

ANALISIS KETAHANAN PANGAN DAN INTERVENSI PERUBAHAN PERILAKU MAKAN UNTUK PENINGKATAN KAPASITAS GIZI REMAJA PUTRI DI DATARAN TINGGI DAN PESISIR

DADANG HERDIANSYAH



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SEKOLAH PASCASARJANA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI DISERTASI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Analisis ketahanan pangan dan intervensi perubahan perilaku makan untuk peningkatan kapasitas gizi remaja putri di dataran tinggi dan pesisir” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir disertasi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2025

Dadang Herdiansyah
I1601202008



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

RINGKASAN

DADANG HERDIANSYAH. Analisis ketahanan pangan dan intervensi perubahan perilaku makan untuk peningkatan kapasitas gizi remaja putri di dataran tinggi dan pesisir. Dibimbing oleh BUDI SETIAWAN, IKEU TANZIHA, DRAJAT MARTIANTO.

Peranan ketahanan pangan rumah tangga terhadap status gizi remaja putri secara tidak langsung memengaruhi kondisi gizi mereka, yang dapat berujung pada masalah malnutrisi seperti kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia. Masalah anemia dan KEK pada remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain rendahnya asupan pangan yang berasal dari kondisi ketahanan pangan yang tidak stabil. Ketahanan pangan ini dipengaruhi oleh keragaman pangan yang dikonsumsi serta bagaimana rumah tangga mengalokasikan pengeluaran untuk kebutuhan pangan sehari-hari.

Penelitian dilakukan di Kabupaten Garut, Provinsi Jawa Barat, dengan membandingkan dua wilayah geografis yang berbeda, yaitu dataran tinggi (Kecamatan Cigedug) dan pesisir (Kecamatan Caringin). Penelitian terdiri atas dua tahap: tahap pendahuluan dengan desain *cross-sectional* dan tahap intervensi menggunakan desain *one group pre- and post-test without control*. Sampel pada tahap awal adalah 300 remaja putri usia 15–19 tahun yang diambil secara *purposive*. Tahap intervensi melibatkan 48 remaja putri dengan anemia, KEK, dan pengetahuan gizi rendah, yang dipilih dari hasil skrining. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner, pengukuran antropometri dan hemoglobin, serta asesmen pengetahuan, sikap, dan perilaku makan. Analisis dilakukan secara univariat, bivariat, dan uji beda menggunakan *Mann-Whitney* dan *paired t-test*.

Hasil tahap pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga mengalami kerawanan pangan ringan (45%), dengan proporsi ketahanan pangan lebih tinggi di pesisir (27,7%) dibanding dataran tinggi (14,7%), perbedaan signifikan ($p < 0,05$). Prevalensi berat badan kurang lebih tinggi di pesisir (27,7%) dan berat badan lebih banyak di dataran tinggi (11,7%). Prevalensi KEK cukup tinggi di kedua wilayah (dataran tinggi 53,4%, pesisir 57,4%) tanpa perbedaan signifikan, namun anemia lebih banyak di pesisir (45,8%) dibanding dataran tinggi (31,3%), dengan kadar Hb berbeda signifikan ($p < 0,05$). Asupan energi, protein, dan zat besi juga signifikan lebih tinggi di dataran tinggi ($p < 0,05$), sedangkan keragaman pangan, pengeluaran pangan, dan *personal hygiene* tidak berbeda signifikan.

Perubahan perilaku remaja putri melalui pendekatan *Transtheoretical Model* (TTM) berlangsung bertahap dari prakontemplasi hingga aksi. Pada tahap prakontemplasi, pengetahuan gizi meningkat signifikan di dataran tinggi (dari 44,17 menjadi 50,15; $p < 0,001$) dan pesisir (dari 41,91 menjadi 48,22; $p = 0,004$). Kontemplasi ditandai dengan peningkatan persepsi risiko dan manfaat pola makan sehat (kenaikan skor manfaat: pesisir $\Delta = 1,14$; $p = 0,047$ dan dataran tinggi $\Delta = 1,00$; $p = 0,018$), serta meningkatnya efikasi diri dan isyarat bertindak.

