

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN STATUS GIZI INDEKS MASSA TUBUH (IMT)
MAHASISWA DIPLOMA III GIZI TINGKAT I
POLTEKKES KEMENKES SORONG**



**Oleh :
ANNETTE YULLIA NELWAN
NIM : 51341122006**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SORONG
PROGRAM STUDI DIII GIZI
2025**

LAPORAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN STATUS GIZI INDEKS MASSA TUBUH (IMT) MAHASISWA DIPLOMA III GIZI TINGKAT I POLTEKKES KEMENKES SORONG

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan

Program Studi D. III Gizi



**Oleh :
ANNETTE YULLIA NELWAN
NIM : 51341122006**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SORONG
PROGRAM STUDI DIII GIZI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong

Nama Lengkap : Annette Yullia Nelwan

NIM : 51341122006

Jurusan : Gizi

Politeknik : Poltekkes Kemenkes Sorong

Alamat Rumah dan No.Telp/Hp : Jln. Malibella

Alamat Email : nelwanannette810@gmail.com

Dosen Pembimbing I

Nama Lengkap dan Gelar : La Supu, SKM, MPH

NIP : 196906151991031019

Alamat Rumah dan No.Telp/Hp : Jln. Malibela KPR Putra resident/ 081248481427

Dosen Pembimbing II

Nama Lengkap dan Gelar : Merinta Sada, S.Gz., M.Gz

NIP : 1985052520006042001

Alamat Rumah dan No.Telp/Hp : Jl. Atta Km.12/082248319777

Menyetujui

Pembimbing I



La Supu, SKM.,MPH
NIP. 196906151991031019

Pembimbing II



Merinta Sada, S.Gz.,M.Gz
NIP. 19852520006042001

Mengetahui
Ketua Program Studi D.III Gizi



Sriyanti, S.Gz., M.Si
NIP. 19880317201022005

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir
(LTA) yang berjudul

GAMBARAN STATUS GIZI INDEKS MASSA TUBUH (IMT) MAHASISWA DIPLOMA III GIZI TINGKAT I POLTEKKES KEMENKES SORONG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

ANNETTE YULLIA NELWAN
NIM: 51341122006

Telah diuji dipertahankan tim penguji pada tanggal 17 September 2025 dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Susunan Tim Penguji

1. **Mustamir Kamaruddin., S.Gz, M.Kes** (Penguji) (.....)
NIP. 199004122019021001
2. **La supu, SKM., MPH** (Pembimbing I) (.....)
NIP. NIP. 196906151991031019
3. **Merinta Sada, S.Gz., M.Gz** (Pembimbing II) (.....)
NIP. 1985052520006042001

Mengetahui,

Direktur

Butet Agustarika, M.Kep
NIP. 197208171999032010

Ketua Jurusan Gizi

Sriyanti, S.Gz., M. Si
NIP. 198803172010122005

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Annete Yullia Nelwan

NIM : 51341122006

Judul LTA : **Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT)
Mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes
Sorong**

Dengan ini saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Laporan Tugas Akhir ini adalah hasil karya sendiri yang didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma / kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum / tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan dalam daftar tulisan dan daftar pustaka.

Sorong, September 2025

Annette Yullia Nelwan
NIM. 51341122006

RIWAYAT HIDUP



A. Biodata

Nama lengkap : Annette Yullia Nelwan
NIM : 51341122006
Tempat/Tanggal Lahir : Jayapura, 08 Juli 2002
Agama : Kristen Protestan
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Kawin
Alamat : Malibela
No Hp : 082248561329

B. Nama Orang Tua

1. Ayah : Engel B. Nelwan
2. Ibu : Shinta Numberi

C. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2008 - 2014 : SD Ypk Mie
2. Tahun 2014- 2017 : SMP Negeri 1 Wasior
3. Tahun 2017- 2020 : SMA Negeri 1 Wondama

**PROGRAM STUDI D.III GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SORONG
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

ABSTRAK

ANNETTE YULLIA NELWAN

**Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa Diploma III Gizi
Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong
(xiii + Halaman 31 + Tabel 6 + Gambar 2 + Lampiran 8)**

Status gizi merupakan salah satu indikator kesehatan yang sangat penting karena mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh. Mahasiswa, terutama pada tahap usia dewasa awal, rentan mengalami permasalahan gizi akibat pola makan yang tidak teratur, tekanan akademik, serta gaya hidup kurang sehat. Kondisi tersebut dapat memengaruhi status gizi, yang pada akhirnya berdampak terhadap kesehatan, produktivitas, dan kualitas hidup mahasiswa secara menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Jumlah sampel sebanyak 30 orang mahasiswa tingkat I yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Data diperoleh melalui pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan, kemudian dihitung menggunakan rumus IMT. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi karakteristik responden serta status gizinya.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia 19 tahun (56,7%) dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan (86,7%). Rata-rata berat badan responden laki-laki adalah 64,3 kg dengan tinggi badan 167,6 cm, sedangkan responden perempuan memiliki rata-rata berat badan 51,58 kg dengan tinggi badan 152,35 cm. Berdasarkan hasil perhitungan IMT, sebanyak 23 responden (76,6%) memiliki status gizi normal, 3 responden (10%) tergolong overweight, 2 responden (6,6%) obesitas, dan 2 responden (6,6%) kurus.

