

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN GIZI, POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK, TERHADAP STATUS GIZI SISWA SMKN 1 BUAHDUA DI WILAYAH KECAMATAN BUAHDUA KABUPATEN SUMEDANG TAHUN 2016

Bulan Dwi Mentari

Abstrak

Status gizi merupakan penentu kualitas remaja yang sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang remaja yang sehat dan produktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik, terhadap status gizi siswa SMKN 1 Buahdua yang dilaksanakan pada Maret 2016-Mei 2016 dengan menggunakan desain *cross sectional* dan metode *proporsional random sampling*. Sampel penelitian ini berjumlah 205 siswa. Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan kemaknaan ($p < 0.05$). Dari 205 sampel, yang terdiri dari 63 orang (30.7%) berstatus gizi kurang, 127 orang (62%) berstatus gizi normal, dan 15 orang (7.3%) berstatus gizi lebih. Berdasarkan analisis bivariat diketahui bahwa variabel yang berhubungan dengan status gizi siswa SMKN 1 Buahdua adalah asupan zat gizi makro (energi ($p = 0.045$), protein ($p = 0.00$), lemak ($p = 0.47$) dan karbohidrat ($p = 0.022$)) dan aktivitas fisik ($p = 0.020$). Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan tidak memiliki hubungan yang bermakna terhadap status gizi. Oleh karena itu, diperlukan adanya kerjasama dengan petugas kesehatan khususnya ahli gizi untuk memberikan edukasi berupa penyuluhan pedoman gizi seimbang serta gaya hidup yang sehat.

Kata Kunci : Status Gizi Remaja, Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Aktivitas Fisik

THE ASSOCIATION BETWEEN THE LEVEL OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE, FOOD PATTERNS, PHYSICAL ACTIVITY TO THE NUTRITION STATUS OF STUDENT AT VOCATIONAL HIGH SCHOOL BUAHDUA, IN BUAHDUA DISTRICTS, SUMEDANG REGENCY IN 2016

Bulan Dwi Mentari

Abstract

Nutrition status is a determinant of the quality of adolescent that is essential to support the growth and development of healthy and productive adolescent. The purpose of the research was to analyze the association of the level of nutritional knowledge, food patterns, physical activity to the nutrition status of student at Vocational High School Buahdua in Buahdua Districts, Sumedang Regency around March 2016-May 2016 which used cross sectional research design and proportional random sampling method. The number of sample research was 205 students. Data analysis consisted of univariate and bivariate by using Chi-Square test with significance ($p < 0.05$). From 205 respondents, 63 people (30.7%) have under nutrition, 127 people (62%) have normal nutritional status and 15 people (7.3%) have over nutrition. The result of this study showed the variable of nutrition status of students of Vocational High School Buahdua are associated with macro nutrient intake (energy ($p = 0.045$), protein ($p = 0.01$), fat ($p = 0.47$) and carbohydrate ($p = 0.022$)), and phisycal activity ($p = 0.020$). The nutritional knowledge, the habits of eating breakfast and the habits of eating snacks are not associated with the nutrition status. Therefore, it is necessary to cooperate with health workers especially nutritionist to provide nutrition education that related about a balanced nutrition guidelines and a healthy lifestyle.

Keywords : Nutritional status of adolescent, nutrition knowledge, food patterns, physical activity.