Pada tahap persiapan, remaja mulai menetapkan target perilaku seperti sarapan, konsumsi buah-sayur, dan membawa bekal. Tahap aksi memperlihatkan peningkatan status gizi, dengan kenaikan signifikan IMT di dataran tinggi ($\Delta = 0,78$;



$p < 0,001$) dan pesisir ($\Delta = 0,81$; $p < 0,001$), serta LiLA masing-masing $\Delta = 0,32$ cm dan $\Delta = 0,37$ cm ($p < 0,001$). Proporsi remaja dengan status gizi underweight menurun dari 33,3% menjadi 14,6% di dataran tinggi ($p = 0,243$) dan dari 25,0% menjadi 16,7% di pesisir ($p = 0,814$). Status gizi normal meningkat dari 60,4% menjadi 77,1% di dataran tinggi dan dari 66,7% menjadi 75,0% di pesisir, namun perubahannya tidak signifikan ($p > 0,05$). Perubahan status gizi overweight relatif kecil. Asupan energi di dataran tinggi meningkat 251 kkal ($p = 0,014$), disertai penurunan konsumsi minuman manis ($\Delta = -1,00$; $p < 0,001$) dan makanan olahan ($\Delta = -2,00$; $p < 0,001$). Konsumsi karbohidrat membaik di kedua wilayah, terutama di dataran tinggi ($p < 0,001$), serta perbaikan sarapan dan perilaku membawa bekal.

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa intervensi berbasis *transtheoretical Model* (TTM) berhasil mendorong perubahan perilaku gizi remaja putri secara bertahap, mulai dari peningkatan pengetahuan gizi, persepsi risiko dan manfaat, hingga penerapan perilaku makan sehat. Di tahap aksi, perubahan nyata terlihat melalui peningkatan status gizi (IMT dan LiLA), perbaikan asupan energi, serta penurunan konsumsi makanan olahan dan minuman manis. Pola makan sehat seperti sarapan, konsumsi sayur, dan membawa bekal mulai diterapkan, meski efek jangka panjang masih memerlukan pendampingan. Dampak intervensi lebih kuat pada kualitas konsumsi dibanding kuantitas, dengan tantangan utama berupa pengaruh lingkungan, akses pangan sehat, dan konsistensi perilaku. Oleh karena itu, strategi edukasi perlu diintegrasikan dengan regulasi sekolah tentang jajanan sehat, pelibatan aktif guru dan orang tua, serta dukungan lingkungan sosial. Penelitian lanjutan diperlukan untuk mengevaluasi asupan secara kuantitatif dan menyesuaikan pendekatan dengan karakteristik wilayah masing-masing, guna memperkuat dampak intervensi secara berkelanjutan.

Kata kunci: ketahanan pangan, pengetahuan gizi, remaja putri, sikap

SUMMARY

DADANG HERDIANSYAH. Food security analysis and eating behavior change intervention to improve the nutritional capacity of adolescent girls in highland and coastal areas. Supervised by BUDI SETIAWAN, IKEU TANZIHA, DRAJAT MARTIANTO.

Food security indirectly, affects nutritional status, which can lead to malnutrition issues such as chronic energy deficiency (CED) and anemia. The problems of anemia and CED in adolescent girls are caused by several factors, including low food intake stemming from unstable household food security. This food security is influenced by the diversity of food consumed and how households allocate their daily food expenditure.

The study was conducted in Garut Regency, West Java Province, by comparing two distinct geographic areas: highland (Cigedug District) and coastal (Caringin District). The research consisted of two phases: a preliminary phase with a cross-sectional design, and an intervention phase using a one-group pre- and post-test design without a control group. The initial sample consisted of 300 adolescent girls aged 15–19 years selected purposively. The intervention phase involved 48 adolescent girls with anemia, CED, and low nutrition knowledge, selected through a screening process. Data were collected through structured questionnaires, anthropometric and hemoglobin measurements, and assessments of knowledge, attitudes, and eating behavior. The analysis included univariate, bivariate, and difference tests using the Mann-Whitney and paired t-test.

The preliminary findings showed that most households experienced mild food insecurity (45%), with a higher proportion of food-secure households in the coastal area (27.7%) compared to the highlands (14.7%), a statistically significant difference ($p < 0.05$). The prevalence of underweight was higher in the coastal area (27.7%) than in the highlands (23.3%), while overweight was more prevalent in the highlands (11.7%) than in the coastal area (7.8%). CED prevalence was high in both regions (highlands 53.4%, coastal 57.4%) with no significant difference, but anemia was more common in the coastal area (45.8%) than in the highlands (31.3%), with significantly different hemoglobin levels ($p < 0.05$). Intake of energy, protein, and iron was significantly higher in the highlands ($p < 0.05$), whereas dietary diversity, food expenditure, and personal hygiene did not differ significantly.

