

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN ILMU GIZI
SKRIPSI, Maret 2018

Indah Fazliani

ANALISIS PENYELENGGARAAN MAKANAN, DAYA TERIMA MAKANAN, TINGKAT KECUKUPAN GIZI DENGAN STATUS GIZI ATLET BERDASARKAN INTESITAS LATIHAN DI PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA PELAJAR DKI JAKARTA TAHUN 2018

VI Bab, 95 Halaman, 19 Tabel, 13 Gambar, 8 Lampiran

Latar Belakang: Konsumsi gizi sangat berpengaruh terhadap status gizi kesehatan dan modal utama bagi kesehatan atlet. Pengaturan makanan terhadap seorang atlet harus bersifat individual. agar makanan dapat diterima dengan baik oleh atlet maka perlu memperhatikan kondisi atlet seperti kelelahan, stress, suplemen, kejenuhan/bosan terhadap makanan, diet, dan adanya kebiasaan atau kepercayaan terhadap makanan tertentu.

Tujuan: Menganalisis penyelenggaraan makanan, daya terima makanan, tingkat kecukupan gizi dengan status gizi atlet berdasarkan intensitas latihan di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar DKI Jakarta Tahun 2018.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional Study*. dengan teknik pengambilan *total sampling* didapatkan 54 responden, menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil: Tidak terdapat hubungan antara daya terima makanan dengan status gizi atlet ($p=0,257$, $p>0,05$), tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan gizi dengan status gizi atlet dengan nilai *p value* energi ($p=1,0$, $p>0,05$), protein ($p=1,0$, $p>0,05$), lemak ($p=1,0$, $p>0,05$), karbohidrat ($p=0,553$, $p>0,05$),

Kesimpulan: Hampir seluruh responden adalah remaja usia tengah, dengan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki termasuk kedalam kelas olahraga sedang. Tidak terdapat hubungan antara daya terima makanan, tingkat kecukupan gizi dengan status gizi atlet. Perlu adanya pengawasan oleh ahli gizi dalam proses penyelenggaraan makanan

Daftar Bacaan: 55 (1990-2017)

Kata Kunci: Daya Terima Makanan, Penyelenggaraan Makanan, Status Gizi Atlet, Tingkat Kecukupan Gizi



ABSTRACT

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
NUTRITION SCIENCE DEPARTEMENT
Thesis, Maret 2018

Indah Fazliani

THE ANALYSIS OF THE IMPLEMENTATION OF FOODS, CAPACITIES OF FOODS, LEVEL OF NUTRITIONAL ADEQUACY BY THE NUTRITIONAL STATUS OF ATHLETES BASED ON THE INTENSITY OF EXERCISES AT PPOP DKI JAKARTA IN 2018

VI Chapter, 95 Pages, 19 Tables, 13 Picture, 8 Attachment

Background: Consuming nutrition is very influential to the status of health nutrition and the main capital for an Athlete's health. The foods instruction to an Athlete should be individual. In order for food to be well received by an Athlete. It is necessary to pay attention to his conditions such as; fatigue, stress, supplements, flatness/boredom to foods, diet, and the existence or the trust against certain foods.

Objective: To analyze of the implemantation of foods, capacities of foods, level of nutritional adequacy by the nutritional status of Athletes based on the intensity of PPOP DKI Jakarta in 2018.

Method: This research uses a Cross Sectional Study design. With the technique of Sampling result are 54 respondents, by using Chi-Square test.

Results: There is no correlation between the impelementation of foods with the Athlete's nutrient status ($p=0,257$, $p>0,05$), there is no colleration between nutrient adequace level with the Athlete's nutiriotional status with the value of p energy ($p=1,0$, $p>0,05$), protein ($p=1,0$, $p>0,05$), fat ($p=1,0$, $p>0,05$), carbohydrate ($p=0,553$, $p>0,05$).

Conclution: Almost all of respondents are the middle aged of teenagers, with the majority of male gender include in moderate excercise classes. There is no colleration between foods implementation, nutritional adequacy with an Athlete's nutrition status. It needs supervision by nutritionist on the process of providing foods.

Reading list: 55 (2000-2017)

Keywords : Foods implementation, foods receipt, level of nutrition adequacym nutritional status of Athletes.