

# **PENGUKURAN ANTROPOMETRI (STATUS GIZI ) BEBERAPA REMAJA PUTRI DI DESA CIKOANG KECAMATAN LAIKANG KABUPATEN TAKALAR**

**Hadzmawaty Hamzah<sup>1,\*</sup>, Liliskarlina<sup>2</sup>, Muh. Iskandar<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Patria Artha, Jl. Tun Abdul Razak, Kode Pos 92113

<sup>2</sup>S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Patria Artha, Jl. Tun Abdul Razak, Kode Pos 92113

<sup>3</sup>S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Patria Artha, Jl. Tun Abdul Razak, Kode Pos 92113

\*hadzmawaty.hamzah@gmail.com

## **ABSTRAK**

Remaja putri merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi seperti anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan pengukuran status gizi remaja putri di Desa Cikoang melalui indikator antropometri meliputi berat badan, tinggi badan, dan Indeks Massa Tubuh (IMT). Metode pelaksanaan melibatkan pendekatan edukatif dan partisipatif terhadap 30 remaja putri. Hasil menunjukkan bahwa 73,3% remaja memiliki IMT normal, 23,3% kurus, dan 3,3% obesitas. Seluruh responden (100%) memiliki Lingkar Lengan Atas (LILA) dan lingkar perut dalam kategori normal. Meskipun secara umum status gizi tergolong baik, edukasi berkelanjutan tetap diperlukan untuk mencegah risiko masalah gizi di masa depan.

**Kata kunci:** Antropometri, Status Gizi, Remaja Putri, Pengabdian Masyarakat, Cikoang

## **ABSTRACT**

*Adolescent girls are a group vulnerable to nutritional problems such as anemia and Chronic Energy Deficiency (CED). This community service activity aims to measure the nutritional status of adolescent girls in Cikoang Village through anthropometric indicators including body weight, height, and Body Mass Index (BMI). The implementation method involves an educational and participatory approach to 30 adolescent girls. Results showed that 73.3% of adolescents had a normal BMI, 23.3% were underweight, and 3.3% were obese. All respondents (100%) had Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) and waist circumference in the normal category. Although generally the nutritional status is classified as good, continuous education is still needed to prevent the risk of nutritional problems in the future.*

**Keywords:** Anthropometry, Nutritional Status, Adolescent Girls, Community Service, Cikoang.

## 1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia strategis dalam siklus kehidupan karena berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Pada masa transisi ini, terjadi peningkatan kebutuhan energi, protein, serta zat gizi mikro yang signifikan, terutama zat besi, kalsium, dan asam folat untuk mendukung kematangan biologis. Namun, remaja putri memiliki kerentanan yang jauh lebih tinggi terhadap masalah gizi dibandingkan remaja laki-laki, yang dipicu oleh perubahan hormonal, siklus menstruasi rutin, serta kecenderungan pola makan yang kurang seimbang. Kondisi gizi yang buruk pada masa ini tidak hanya meningkatkan risiko anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK), tetapi juga berdampak jangka panjang pada kesehatan reproduksi mereka sebagai calon ibu di masa depan.

Selain faktor biologis, kondisi sosial dan pengaruh lingkungan modern turut memperburuk perilaku kesehatan remaja saat ini. Aktivitas sekolah yang padat, pengaruh media sosial terhadap persepsi citra tubuh (*body image*), serta kebiasaan diet yang tidak sehat menjadi faktor pemicu terjadinya masalah gizi ganda, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Di sisi lain, rendahnya literasi kesehatan dan kurangnya akses terhadap informasi yang mudah dipahami menyebabkan remaja jarang melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri. Kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji serta rendahnya asupan sayur dan buah menjadi pola perilaku yang umum ditemui, namun sering kali terabaikan dalam pengawasan kesehatan masyarakat.

