

ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
PROGRAM STUDI GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2020

Ruth Gracia Dau Vanes Parapat

PERBEDAAN PENGETAHUAN GIZI, SIKAP DAN PERILAKU TENTANG VISUAL GIZI SEIMBANG (TUMPENG GIZI SEIMBANG DAN PIRING MAKANKU) PADA GENERASI Y (*MILLENNIAL*) DAN GENERASI Z (*IGENERATION*) DI GSKI REHOBOT KEBON JERUK

(XI, VI BAB, 71 Halaman, 8 Tabel, 8 Gambar)

Latar Belakang : Kurangnya pengetahuan gizi, sikap dan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku), masih menjadi masalah di Indonesia. Sementara itu, generasi Y (*Millenial*) dan generasi Z (*IGeneration*) adalah dua generasi yang hidup di zaman perkembangan teknologi yang pesat dan mereka memiliki kemampuan untuk mengakses informasi melalui teknologi tersebut. Dengan adanya kemampuan itu, seharusnya kedua generasi ini memiliki pengetahuan gizi, sikap dan perilaku yang baik terhadap visual gizi seimbang.

Tujuan: Mengetahui Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap dan Perilaku tentang Visual Gizi Seimbang (Tumpeng Gizi Seimbang dan Piring Makanku) Pada Generasi Y (*Millenial*) dan Generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rehobot Kebon Jeruk.

Metode Penelitian : Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan teknik *total sampling*. Pengujian Statistik menggunakan Uji *t-test independent*.

Hasil Penelitian : Ada perbedaan pengetahuan gizi tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.0001$) pada generasi Y dan generasi Z, ada perbedaan sikap tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.0001$) antara generasi Y dan generasi Z dan ada perbedaan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.029$) pada generasi Y dan generasi Z.

Kesimpulan : Ada perbedaan pengetahuan gizi, sikap dan perilaku tentang visual gizi seimbang (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) pada generasi Y (*Millenial*) dan generasi Z (*IGeneration*) di GSKI Rehobot Kebon Jeruk.

Saran: Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti hal serupa bisa menambahkan variabel seperti tingkat pendidikan, pendapatan, IMT (Indeks Massa tubuh), dan keterangan mengenai apakah responden pernah menerima informasi gizi sebelumnya untuk mendapatkan hasil yang lebih dalam.

Kata Kunci : Visual Gizi Seimbang, Tumpeng Gizi Seimbang, Piring Makanku, Generasi Y (*Millenial*), Generasi Z (*IGeneration*).

ABSTRACT

ESA UNGGUL UNIVERSITY
NUTRITIONAL SCIENCE DEPARTMENT
UNDERGRADUATE THESIS, AUGUST 2020

Ruth Gracia Dau Vanes Parapat

THE DIFFERENCES OF KNOWLEDGE, ATTITUDE AND BEHAVIOUR OF VISUAL OF BALANCED NUTRITION (TUMPENG GIZI SEIMBANG DAN PIRING MAKANKU) IN GENERATION Y (MILLENNIAL) AND GENERATION Z (IGENERATION) IN GSKI REHOBOT KEBON JERUK.

(XI, VI BAB, 71 Pages, 8 Tables, 8 Images)

Background : Lack of nutritional knowledge, attitudes, and behaviors about visual balanced nutrition (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) are still a problem in Indonesia. Meanwhile, generation Y (Millennial) and generation Z (IGeneration) are two generations who live in era of rapid technological development and they have the ability to access information using these technologies. With this ability, they should have nutritional knowledge, attitudes, and behavior towards a good visual balanced nutrition.

Objective: To find out the difference in knowledge, attitude and behaviour of visual of balanced nutrition (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) in generation Y (Millennial) and generation Z (IGeneration) at GSKI Rehobot Kebon Jeruk.

Research Method: This study is an observational analytic study with a cross sectional approach and using a total sampling technique. The Statistical test used the independent t-test.

Research Results: There are differences in nutritional knowledge about balanced nutrition visual (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.0001$) in generation Y and generation Z. There are differences in attitudes about balanced nutrition visual (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.0001$) in generation Y and generation Z. There are behavioral differences about balance nutrition visuals (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) ($p=0.029$) in generation Y and generation Z.

Conclusion: There are differences in nutritional knowledge, attitudes and behavior about balanced nutrition visuals (tumpeng gizi seimbang dan piring makanku) in generation Y (Millennial) and generation Z (IGeneration) at GSKI Rehobot Kebon Jeruk.

Suggestion: For future researcher who want to research similar matters, they can add variables such as education level, income, BMI (Body Mass index) and information about whether the respondent has received nutritional information before, to get deeper results.

Keywords: Visual of Balance Nutrition, Tumpeng Gizi Seimbang, Piring Makanku, Generation Y (Millennial), Generation Z (IGeneration).