



## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, MARET 2011

MEYLINDA SAFITRI

**PENILAIAN ASUPAN KALSIMUM BERDASARKAN POLA KONSUMSI,  
JENIS KELAMIN, TINGKAT PENGETAHUAN, AKTIVITAS  
OLAHRAGA DAN TINGKAT PENDIDIKAN SERTA STATUS  
PEKERJAAN ORANG TUA PADA REMAJA DI SMA NEGERI 80  
JAKARTA UTARA**

XI, VI Bab, 102 Halaman, 11 Tabel, 11 Gambar, 11 Lampiran

**Latar Belakang :** Pada masa remaja penyerapan kalsium dari makanan mencapai 75%, menurun hingga 20-40% begitu menginjak dewasa. Asupan kalsium sebagai salah satu zat gizi yang berperan penting dalam pertumbuhan dikonsumsi kurang dari yang dianjurkan.

**Tujuan :** Memperoleh penilaian asupan kalsium berdasarkan pola konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga dan tingkat pendidikan serta status pekerjaan orang tua pada remaja.

**Metode :** Ini merupakan penelitian survey dengan *cross-sectional design*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 80 bulan Februari 2012. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling* didapat sebanyak 103 remaja. Data yang diambil berupa identitas remaja dan orang tua, asupan kalsium, pola konsumsi, pengetahuan, dan aktivitas olahraga menggunakan kuesioner, FFQ dan *food record*. Uji statistik menggunakan uji beda 2 rata-rata (uji t-test independent) dan uji korelasi pearson.

**Hasil :** Rata-rata asupan kalsium remaja di SMA Negeri 80 yaitu 442.69 mg/hr ( $\pm 159.43$ ). Rata-rata tingkat pengetahuan yaitu 22.56 ( $\pm 5.36$ ). Hasil uji korelasi pearson ada hubungan bermakna tingkat pengetahuan dan asupan kalsium ( $r=0.377$ ,  $p=0.000$ ). Hasil uji t-test ada perbedaan asupan kalsium berdasarkan tingkat pendidikan ayah ( $t=-2.052$ ,  $p=0.043$ ) dan pola konsumsi ( $t=2.635$ ,  $p=0.01$ ).

**Kesimpulan:** Pemberian informasi atau penyuluhan secara berkala mengenai zat gizi yang penting pada masa remaja akan memberi dampak yang lebih baik untuk remaja kedepannya.

Daftar Bacaan : 44 (1990-2010)