

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2023

Shanin Dita Nurul Aulya

Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada Remaja Obesitas di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung Tahun 2023

xiv + 99 halaman + 15 tabel, 2 gambar, 15 lampiran

ABSTRAK

Obesitas pada remaja adalah salah satu kondisi yang ditandai dengan berat badan di atas rata-rata dan indeks massa tubuh (IMT) yang di atas normal. Kegemukan pada masa balita akan menetap sampai dewasa, resiko menjadi gemuk pada usia remaja dan memiliki faktor resiko penyakit kardiovaskuler seperti kenaikan tekanan darah, peningkatan kolestrol darah dan diabetes. Tujuan penelitian ini melakukan studi kasus Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada remaja obesitas di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung.

Metode penelitian yang digunakan dalam studi kasus ini adalah penelitian deskriptif. Populasi sebanyak 2 orang remaja yang berjenis kelamin 1 laki-laki dan 1 perempuan. Teknik pengambilan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi, sedangkan data status gizi dilakukan dengan pengukuran antropometri. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif dengan analisis univariat.

Didapatkan hasil bahwa 2 orang remaja tersebut memiliki status gizi obesitas tk 2. Pemeriksaan fisik/klinis 2 orang remaja tersebut memiliki fisik dagu rangkap, perut buncit dan berlipat-lipat, dan memiliki keluhan merasa sering kelelahan saat beraktivitas dan terkadang sesak nafas. Hasil *recall* 24 jam menunjukkan asupan makan 2 remaja tersebut belum sesuai dengan kebutuhan. Diagnosis gizi ditegakkan sesuai dengan hasil pengkajian. Intervensi gizi diberikan sesuai dengan jenis, tujuan dan syarat dietnya. Edukasi gizi diberikan dengan metode konseling gizi.

Pada data antropometri, setelah dilakukannya pendampingan selama 1 minggu terjadi penurunan berat badan pada remaja laki-laki 1,3 kg dan remaja perempuan 1,1 kg. Pada asupan makanan belum sesuai dengan syarat diet rendah kalori. Oleh karena itu 2 orang remaja tersebut diharapkan dapat memonitoring kebiasaan/ pola konsumsi dengan membatasi makan-makanan yang berlemak tinggi, membatasi makanan/minuman manis, dan mengkonsumsi sayur-sayuran. Serta rutin meningkatkan aktivitas fisik minimal 15-30 menit setiap harinya.

Kata kunci : Obesitas, Status gizi, Asupan
Daftar Bacaan : 41 (2007-2022)

HEALTH POLYTECHNIC TANJUNGPUR

DEPARTMENT OF NUTRITION

Final Assignment, June 2023

Shanin Dita Nurul Aulya

Management of Standardized Nutrition Care For Obese Adolescents at Al-Azhar High School 3 Lampung Province in 2023

xiv + 99 pages + 14 tabels, 2 pictures, 15 appendices

ABSTRACT

Obesity in adolescents is a condition characterized by body weight above the average and a body mass index (BMI) that is above normal. Obesity in infancy will persist into adulthood, the risk of becoming obese in adolescence and having risk factors for cardiovascular disease such as increased blood pressure, increased blood cholesterol and diabetes. The purpose of this study was to conduct a case study of Standardized Nutrition Care Management in obese adolescents at SMA Al-Azhar 3 Lampung Province.

The research method used in this case study is descriptive research. The population is 2 teenagers, 1 male and 1 female. Data collection techniques were carried out by interviews, observation, and documentation, while nutritional status data were carried out by anthropometric measurements. Data analysis used in this study was descriptive analysis by comparing the results of this study and univariate analysis to calculate the percentage of respondents' intake.

It was found that 2 of these adolescents had nutritional status of obesity kindergarten 2. Physical / clinical examination of the 2 teenagers have a double chin, distended and folded stomach, and have complaints of feeling often tired during activities and sometimes short of breath. The results of the 24-hour recall showed that the food intake of the 2 adolescents was not in accordance with the needs. Nutritional diagnosis is established according to the results of the study. Nutritional interventions are given according to the type, purpose and requirements of the diet. Nutrition education is provided by nutritional counseling methods.

In anthropometric data, after 1 week of mentoring, there was a weight loss in adolescent boys 1.3 kg and adolescent girls 1.1 kg. Food intake is not in accordance with the requirements of a low-calorie diet. Therefore, the 2 adolescents are expected to monitor consumption habits / patterns by limiting high-fat foods, limiting sweet foods / drinks, and consuming vegetables. As well as routinely increasing physical activity at least 15-30 minutes every day.

Keywords: Obesity, nutritional status, intake

Reading list : 41 (2007-2022)