Behavioral changes among adolescent girls through the Transtheoretical Model (TTM) approach progressed gradually from pre-contemplation to action. In the pre-contemplation stage, nutrition knowledge significantly increased in both the highland area (from 44.17 to 50.15; $p < 0.001$) and the coastal area (from 41.91 to 48.22; $p = 0.004$). The contemplation stage was marked by an increase in perceived risk and benefits of healthy eating patterns (increase in benefit score: coastal area $\Delta = 1.14$; $p = 0.047$ and highland area $\Delta = 1.00$; $p = 0.018$), along with improved self-efficacy and cues to action.

In the preparation stage, adolescents began setting behavioral targets such as having breakfast, consuming fruits and vegetables, and bringing packed meals. The action stage showed improvements in nutritional status, with a significant increase in BMI in both highland ($\Delta = 0.78$; $p < 0.001$) and coastal areas ($\Delta = 0.81$; $p < 0.001$), as well as MUAC increases of $\Delta = 0.32$ cm and $\Delta = 0.37$ cm, respectively



($p < 0.001$). The proportion of adolescents with underweight nutritional status decreased from 33.3% to 14.6% in the highlands ($p = 0.243$) and from 25.0% to 16.7% in coastal areas ($p = 0.814$). The proportion with normal nutritional status increased from 60.4% to 77.1% in the highlands and from 66.7% to 75.0% in coastal areas, although these changes were not statistically significant ($p > 0.05$). Changes in overweight status were relatively small. Energy intake in the highlands increased by 251 kcal ($p = 0.014$), accompanied by reductions in the consumption of sweetened beverages ($\Delta = -1.00$; $p < 0.001$) and processed foods ($\Delta = -2.00$; $p < 0.001$). Carbohydrate intake improved in both areas, particularly in the highlands ($p < 0.001$), along with improvements in breakfast habits and bringing packed meals.

The conclusion of this study emphasizes that interventions based on the transtheoretical Model (TTM) successfully encouraged gradual changes in adolescent girls' dietary behaviors, starting from improvements in nutrition knowledge, perceived risks and benefits, to the adoption of healthy eating behaviors. At the action stage, tangible changes were observed through improvements in nutritional status (BMI and MUAC), increased energy intake, and reduced consumption of processed foods and sweetened beverages. Healthy eating habits such as having breakfast, consuming vegetables, and bringing packed meals began to be practiced, although long-term effects still require ongoing guidance. The intervention's impact was stronger on the quality of consumption than on quantity, with the main challenges being environmental influences, access to healthy food, and behavioral consistency. Therefore, educational strategies need to be integrated with school regulations on healthy snacks, active involvement of teachers and parents, and support from the social environment. Further research is needed to quantitatively evaluate intake and adapt approaches to the characteristics of each region in order to strengthen the intervention's sustainable impact.

Keywords: adolescent girls, attitude, food security, nutrition knowledge



© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ANALISIS KETAHANAN PANGAN DAN INTERVENSI PERUBAHAN PERILAKU MAKAN UNTUK PENINGKATAN KAPASITAS GIZI REMAJA PUTRI DI DATARAN TINGGI DAN PESISIR

DADANG HERDIANSYAH

Disertasi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Doktor pada
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SEKOLAH PASCASARJANA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Penguji Luar Komisi Pembimbing pada Ujian Tertutup Disertasi:

- 1 Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S.
- 2 Prof. Dr. Ir. Anna Fatchiya, M.Si.

Promotor Luar Komisi Pembimbing pada Sidang Promosi Terbuka Disertasi:

- 1 Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S.
- 2 Prof. Dr. Tria Astika Endah Permatasari, S.K.M., M.K.M.

Judul Disertasi: Analisis Ketahanan Pangan dan Intervensi Perubahan Perilaku
Makan untuk Peningkatan Kapasitas Gizi Remaja Putri di Dataran
Tinggi dan Pesisir

Nama : Dadang Herdiansyah
NIM : I1601202008

Disetujui oleh

Pembimbing 1:
Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S.

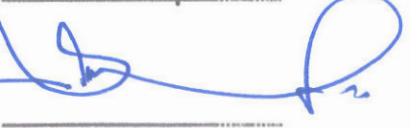
Pembimbing 2:
Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, M.S.

