

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI  
PADA REMAJA PUTRI BERDASARKAN IMT/U DI SMK NEGERI 6 KOTA KUPANG**



**DISUSUN**

**MONIKA A. UNBANU**

**PO5303241210118**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG**

**PROGRAM STUDI GIZI**

**ANGKATAN XVI**

**2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

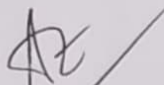
LAPORAN TUGAS AKHIR  
"HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS  
GIZI PADA REMAJA PUTRI BERDASARKAN IMT MENURUT UMUR DI  
SMK NEGERI 6 KOTA KUPANG"

Disusun Oleh

Monika A. Unbanu  
PO5303241210118

Telah Mendapat Persetujuan

Pembimbing



Asweros Umbu Zogara, SKM., MPH  
NIP : 198909152015031009

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi

Poltekkes Kemenkes Kupang



Jeni Gresilda Yuzina Sire, S.TP., M. Kes  
NIP : 430606012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

**LAPORAN TUGAS AKHIR**  
**“HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI BERDASARKAN IMT MENURUT UMUR DI SMK NEGERI 6 KOTA KUPANG”**

**Disusun**

**Monika A. Unbanu**  
**PO5303241210118**

Telah Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji  
Pada Tanggal 02 Agustus 2024

Penguji I : Maria Goreti Pantaleon, S.KM.MPH  
NIP. 19840622008122005

(.....  
*Maria*.....)

Penguji II : Asweros Umbu Zogara, SKM., MPH  
NIP. 198909152015031009

(.....  
*Asweros*.....)

Mengetahui

Ketua Prodi Ilmu Gizi



Juni Gresilda Luisa Sine, S.TP.M. Kes  
NIP. 198006012009122001

## BIODATA PENULIS



Nama : Monika Agripina Unbanu  
Tempat /Tanggal Lahir : Dili/23 Mey 1997  
Agama : Kristen Protestan  
Alamat : Nonohonis, Kota Soe Kab Timor Tengah Selatan  
Riwayat Pendidikan :

1. Pada Tahun - Menjalani Pendidikan di SD INPRES OENASI
2. Pada Tahun - Menjalani Pendidikan di SMP NEGERI 1 SOE
3. Pada Tahun - Menjalani Pendidikan di SMA NEGERI 1  
MOLLO SELATAN
4. Pada Tahun - Menjalani Pendidikan di D3 Gizi Pada Politeknik  
Kesehatan Kemenkes Kupang

## **MOTO**

*Mengejar Pengetahuan Tidak Pernah Berakhir.*

*Hari dimana Kamu Berhenti Mencari Ilmu*

*Adalah hari dimana Kamu Berhenti Tumbuh*

## **PERSEMBAHAN**

Karya Kecil Ini saya persembahkan untuk :

1. Tuhan Yesus, karena rahmat dan penyertaannya, yang telah membimbing dan mendampingi hamba – Mu sehingga dapat menyelesaikan studinya tepat waktu.
2. Kedua Orang Tua ku tercinta, Bapak OKTOVIANUS UNBANU dan ibu LUISA P. MANEZES yang selalu memberikan nasehat, motivasi, dukungan moril dan material serta mengiringi langkahku dengan doa.
3. Kepada keluarga tercinta bersaudara, kakak NIKSON, kakak YELLY, kakak PITA, adik JEVRON, adik FRENGKI yang telah mendukung saya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan tugas akhir ini dengan baik.
4. Teman – Teman Gizi 16 dan teman – teman seperjuangan Dede, Reforsa, Uyan, Yori, George, Hima, Fita, Unu, Johan yang telah mendukung dan membantu saya dalam menyelesaikan laporan tugas akhir dengan baik.
5. Almamater Tercinta Poltekes Kemenkes Kupang Departemen Gizi.

## ABSTRAK

**Monika Agripina Unbanu** “Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Berdasarkan Imt/U Di Smk Negeri 6 Kota Kupang” Di Bimbing oleh Asweros Umbu Zogara, SKM., MPH

**Latar Belakang:** Kebutuhan gizi pada remaja sangat besar dikarenakan masih dalam masa pertumbuhan. Status gizi dapat menjadi ukuran keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk remaja dan penggunaan zat-zat gizi yang diindikasikan dengan berat badan dan tinggi badan remaja.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan pengetahuan terhadap status gizi pada remaja putri yang bersekolah di bangku SMK negeri 6 kota kupang .

