

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

HUBUNGAN SIKAP TENTANG GIZI, AKTIVITAS FISIK, ASUPAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMPN 37 JAKARTA

RETNO WIJAYANTI

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76456&lokasi=lokal>

Abstrak

Remaja di Indonesia dihadapkan pada dua beban masalah gizi yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Upaya pencapaian status gizi yang optimal pada remaja sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam suatu bangsa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan sikap tentang gizi, aktivitas fisik, asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada remaja. Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional dengan desain penelitian cross sectional. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i SMPN 37 Jakarta usia 13-15 tahun sebanyak 108 orang dengan teknik pengambilan subjek yaitu quota sampling. Data sikap tentang gizi dan aktivitas fisik didapatkan melalui wawancara kuesioner secara langsung. Data terkait aktivitas fisik diperoleh dari pengisian kuesioner Physical Activity Questionnaire-Adolescent (PAQ-A), dan data terkait asupan energi dan zat gizi makro diperoleh melalui wawancara food recall 2x24 hours secara tidak berturut-turut pada weekend dan weekday. Analisis data menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50,9% responden berusia 14 tahun, 51,9% berjenis kelamin laki-laki, 73,1% berstatus gizi baik, 53,7% memiliki sikap tentang gizi negatif, 61,6% memiliki aktivitas fisik ringan, 55,6% memiliki asupan energi defisit, serta sebagian besar responden memiliki asupan karbohidrat (50,9%), protein (63,0%), dan lemak (44,4%) yang adekuat. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap tentang gizi ($p=0,000$), aktivitas fisik ($p=0,005$), asupan energi ($p=0,001$), asupan karbohidrat ($p=0,003$), asupan protein ($p=0,005$), dan asupan lemak ($p=0,033$) dengan status gizi. Kesimpulannya yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara sikap tentang gizi, aktivitas fisik, asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada remaja di SMPN 37 Jakarta.