Kesimpulan penelitian ini adalah mayoritas mahasiswa tingkat I memiliki status gizi yang baik. Namun demikian, masih terdapat kasus overweight dan obesitas yang memerlukan perhatian khusus. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif berupa edukasi gizi seimbang, pembiasaan pola makan sehat, serta peningkatan aktivitas fisik untuk menjaga status gizi yang optimal.

Daftar Pustaka : 24 (2001-2024)

Kata Kunci : Mahasiswa, Status Gizi, Indeks Massa Tubuh (IMT)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan karunia-nya penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa Diploma III Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong” laporan tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong. Dalam penyusunan laporan tugas akhir ini penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa adanya bimbingan, bantuan dan dorongan serta petunjuk dari semua pihak tidak mungkin ini dapat diselesaikan. Dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini, penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

1. Ibu Butet Agustarika, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kesehatan Kemenkes Sorong yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di kampus ini.
2. Bapak La Supu, SKM., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong sekaligus sebagai pembimbing I yang telah yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam memberikan bimbingan kepada penulis sampai selesainya penulisan laporan tugas akhir ini, selama mengikuti perkuliahan di jurusan D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong.
3. Ibu Sriyanti, S.Gz., M.Si, selaku Ketua Prodi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan kepada penulis sampai selesainya penulisan laporan tugas akhir

4. Ibu Merinta Sada, S.Gz., M.Gz selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan kepada penulis sampai dengan selesainya penulis laporan tugas akhir ini.
5. Bapak Mustamir Kamaruddin, S.Gz, M.Kes selaku penguji yang telah memberikan saran dan kritik yang bermanfaat demi menyempurnaan penulisan laporan tugas akhir ini.
6. Segenap dosen dan staf di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong atas dukungan dan bekal ilmu yang telah diberikan selama perkuliahan.
7. Orang tua dan keluarga tercinta, yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan tanpa henti sehingga penulis dapat melalui setiap proses dengan baik.

Penulis menyadari bahwa laporan tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga proposal tugas akhir ini memberikan manfaat bagi penulis sendiri dan juga pembaca.

Sorong, September 2025

Annete Yullia Nelwan

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN LTA	iii
RIWAYAT HIDUP	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Mahasiswa.....	6
B. Status Gizi	8
C. Kerangka Teori.....	11
BAB III METODE PENELITIAN	12
A. Jenis Penelitian.....	12
B. Populasi dan Sampel	12
C. Tempat dan Waktu Penelitian	12
D. Kerangka Konsep	12
E. Definisi Operasional.....	13
F. Instrument Penelitian	14
G. Teknik Pengumpulan Data	14
H. Teknik Pengolahan Data	14
I. Etika Penelitian	15

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	17
A. Hasil Penelitian	17
B. Pembahasan	21
BAB V PENUTUP.....	23
A. Kesimpulan	23
B. Saran	24
DAFTAR PUSTAKA.....	25
LAMPIRAN.....	27

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional.....	13
4.1 Distribusi Responden Menurut Usia	18
4.2 Distribusi Responden Menurut Jeni Kelamin	19
4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan	19
4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan	19
4.5 Distribusi Responden Menurut Status Gizi.....	20

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Teori.....	11
3.1 Kerangka Konsep	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)

Lampiran 2 Identitas Responden

Lampiran 3 Formulir Pengukuran IMT

Lampiran 4 Dokumentasi

Lampiran 5 Lembar Konsultasi Proposal

Lampiran 6 Lembar Persetujuan Waktu Pelaksanaan Ujian Proposal

Lampiran 7 Lembar Konsultasi LTA

Lampiran 8 Lembar Persetujuan Waktu Pelaksanaan Ujian Hasil

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang bersekolah di perguruan tinggi dan berusaha keras dalam menyelesaikan studi yang dipelajarinya (Siswoyo dkk, 2007). Kehidupan sosial yang dialami mahasiswa dan periode perkuliahan yang dijalani menyebabkan mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademik. Tugas-tugas perkuliahan yang diberikan dan kegiatan-kegiatan organisasi diluar kampus yang diikuti merupakan salah satu faktor yang mengakibatkan mahasiswa mengalami stres dan pola makan tidak teratur.

Mahasiswa berperan sebagai agen perubahan yang memegang peran krusial dalam membentuk masa depan bangsa karena mereka merupakan generasi penerus yang akan mendorong terciptanya kemajuan. Oleh sebab itu, kebutuhan gizi yang tepat sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan mereka. Mahasiswa berada pada tahap usia dewasa awal, yaitu antara 18 hingga 26 tahun, yang merupakan periode penting bagi perkembangan individu. Pada usia ini, seseorang berada dalam fase kritis di mana berbagai perubahan, termasuk perubahan perilaku, dapat terjadi (Fatie et al., 2022). Pada periode ini, status gizi mahasiswa menjadi aspek yang sangat krusial untuk diperhatikan.

