

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Siswa/I SMK Analis Kesehatan Bina Lestari Plus Bekasi Tahun 2016

Restu Fibi Astuti

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74367&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Masalah gizi yang timbul pada usia sekolah khususnya remaja dipicu oleh beberapa faktor seperti kebiasaan makan yang buruk, pemahaman gizi yang salah, kesukaan yang berlebihan terhadap satu jenis makanan, promosi yang berlebihan tentang produk makanan di media masa dan maraknya produk impor makanan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro, aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional yang dilakukan pada 60 siswa/i SMK Analis Kesehatan Bina Lestari Plus Bekasi Tahun 2016 kelas XI dan XII. Status gizi dihitung berdasarkan IMT/U, hasil uji korelasi menunjukkan hubungan negatif antara tingkat pengetahuan, asupan energi, asupan karbohidrat, asupan protein, asupan lemak dengan status gizi. Terdapat hubungan positif antara aktivitas fisik ( $r=0,148$ ) dengan status gizi responden. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro, aktivitas fisik dengan status gizi ( $p>0,05$ ).