di Posyandu Alamanda Kelurahan Bukit Tempayan untuk keperluan penyusunan Laporan Tugas Akhir (LTA) yang berjudul **"Asuhan Kebidanan pada Remaja Nn.X Umur.X dengan Kekurangan Energi Kronik di Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2025"** sesuai surat Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda Nomor. 542.1/15401/R/IKMB/VII/2025 Tanggal 31 Juli 2025..

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Batam, 01 September 2025
Kepala UPT. Puskesmas Batu Aji

dr. Sri Fetra Netti, M.M.
Pembina, IV/a
NIP. 19750203 200604 2 026