



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG, UANG SAKU, DAN
PERILAKU MAKAN DENGAN KUALITAS DIET PADA REMAJA
DI SMP IT ADZKIA PADANG**

Oleh:

SALSHABILA NADYA

No. BP 2011221022

Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, SKM., MKM

Pembimbing II : Dr. Syahrial, SKM., M. Biomed

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Mei 2024

Salshabila Nadya, No. BP. 2011221022

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG, UANG SAKU, DAN
PERILAKU MAKAN DENGAN KUALITAS DIET PADA REMAJA DI SMP
IT ADZKIA PADANG**

xi + 81 halaman, 2 gambar, 20 tabel, 15 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Masa remaja adalah masa transisi yaitu peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa. Karena pertumbuhan fisik dan perkembangan yang sangat pesat terjadi selama peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja, kebutuhan gizi dan asupan makanan mereka juga meningkat. Kejadian gizi kurang dan gizi lebih pada remaja memiliki kaitan yang erat dengan kualitas diet. Pengetahuan gizi seimbang, uang saku, dan perilaku makan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kualitas diet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, uang saku, dan perilaku makan dengan kualitas diet pada remaja di SMP IT Adzkie Padang.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 134 remaja di SMP IT Adzkie Padang kelas 7, 8, dan 9 usia 13-15 tahun yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan dengan wawancara dan pengisian kuesioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 59% responden memiliki pengetahuan gizi kurang baik, 61,9% responden memiliki uang saku besar, 50,7% responden memiliki perilaku makan yang baik, dan 61,9% responden memiliki kualitas diet rendah. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi seimbang ($p\text{-value}=0,006$) dan perilaku makan ($p\text{-value}=0,001$) dengan kualitas diet. Tidak terdapat hubungan uang saku dengan kualitas diet ($p\text{-value}=0,484$).

Kesimpulan

Pengetahuan gizi seimbang dan perilaku makan memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas diet. Uang saku tidak berhubungan dengan kualitas diet.

Daftar Pustaka : 94 (1995-2023)

Kata Kunci : Kualitas diet, pengetahuan gizi seimbang, perilaku makan, uang saku

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, May 2024
Salshabila Nadya, No. BP. 2011221022**

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE OF BALANCED NUTRITION, POCKET MONEY, AND EATING BEHAVIOUR WITH DIET QUALITY IN ADOLESCENTS AT SMP IT ADZKIA PADANG

xi + 81 pages, 2 pictures, 20 tables, 15 appendices

ABSTRACT

Objective

Adolescence is a transitional period, which is the transition from childhood to adulthood. Because of the rapid physical growth and development that occurs during the transition from childhood to adolescence, their nutritional needs and food intake also increase. The incidence of undernutrition and overnutrition in adolescents has a close relationship with diet quality. Knowledge of balanced nutrition, pocket money, and eating behaviour are factors that can influence the quality of the diet. This study aims to determine the relationship between knowledge of balanced nutrition, pocket money, and eating behaviour with diet quality in adolescents at SMP IT Adzkie Padang.

Method

This study used a cross-sectional design. The sample for this study was 134 adolescents at SMP IT Adzkie Padang class 7, 8, and 9 aged 13-15 years who were taken using a proportional random sampling technique. The data were collected through interviews and filling out questionnaires. The data was analysed by univariate and bivariate. Bivariate analysis used the Chi-Square test.

Result

The results showed that 59% of respondents had poor nutritional knowledge, 61,9% of respondents had large pocket money, 50,7% of respondents had good eating behaviour, and 61,9% of respondents had low diet quality. There was a significant relationship between knowledge of balanced nutrition (p -value=0,006) and eating behaviour (p -value=0,001) with diet quality. There was no relationship between pocket money and diet quality (p -value=0,484).

Conclusion

Knowledge of balanced nutrition and eating behaviour has a significant relationship with diet quality. Pocket money was not associated to the quality of the diet.

Bibliography : 94 (1995-2023)

Keywords : Diet quality, eating behaviour, knowledge of balanced nutrition, pocket money