Di Desa Cikoang, Kabupaten Takalar, pemantauan status gizi remaja belum menjadi prioritas utama karena program kesehatan di tingkat desa masih sangat terfokus pada kelompok balita dan ibu hamil. Belum tersedianya data dasar antropometri yang akurat dan sistematis bagi kelompok remaja menjadi kendala utama bagi pemerintah desa dan tenaga kesehatan dalam merencanakan intervensi kesehatan yang tepat sasaran. Tanpa adanya skrining rutin, risiko gangguan pertumbuhan dan potensi penyakit tidak menular pada remaja sulit dideteksi secara dini. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat penting dilakukan untuk menyediakan data objektif mengenai status gizi remaja putri sekaligus meningkatkan kesadaran kolektif masyarakat akan pentingnya pemantauan kesehatan sejak dini.

## 2. MASALAH, TARGET DAN LUARAN

**Permasalahan utama** yang ditemukan di Desa Cikoang adalah belum optimalnya pemantauan status gizi bagi kelompok remaja putri secara berkelanjutan. Selama ini, program kesehatan di tingkat desa masih sangat terkonsentrasi pada pelayanan untuk ibu hamil dan balita melalui Posyandu, sehingga kelompok remaja cenderung terabaikan dan belum menjadi sasaran utama dalam skrining kesehatan rutin. Hal ini menyebabkan kondisi kesehatan remaja tidak terpantau secara berkala, padahal mereka berada dalam masa pertumbuhan yang sangat krusial.

Selain kurangnya perhatian institusional, terdapat permasalahan perilaku kesehatan pada remaja itu sendiri, di mana banyak dari mereka yang terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji serta rendah dalam asupan sayur dan buah. Pengaruh media sosial terhadap persepsi citra tubuh (*body image*) sering kali mendorong remaja melakukan diet yang tidak sehat dan tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Minimnya literasi mengenai pentingnya asupan zat besi selama masa menstruasi juga meningkatkan risiko terjadinya anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang berdampak pada kesehatan reproduksi jangka panjang.

Permasalahan semakin kompleks karena belum tersedianya data dasar (*baseline data*) mengenai status gizi remaja putri di Desa Cikoang secara akurat dan sistematis. Tanpa adanya data antropometri yang valid, pemerintah desa dan tenaga kesehatan mengalami kesulitan dalam memetakan kebutuhan gizi remaja serta merencanakan program intervensi yang tepat sasaran. Ketiadaan data ini membuat masalah gizi seperti gizi kurang atau obesitas sering kali tidak terdeteksi hingga kondisinya memburuk.

Berdasarkan identifikasi permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini menetapkan Target Utama dari kegiatan pengabdian ini adalah terlaksananya pengukuran antropometri secara komprehensif terhadap 30 orang remaja putri di Desa Cikoang. Pemilihan jumlah dan kelompok sasaran ini bertujuan untuk mendapatkan representasi yang cukup dari

kelompok usia remaja yang aktif dalam kegiatan kemasyarakatan maupun layanan kesehatan di desa. Target ini diharapkan dapat memberikan gambaran awal yang objektif mengenai kondisi fisik remaja di wilayah tersebut.

Selain target kuantitatif, kegiatan ini menargetkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan bagi para peserta mengenai konsep gizi seimbang dan pencegahan anemia. Melalui edukasi interaktif, target yang ingin dicapai adalah perubahan sikap remaja putri agar lebih sadar akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan penerapan perilaku hidup bersih serta sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan ini menjadi fondasi agar remaja mampu melakukan pemantauan kesehatan secara mandiri di masa depan.

Target jangka panjang dari program ini adalah terciptanya kemandirian masyarakat melalui penguatan kapasitas kader kesehatan desa. Dengan melibatkan kader secara langsung dalam proses pengukuran, targetnya adalah agar mereka memiliki keterampilan praktis dalam menggunakan alat ukur antropometri standar dan mampu melakukan pencatatan data secara mandiri. Hal ini bertujuan agar pemantauan status gizi remaja tidak berhenti setelah kegiatan pengabdian berakhir, melainkan menjadi agenda rutin di tingkat desa.

