



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN
INTERVENSI *FOOD DIARY* TERHADAP PENURUNAN
BERAT BADAN PADA REMAJA DI RW 06 KELURAHAN
GROGOL LIMO DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

NI MADE ANGGUN MILLENIA

2210721066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN
INTERVENSI *FOOD DIARY* TERHADAP PENURUNAN
BERAT BADAN PADA REMAJA DI RW 06 KELURAHAN
GROGOL LIMO DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

NI MADE ANGGUN MILLENIA

2210721066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Ni Made Anggun Millenia

NIM : 2210721066

Tanggal : 28 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 28 April 2023

Yang Menyatakan,



(Ni Made Anggun Millenia)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Anggun Millenia

NIM : 2210721066

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi *Food Diary* Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Remaja Di RW 06 Kelurahan Grogol Limo Depok.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 28 April 2023

Yang Menyatakan,



(Ni Made Anggun Millenia)

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Ni Made Anggun Millenia

NIM : 2210721066

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi *Food Diary* Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Remaja Di RW 06 Kelurahan Grogol Limo Depok.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep.
Penguji I



Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep.,
Sp.Kep.Kom
Penguji II



Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini,
M.Kep., Sp.Kep.Kom
Penguji III (Pembimbing)



Desmawati, M.Kep., Sp.Mat., PhD
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Ns. Dora Samaria, M.Kep.
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi
Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 28 April 2023

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN INTERVENSI *FOOD DIARY* TERHADAP PENURUNAN BERAT BADAN PADA REMAJA DI RW 06 KELURAHAN GROGOL LIMO DEPOK

Ni Made Anggun Millenia

Abstrak

Obesitas ialah penumpukan dari lemak yang berlebihan sehingga dapat mengakibatkan risiko bagi kesehatan. Di usia remaja, obesitas berisiko tinggi terjadi dan kejadian obesitas pada remaja merupakan indikator akan suatu permasalahan kesehatan dan peningkatan risiko penyakit tidak menular yang terjadi di masyarakat. *Food diary* adalah catatan tertulis yang berisi jenis dan jumlah makanan serta minuman yang dikonsumsi oleh seseorang selama periode waktu tertentu yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai pola makan dan gaya hidup sehat, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam mengontrol berat badan. Tujuan dari penulisan ini yakni untuk menganalisis asuhan keperawatan dengan intervensi *food diary* terhadap penurunan berat badan pada remaja, dimana intervensi dilakukan oleh remaja selama 30 hari dengan mencatat jenis makanan, minuman, dan snack yang dikonsumsi setiap hari serta pemantauan berat badan yang dilakukan setiap minggunya. Hasil menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan berat badan pada remaja obesitas dengan pemberian intervensi berupa *food diary*, dimana terdapat penurunan berat badan pada pasien kelolaan dan resume sebesar 1,4 kg dan 1,1 kg. Disarankan penggunaan sarana atau media pemberian informasi mengenai obesitas serta pengaturan pola makan khususnya pada remaja dapat dikembangkan lebih lanjut dan dapat menjadi dasar intervensi terhadap pemberian asuhan keperawatan khususnya terhadap remaja obesitas bagi penyelenggara pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : *Food Diary*, Obesitas, Remaja

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE WITH FOOD DIARY INTERVENTIONS ON WEIGHT LOSS IN ADOLESCENTS IN RW 06 GROGOL VILLAGE LIMO DEPOK

Ni Made Anggun Millenia

Abstract

Obesity is the accumulation of excessive fat that can lead to health risks. In adolescence, obesity is at high risk and the incidence of obesity in adolescents is an indicator of a health problem and an increased risk of non-communicable diseases that occur in society. Food diary is a written record containing the type and amount of food and drinks consumed by a person during a certain period of time which aims to increase adolescents' awareness of healthy diet and lifestyle, and increase confidence in controlling weight. The purpose of this paper is to analyze nursing care with food diary interventions for weight loss in adolescents, where interventions are carried out by adolescents for 30 days by recording the types of food, drinks, and snacks consumed every day and monitoring weight every week. The results showed a significant effect on weight loss in obese adolescents by providing interventions in the form of a food diary, where there was a decrease in body weight in managed and resume patients by 1.4 kg and 1.1 kg. It is recommended that the use of tools or media to provide information about obesity and dietary regulation, especially in adolescents, can be further developed and can be the basis for interventions for providing nursing care, especially for obese adolescents for health service providers.

Keywords: *Adolescents, Food Diary, Obesity*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah akhir Ners ini berhasil diselesaikan dengan judul Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi *Food Diary* Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Remaja Di RW 06 Kelurahan Grogol Limo Depok.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, M.Kep., Sp.Mat., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ns. Wiwin Winarti, S.Kep., M.Epid., MN selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Dora Samaria, M.Kep. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep dan Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dosen Penguji, serta Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dosen Penguji dan Pembimbing KIAN yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orangtua dan seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan KIAN ini.

Jakarta, 28 April 2023

Penulis



Ni Made Anggun Millenia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang Masalah	1
I.2 Tujuan Penelitian	4
I.3 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Konsep Keluarga	7
II.2 Konsep Remaja	13
II.3 Konsep Obesitas Remaja	15
II.4 Konsep Intervensi <i>Food Diary</i>	18
II.5 Konsep Asuhan Keperawatan.....	20
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	23
III.1 Pengkajian Asuhan Keperawatan	23
III.2 Data Fokus.....	40
III.3 Analisa Data.....	41
III.4 Skoring.....	44
III.5 Diagnosa keperawatan	48
III.6 Intervensi Keperawatan	50
III.7 Intervensi Inovasi.....	62
III.8 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	65
III.9 Asuhan Keperawatan pada Klien Resume	73
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	76
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	76
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing (EBN) pada Kasus.....	81
BAB V PENUTUP.....	85
V.1 Kesimpulan	85
V.2 Saran	86

DAFTAR PUSTAKA	87
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Susunan Anggota Keluarga.....	23
Tabel 2	Pemeriksaan Fisik	33
Tabel 3	Data Fokus	40
Tabel 4	Analisa Data	41
Tabel 5	Skoring Diagnosa Ke-1	44
Tabel 6	Skoring Diagnosa Ke-2	45
Tabel 7	Skoring Diagnosa Ke-3	47
Tabel 8	Intervensi Keperawatan.....	50
Tabel 9	Proses Pemantauan Buku Harian dan Berat Badan.....	63
Tabel 10	Intervensi dan Evaluasi Keperawatan	65
Tabel 11	Distribusi Evaluasi pada Intervensi Buku Harian pada Klien Resume...74	
Tabel 12	Berat Badan Remaja Setelah Dilakukan Intervensi <i>Food Diary</i>	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Denah Rumah	27
----------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Persetujuan Sidang Akhir
- Lampiran 2 Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 Tampilan Awal Food Diary
- Lampiran 4 Produk Luaran KIAN
- Lampiran 5 Sertifikat HKI
- Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 7 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme