

ABSTRAK

Nurjanah, Mayliza Siti, 2024. Hubungan Pengetahuan Pentingnya Sarapan dan Asupan Energi di Pagi Hari Dengan Status Gizi di SMA Pasundan 1 Kota Bandung. Skripsi. Program Studi Gizi dan Dietetika Sarjana Terapan. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenekes Bandung. Pembimbing : Yohannes Willihelm Saleky,S.Gz,M.Sc

Melewati sarapan dapat menyebabkan remaja menjadi mengonsumsi makanan ringan padat energi, kurang bergizi, dan makan makanan fast food selama jam sekolah. Remaja yang melakukan kebiasaan sarapan yang tidak teratur, atau tidak makan siang berhubungan positif dengan kelebihan berat badan pada remaja. Sebagian juga remaja mengalami obesitas karena kurang konsumsi buah dan sayur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan pentingnya sarapan dan asupan energi di pagi hari dengan status gizi pada remaja SMA Pasundan 1 Kota Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 55 orang diambil dengan Teknik *proportional random sampling*. Sampel merupakan siswa kelas XI IPA dan IPS. Data pengetahuan dan asupan energi di pagi hari didapatkan dari pengisian kuisioner pengetahuan dan Recall 2x 24 jam, data status gizi diperoleh dari pengukuran tinggi badan dan berat badan. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan pentingnya sarapan dengan asupan energi di pagi hari p value ($p=0,082$). Uji statistik menghasilkan tidak ada hubungan antara asupan energi di pagi hari dengan status gizi hari ($p=0,735$) yang artinya tidak ada hubungan antara asupan energi di pagi hari dengan status gizi. Hasil uji statistik memperlihatkan tidak ada hubungan antara pengetahuan pentingnya sarapan dengan status gizi hari ($p=0,330$). Saran bagi peneliti selanjutnya, diharapkan adanya penelitian selanjutnya dengan variabel yang lebih bervariasi mengenai faktor apa saja yang dapat mempengaruhi sarapan serta status gizi lebih.

Kata Kunci : Pengetahuan pentingnya sarapan, Asupan Energi, Status Gizi, Gizi lebih