Adapun Luaran yang diharapkan dan telah dihasilkan dari kegiatan pengabdian ini adalah tersedianya data status gizi yang valid dari 30 responden, mencakup berat badan, tinggi badan, Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA), dan lingkar perut. Data ini disusun secara sistematis sebagai dokumen dasar desa yang dapat digunakan oleh pemerintah setempat maupun puskesmas untuk menyusun program intervensi kesehatan berbasis kebutuhan nyata masyarakat. Dokumen ini menjadi referensi penting dalam mendeteksi risiko anemia dan masalah gizi lainnya sejak dini.

Luaran kedua adalah terjadinya peningkatan kapasitas dan kesadaran kolektif dari mitra, khususnya kader kesehatan dan orang tua, dalam mendukung kesehatan remaja putri. Pengalaman praktis yang diperoleh kader dalam melakukan skrining kesehatan merupakan aset penting bagi keberlanjutan program kesehatan remaja di Desa Cikoang. Selain itu, terbangunnya kesadaran orang tua untuk lebih memperhatikan asupan protein dan zat besi bagi anak-anak mereka merupakan dampak positif yang diharapkan dapat menurunkan prevalensi gizi kurang di wilayah tersebut.

Secara administratif dan akademik, luaran kegiatan ini diwujudkan dalam bentuk laporan pengabdian masyarakat yang akuntabel serta dokumentasi kegiatan yang lengkap. Hasil kegiatan ini juga direncanakan untuk didiseminasikan melalui publikasi ilmiah atau media informasi desa agar manfaatnya dapat dirasakan secara lebih luas dan menjadi rujukan bagi wilayah lain dalam melaksanakan kegiatan serupa. Seluruh dokumentasi, mulai dari daftar hadir hingga foto pelaksanaan, menjadi bukti nyata kontribusi perguruan tinggi dalam pemberdayaan masyarakat desa.

### **3. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan partisipatif, edukatif, dan promotif-preventif yang melibatkan kolaborasi antara tim akademisi, pemerintah desa, dan kader kesehatan. Pendekatan ini dipilih agar kegiatan tidak hanya berhenti pada pemeriksaan fisik sesaat, melainkan mampu menumbuhkan kemandirian masyarakat dalam memantau kesehatan remaja secara rutin di lingkungan mereka sendiri..

#### **1. Tahap Persiapan**

Tahap awal dimulai dengan melakukan koordinasi intensif antara tim pengabdian dari Universitas Patria Artha dengan Pemerintah Desa Cikoang, Kecamatan Laikang, Kabupaten Takalar. Koordinasi ini mencakup penentuan lokasi kegiatan, identifikasi 30 remaja putri sebagai sasaran utama, serta penyelarasan jadwal agar tidak berbenturan dengan aktivitas warga dan sekolah. Pelibatan kader kesehatan sejak awal bertujuan untuk memastikan bahwa kegiatan mendapatkan dukungan penuh dari tokoh masyarakat setempat.

Selain koordinasi administratif, tim juga melakukan persiapan teknis yang meliputi penyiapan alat ukur antropometri standar seperti timbangan digital dan *microtoise* untuk menjamin akurasi data. Tim juga menyusun formulir pencatatan hasil, materi edukasi dalam bentuk media informasi yang mudah dipahami remaja, serta menyiapkan instrumen registrasi untuk mendokumentasikan profil peserta secara lengkap sebelum kegiatan dimulai

## 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti dilaksanakan pada tanggal 6 Februari 2026 yang diawali dengan registrasi dan sosialisasi singkat kepada 30 remaja putri mengenai pentingnya pemantauan status gizi. Proses selanjutnya adalah pengukuran antropometri secara langsung yang meliputi berat badan dan tinggi badan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT), serta pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) dan lingkar perut. Penggunaan prosedur standar dalam pengukuran ini sangat krusial untuk menghasilkan data objektif mengenai kondisi fisik remaja, seperti kategori kurus, normal, atau obesitas.

