



**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN GAYA HIDUP
DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA KELAS X DI SMA SULUH JAKARTA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

LUSIANA MANULLANG

1210714056

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**



**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN GAYA HIDUP
DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA KELAS X DISMA SULUH JAKARTA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

LUSIANA MANULLANG

1210714056

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Lusiana Manullang

NRP : 1210714056

Tanggal : 29 Juni 2016

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 29 Juni 2016

Yang Menyatakan,



(Lusiana Manullang)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : LUSIANA MANULLANG
NRP : 1210714056
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:
HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN GAYA HIDUP DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA KELAS X DI SMA SULUH JAKARTA TAHUN 2016

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 29 Juni 2016

Yang menyatakan,



(Lusiana Manullang)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Lusiana Manullang
NRP : 121 0714 056
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan antara karakteristik individu dan gaya hidup dengan status gizi pada siswa kelas X di SMA Suluh Tahun 2016

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



Firlia Ayu Arini, SKM, MKM

Penguji I



Desak Nyoman Sithi, S.Kp., MARS

Dekan



Dr. Fatmah, SKM., Msc

Penguji II (Pembimbing)



Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal : 29 Juni 2016

HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN GAYA HIDUP DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA KELAS X DI SMA SULUH JAKARTA TAHUN 2016

Lusiana Manullang

Abstrak

Skripsi ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu dan gaya hidup dengan status gizi pada siswa kelas X di SMA Suluh Jakarta Tahun 2016. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas X yang sudah memenuhi kriteria penelitian sebanyak 105 responden yang dipilih dengan metode instrumen *random sampling*. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara pengukuran antropometri untuk tinggi dan berat badan, *food recall* untuk mengetahui asupan kebiasaan sarapan, dan kuesioner untuk data karakteristik responden, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, dan aktivitas fisik. Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh sebanyak 50 responden memiliki status gemuk, dari hasil uji bivariat menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi yang memiliki nilai $P = 0.021$ ($p < 0,05$). Oleh karena itu, perlu diberikan edukasi atau penyuluhan mengenai gizi seimbang yang termasuk di dalamnya pesan tentang pentingnya sarapan setiap hari.

Kata kunci : Status gizi, remaja, dan kebiasaan sarapan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE CHARACTERISTIC OF
INDIVIDUALS AND LIFESTYLE WITH THE STATUS OF NUTRIENTS
FROM STUDENT IN FIRST GRADE IN SULUH SENIOR HIGH
SCHOOL OF THE YEAR 2016**

Lusiana Manullang

Abstract

This thesis is a quantitative research with the cross sectional's design study which aimed to knowing The relationship between the characteristics of individuals and lifestyle with the status of nutrients from students in first grade in SULUH Senior High School of the year 2016. Subjects in this study were male and female students in first grade who already appropriate with the criteria for research as much as 105 of the respondents were selected by the method of random sampling. The data were obtained by anthropometric measurements of height and weight, food intake recall to determine the breakfast habit, and kuestioner for characteristics data of respondents, breakfast habits, knowledge of nutrition and physical activity. Based on these results, obtained as much as 50 obese respondents from the test results of bivariate that showing the relationship between breakfast habits, and the status of nutrients many have score $p= 0.021$ ($p < 0,05$). Therefore, in these problems really needs for educated or counseled about balanced nutrition which includes messages about the importance of breakfast every day.

Keywords : *Nutritional status, and breakfast habits*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak April-Mei 2016 adalah “Hubungan antara karakteristik individu dan gaya hidup dengan status gizi pada siswa kelas X di SMA Suluh Jakarta Tahun 2016” Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Dr.Fatmah, SKM,MSc., selaku dosen pembimbing yang dengan sabar dan teliti saat memberikan arahan dan masukan serta motivasi yang bermanfaat dalam proses bimbingan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan penulis kepada Prof Dr. Ir. Eddy Sumarno Siradj, M.Sc, selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “ Veteran” Jakarta, Desak Nyoman Sithi S.Kp. MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional “ Veteran” Jakarta, Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Firlia Ayu Arini, SKM, MKM, selaku dosen penguji I, dan seluruh Dosen, staf dan karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, serta ucapan terima kasih kepada kedua orangtua saya yang paling saya cintai Bapak Parasian Manullang, Ibu Serpita Purba dan Abang adik saya tersayang Robin Manullang, Darman Manullang, dan Lydia Natasyha Manullang. Tidak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada sahabat – sahabat Runa, Angela, Gengges Endes, PMK Agape, Naposobulung HKBP Pasarminggu, PSM Gita Advaytva, dan teman – teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Jakarta, 29 Juni 2016

Penulis

Lusiana Manullang

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRACT	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusah Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat	5
I.5 Ruang Lingkup	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

II.1 Remaja	7
II.2 kebutuhan gizi remaja.....	8
II.3 status gizi remaja	10
II.4 klasifikasi status gizi.....	13
II.5 pengukuran antropometri.....	12
II.6 faktor – faktor yang mempengaruhi status gizi	15
II.7 Kerangka Teori	24

BAB III METODE PENELITIAN

III.1 Kerangka Konsep.....	25
III.2 Definisi Operasional	27
III.3 Hipotesis	31
III.4 Rancangan Penelitian	31
III.5 Populasi dan Sampel.....	31
III.6 Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
III.7 Instrumen Penelitian	35
III.8 Prosedur Pengumpulan Data	35
III.9 Pengolahan dan Analisis Data	36
III.10 Etika Penelitian	36

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

IV 1 Gambaran Umum.....	43
-------------------------	----

IV.2 Analisis Univariat	44
IV.3 Analisis Bivariat	51
IV.4 Keterbatasan Penelitian	63
BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan	64
V.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Fase Remaja.....	9
Tabel 2	Angka Kecukupan Gizi	10
Tabel 3	Kategori Status Gizi Remaja Usia 5-18 Tahun Menurut IMT/U.....	14
Tabel 4	Definisi Operasional	27
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi	44
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Individu(Kelamin)	45
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan setiap hari ...	46
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi	47
Tabel 9	Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik	47
Tabel 10	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan	48
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi Sarapan	49
Tabel 12	Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat	50
Tabel 13	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Individu(Kelamin) dengan status gizi	51
Tabel 14	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan setiap hari dengan status gizi	53
Tabel 15	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi dengan status gizi.....	55
Tabel 16	Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik dengan status gizi	57
Tabel 17	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi Sarapan dengan status gizi	58
Tabel 18	Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Jajan dengan status gizi	61
Tabel 19	Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian	25
Gambar 3 Tahap Pengambilan Sampel.....	33
Gambar 4 Tingkat Reabilitas Berdasarkan Nilai Alpha.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Penjelasan Penelitian (*Inform Consent*)
Pedoman Wawancara Mengenai Karakteristik Responden
(Formulir A : Karakteristik Responden)
- Lampiran 2 Pedoman Pengukuran Antropometri
(Formulir B : Antropometri)
- Lampiran 3 Pedoman Wawancara Mengenai Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan
Jajan, dan Aktivitas Fisik (Formulir C : Kebiasaan Sarapan,
Kebiasaan Jajan, dan aktivitas fisik)
- Lampiran 4 Pedoman Wawancara Penelitian Asupan Energi Sarapan (Formulir
D: *Food Recall* 2 hari di pagi hari)
Surat Ethical Clearence, Surat Penelitian di sekolah, Surat
Permohonan Ethical Clearence