

ABSTRAK

Nabillah Tsany Thasbitha

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN TERHADAP
STATUS GIZI SISWA SMA WIJAYA PUTRA SURABAYA

xiii + 61 Halaman + 15 Tabel + 11 Lampiran

Status gizi remaja merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kesehatan dan perkembangan generasi muda. Remaja membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan aktivitas sehari-hari. Namun, masih banyak remaja yang mengalami masalah status gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih, yang dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan pola makan. Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pola makan dan asupan zat gizi makro dengan status gizi siswa SMA Wijaya Putra Kota Surabaya.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 66 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner pengetahuan gizi, recall makanan, dan pengukuran antropometri. Analisis data dilakukan menggunakan uji Rank Spearman.

Hasil Penelitian, Secara umum responden terdapat tingkat pengetahuan dalam kategori cukup (39,4%) dan status gizi dalam kategori baik (54,5%). Asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak sebagian besar berada pada kategori normal. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan status gizi ($p = 0,020$), asupan energi dan status gizi ($p = 0,037$), serta asupan karbohidrat dan status gizi ($p = 0,048$). Sementara itu, tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan protein ($p = 0,057$) dan lemak ($p = 0,083$) dengan status gizi, meskipun terdapat kecenderungan lemah. Kesimpulan, Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi, asupan energi, dan karbohidrat terhadap status gizi. Pengetahuan gizi yang baik serta kecukupan energi dan karbohidrat yang seimbang berkontribusi terhadap status gizi remaja yang optimal.

Kata kunci : Pengetahuan, Pola Makan, Status Gizi, Remaja, SMA Wijaya Putra Surabaya.

Daftar bacaan: 28 Jurnal (2019-2024), 2 Buku (2020-2024)

ABSTRACT

Nabillah Tsany Thasbitha

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND
DIETARY PATTERNS ON THE NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS AT
SMA WIJAYA PUTRA SURABAYA

xiii + 61 Pages + 15 Tables + 11 Appendices

The nutritional status of adolescents is a crucial indicator of the health and development of the younger generation. Adolescents require adequate and balanced nutrition to support growth and daily activities. However, many adolescents still experience nutritional issues, both undernutrition and overnutrition, which can be influenced by their level of knowledge and dietary habits. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge levels regarding dietary patterns and macronutrient intake and the nutritional status of Wijaya Putra Senior High School students in Surabaya City.

This quantitative study used a descriptive correlational design using a cross-sectional approach. A sample of 66 respondents was selected through purposive sampling. Instruments used included a nutritional knowledge questionnaire, food recalls, and anthropometric measurements. Data analysis was performed using the Spearman Rank Test.

Results, The majority of respondents had sufficient knowledge (39.4%) and good nutritional status (54.5%). Energy, carbohydrate, protein, and fat intake were mostly within the normal range. Statistical test results showed a significant relationship between knowledge level and nutritional status ($p = 0.020$), energy intake and nutritional status ($p = 0.037$), and carbohydrate intake and nutritional status ($p = 0.048$). Meanwhile, there was no significant relationship between protein ($p = 0.057$) and fat ($p = 0.083$) intake and nutritional status, although there was a weak trend. Conclusion: There is a significant relationship between nutritional knowledge, energy intake, and carbohydrate intake and nutritional status. Good nutritional knowledge and a balanced energy and carbohydrate intake contribute to optimal nutritional status for adolescents.

Keywords: Knowledge, Diet, Nutritional Status, Adolescents, Wijaya Putra High School, Surabaya.

Reading List: 28 Journals (2019-2024), 2 Books (2020-2024)