Pembimbing 3:
Prof. Dr. Ir. Drajat Martianto, M.Si.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi:
Prof. Dr. Rimbawan
NIP 196204061986031002

Dekan Fakultas Ekologi Manusia:
Prof. Dr. Sofyan Sjaf, S.Pt., M.Si
NIP. 19781003 2009121003


Tanggal Ujian Tertutup : 29 Juli 2025
Tanggal Sidang Promosi : 11 Agustus 2025

Tanggal Lulus: 11 AUG 2025

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Februari sampai November 2024 ini adalah “Analisis ketahanan pangan dan intervensi perubahan perilaku makan untuk peningkatan kapasitas gizi remaja putri di dataran tinggi dan pesisir.”. Terima kasih penulis ucapkan kepada

1. Prof. Dr. Ir. Budi Setiawan, M.S., Prof. Dr. Ir. Ikeu Tanziha, M.S., dan Prof. Dr. Ir. Drajat Martianto, M.Si., yang telah membimbing dan banyak memberi saran untuk penulisan disertasi ini.
2. Prof. Dr. Ali Khomsan, M.S. selaku penguji kualifikasi lisan, kolokium dan penguji luar komisi pada ujian tertutup. Dr. Ir. Ikeu Ekayanti, M. Kes. selaku penguji ujian kualifikasi lisan, Dr. Ir. Yayuk Farida Baliwati, M.S. selaku penguji kolokium dan Prof. Dr. Ir. Anna Facthiya, M.Si. selaku penguji luar komisi pada ujian tertutup
3. Prof. Dr. Rimbawan dan Dr. agr. Eny Palupi, S.T.P, M.Sc selaku ketua dan sekretaris program studi pascasarjana Ilmu Gizi IPB.
4. Teh Sarifah dan staf tenaga kependidikan Program Studi Ilmu Gizi FEMA IPB yang telah membantu mengurus administrasi penulis
5. Terima kasih kepada *Neys-van Hoogstraten Foundation (NHF)* yang telah mendanai penelitian dan kepada mbak Catur Dwi yang membantu secara administrasi untuk pendanaan NHF.
6. Istri tercinta Neneng Rahmawati, AMDKeb, dan anak-anak tersayang Daffa Dzaky Nurdiansyah dan Fathin Azzahra Althafunnisa yang selalu mendukung penulis hingga studi ini dapat diselesaikan.
7. Orang tua tercinta Bapak Lili Sumarli dan Ibu Wawang Juangsih serta mertua Bapak Jumnan dan Ibu Anah yang sudah mendukung dan selalu mendoakan penulis.
8. Rektor UMJ dan Dekan FKM UMJ yang telah memberikan izin kepada penulis untuk menyelesaikan studi dan kepada rekan-rekan sejawat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta.
9. Rekan rekan seperjuangan Program Studi Gizi S3 Angkatan 2020, 2021 dan 2022 yang telah banyak membantu dan memberi semangat.
10. Perangkat Kecamatan Cigedug dan Caringin yang turut membantu dalam memfasilitasi untuk pengambilan data di wilayah masing masing.
11. Enumerator yang handal yang telah membantu penulis selama penelitian Nadia Nurul Milah, S.Gz, Wafi Habibabatul Qolbi S.Gz, Citra Nurani S.D, S.Gz, Siti Asmaraji D, SKM, dan Nursaleh Priadi AMD.
12. Ibu Ucu dan Pak Dede yang sudah mau membantu penulis koordinasi dengan para responden.
13. Responden yang telah bersedia terlibat dalam penelitian ini dari awal sampai dengan akhir.

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2025

Dadang Herdiansyah



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Pertanyaan Penelitian	4
1.4 Tujuan	4
1.5 Manfaat	4
1.6 Kebaruan (<i>Novelty</i>)	5
1.7 Hipotesis	5
II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Ketahanan Pangan Rumah Tangga	6
2.2 Status Gizi Remaja Putri	11
2.3 Kebutuhan Gizi Remaja Putri	12
2.4 Masalah Gizi Remaja	12
2.5 Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Putri	15
2.6 Kapasitas Remaja Putri dalam Literasi Gizi	17
2.7 Literasi Gizi dalam Ketahanan Pangan	18
2.8 Pendidikan Gizi terkait Perilaku Makan	18
2.9 Perubahan Perilaku Makan Remaja Putri	19
III KERANGKA TEORITIS DAN PEMIKIRAN	24
IV METODE	28
4.1 Desain Penelitian	28
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	29
4.3 Jumlah dan Cara Penentuan Sampel	29
4.4 Tahapan penelitian	382
4.5 Pengumpulan Data	38
4.6 Definisi Operasional	420
V ANALISIS KETAHANAN PANGAN DAN STATUS GIZI REMAJA USIA PUTRI USIA 15-19 TAHUN DI DATARAN TINGGI DAN PESISIR KABUPATEN GARUT JAWA BARAT	45
5.1 Pendahuluan	45
5.2 Metode	46
5.3 Hasil dan Pembahasan	47
5.4 Simpulan	49
VI ANALISIS KERAGAMAN PANGAN DAN ASUPAN ZAT GIZI SERTA FAKTOR LAIN PADA REMAJA PUTRI DI DATARAN TINGGI DAN PESISIR	51
6.1 Pendahuluan	51
6.2 Metode	53
6.3 Hasil dan Pembahasan	54



