

Ahmat Rifky Fahreza, 17S10215

HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU TENTANG GIZI SEIMBANG TERHADAP POLA MAKAN REMAJA SMK NEGERI 1 HANAU KELAS 12 TEKNIK KOMPUTER JARINGAN DESA PEMBUANG HULU

Skripsi. Program Studi S1 Gizi. 2021

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi pada remaja adalah pola makan. Faktor yang mempengaruhi pola makan yang sehat adalah pengetahuan, sikap dan perilaku tentang gizi. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang gizi seimbang terhadap pola makan remaja SMK Negeri 1 Hanau Kelas 12 TKJ (Teknik Komputer Jaringan) Desa Pembuang Hulu. Metode penelitian menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh siswa kelas 12 TKJ di SMK Negeri 1 Hanau Desa Pembuang Hulu dengan teknik pengambilan sampel secara total sampling sebanyak 50 orang. Instrumen penelitian ini yaitu kuesioner dan analisa data dengan uji *rank spearman*. Dari hasil penelitian didapat bahwa mayoritas pengetahuan tentang gizi seimbang baik sebanyak 37 responden (74%), bersikap positif sebanyak 33 responden (66%), berperilaku positif sebanyak 30 responden (60%) dan pola makan sehat sebanyak 31 responden (62%). Pengetahuan gizi memiliki hubungan terhadap pola makan dengan $p.value=0.006$, sikap memiliki hubungan terhadap pola makan dengan $p.value=0.000$ dan perilaku tentang gizi seimbang memiliki hubungan terhadap pola makan dengan $p.value=0.000$. Saran diharapkan kebiasaan dalam mengonsumsi makanan bergizi agar dapat memenuhi dan mencukupi kebutuhan gizi masing-masing individu.

Kata Kunci: pengetahuan, sikap, perilaku, pola makan

ABSTRACT

Ahmat Rifky Fahreza, 17S10215

THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE, ATTITUDE AND BEHAVIOR ABOUT BALANCED NUTRITION TOWARD THE DIET PATTERNS OF ADOLESCENT SMK NEGERI 1 HANAU CLASS 12 TEKNIK KOMPUTER JARINGAN IN PEMBUANG HULU VILLAGE

Thesis. Nutrition S1 Study Program. 2021

One of the causes of nutritional problems in adolescents is diet. Factors that influence a healthy diet are knowledge, attitudes and behavior about nutrition. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge, attitudes and behavior about balanced nutrition on the diet of adolescents at SMK Negeri 1 Hanau Class 12 TKJ (Network Computer Engineering) Pembuang Hulu Village. The research method uses analytical methods with a cross sectional approach. The population is all 12th grade TKJ students at SMK Negeri 1 Hanau in Pembuang Hulu village with a total sampling technique of 50 people. The research instrument is a questionnaire and data analysis with Spearman rank test. From the results of this study, it was found that the majority of knowledge about good balanced nutrition were 37 respondents (74%), 33 respondents (66%), positive attitudes were 30 respondents (60%) and healthy eating patterns were 31 respondents (62%). Knowledge of nutrition has a relationship with diet with $p.value=0.006$, attitude has a relationship with diet with $p.value=0.000$ and behavior about balanced nutrition has a relationship to diet with $p.value=0.000$. Suggestions are expected to be habit of consuming nutritious food in order to meet and meet the nutritional needs of each individual.