

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN *NUTRITION LITERACY* DENGAN KEBIASAAN MAKAN  
PADA REMAJA DI SMAN 9 KOTA PADANG**



**Penelitian Keperawatan Dasar**

**PUTRI WAHYU UTAMI**

**NIM. 2011312008**

**Dosen Pembimbing Utama:  
Dr. dr. Susmiati, M.Biomed**

**Dosen Pembimbing Pendamping:  
Ns. Rahmi Muthia, M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**2024**

FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
APRIL 2024

Nama: Putri Wahyu Utami  
NIM: 2011312008

Hubungan *Nutrition Literacy* dengan Kebiasaan Makan Pada Remaja di  
SMAN 9 Kota Padang Tahun 2024

### ABSTRAK

Tingkat *nutrition literacy* yang memadai pada remaja merupakan faktor penting dalam pengembangan kebiasaan makan yang sehat. Dengan meningkatnya akses ke berbagai jenis makanan dan informasi gizi, penting bagi remaja untuk memiliki kemampuan yang cukup dalam memahami dan menggunakan informasi tersebut secara efektif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *nutrition literacy* dengan kebiasaan makan pada remaja di SMAN 9 Padang tahun 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel penelitian berjumlah 296 siswa yang terdiri dari kelas X dan XI dan dipilih menggunakan teknik *propotional random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Nutrition Literacy* (Nulit) dan kuesioner *Adoloscent Food Habit Checklist* (AFHC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *nutrition literacy* siswa dalam kategori adekuat yaitu sebanyak 258 responden (87,2%) dan kebiasaan makan pada remaja dalam katergori kurang baik yaitu sebanyak 155 responden (52,4%). Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan nilai  $p\text{-value}=0,000$  ( $p<0,05$ ) menandakan adanya hubungan yang signifikan antara *nutrition literacy* dengan kebiasaan makan. Diharapkan kepada sekolah untuk membuat program atau kegiatan promosi kesehatan mengenai nutrisi seimbangan dan pentingnya penerapapan *nutrition literacy* sebagai upaya peningkatan kebiasaan makan yang baik pada remaja.

Kata Kunci: Nutrition Literacy, Remaja, Kebiasaan Makan  
Daftar Pustaka: 67 (2001-2023)