6.4	Simpulan	58
VII	PENGARUH EDUKASI DAN KONSELING DENGAN MODUL MAKAN SEHAT BAGI REMAJA PUTRI	60
7.1	Pendahuluan	60
7.2	Metode	62
7.3	Hasil dan Pembahasan	63
7.4	Simpulan	67
VIII	PENGARUH INTERVENSI PERUBAHAN PERILAKU MAKAN SEHAT TERHADAP PENGTEHAUAN DAN PADA REMAJA PUTRI DI DATARAN TINGGI DAN PESISIR KABUPATEN GARUT	68
8.1	Pendahuluan	68
8.2	Metode	69
8.3	Hasil dan Pembahasan	71
8.4	Simpulan	83
IX	PEMBAHASAN UMUM	85
9.1	Pembahasan Umum	85
9.2	Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian	89
9.3	Implikasi Hasil Penelitian	90
X	SIMPULAN DAN SARAN	92
10.1	Simpulan	92
10.2	Saran	93
	DAFTAR PUSTAKA	95
	LAMPIRAN	113
	RIWAYAT HIDUP	120



DAFTAR TABEL

1	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2014	11
2	Klasifikasi anemia berdasarkan kelompok umur dan jumlah hemoglobin (WHO 2011)	12
3	Angka kecukupan energi , protein dan Fe remaja wanita (15-24 tahun)	12
4	Tahapan <i>Transtheoretical Model</i> dalam perubahan perilaku makan remaja	20
5	Tahapan perubahan perilaku	21
6	Modifikasi dua teori perilaku	23
7	Perhitungan besar sampel	31
8	Komponen instrumen pengukuran variabel	33
9	Pengembangan kuesioner perilaku makan sehat TTM	33
10	Pengembangan kuesioner, materi modul dan metode dalam intervensi perubahan perilaku makan sehat remaja	34
11	Model edukasi tahap intervensi	37
12	Variabel, jenis, dan metode pengumpulan data	39
13	Kategori berdasarkan variabel penelitian	40
14	Karakteristik remaja putri di dataran tinggi dan pesisir	47
15	Perbandingan status ketahanan pangan dan gizi remaja putri di dataran tinggi dan pesisir Kabupaten Garut Jawa Barat	48
16	Karakteristik remaja putri dataran tinggi dan pesisir	54
17	Perbedaan variabel di dataran tinggi dan pesisir	57
18	Perubahan persentase jawaban benar pengetahuan gizi remaja putri dataran tinggi dan pesisir sebelum dan sesudah intervensi	64
19	Karakteristik subjek dataran tinggi dan pesisir	71
20	Persepsi pertimbangan perubahan dengan pendekatan <i>health belief models</i>	72
21	Hasil analisis perubahan pengetahuan setelah intervensi	72
22	Persepsi pertimbangan perubahan dengan pendekatan <i>health belief models</i>	73
23	Persepsi pertimbangan perubahan dengan pendekatan <i>health belief models</i>	75
24	Perubahan kapasitas berdasarkan status gizi	76
25	Perubahan kapasitas remaja putri berdasarkan asupan zat gizi	77
26	Perubahan kapasitas berdasarkan keragaman jenis pangan	77
27	Perubahan kapasitas berdasarkan keragaman	79
28	Perubahan kapasitas berdasarkan pola kebiasaan konsumsi jenis pangan	80
29	Perbandingan jenis konsumsi pangan remaja sebelum dan setelah intervensi	82
30	Motivasi, tingkat partisipan, dan hambatan selama intervensi	88

DAFTAR GAMBAR

1	Tahapan proses perubahan perilaku TTM	20
2	Kerangka teori	26
3	Kerangka pemikiran	27
4	Alur penelitian	28
5	Skema penarikan subjek pendahuluan	30

Skema penarikan subjek Intervensi	31
Tahapan Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Surat keterangan layak etik	114
Informasi penelitian dan <i>informed consent</i>	115