

**Status Gizi Dan Potensi Penyakit Kardiometabolik Pada Remaja Di
Kabupaten Semarang**

*Nutritional Status And Potential For Cardiometabolic Disease In
Adolescents In Semarang District*

Repositori Institusi | Universitas Kristen Satya Wacana
repository.uksw.edu



**Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai Sarjana
Keperawatan**

**Elen Kahi Leba
462019093**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA
SALATIGA**

2025

HALAMAN PENGESAHAN

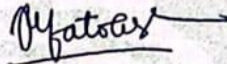
Elen Kahi Leba

462019093

Telah menyelesaikan tugas akhirnya berjudul :

Status Gizi Dan Potensi Penyakit Kardiometabolik Pada Remaja Di Kabupaten Semarang
Tugas akhir ini telah melalui proses *review* dan dinyatakan selesai oleh Pembimbing pada
(07 Maret 2025)

Review




Rifatolistia Tampubolon, S.S.T.Keb., MH

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II


(Ns. DARY, S.Kep, MSN)
(Gelora Mangalik, S.Gz., M.Si.,Dietisien)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan


(Ns. R.R. Maria Dyah Kurniasari, N.Si>Med.,PhD)

Disahkan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar

SARJANA ILMU KEPERAWATAN

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan


(Ir. Ferry I. Karwur, M.Sc., Ph.d)

Abstrak

Remaja sering mengalami perubahan pola makan dan gaya hidup, yang dapat mempengaruhi status gizi dan meningkatkan risiko penyakit kardiometabolik. Potensi masalah kesehatan seperti obesitas, dan penyakit jantung mungkin meningkat pada remaja dengan pola makan tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik. Tujuan: dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi Status Gizi Dan Potensi Penyakit Kardiometabolik pada remaja di Kabupaten Semarang. Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional, dilakukan di SMA Negeri 1 Pabelan, Kabupaten Semarang, pada Maret–Juli 2024. Sampel terdiri dari 86 remaja usia 16–18 tahun yang dipilih secara random sampling. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri (tinggi badan, berat badan, lingkar lengan atas, lingkar perut, dan hemoglobin) untuk menilai status gizi, serta pemeriksaan gula darah, asam urat, dan kolesterol untuk mengidentifikasi potensi penyakit kardiometabolik. Analisis data dilakukan secara deskriptif menggunakan frekuensi dan proporsi tiap variabel. Hasil: menunjukkan bahwa sebagian kecil siswa mengalami gizi buruk (11,6%) dan obesitas (8,1%). Siswa perempuan lebih banyak menunjukkan tanda pra-sindrom metabolik (33,7%) dibandingkan laki-laki (16,3%), sedangkan sindrom metabolik lebih banyak dialami oleh laki-laki (27,9%) dibandingkan perempuan (18,6%). Kesimpulan: penelitian di SMA Negeri 1 Pabelan menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki status gizi baik, namun terdapat kasus gizi kurang dan obesitas yang berpotensi meningkatkan risiko penyakit kardiometabolik. Diperlukan pemantauan kesehatan serta edukasi mengenai pola makan dan gaya hidup sehat untuk mencegah gangguan metabolik pada remaja.

Kata kunci : Status gizi, penyakit kardiometabolik, remaja, Obesitas, Hipertensi, Anemia

Abstract

Adolescents often experience changes in diet and lifestyle, which can affect nutritional status and increase the risk of cardiometabolic disease. The potential for health problems such as obesity and heart disease may increase in adolescents with unhealthy diets and lack of physical activity. The purpose of this study was to identify the Nutritional Status and Potential for Cardiometabolic Disease in adolescents in Semarang Regency. Methods: This study used a descriptive quantitative method with a cross-sectional approach, conducted at SMA Negeri 1 Pabelan, Semarang Regency, in March–July 2024. The sample consisted of 86 adolescents aged 16–18 years who were selected by random sampling. Data were collected through anthropometric measurements (height, weight, upper arm circumference, waist circumference, and hemoglobin) to assess nutritional status, as well as blood sugar, uric acid, and cholesterol examinations to identify potential cardiometabolic disease. Data analysis was carried out descriptively using the frequency and proportion of each variable. Results: showed that a small proportion of students experienced malnutrition (11.6%) and obesity (8.1%). Female students showed more signs of pre-metabolic syndrome (33.7%) than males (16.3%), while metabolic syndrome was more common in males (27.9%) than females (18.6%). Conclusion: a study at SMA Negeri 1 Pabelan showed that the majority of adolescents had good nutritional status, but there were cases of malnutrition and obesity that could potentially increase the risk of cardiometabolic disease. Health monitoring and education on healthy eating patterns and lifestyles are needed to prevent metabolic disorders in adolescents.

Keywords: Nutritional status, cardiometabolic disease, adolescents, obesity, hypertension, anemia