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode propotionated stratified random sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 185 siswi remaja putri yang berada di SMK Negeri 6 Kota Kupang, pada bulan Mey sampai Juni 2024.

**Hasil:** hasil penelitian secara bivariat menunjukkan bahwa status gizi remaja putri dalam kategori status gizi kurang (23,8%), status gizi baik (98,4%). Pola makan remaja putri dalam kategori pola makan baik (43,2%), pola makan cukup baik (74,1%). Pengetahuan gizi remaja putri dalam kategori pengetahuan gizi baik (51,9%), Pengetahuan gizi cukup (94,6%). Hasil analisis bivariat dengan uji fisher exact menunjukkan tidak ada hubungan pengetahuan gizi dan status gizi ( $p = 0,370$ ), hubungan pola makan dengan status gizi ( $p = 0,020$ )

**Kesimpulan:** Berdasarkan hasil uji fisher exact didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja putri.

**Kata Kunci:** Pengetahuan gizi, Pola makan, Status Gizi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa, Karena atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan proposal yang berjudul Hubungan pengetahuan gizi dan pola makan dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Kupang”

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM.,M.Kes, Selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Ibu Juni Gressilda Louisa Sine,S.TP,M.Kes Selaku Ketua Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang.
3. Bapak Asweros Umbu Zogara,SKM.,MPH. Selaku Pembimbing dan penguji II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi selama penulisan dalam penyusunan Proposal ini.
4. Maria Goreti Pantaleon,SKM.,MPH selaku penguji I yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi untuk proposal ini.
5. Teman- teman seperjuangan angkatan XVI Poltekkes Kemenkes Kupang Program Studi Gizi yang turut mendukung penyusunan penulisan Proposal ini.
6. Teristimewa dari lubuk hati yang dalam, penulis menghaturkan terima kasih kepada keluargaku khususnya Ayah dan Bunda tercinta atas segala doa dan pengorbanannya diberikan, baik moril maupun materil.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Proposal ini tidak terlepas dari kekurangan dan kelemahan untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan Proposal ini.

Kupang, Juli 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBARvi</b>	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A..... Latar Belakang.....	1
B..... Rumusan Masalah.....	4
C..... Tujuan Penulisan.....	4
D..... Manfaat Penelitian.....	4
E..... Keaslian Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A..... Tinjauan Pustaka.....	5
B..... Kerangka Teori.....	11
C..... Kerangka Konsep .....	12
D..... Hipotesis.....	12
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A..... Jenis Penelitian.....	13
B..... Lokasi dan Waktu Penelitian.....	13
C..... Populasi dan Sampel Penelitian.....	13
D..... Variabel Penelitian.....	14
E..... Definisi Operasioanl.....	14
F..... Metode Pengumpulan Data.....	15
G..... Instrumen Penelitian.....	15
H..... Pengolahan, Analisis dan Penyajian data.....	16



I..... Etika Penelitian.....	17
------------------------------	----

#### **BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	31
B..Karakteristik Responden .....	32
C..Status Gizi .....	33
D. Pola Makan.....	33
E..Pengetahuan Gizi.....	33
F..Karakteristik Jajan Sehari- Hari .....	34
G. Analisis Hasil Penelitian.....	34

#### **BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

A...Kesimpulan.....	39
B...Saran.....	39

<b>DAFTARPUSTAKA.....</b>	<b>40</b>
---------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian.....	50
Tabel 2. Ambang Batas Status Gizi .....	13
Tabel 3.kategori pengetahuan.....	16
Tabel 4. Definisi Operasional .....	27
Tabel 5. Karakteristik Pekerjaan Orang Tua (Ayah) .....	32
Tabel 6. Karakteristik Pekerjaan Orang Tua (Ibu) .....	32
Tabel 7. Frekuensi Sttus Gizi Siswa .....	33
Tabel 8. Pola Makan .....	33
Tabel 9. Frekuensi Pengetahuan Gizi .....	33
Tabel 10. Karakteristik Jajan Sehari-Hari.....	34
Tabel 11. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Sttus Gizi .....	34
Tabel 12. Hubungan Pola Makan Dengan Sttus Gizi .....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	11
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	12