

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2013

Sisca Herlina
2012-32-180

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DAN SERAT TERHADAP STATUS GIZI PRA REMAJA UMUR 13-15 TAHUN DI PROPINSI NUSA TENGGARA BARAT (Analisis Data Sekunder RISKESDAS 2010)

xii, VI Bab, 86 Halaman , 13 Tabel, 6 Gambar , 1 lampiran

Latar belakang: Status gizi remaja berhubungan dengan berbagai macam faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah asupan energi dan zat gizi lainnya, jenis kelamin, pendidikan, kebiasaan konsumsi serat (buah dan sayur), aktifitas fisik, perilaku merokok, dan faktor genetik yaitu status gizi orang tua remaja

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi Energi, Protein, Lemak, dan Serat dengan status gizi pra remaja umur 13 – 15 tahun di Propinsi Nusa Tenggara Barat.

Metode Penelitian: Data yang digunakan merupakan data sekunder Riskesdas 2010 dengan jumlah sampel 298 pra remaja umur 13-15 tahun di Propinsi Nusa Tenggara Barat. Metode yang digunakan *cross sectional* bersifat deskriptif, dengan menggunakan uji statistik Korelasi Pearson Product Moment.

Hasil Penelitian: Rata-rata status gizi pra remaja usia 13-15 tahun sebesar ($2,66 \pm 0,749$). Rata-rata asupan Energi yaitu ($1407.42 \text{ kal} \pm 400.56$) kal. Rata-rata asupan Protein yaitu ($49.20 \pm 20,32$) gram. Rata-rata asupan Lemak yaitu (38.18 ± 25.89) gram. Rata-rata asupan Serat yaitu ($6,93 \pm 4.26$) gram. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan asupan energi, protein, lemak, dan serat dengan status gizi pra remaja umur 13-15 tahun di Propinsi Nusa Tenggara Barat ($p \geq 0,05$).

Kesimpulan: perlu adanya program pendidikan gizi di sekolah dimana harus menekankan pentingnya gizi seimbang yang sehat dan tidak mengkonsumsi kalori yang tidak berguna bagi tubuh.

Keywords: Status Gizi Remaja, Asupan zat gizi energi, protein, lemak, dan serat.

Daftar bacaan: 52 (1995-2012)