POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG

JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, 2 Juni 2025

Naila Azizaturrohmah

Gambaran Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Kabupaten Lampung Tengah

xiv + 34 halaman + 7 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Status gizi adalah faktor penting yang memengaruhi kualitas sumber daya manusia, kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas, pada anak usia sekolah dan remaja. Pada santri remaja, ketidak seimbangan asupan gizi sering menjadi masalah yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan pola makan dan status gizi santriwati di Pondok Pesantren Baitun Nur Lampung Tengah.

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Subyek penelitian adalah remaja santriwati berusia 10-18 tahun berjumlah 66 santriwati. Informasi mengenai pengetahuan responden tentang pola makan seimbang dikumpulkan melalui kuesioner, dan status gizi dinilai menggunakan Indeks Masa Tubuh menurut umur yang dihitung dari pengukuran berat badan dan tinggi badan.

Hasil penelitian menunjukan bahwa 48,5% santriwati memiliki tingkat pengetahuan pola makan seimbang dalam kategori cukup, 43,9% kurang dan 7,6% baik. Santriwati yang memiliki status gizi baik 84,8%, gizi kurang 12,1% dan 3,0% gizi lebih. Kesimpulan, sebagian besar santriwati memiliki pengetahuan yang cukup dan status gizi yang baik, namun masih ada santriwati yang memiliki gizi kurang dan lebih hal ini mungkin dikarenakan kurangnya edukasi tentang gizi seimbang. Oleh karena itu disarankan diadakan program edukasi gizi yang lebih intensif dan menyeluruh di lingkungan pondok pesantren, termasuk pembelajaran tentang pentingnya pola makan seimbang. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain seperti kebiasaan makan, aktivitas fisik, dan lingkungan pesantren agar hasil penelitian lebih menyeluruh.

Kata Kunci : pengetahuan, karakteristik, dan status Gizi

Daftar Pustaka : 26 (2002-2023)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC

NUTRITION DEPARTMENT

Final Project, 2 June 2025

Naila Azizaturrohmah

Overview of Nutrition Knowledge and Nutritional Status of Santriwati at Baitun Nur Islamic Boarding School, Central Lampung Regency

xiv + 34 pages + 7 tables, 2 pictures, 12 appendices

ABSTRACT

Nutritional status is an important factor that affects the quality of human resources, especially intelligence, productivity, and creativity, especially in school-age children and adolescents. In adolescent students, an imbalance in nutritional intake is often a problem that has an impact on growth and development. This study aims to find out the overview of knowledge of diet and nutritional status of students at the Baitun Nur Islamic Boarding School, Central Lampung.

This study uses descriptive research. The subjects of the study were adolescent students aged 10-18 years totaling 66 students. Information about respondents' knowledge of a balanced diet was collected through questionnaires, and nutritional status was assessed using the Body Mass Index by age calculated from weight and height measurements.

The results of the study showed that 48.5% of students had a level of knowledge of a balanced diet in the category of adequate, 43.9% lacking and 7.6% good. Students who have a good nutritional status are 84.8%, undernutrition is 12.1% and 3.0% is over-nutrition. In conclusion, most of the students have sufficient knowledge and good nutritional status, but there are still students who have less and more nutrition, this may be due to the lack of education about balanced nutrition. Therefore, it is recommended to hold a more intensive and comprehensive nutrition education program in the Islamic boarding school environment, including learning about the importance of a balanced diet. The researcher is then advised to add other variables such as eating habits, physical activity, and the pesantren environment so that the research results are more comprehensive.

Keywords: knowledge, characteristics, and nutritional status

Bibliography : 26 (2002-2023)