Setelah pengukuran fisik, dilakukan tahap edukasi kesehatan melalui metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok yang dialogis. Materi yang disampaikan fokus pada prinsip gizi seimbang, pencegahan anemia melalui konsumsi tablet tambah darah (TTD), serta pentingnya pola makan sehat bagi remaja putri sebagai calon ibu. Peserta didorong untuk aktif bertanya dan berbagi pengalaman mengenai kebiasaan makan harian mereka, sehingga edukasi yang diberikan dapat menjawab permasalahan nyata yang mereka hadapi



Gambar 3.1. Pengukuran antropometri Remaja Putri Di Desa Cikoang  
Kecamatan Laikang Kabupaten Takalar

## 3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan segera setelah seluruh rangkaian pengukuran dan edukasi selesai dengan melibatkan mitra dari unsur perangkat desa dan kader kesehatan. Fokus evaluasi ini adalah untuk menilai kelancaran operasional kegiatan, tingkat partisipasi remaja, serta sejauh mana respon peserta terhadap materi edukasi yang telah disampaikan. Diskusi evaluatif ini penting untuk mengidentifikasi kendala di lapangan dan merumuskan perbaikan untuk kegiatan serupa di masa mendatang.

Secara teknis, tim pengabdian melakukan rekapan dan analisis terhadap seluruh data antropometri yang telah dikumpulkan untuk disusun menjadi profil kesehatan remaja Desa Cikoang. Data ini diverifikasi kembali untuk memastikan tidak ada kesalahan input, sehingga dapat digunakan sebagai data dasar (*baseline*) yang valid bagi pemerintah desa maupun puskesmas dalam merencanakan intervensi kesehatan berbasis kebutuhan nyata.

#### 4. Tahap Luaran dan Keberlanjutan

Luaran dari kegiatan ini diwujudkan dalam bentuk penyediaan data status gizi yang komprehensif bagi 30 responden, yang mencakup parameter IMT, LILA, dan lingkaran perut. Selain data fisik, luaran akademik berupa laporan pengabdian yang sistematis dan dokumentasi kegiatan juga disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban institusional. Dokumentasi ini diharapkan dapat dipublikasikan agar memberikan inspirasi bagi wilayah lain dalam melaksanakan skrining kesehatan remaja.

Untuk menjamin keberlanjutan program, tim memberikan pendampingan kepada kader kesehatan agar mereka memiliki keterampilan praktis dalam melakukan pengukuran antropometri secara mandiri. Pemerintah desa didorong untuk mengintegrasikan kegiatan ini ke dalam program rutin seperti Posyandu Remaja, sehingga pemantauan status gizi tidak berhenti saat tim universitas selesai bertugas, melainkan menjadi agenda kesehatan desa yang berkelanjutan.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengukuran antropometri terhadap 30 remaja putri di Desa Cikoang, Kecamatan Laikang, Kabupaten Takalar, dilakukan pada tanggal 6 Februari 2026 untuk memperoleh gambaran objektif mengenai status gizi mereka. Pengukuran ini menggunakan tiga indikator utama, yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA), dan lingkaran perut, yang kemudian dianalisis secara deskriptif untuk memetakan kondisi kesehatan remaja secara umum. Data yang terkumpul menunjukkan keragaman kondisi fisik, di mana sebagian besar peserta berada dalam batas normal, namun tetap ditemukan adanya kasus gizi kurang dan gizi lebih.

Secara spesifik, mayoritas responden telah memiliki keseimbangan yang baik antara asupan energi dan aktivitas fisik harian mereka. Keberhasilan mencapai status gizi normal pada sebagian besar remaja putri di lokasi ini merupakan modal penting bagi kesehatan reproduksi mereka di masa depan. Seluruh data hasil pengukuran tersebut telah didokumentasikan sebagai data dasar kesehatan desa yang dapat digunakan untuk perencanaan program intervensi gizi lebih lanjut oleh pemerintah desa maupun puskesmas setempat.

