

**Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES**

## **Determinan Pelaksanaan Empat Pilar Gizi Seimbang Pada Siswa Di SMA Negeri 74 Jakarta Tahun 2017**

Julia Anggraini

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74540&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Pedoman Gizi Seimbang terdiri dari 4 (empat) Pilar bertujuan untuk menyediakan pedoman makan dan berperilaku sehat bagi seluruh lapisan masyarakat berdasarkan prinsip konsumsi anekaragam pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menjadi determinan pelaksanaan empat pilar gizi seimbang pada siswa di SMA Negeri 74 Jakarta. Penelitian ini dilakukan pada bulan april 2017 di SMA Negeri 74 Jakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah Cross Sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah stratifikasi random sampling dengan total sampel 97 responden dan pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat, analisis bivariat (chi square) dan analisis multivariat ( regresi logistik ganda). Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 53,6% responden memiliki pelaksanaan empat pilar gizi seimbang yang baik, 57,7% memiliki pengetahuan yang tinggi, 66% memiliki sikap yang baik, 54,6% memiliki peran orang tua yang berperan dan 51,5% memiliki pengaruh teman sebaya yang baik. Selain itu, ada hubungan bermakna antara pelaksanaan empat pilar gizi seimbang dengan pengetahuan (Pvalue 0,040), peran orang tua (Pvalue 0,007) dan pengaruh teman sebaya (Pvalue 0,000). Hasil multivariat menunjukkan bahwa variabel pengetahuan, peran orang tua, pengaruh teman sebaya, pengetahuan dengan peran orang tua dan pengetahuan dengan pengaruh teman sebaya, variabel yang paling besar pengaruhnya dengan pelaksanaan empat pilar gizi seimbang adalah variabel pengaruh teman sebaya (PR 1389,679). Penelitian ini menyimpulkan agar pihak sekolah dan pihak siswa dapat bekerja sama dalam menerapkan beberapa program yang mendukung siswa untuk hidup lebih sehat dan memiliki status gizi seimbang seperti pemberian edukasi tentang dasar-dasar ilmu gizi yang diberikan kepada seluruh siswa melalui kegiatan-kegiatan antar siswa, sehingga siswa dapat lebih memahami dan melaksanakan empat pilar gizi seimbang.