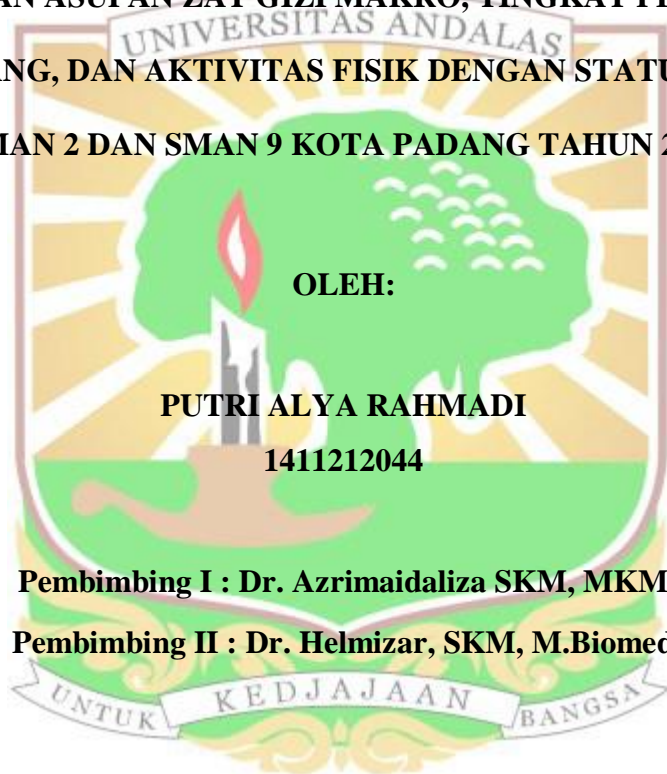


**SKRIPSI**



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, TINGKAT PENGETAHUAN  
GIZI SEIMBANG, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI SISWA  
SMAN 2 DAN SMAN 9 KOTA PADANG TAHUN 2018**



**OLEH:**

**PUTRI ALYA RAHMADI**

**1411212044**

**Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza SKM, MKM**

**Pembimbing II : Dr. Helmizar, SKM, M.Biomed**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**2018**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, September 2018**

**Putri Alya Rahmadi, No. BP. 1411212044**

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, TINGKAT PENGETAHUAN  
GIZI SEIMBANG, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI SISWA  
SMA NEGERI 2 DAN SMA NEGERI 9 KOTA PADANG TAHUN 2018**

**x + 91 Halaman, 23 Tabel, 2 Gambar, Lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Pada tahun 2017 masalah gizi kurus pada remaja usia 16-18 tahun di Provinsi Sumatera Barat sebesar 5,3% dan masalah gizi gemuk pada remaja sebesar 4,51%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro, tingkat pengetahuan gizi seimbang, dan aktifitas fisik dengan status gizi remaja.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan April hingga Juli tahun 2018. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 2 dan SMA Negeri 9 Padang dengan sampel sebanyak 107 responden. Cara pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan serta wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis dengan uji statistik *Chi-square*, *Kolmogorov Smirnov* dan *Kruskall Wallis* dengan derajat kepercayaan 95%.

**Hasil**

Hasil penelitian didapatkan sebanyak 43% responden dengan status gizi kurang, 43% responden dengan status gizi normal, dan 21% responden dengan status gizi lebih. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara asupan karbohidrat ( $p = 0,000$ ), asupan lemak ( $p = 0,000$ ), tingkat pengetahuan gizi seimbang ( $p = 0,040$ ), dan aktivitas fisik ( $p = 0,000$ ) dengan status gizi remaja. Sementara tidak terdapat hubungan antara asupan protein ( $p = 0,052$ ) dengan status gizi.

**Kesimpulan:**

Terdapat hubungan antara asupan karbohidrat, asupan lemak, tingkat pengetahuan gizi seimbang, dan aktivitas fisik dengan status gizi, tidak terdapat hubungan asupan protein dengan status gizi. Diharapkan kepada remaja untuk memperhatikan pola asupan makan dan lebih aktif dalam mencari informasi mengenai gizi pada remaja.

