

ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI
SKRIPSI, FEBRUARI 2018

INGGRIANI PUJI LESTARI

POLA MAKAN, DENSITAS ENERGI, DENSITAS GIZI TERHADAP STATUS GIZI PADA GURU DI SDN DURI KEPA 01 DAN 11 PAGI JAKARTA BARAT

xvii, VI Bab, 154 Halaman, 17 Tabel, 8 Lampiran

Latar Belakang: Menurut data Riskesdas 2013 bahwa prevalensi obesitas lebih tinggi, pada perempuan (32,9%) dan (15,4%), dibandingkan prevalensi gizi kurus (8,7%), hal ini diakibatkan dari pergeseran pola makan tradisional menjadi pola makan modern yang tinggi lemak, gula dan rendah serat, sehingga masalah ini akan memengaruhi status gizi.

Tujuan : Mengetahui perbedaan densitas energi konsumsi, densitas asupan zat gizi dan hubungan pola makan dengan status gizi pada guru di SDN Duri Kepa 01 dan SDN 11 Pagi Jakarta

Metode : Desain yang digunakan adalah *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampel jenuh, sampel dalam penelitian ini adalah guru pada SDN Duri Kepa 01 dan SDN 11 Pagi Jakarta Barat. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *Mann Whitney* dan *Rank Spearman*.

Hasil : Ada perbedaan densitas energi konsumsi ($p=0,017$) berdasarkan status gizi. Ada hubungan antara pola makan jenis makanan pokok ($p=0,004$), sayuran ($p=0,000$), dan buah-buahan ($p=0,004$) dengan status gizi.

Kesimpulan : Densitas energi konsumsi berpengaruh terhadap status gizi yang artinya semakin rendah densitas energi maka semakin baik status gizi. Frekuensi pola makan jenis makanan pokok, sayur dan buah juga memiliki pengaruh terhadap status gizi. Perlu adanya edukasi kepada guru terkait pemilihan dan keanekaragaman pangan yang rendah densitas energi dan tinggi zat gizi pangan.

Kata Kunci: densitas asupan zat gizi, densitas energi, pola makan, status gizi

ABSTRACT



UNIVERSITY OF ESA UNGGUL
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
NUTRITION SCIENCE STUDY PROGRAM
SKRIPSI, FEBRUARY 2018

INGGRIANI PUJI LESTARI

DIETARY HABIT, ENERGY DENSITY, NUTRITION DENSITY TO NUTRITIONAL STATUS OF TEACHER IN SDN DURI KEPA 01 AND 11 PAGI WEST JAKARTA

xvii, VI Chapter, 153 Pages, 17 Tables, 8 Attachments

Background: According to Riskesdas data 2013, showed that prevalence was higher in women (32,9%), while men (15,4%) than skinny nutrition (8,7%) it is affected by shifting traditional diet became modern diet have highest fat, sugar and low fiber, so this problem will affect nutritional status.

Objective: To find out the differences in energy density consumption and intake of nutrients density and relationship of diet and nutritional status for the teacher in SDN Duri Kepa 01 and 11 Pagi, West Jakarta

Method: The design used is Cross-Sectional. Sampling is done by saturated sample Technique. Sample on this research is teachers of SDN Duri Kepa 01 dan SDN 11 Pagi, West Jakarta. The data analysis of this research was using Mann Whitney Test and Rank Spearman

Result: There is a difference in energy density ($p=0,017$) based on nutritional status. There is a relation between diet of main type food, ($p=0,004$), vegetables ($p=0,000$) and fruit ($p=0,025$) with the nutrition status research

Solution: Energy Density affected by nutrition status which means the lower the energy density the nutritional status is better. Frequent of diet type of main food, vegetables, and fruits have an effect for the nutritional status, so it is necessary to educate the teachers regarding the selection and diversity of foods that are low in energy density and high in nutrients.

Key word : density of nutrient intake, energy density, dietary habit, nutritional status