

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2024

Kisti Azarine Salsabila

Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan Makan dan Status Gizi Siswa Kelas XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung

xiii + 43 halaman + 16 tabel + 2 gambar + 9 lampiran

ABSTRAK

Remaja rentan mengalami masalah gizi, hal ini dikarenakan pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang cepat disertai dengan adanya perubahan fisiologis dan mental. Dampak yang akan terjadi jika status gizi pada remaja terabaikan yaitu gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan terganggu, menurunnya produktifitas kerja dan daya tahan tubuh dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular. Prevelensi status gizi kurang pada remaja usia 16-18 tahun di Provinsi Lampung sebesar 6,8% dan gizi lebih sebesar 9,4%. Pengetahuan gizi, asupan dan status gizi pada remaja perlu diperhatikan agar tidak menimbulkan masalah gizi pada remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi, asupan makan dan status gizi siswa SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2024.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Total populasi penelitian ini adalah 150 siswa kelas XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung, dengan jumlah sampel 60 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik systematic random sampling. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2024 di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Pengambilan data primer dengan cara pengukuran antropometri dan wawancara. Data sekunder didapatkan dari data SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi siswa di SMA Gajah Mada Bandar Lampung yaitu dengan 1,3% gizi buruk, 16,7% gizi kurang, 78,3% gizi baik dan 3,3% gizi lebih. Asupan energi siswa defisit yaitu laki-laki sebesar 48,6% dari AKG dan sedangkan siswa perempuan 46,3% dari AKG. Pengetahuan gizi siswa dengan kategori baik 6,6%, kategori cukup 80% dan kategori kurang 13,3%. Dalam pencegahan masalah gizi, sekolah dapat menyediakan alat ukur tinggi badan dan timbangan digital dan mengedukasi siswa untuk mampu menilai status gizi, sekolah juga dapat menyediakan media kesehatan seperti poster yang berisikan seputar masalah gizi pada remaja dan pedoman gizi seimbang, poster diletakkan di tempat yang strategis dan dengan bantuan tenaga kesehatan memberikan motivasi dan edukasi seputar gizi seimbang pada remaja.

Kata kunci : status gizi, asupan, pengetahuan gizi

Daftar Bacaan : 37 (2010-2023)

**TANJUNG KARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project Proposal, November 2023**

Kisti Azarine Salsabila

Description of the Level of Nutritional Knowledge, Food Intake and Nutritional Status of Class XI Gajah Mada High School Students in Bandar Lampung

xiii + 43 pages + 16 tables + 2 figures + 9 attachments

ABSTRACT

Adolescents are vulnerable to experiencing nutritional problems, this is because during adolescence there is rapid growth accompanied by physiological and mental changes. The impacts that will occur if nutritional status in adolescents is neglected are impaired physical growth and intellectual development, decreased work productivity and immune system and increased risk of non-communicable diseases. The prevalence of undernutrition among adolescents aged 16-18 years in Lampung Province is 6.8% and overnutrition is 9.4%. Nutritional knowledge, intake and nutritional status in adolescents need to be considered so as not to cause nutritional problems in adolescents. The aim of this research is to determine the level of nutritional knowledge, food intake and nutritional status of students at Gajah Mada High School Bandar Lampung in 2024.

The type of research used is descriptive. The population of this study were all class XI 150 students of SMA Gajah Mada Bandar Lampung, with a sample size of 60 respondents. The sampling technique uses systematic random sampling. This research was carried out in April 2024 at Gajah Mada High School Bandar Lampung. Primary data was collected using anthropometric measurements and interviews. Secondary data was obtained from SMA Gajah Mada Bandar Lampung data. The data analysis used is univariate analysis.

The results of the study showed that the nutritional status of students at Gajah Mada High School Bandar Lampung was 1.3% malnourished, 16.7% undernourished, 78.3% well nourished and 3.3% overnourished. Students' energy intake is deficit, namely male students are 48.6% of the AKG and female students are 46.3% of the AKG. Students' nutritional knowledge is in the good category 6.6%, in the sufficient category 80% and in the poor category 13.3%. In preventing nutritional problems, schools can provide height measuring instruments and digital scales and educate students to be able to assess nutritional status. Schools can also provide health media such as posters containing nutritional problems in adolescents and guidelines for balanced nutrition. Posters are placed in strategic places. and with the help of health workers providing motivation and education about balanced nutrition for teenagers.

Keywords : nutritional status, intake, nutritional knowledge

Reference : 37 (2010-2023)