Status gizi adalah cerminan dari keseimbangan antara asupan nutrisi yang diperoleh dari makanan dengan kebutuhan tubuh untuk mendukung proses metabolisme. Setiap individu memiliki kebutuhan gizi yang berbeda-beda, bergantung pada berbagai faktor seperti usia, aktivitas fisik, berat badan, jenis kelamin, dan aspek lainnya (Nur et al., 2023). Status gizi menggambarkan kondisi tubuh seseorang yang dipengaruhi oleh pola makan serta kemampuan tubuh dalam menyerap dan memanfaatkan nutrisi yang dikonsumsi. Status ini dapat didefinisikan sebagai gambaran keseimbangan nutrisi yang terlihat melalui sejumlah variabel tertentu, atau sebagai evaluasi terhadap kecukupan asupan makanan harian. Memiliki status gizi yang baik sangatlah penting untuk menjaga kebugaran tubuh, mempertahankan kesehatan, mendukung pertumbuhan anak, serta meningkatkan performa fisik, khususnya pada atlet (Dwimawati, 2020).

Prevalensi Status Gizi Penduduk Dewasa (>18 Tahun) Berdasarkan Kategori IMT di Indonesia menurut SKI 2023 *Wasting* (7,8%), Normal (54,4%), *Overweight* (14,4%) dan Obesitas (23,4%). Prevalensi Status Gizi Penduduk Dewasa (>18 Tahun) Berdasarkan Kategori IMT di Papua Barat Daya menurut SKI 2023 *Wasting* (6,2%) Normal (50,5%) *Overweight* (14,1%), Obesitas (29,3%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Yunawati dkk (2025). Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo, diketahui gambaran status gizi pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas halu oleo sebagai berikut : responden yang memiliki status gizi normal sebanyak 26 responden (42%), status gizi *underweight* 18 responden (36%), status gizi Obesitas 5 responden (10%) dan status gizi *Overweight* 1 responden (2%).

Sedangkan penelitian yang dilakukan Makmum (2021). Penelitian ini dilakukan di Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, diketahui Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa sebagai berikut : responden yang memiliki status gizi normal sebanyak 50 responden (64,9%), status gizi *Overweight* 11 responden (14,3%), status gizi *underweight* 10 responden (13%), dan status gizi Obesitas 6 responden (7,8%).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti : “Gambaran Status Gizi Indeks Masa Tubuh (IMT) Mahasiswi Diploma Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hal yang telah diuraikan dalam latar belakang di atas dapat dirumuskan yaitu Bagaimana Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa Program Studi Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui karakteristik mahasiswa/mahasiswi gizi tingkat I berdasarkan usia dan jenis kelamin
- b. Mengetahui gambaran berat badan mahasiswa/mahasiswi gizi tingkat I
- c. Mengetahui gambaran tinggi badan mahasiswa/mahasiswi gizi tingkat I
- d. Mengetahui gambaran status gizi mahasiswa/mahasiswi gizi tingkat I

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian tentang Gambaran Status Gizi Menurut IMT Mahasiswi Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Sorong.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan perpustakaan dan menjadi sumber informasi bagi institusi pendidikan

khususnya jurusan gizi tentang status gizi remaja serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Responden

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan responden mengenai status gizi responden.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswi, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi (Dwi siswoyo, 2007).

Mahasiswa berada pada tahap usia dewasa awal, yaitu antara 18 hingga 26 tahun, yang merupakan periode penting bagi perkembangan individu. Pada usia ini, seseorang berada dalam fase kritis di mana berbagai perubahan, termasuk perubahan perilaku, dapat terjadi (Fatie et al., 2022).

2. Karakteristik Mahasiswa

Mahasiswi adalah kelompok orang muda. Oleh karena itu memiliki karakteristik sebagai berikut (Maik, 2022).

- a) Mahasiswa adalah kelompok orang muda. Oleh karena itu memiliki karakteristik yang diwarnai oleh sifat yang umumnya tidak selalu puas terhadap lingkungan dimana mereka menginginkan berbagai perubahan dengan cepat dan mendasar.

- b) Mahasiswa adalah seseorang yang menjalani system pendidikan tinggi, dimana pada tingkat ini mereka dianggap memiliki kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas, sehingga dengan nilai lebih tersebut mereka dapat memiliki kesadaran untuk menentukan sikap dirinya serta mampu bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya.
- c) Mahasiswa adalah kelompok yang relatif “independen” karena belum memiliki keterkaitan finansial dan birokratis terhadap pihak manapun. Mereka mandiri dan memiliki perkiraan di masa depan, baik dalam hal karir maupun percintaan. Mahasiswa akan memperdalam keahlian di bidangnya masing-masing untuk mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja yang membutuhkan mental tinggi. (Kemenkes RI. (2014), bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi. Mahasiswa adalah manusia yang tercipta untuk selalu berpikir yang belajar perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi, mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi.

B. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi merupakan suatu keadaan tubuh manusia sebagai akibat dari konsumsi makanan (Mardalena, 2017). Menurut Supariasa (2014) status gizi merupakan suatu keadaan keseimbangan di dalam tubuh akibat asupan makanan dan pengeluaran energi. Gizi mempunyai peran penting dalam daur kehidupan makhluk hidup. Kebutuhan gizi setiap tahap perkembangan kehidupan berbeda-beda. Zat gizi yang dibutuhkan bayi akan berbeda dengan kebutuhan masa remaja begitu juga kebutuhan pada orang dewasa dan lansia. Jadi, status gizi merupakan suatu proses perubahan bentuk tubuh akibat dari konsumsi makanan yang terjadi didalam tubuh untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan fungsi organ, serta mempertahankan kehidupan

2. Penilaian Status Gizi

a. Penilaian Status Gizi Langsung

1) Antropometri

Penilaian status gizi pada remaja yaitu dengan menggunakan pengukuran antropometri diantaranya umur, berat badan (BB), tinggi badan (TB) dan indeks massa tubuh (IMT) (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Indikator (IMT) adalah indikator yang digunakan dalam mengukur berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi. Pengukuran menggunakan IMT dapat digunakan

untuk anak-anak, remaja atau orang dewasa. Perhitungan IMT memiliki rumus sebagai berikut: (Supriasa et al., 2016).

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

2) Lingkar Lengan Atas

Lingkar Lengan Atas (LiLA) merupakan suatu cara untuk mengetahui resiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur (WUS). Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) tidak dapat digunakan untuk memantau perubahan status gizi dalam jangka pendek.

3) Klinis

Klinis adalah metode yang penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan atas perubahan-perubahan yang terjadi dapat dihubungkan dengan ketidakcukupan zat gizi.

4) Biokimia

Penilaian status gizi dengan biokimia dilakukan dalam sebuah laboratorium. Metode ini digunakan untuk mendeteksi berbagai defisiensi zat gizi yang ada didalam tubuh.

b. Penilaian Tidak Langsung

1) Survei Konsumsi Makanan

Survei konsumsi adalah kegiatan pengumpulan data dalam variabel penelitian yang berkaitan dengan bentuk, jenis, jumlah, dan frekuensi makanan, minuman, serta suplemen yang

dikonsumsi individu atau kelompok (waktu singkat), kemudian dibandingkan dengan angka kecukupan gizi.

2) Statistik Vital

Metode statistik vital dilakukan dengan menganalisis data statistik seperti jumlah angka kematian akibat penyakit tertentu dan data lainnya yang ada kaitannya dengan gizi.

3) Faktor Ekologi

Pengukuran status gizi dengan metode ekologi dilakukan dengan mengidentifikasi faktor yang berinteraksi atau berhubungan dengan masalah gizi.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi

Menurut Mardalena (2017) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi status gizi, antara lain :

a. Usia

Kebutuhan zat gizi normalnya adalah 40-50 kkal/kg berat badan pada orang dewasa. Semakin tua usia seseorang, semakin menurun pula kebutuhan zat gizi untuk tiap kilogram berat badan. Kebutuhan mulai berkurang antara 2-3% sejak umur 25 tahun. Kelompok usia 19-29 tahun untuk laki-laki membutuhkan kecukupan energi 2500 kkal, dan perempuan membutuhkan kecukupan 1900 kkal. Kelompok usia 30-49 tahun untuk laki-laki membutuhkan kecukupan energi 2350 kkal dan untuk perempuan membutuhkan kecukupan energi 1800 kkal.

b. Aktivitas

Aktivitas sangat mempengaruhi zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Semakin berat aktivitas yang dilakukan setiap harinya, maka semakin tinggi juga kebutuhan zat gizi yang diperlukan terutama untuk kebutuhan energi

c. Jenis Kelamin

Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan kebutuhan zat gizi.

C. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi Rachman, 2018

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian akan memaparkan hasil penelitian dengan menggambarkan status gizi indeks masa tubuh (IMT) pada Mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini seluruh mahasiswi Program Studi D.III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong yang berjumlah 65 orang.

