



UNIVERSITAS ANDALAS

**“HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, AKTIVITAS FISIK DAN  
UANG SAKU DENGAN STATUS GIZI REMAJA  
USIA 16-18 TAHUN DI SMA N 4  
BUKITTINGGI TAHUN 2022”**

Oleh :

**JEFRI ZULKHAIRUN**

**1711221012**

Dosen Pembimbing :

**Dr. Azrimaidaliza, SKM.MKM**

**Dr. Fivi Melva Diana, SKM, M.Biomed**

Diajukan sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2022

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Oktober 2022**

**Jefri Zulhairun, No. Bp 1711221012**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, AKTIFITAS FISIK DAN UANG SAKU  
DENGAN STATUS GIZI REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA N 4  
BUKITTINGGI TAHUN 2022**

**x + 64 Halaman, 14 Tabel, 2 Gambar, 10 Lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Angka kejadian gizi lebih di dunia maupun Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ketahun. Salah satu penyebab terjadi gizi lebih yaitu pengetahuan gizi, aktifitas fisik dan uang saku. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, aktifitas fisik dan uang saku dengan status gizi remaja di SMA Negeri 4 Bukittinggi pada Tahun 2022.

**Metode**

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Mei – Juni 2022 di SMA Negeri 4 Bukittinggi. Dimana dari 163 sampel, 161 sampel diantaranya memenuhi kriteria penelitian dengan menggunakan metode *proporsional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner pengetahuan gizi, uang saku dan aktifitas fisik menggunakan IPAQ (International Physical Akticity Questionnaire). Analisis data menggunakan uji statistik *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ).

**Hasil**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal sebesar 70,8%, pengetahuan gizi baik 52,8%, aktifitas fisik sedang 46,6% dan uang saku besar 61,5%. Hasil uji statistik menunjukkan Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi (*p-value* 0,351), tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi (*p-value* 0,124) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi (*p-value* 0,392).

**Kesimpulan**

Pengetahuan gizi, aktifitas fisik dan uang saku tidak berhubungan dengan status gizi siswa SMA N 4 Bukittinggi. Walaupun begitu siswa tetap menambah pengetahuan gizi yang baik untuk pemilihan makanan dengan uang saku yang mereka miliki dan tetap menjaga aktifitas fisik sesuai dengan asupan makanan yang mereka konsumsi.

**Daftar Pustaka** : 51 (2001-2021)

**Kata Kunci** : Aktifitas Fisik, Pengetahuan Gizi, Remaja, Status Gizi dan Uang saku

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, October 2022  
Jefri Zulkhairun, No. Bp 1711221012**

**THE RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE, PHYSICAL  
ACTIVITY AND POCKET MONEY WITH THE NUTRITION STATUS OF  
ADOLESCENT AGED 16-18 YEARS AT SMA N 4 BUKITTINGGI IN 2022  
X + 64 Pages, 14 Tables, 2 Pictures, 10 Attachments**

**ABSTRACT**

**Research Objectives**

The incidence of overnutrition in the world and in Indonesia has increased from year to year. One of the factors that overnutrition is nutritional knowledge, physical activity and pocket money. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, physical activity pocket money with the nutritional status of adolescents at Senior High School state 4 of Bukittinggi in 2022

**Method**

This type of research is analytic with a cross sectional approach. The study was conducted in May – June 2022 in Senior High School 4 of Bukittinggi. Where from 163 samples, 161 of them met the research criteria by using proportional random sampling method. Collecting data using a nutritional knowledge questionnaire, pocket money and physical activity using the IPAQ (International Physical Activity Questionnaire). Data analysis used chi-square statistical test with 95% confidence degree ( $\alpha=0.05$ )

**Results**

The results of this study indicate that most of the respondents have a normal nutritional status of 70.8%, good nutrition knowledge 52.8%, moderate physical activity 46.6% and large pocket money 61.5%. The results of statistical tests show that there is no significant relationship between nutritional knowledge and nutritional status (p-value 0,351), there is no significant relationship between physical activity and nutritional status (p-value 0,124) and there is no significant relationship between pocket money with nutritional status (p-value 0.392).

**Conclusion**

Knowledge of nutrition, physical activity and pocket money are not related to the nutritional status of students of Senior High School 4 of Bukittinggi. Even so, students continue to increase their knowledge of good nutrition for food selection with the pocket money they have and still maintain physical activity in accordance with the food intake they consume

**Bibliography** : 51 (2001-2021)

**Keywords** : Physical Activity, Nutrition Knowledge, Youth, Nutritional Status and Pocket Money