

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT KECUKUPAN GIZI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI PANTI ASUHAN JONGGOL

Tantri Noviandra

Abstrak

Status gizi seseorang dapat dilihat seberapa besar kebutuhan fisiologis individu yang telah terpenuhi. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah pola makan dan tingkat kecukupan gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol dengan jumlah 31 orang. Sampel yang akan digunakan pada penelitian ini diambil menggunakan teknik *total sampling*. Data diambil melalui pengambilan data berat badan dan tinggi badan, wawancara SQ-FFQ dan *Food Recall* 24 Jam. Uji statistik penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* dan *Spearman Rank*. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan tingkat kecukupan energi ($p = 0,001$) dan tingkat kecukupan karbohidrat ($p = 0,001$). Namun tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan pola makan ($p = 0,504$), frekuensi pola makan ($p = 0,802$), tingkat kecukupan protein ($p = 0,481$) dan tingkat kecukupan lemak ($p = 0,121$). Saran dari penelitian ini yaitu pengelola panti asuhan dapat bekerja sama dengan institusi di bidang gizi untuk melakukan intervensi dan pengetahuan bagi panti asuhan.

Kata Kunci : Remaja, Kecukupan Gizi, Pola Makan, Status Gizi.

RELATIONSHIP OF DIET PATTERN AND NUTRITIONAL ADEQUACY WITH NUTRITIONAL STATUS IN ADOLESCENT AGED 16-18 YEARS AT JONGGOL ORPHANAGE

Tantri Noviandra

Abstract

A person's nutritional status can be seen how much individual physiological needs have been met. One of the factors that can affect nutritional status is diet and nutritional adequacy level. The purpose of this study was to analyze the relationship between diet and nutritional adequacy levels with nutritional status in adolescents aged 16-18 years at the Jonggol Orphanage. This study is a quantitative study with a cross-sectional design approach. The population in this study were adolescents aged 16-18 years at the Jonggol Orphanage with a total of 31 people. The sample to be used in this study was taken using a total sampling technique. Data were collected through data collection on weight and height, SQ-FFQ interviews and 24-Hour Food Recall. The statistical test of this study used the Chi-Square and Spearman Rank tests. The results of statistical tests showed that there was a relationship between nutritional status and the level of energy adequacy ($p = 0.001$) and the level of carbohydrate adequacy ($p = 0.001$). However, there was no relationship between nutritional status and diet ($p = 0.504$), frequency of eating patterns ($p = 0.802$), protein adequacy level ($p = 0.481$) and fat adequacy level ($p = 0.121$). Suggestions from this study are that the orphanage manager can cooperate with institutions in the field of nutrition to intervene and provide knowledge for orphanages.

Keywords : Adolescents, Diet, Nutritional Adequacy, Nutritional Status.