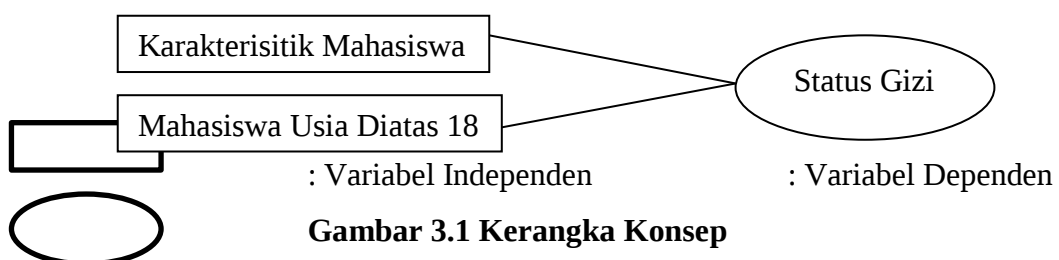
2. Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti dengan jumlah sebanyak 30 sampel.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kampus Poltekkes Kemenkes Sorong. Pengumpulan data telah dilakukan pada bulan Agustus 2025.

D. Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

E. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Kategori Objektif	Skala Ukur
1	Usia	Lama waktu hidup sejak dilahirkan hingga saat ini (KBBI 2008)	wawancara	Kuesioner	Kategori umur menurut Kemenkes 2016 yaitu 19-59 tahun	Ordinal
2	Jenis Kelamin	Jenis kelamin dalam penelitian umumnya dibedakan menjadi laki-laki dan perempuan	wawancara	Kuesioner	Kategori jenis kelamin 1. Laki-laki 2. Perempuan	Nominal
3	Berat badan	Massa tubuh yang meliputi otot tulang, lemak, cairan tubuh dan lainnya yang diukur dengan timbangan digital yang sudah distandarisasi.	Penimbangan dilakukan dengan melepas sepatu, asecoris dan pakaian tebal agar mendapat berat badan seakurat mungkin	Timbangan digital	PMK_No_28_Th_2019 Laki-laki usia 19-64 tahun rata-rata berat badan yaitu 60 kg dan usia 65-80+ tahun yaitu 58 kg. Perempuan usia 19-29 tahun yaitu 55 kg, usia 30-64 tahun yaitu 56 kg dan usia 65-80+ tahun yaitu 53 kg.	Rasio
4	Tinggi badan	Tinggi badan didefinisikan sebagai hasil pengukuran maksimum panjang tulang tubuh yang membentuk poros tubuh yang diukur dengan stadiometer	Pengukuran dilakukan dengan melepas sepatu, asecoris dan pakaian tebal agar mendapat berat badan seakurat mungkin	Microtoise	PMK_No_28_Th_2019 Laki-laki usia 19-29 tahun yaitu 168 cm, usia 30-64 tahun yaitu 166 cm, dan usia 65-80+ tahun yaitu 164 cm. Perempuan usia 19-29 tahun yaitu 159 cm, usia 30-64 tahun yaitu 158 cm dan usia 65-80+ yaitu 157 cm.	Rasio
5	Status Gizi	Keadaan gizi setiap responden yang diambil dari hasil perhitungan antropometri dengan indikator IMT (Sumber: Kemenkes, 2020)	Pengukuran IMT	Timbangan digital dan Microtoise	Underweight: <18,5 Normal: 18,5-22,9 Overweight: 23-24,9 Obesitas I: 25-29,9 Obesitas II: ≥ 30	Rasio

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a) Formulir Indentitas responden
- b) Microtoise
- c) Timbangan digital
- d) Aplikasi Microsoft Excel

G. Teknik Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu:

- a) Data karakteristik Individu (nama, jenis kelamin, usia)
- b) Data antropometri meliputi berat badan da tinggi badan yang diperoleh melalui pengukuran secara langsung.
- c) Data status gizi diperoleh melalui indikator IMT

H. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data secara deskriptif untuk menampilkan gambaran distribusi frekuensi dari setiap variable. Adapun langkah-langkah sebagai berikut :

- a) Seleksi Data (*editing*)

Dimana peneliti akan melakukan pengecekan terhadap data yang diperoleh agar tidak terdapat kekeliruan.

b) Pemberian Kode (*Coding*)

Setelah dilakukan editing, peneliti memberikan kode tertentu pada tiap-tiap data sehingga memudahkan dalam melakukan analisis data.

c) *Entry Data*

Entry data adalah masukan data penelitian pada program computer untuk pengolahan data dengan menggunakan computer.

d) Pengolahan data (*tabulating*)

Pada tahap ini jawaban-jawaban responden yang sama dikelompokkan dengan teliti dan teratur lalu teratur lalu dijumlahkan, kemudian ditulis dalam bentuk table-tabel.