**Daftar Pustaka:** 89 (1995-2017)

**Kata Kunci** : Status gizi, asupan gizi makro, tingkat pengetahuan gizi seimbang, aktivitas fisik

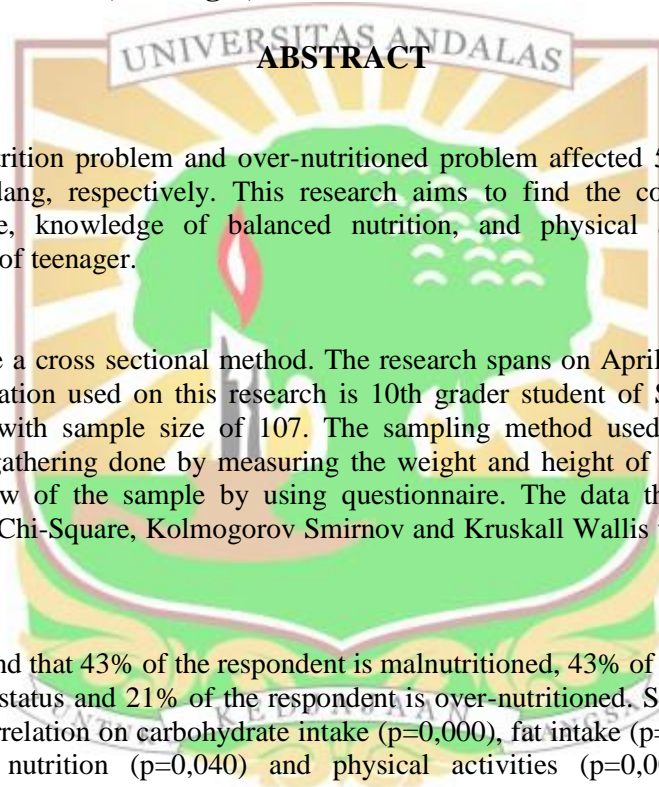
**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, September 2018**

**Putri Alya Rahmadi, Student ID: 1411212044**

**CORRELATION OF MACRO NUTRITIONAL INTAKE, KNOWLEDGE OF  
BALANCED NUTRITION AND PHYSICAL ACTIVITIES WITH THE  
NUTRITIONAL STATUS OF SMA NEGERI 2 PADANG AND SMA NEGERI  
9 PADANG ON 2018**

**x + 91 Pages, 23 Tables, 2 Images, Attachment**



**Objective**

On 2017, malnutrition problem and over-nutritioned problem affected 5,3% and 4,51% of teenagers in Padang, respectively. This research aims to find the correlation of macro nutritional intake, knowledge of balanced nutrition, and physical activities with the nutritional status of teenager.

**Method**

This research use a cross sectional method. The research spans on April 2018 through July 2018. The population used on this research is 10th grader student of SMA Negeri 2 and SMA Negeri 9 with sample size of 107. The sampling method used is simple random sampling. Data gathering done by measuring the weight and height of the student also by personal interview of the sample by using questionnaire. The data then analyzed using statistical test of Chi-Square, Kolmogorov Smirnov and Kruskal Wallis with 95% degree of trust.

**Result**

The research found that 43% of the respondent is malnourished, 43% of the respondent on a normal nutrition status and 21% of the respondent is over-nutritioned. Statistical test shows that there is a correlation on carbohydrate intake ( $p=0,000$ ), fat intake ( $p=0,000$ ), knowledge about balanced nutrition ( $p=0,040$ ) and physical activities ( $p=0,000$ ) with teenager nutritional status. However, protein intake ( $p=0,052$ ) shows no correlation with nutritional status of the teenager.

**Conclusion**

With the research, we found the correlation of carbohydrate intake, fat intake, knowledge about balanced nutrition and physical activities with nutritional status of the teenager, however we found that protein intake have no correlation with the nutritional status of the teenager. We hope that teenager take notice on their eating pattern and becoming more active to look up for information regarding nutrition on teenager.

**Bibliography** : 89 (1995-2017)

**Keyword** : Nutritional Status, Macro Nutritional Intake, Knowledge of Balanced Nutrition, Physical Activities