

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

Rachmi Octaviana

HUBUNGAN KUALITAS MENU DAN PREFERENSI MENU DENGAN STATUS GIZI ATLET DI PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA PELAJAR DKI JAKARTA TAHUN 2018

xvii, VI Bab, 57 Halaman, 30 Tabel, 2 Gambar, 10 Lampiran

Latar Belakang: Peran gizi olahraga kini menjadi salah satu perhatian pemerintah Indonesia dalam menunjang prestasi atlet. Atlet memerlukan asupan gizi yang tepat untuk mempertahankan kebugaran juga dapat memengaruhi performa atlet dalam bertanding. Status gizi atlet dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah karakteristik responden, karakteristik keluarga, pengetahuan gizi, kebiasaan makan, aktivitas fisik, kejadian penyakit, kualitas menu dan preferensi terhadap menu makanan.

Tujuan: Mengetahui hubungan kualitas menu dan preferensi menu dengan status gizi atlet di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar DKI Jakarta.

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 kualitas menu dengan status gizi atlet ($p=0,560$, $p>0,05$), dan tidak terdapat hubungan antara preferensi menu dengan status gizi ($p>0,05$).

Kesimpulan: Hampir seluruh responden adalah remaja tengah, dengan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki dan sebagian besar termasuk kedalam kelas olahraga sedang. Tidak terdapat hubungan antara kualitas menu dengan status gizi atlet dan tidak terdapat hubungan antara preferensi menu dengan status gizi atlet. Diharapkan ahli gizi pendamping atlet dapat memberikan edukasi gizi kepada atlet mengenai menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan dan cabang olahraga yang digeluti dan mengevaluasi makanan yang diberikan kepada atlet.

Kata Kunci: kualitas menu, preferensi menu, status gizi

Daftar Bacaan: 44 (2000-2017)