I. Etika Penelitian

a) *Informed Consent*

Informed Consent adalah lembar persetujuan yang diberikan kepada responden. Peneliti menjelaskan manfaat, tujuan, prosedur, dan dampak dari penelitian yang akan dilaksanakan. Setelah dijelaskan, lembar *informed consent* harus ditanda tangani oleh responden.

b) *Anonymity*

Anonymity adalah Tindakan menjaga kerahasiaan subjek penelitian dengan tidak mencantumkan nama pada *informed consent* dan kuesioner, cukup dengan inisial dan memberikan nomor atau kode pada masing-masing lembar tersebut.

c) *Confidentiality*

Confidentiality adalah menjaga semua kerahasiaan semua informasi yang didapat dari subjek penelitian. Beberapa kelompok data yang diperlukan akan dilaporkan dalam hasil penelitian. Data dilaporkan berupa data menunjang hasil penelitian. Selain itu, semua data dan informasi yang telah terkumpul dijamin kerahasiaan oleh peneliti.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan (Poltekkes Kemenkes) Sorong merupakan salah satu perguruan tinggi vokasi dibawah naungan Kementerian Kesehatan republik Indonesia yang berfokus pada pendidikan tenaga kesehatan. Kampus ini berlokasi di Jl. Basuki Rahmat Km 11, Klawalu, Distrik Sorong Timur, Kota Sorong, Papua Barat Daya, dengan lingkungan yang strategis dan mudah di akses dari pusat kota. Berdiri mandiri pada tahun 2012, Poltekkes Kemenkes Sorong telah berkembang menjadi intitusi pendidikan tinggi kesehatan dengan delapan program studi yang meliputi bidang keperawatan, kebidanan dan gizi. Lokasi penelitian ini dipilih karena Poltekkes Sorong memiliki sarana dan prasarana yang memadai, seperti laboratorium gizi, laboratorium keperawatan, serta perpustakaan terpadu yang menunjang kegiatan akademik dan penelitian. Selain itu kampus ini juga telah terakreditasi A oleh Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT), sehingga diyakini mampu mendukung pelaksanaan penelitian dengan baik melalui lingkungan akademik yang kondusif dan fasilitas yang representatif.

2. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini yaitu mahasiswa/i DIII Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong. Karakteristik yang diambil terdiri dari Usia, Jenis Kelamin dan Status Gizi.

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia responden berdasarkan perhitungan tanggal lahir hingga waktu pengambilan data. Analisis karakteristik responden berdasarkan umur pada penelitian ini yaitu mahasiswa yang berusia 18 tahun ke atas. Distribusi usia responden dapat dilihat pada tabel 4.1

Tabel 4.1 Distribusi Responden Menurut Usia

Usia	n	%
19 Tahun	17	56,7
20 Tahun	5	16,7
21 Tahun	2	6,7
22 Tahun	4	13,3
23 Tahun	1	3,3
25 Tahun	1	3,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui sebagian besar responden (56,7%) memiliki usia 19 tahun.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penelitian umumnya dibedakan menjadi laki-laki dan perempuan. Analisis karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dibagi atas kelompok laki-laki dan perempuan. Distribusi jenis kelamin responden dapat dilihat pada table 4.2.

Tabel 4.2 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	4	13,3
Perempuan	26	86,7
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui sebagian besar responden (86,7%) berjenis kelamin perempuan

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan

Jenis Kelamin	n	%	MIN	MAX	MEAN
Laki-Laki	4	13,3	60,7	67	64,3
Perempuan	26	86,7	40	81,3	51,58
Total	30	100			

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel diketahui responden Laki-laki memiliki berat badan minimal 60,7 kg, maksimal 67 kg dan rata-rata berat badan 64,3 kg. Responden Perempuan memiliki berat badan minimal 40 kg, maksimal 81,3 kg dan rata-rata berat badan 51,58 kg.

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggi Badan

Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan

Jenis Kelamin	n	%	MIN	MAX	MEAN
Laki-Laki	4	13,3	158	172,6	167,6
Perempuan	26	86,7	142,5	162,8	152,35
Total	30	100			

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel diketahui responden Laki-laki memiliki tinggi badan minimal 158 cm, maksimal 172,6 cm dan rata-rata tinggi badan 167,6 cm. Responden Perempuan memiliki tinggi badan

minimal 142,5 cm, maksimal 162,8 cm dan rata-rata berat badan 152,35 cm.

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi

Status gizi adalah keadaan gizi setiap responden yang diambil dari hasil perhitungan antropometri dengan indikator IMT. Analisis karakteristik responden berdasarkan status gizi pada penelitian ini menggunakan IMT. Distribusi status gizi dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Distribusi Responden Menurut Status Gizi

Status Gizi	n	%
Kurus	2	6,6
Normal	23	76,6
Overweight	3	10
Obesitas	2	6,6
Total	30	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui sebagian besar responden (76,6%) memiliki status gizi baik, overweight (10%), obesitas (6,6%), dan kurus (6,6%).

B. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Sorong pada bulan Agustus 2025. Subjek penelitian adalah mahasiswa/i Diploma III Gizi tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong dengan jumlah responden 30 orang.

1. Status Gizi

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan salah satu indikator antropometri yang sering digunakan untuk menilai status gizi seseorang. IMT dihitung dengan cara membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan kuadrat (m^2). Dengan demikian, nilai IMT dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu berat badan dan tinggi badan.

Berat badan memiliki hubungan searah dengan IMT. Artinya, semakin besar berat badan seseorang pada tinggi badan yang sama, maka semakin tinggi pula nilai IMT. Sebaliknya, penurunan berat badan dengan tinggi badan yang tetap akan menurunkan nilai IMT. Hal ini menegaskan bahwa berat badan memegang peranan penting dalam menentukan status gizi berdasarkan IMT.

