

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN MAKANAN, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI REMAJA

Desgita Rica Rahma Edi Putri

362015721167

**Latar belakang:** Status gizi adalah faktor terpenting untuk menentukan kondisi tubuh seseorang, terutama pada remaja. Pada periode ini, dibutuhkan keseimbangan antara pengetahuan, asupan makanan, dan aktivitas yang dilakukan setiap hari karena mempengaruhi pertumbuhan remaja pada fase selanjutnya. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan gizi, asupan makanan dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional, data pengetahuan gizi diperoleh dari kuesioner yang divalidasi, sedangkan asupan makanan dan aktivitas fisik berasal dari recall makanan dan recall aktivitas fisik responden. Status gizi ditentukan menggunakan IMT/U mengacu pada z-score anak-anak berusia 15-18 tahun. **Hasil:** Mayoritas subjek penelitian adalah anak perempuan (51%) dengan mayoritas berusia 16 tahun (45%). Nilai pengetahuan gizi terbanyak terdapat pada kategori sedang (64,5%), tingkat asupan makanan dengan kategori normal (50,5%), tingkat aktivitas fisik terbanyak adalah sedang (46%), dan tingkat status gizi paling normal (95,7%). Ada hubungan yang signifikan antara asupan makanan dengan status gizi ( $p = 0,016$ ). Tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan pengetahuan gizi ( $p = 0,513$ ), dan aktivitas fisik ( $p = 0,351$ ). **Kesimpulan:** adanya hubungan yang signifikan antara asupan makanan dengan status gizi, dan tidak adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan pengetahuan gizi dan aktivitas fisik.

**Kata kunci :** *asupan makanan, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, status gizi.*

## ABSTRACT

### CORRELATION BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE, FOOD INTAKE, AND PHYSICAL ACTIVITIES WITH ADOLESCENT NUTRITIONAL STATUS

Desgita Rica Rahma Edi Putri

362015721167

**Background:** Nutritional status is the most important factor for determining a person's body condition, especially in adolescents. During this period, a balance between knowledge, food intake and activities carried out every day because it affects the growth of children in the next phase. **Objective:** This study was undertaken to identify the correlation between nutritional knowledge, food intake and physical activity with adolescent nutritional status. **Method:** Design was cross-sectional, nutritional knowledge data were obtained from validated questionnaires, while food intake and physical activity were from food record and activity record. The nutritional status using BMI/age refers to the z-score of children aged 15-18 years. **Results:** The majority of the subjects were girls (51%) with the majority aged 16 years (45%). The most score of nutritional knowledge was in moderate category (64.5%), the highest percent (50.5%) of food intake was classification, the most physical activity level was moderate (46%), and the most nutritional status level was normal (95.7%). There was a significant correlation between food intake and nutritional status ( $p = 0.016$ ). There was no significant correlated between nutritional status and nutritional knowledge ( $p = 0.513$ ), physical activity ( $p = 0.351$ ) as well. **Conclusion:** food intake was significantly correlation with nutritional status, and there was no significantly correlated between nutritional status with nutritional knowledge and physical activity.

**Keyword:** *food intake, nutritional knowledge, nutritional status, physical activity.*