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tentang Pengukuran Remaja IMT Desa Cikoang Kecamatan Laikang Kabupaten Takalar**

No.	Pengukuran Remaja	n	%
1	Kurus (Underweight) <18,5	7	23.3
2	Normal 18,5 – 25,0	22	73.3
3	Obesitas > 27,0	1	3.3
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100.0%</b>

Sumber: Data Primer, 2026

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tentang Pengukuran Remaja LILA Desa Cikoang Kecamatan Laikang Kabupaten Takalar**

No.	Pengukuran Remaja	n	%
1	Valid Normal	0	0.0
2	Normal > 22	30	100.0
3	KEK < 22	0	0.0
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100.0%</b>

Sumber: Data Primer, 2026

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tentang Pengukuran Remaja Lingkar Perut Desa Cikoang Kecamatan Laikang Kabupaten Takalar**

No.	Pengukuran Remaja	n	%
1	Perempuan Normal	30	100.0
2	Perempuan Obesitas	0	0.0
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100.0%</b>

Sumber: Data Primer 2026

## Pembahasan

Hasil pengukuran antropometri pada 30 remaja putri di Desa Cikoang Kecamatan Laikang Kabupaten Takalar menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi yang baik berdasarkan indikator IMT, LILA, dan lingkar perut. Mayoritas remaja berada pada kategori IMT normal (73,3%), seluruh responden memiliki nilai LILA normal (100%), serta tidak ditemukan risiko obesitas sentral berdasarkan lingkar perut. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara umum kebutuhan energi dan zat gizi makro pada remaja telah terpenuhi dengan cukup baik. Meskipun demikian, masih ditemukannya 23,3% remaja dengan kategori kurus menunjukkan adanya kelompok yang berisiko mengalami kekurangan asupan energi dan zat gizi mikro, terutama zat besi. Kondisi ini dapat berdampak pada meningkatnya risiko anemia, kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, serta gangguan pertumbuhan apabila tidak dilakukan intervensi secara dini. Faktor yang dapat mempengaruhi kondisi tersebut antara lain kebiasaan melewatkan sarapan, pola konsumsi makanan yang kurang beragam, serta rendahnya konsumsi protein hewani dan sayur-buah.

Di sisi lain, ditemukannya satu responden dengan kategori obesitas menunjukkan adanya fenomena gizi lebih yang mulai muncul pada kelompok remaja. Perubahan pola hidup modern seperti meningkatnya konsumsi makanan tinggi gula dan lemak, penggunaan gawai yang berlebihan, serta rendahnya aktivitas fisik dapat menjadi faktor risiko terjadinya obesitas. Apabila tidak dikendalikan, kondisi ini berpotensi meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes melitus dan hipertensi pada usia dewasa.

Hasil pengukuran LILA yang seluruhnya berada pada kategori normal menunjukkan bahwa secara umum tidak ditemukan risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada responden. Hal ini menjadi indikator positif bahwa kecukupan energi dan protein sebagian besar remaja relatif terpenuhi. Namun demikian, pemantauan secara berkala tetap diperlukan karena perubahan pola makan dan aktivitas remaja dapat mempengaruhi status gizi dalam waktu singkat. Sementara itu, hasil pengukuran lingkar perut yang seluruhnya berada pada kategori normal menunjukkan distribusi lemak tubuh responden masih dalam batas aman sehingga risiko obesitas sentral relatif rendah. Kondisi ini perlu dipertahankan melalui edukasi berkelanjutan mengenai pola makan sehat, pembatasan konsumsi makanan cepat saji, serta peningkatan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari.

Secara keseluruhan, kegiatan pengukuran antropometri ini tidak hanya memberikan gambaran status gizi remaja putri tetapi juga menjadi sarana edukasi kesehatan yang efektif. Keterlibatan kader kesehatan dan pemerintah desa menjadi faktor penting dalam keberlanjutan pemantauan status gizi remaja sehingga upaya promotif dan preventif dapat terus dilakukan di tingkat masyarakat.