Sementara itu, tinggi badan berhubungan terbalik dengan IMT karena dimasukkan dalam bentuk kuadrat pada rumus perhitungan. Individu dengan tinggi badan lebih tinggi cenderung memiliki nilai IMT lebih rendah meskipun berat badannya sama dengan individu bertubuh lebih pendek. Sebaliknya, seseorang dengan tinggi badan lebih rendah akan memiliki IMT lebih tinggi bila berat badannya sama.

Secara keseluruhan, IMT memberikan gambaran keseimbangan antara berat badan dan tinggi badan, sehingga keduanya harus dipertimbangkan secara bersamaan. IMT juga berperan penting sebagai indikator status gizi dalam klasifikasi kurus, normal, gemuk, dan obesitas yang selanjutnya dapat digunakan sebagai dasar dalam upaya pencegahan maupun penanganan masalah gizi masyarakat (Kemenkes RI, 2020; Putri & Sari, 2021).

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui status gizi pada mahasiswa/i Diploma III Gizi tingkat I tahun 2025 dengan status gizi kurus sebanyak 2 orang (6,6%), normal sebanyak 23 orang (76,6%), overweight sebanyak 3 orang (10%), dan obesitas sebanyak 2 orang (6,6%).

Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian berikut yang menentukan status gizi (IMT) dengan melihat tinggi badan dan berat badan yaitu penelitian Chyntia, dkk (2019) dengan judul “Gambaran Status Gizi Berdasarkan Lingkar Lengan Atas dan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa FIKES UIKA Bogor Tahun 2019” mneunjukkan bahwa status gizi kurus berjumlah 22 orang (20,6%), normal berjumlah 60 orang (56,1%), gemuk berjumlah 14 orang (13,1%), obesitas berjumlah 11 orang (10,3%) dengan total jumlah sampe 107 orang (100%).

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil survei terhadap 30 responden terkait gambaran status gizi indeks massa tubuh (imt) mahasiswa Diploma III gizi tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong Tahun 2025 maka disimpulkan.

1. Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan sebanyak 26 responden (86,7%) dan karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak yaitu usia 19 tahun (56,7%).
2. Hasil penelitian menunjukkan responden laki-laki memiliki berat badan minimal 60,7 kg, maksimal 67 kg dan rata-rata berat badan 64,3 kg.
3. Hasil penelitian menunjukkan responden laki-laki memiliki tinggi badan minimal 158 cm, maksimal 172,6 cm dan rata-rata tinggi badan 167,6 cm.
4. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (76,6%) memiliki status gizi baik, overweight (10%), obesitas (6,6%) dan kurus (6,6%).

B. Saran

Dari penelitian ini adapun saran yang ditujukan untuk pihak-pihak terkait :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang tertarik membahas status gizi.

2. Bagi Responden

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan responden mengenai status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bata, S. A., Tira, D. S., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). *Gambaran Stress, Pola Makan Dan IMT Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Tahun 2023*. Jurnal Kesehatan, Vol. 13 No. 1
- Budiyasa, I. M. S. (2019). *Status Gizi Mahasiswa Tingkat III Prodi Sarjana Keperawatan Itekes Bali Melalui Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)*. Skripsi Fakultas Kesehatan Program Studi Sarjana Keperawatan Institusi Teknologi dan Kesehatan Bali
- Bocharin, I., Guryanov, M., Romanova, E., Suidin, P., Limarenko, O., Vorozheikin, A., Dyussenova, L. (2023). *Using anthropometric testing of students to assess their physical health status*. Journal of Physical Education and Sport, 23(11), 3047-3053.
- Departemen, K. R. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik*. Jakarta: Depkes RI.
- Dwimawati, E. (2020). *Gambaran Status Gizi Berdasarkan Antropometri Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor*. Promotor, 3(1), 50–55.
- Dwi Siswoyo dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. UNY Press.
- Fatie, S. D., Briliannita, A., & Florensia, W. (2022). *Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong Pada Masa Pandemi Covid 19*. Nursing Arts, 15(2), 81-92
- Hakim, A. L., Nadzifiah, R., Muhammad, A. F., Hanny, K. A., Sintara, N. L. K. A. H., Ramadhini, Z. Z., Hamdani, M. I., & Sahadewa, S. (2024). *Gambaran Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya 2024*. Prosiding Seminar Nasional Kusuma
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2008). *Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia*. Survey Kesehatan Indonesia Dalam Angka.
- Kemenkes RI. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Kementerian Kesehatan: Jakarta; 2020

- Kusuma F. (2013) *Gambaran asupan zat gizi dan sstatus gizi pada anak usia prasekolah di TK Raudhaturrahmah Pekanbaru tahun 2013*. Fakultas Kedokteran Universitas Riau.
- Maik, A. (2023). *Gambaran Pola Makan Mahasiswa Papua Di Asrama Mahasiswa (Wisma) Universitas Hasanuddin*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar.
- Makmun, A., & Pratama, A. *Gambaran Indeks Massa tubuh (IMT) Pada Mahasiswa*. Indonesian Journal of Health, Vol. 2 No. 1 (Oktober, 2021) : 1-7
- Mardalena I. (2017). *Dasar-dasar ilmu gizi dalam keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Nur, A. A. W., Mokhtar, S., Nurmadilla, N., Bamahry, A. B., & Jafar, M. A. (2023). *Hubungan Antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak Pada Usia 9 – 12 Tahun*. Wal'afiat Hospital Journal, 4(1), 23-30
- Rachman, T. (2018). *Kebutuhan Zat Besi Pada Ibu Hamil Kebutuhan*. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952., 10–27.
- Supariasa, I., N., Bakri, B., & Fajar, I. (2014). *Penilaian status gizi*, edisi 2. Jakarta: EGC
- Supariasa. (2001) *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta;
- Yunawati, I., Salma, W. O., Jufri, N., Mutmaina, I., Namrin N., Ramadhan, D., Revalina, R., Rahmadani, S., Zamzam, Z., & Ahmad, N. *Gambaran Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo*. Media Ilmiah Kesehatan Indonesia, Vol. 3 No. 1, 40-44
- Kemenkes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
- PMK RI Nomor 28 Tahun 2019 *Tentang Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia*.
- Dwi Siswoyo. Dkk, 2007, *Ilmu Pendidikan*, Yogyakarta: UNY Press. Hasibuan & Moedjiono, 2006, *Proses Belajar Mengajar*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kemenkes RI (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.

LAMPIRAN

LAMPIRAN

Lampiran 1

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Alamat :

Pendidikan :

No. Hp :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan “Gambaran Status Gizi Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Diploma III Gizi Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong”. Yang dilakukan oleh :

Nama : Annette Yullia Nelwan

Instansi : Poltekkes Kemenkes Sorong Program Studi D-III Gizi

Alamat : Jln. Malibella

Sorong Agustus 2025

Peneliti

Responden

(Annette Yullia Nelwan)

(.....)

Lampiran 2

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Tempat Tanggal Lahir :
 Berat Badan : (diisi oleh peneliti)
 Tinggi Badan : (diisi oleh peneliti)

Dengan ini saya bersedia menjadi responden dari :

Nama : Annette Yullia Nelwan

NIM : 51341122006

Tanpa ada paksaan dari pihak manapun, untuk keperluan penelitian Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Status Gizi Lingkar Lengan Atas (LiLA) Mahasiswa Tingkat I Poltekkes Kemenkes Sorong”

Sorong, Agustus 2025

()

Lampiran 3

MASTER TABEL

No	Nama Responden	Usia	Jenis Kelamin	BB (KG)	TB (CM)	IMT	Kategori
1	KA	19	P	51,45	158,7	20,43	Normal
2	VC	19	P	49,5	147,5	22,75	Normal
3	SY	19	P	42,5	148,2	19,35	Normal
4	OR	22	P	59,75	152,1	25,83	Overweight
5	AE	20	P	74,85	155	31,16	Obesitas
6	F	19	P	55,54	142,5	27,43	Overweight
7	Y	19	P	53,40	162,5	20,22	Normal
8	YY	22	P	47,40	147,1	21,91	Normal
9	M	19	P	50,60	143	24,74	Normal
10	A	19	L	60,70	168,5	21,38	Normal
11	E	20	L	64,40	158	17,41	Kurus
12	G	20	P	46,15	162,8	20,41	Normal
13	D	21	P	47,65	152,8	21,85	Normal
14	A	23	L	65,10	172,6	21,73	Normal
15	R	22	L	67,00	171,3	22,83	Normal
16	NA	19	P	50	149	22,52	Normal
17	EA	19	P	81,3	157,2	32,90	Obesitas
18	DR	19	P	57	158	22,83	Normal
19	MR	21	P	64,55	154,5	27,04	Overweight
20	RD	25	P	47,70	153,3	20,17	Normal
21	PF	19	P	40,75	150	18,11	Normal
22	YK	22	P	40	148	18,26	Normal
23	AD	19	P	48,7	146,5	22,69	Normal
24	SM	19	P	44,15	148	20,16	Normal
25	EM	20	P	41,3	161,2	15,89	Kurus
26	SD	19	P	48,7	164	18,99	Normal
27	AA	19	P	53,	152	22,94	Normal
28	IN	20	P	48,45	146	22,73	Normal
29	R	19	P	40,85	144	19,70	Normal
30	A	19	P	55,85	157,2	22,60	Normal

Lampiran 4 Dokumentasi

Melakukan Pengukuran Tinggi Badan Menggunakan Microtoice



Melakukan Penimbangan Berat Badan Dengan Menggunakan Timbangan Digital