Fenomena munculnya satu kasus obesitas (3,3%) menjadi peringatan dini bagi masyarakat Desa Cikoang mengenai adanya pergeseran gaya hidup modern yang ditandai dengan kurangnya aktivitas fisik dan penggunaan gawai yang berlebihan. Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa intervensi berupa skrining kesehatan yang disertai edukasi interaktif mampu meningkatkan literasi gizi remaja. Keterlibatan aktif kader kesehatan dalam proses pengukuran juga memberikan jaminan bahwa pemantauan status gizi ini dapat terus dilakukan secara mandiri di tingkat masyarakat untuk mencegah masalah gizi ganda di masa depan.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Cikoang, dapat disimpulkan bahwa secara umum status gizi remaja putri berada pada kategori baik, di mana mayoritas responden (73,3%) memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal. Keberhasilan ini diperkuat oleh hasil pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) dan lingkar perut yang menunjukkan angka 100% normal, sehingga tidak ditemukan risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) maupun obesitas sentral pada kelompok sasaran. Meskipun demikian, temuan adanya 23,3% remaja dalam kategori kurus dan 3,3% kategori obesitas tetap memerlukan perhatian khusus melalui edukasi gizi dan pemantauan kesehatan yang intensif guna mencegah risiko anemia serta gangguan pertumbuhan di masa depan.

Pelaksanaan pengukuran antropometri ini tidak hanya berfungsi sebagai alat pengumpulan data objektif, tetapi juga berhasil menjadi sarana edukasi kesehatan yang efektif bagi remaja putri. Melalui pendekatan partisipatif, para peserta kini memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai prinsip gizi seimbang, pentingnya asupan zat besi selama masa menstruasi untuk pencegahan anemia, serta manfaat aktivitas fisik rutin. Peningkatan literasi kesehatan ini diharapkan mampu mengubah perilaku remaja agar lebih mandiri dalam memantau kondisi fisiknya dan lebih selektif dalam memilih pola konsumsi harian.

Sebagai langkah keberlanjutan, diperlukan sinergi yang kuat antara pemerintah desa, kader kesehatan, dan orang tua untuk mengintegrasikan pemantauan status gizi remaja ke dalam program kesehatan rutin desa, seperti Posyandu Remaja. Penggunaan data dasar yang telah dihasilkan dari kegiatan ini sangat penting bagi pihak puskesmas dan desa dalam merencanakan intervensi gizi yang lebih tepat sasaran. Dengan dukungan sarana pengukuran yang memadai serta pendampingan berkelanjutan dari kader, diharapkan status gizi remaja putri di Desa Cikoang dapat terus dipertahankan secara optimal demi menyiapkan generasi masa depan yang sehat dan berkualitas.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada kepada remaja putri peserta kegiatan dan Kepala Desa Cikoang beserta jajarannya atas dukungannya, serta kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Patria Artha atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gibson, R. S. 2005. Principles of Nutritional Assessment. New York: Oxford University Press.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Jakarta: Kemenkes RI.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B., dan Fajar, I. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- World Health Organization. 2007. Growth Reference Data for 5–19 Years. Geneva: WHO.
- World Health Organization. 2011. Waist Circumference and Waist–Hip Ratio: Report of a WHO Expert Consultation. Geneva: WHO.
- World Health Organization. 2017. Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition. Geneva: WHO.
- World Health Organization. 2020. Adolescent Nutrition: A Review of the Situation in Selected South-East Asian Countries. Geneva: WHO.

Brown, J. E. 2016. Nutrition Through the Life Cycle. Boston: Cengage Learning.

Sizer, F., dan Whitney, E. 2017. Nutrition: Concepts and Controversies. Boston: Cengage Learning.

United Nations Children's Fund (UNICEF). 2019. The State of the World's Children: Children, Food and Nutrition. New York: UNICEF.

Gibney, M. J., Margetts, B. M., Kearney, J. M., dan Arab, L. 2004. Public Health Nutrition. Oxford: Blackwell Publishing.