ABSTRAK

Silmi, Hafizhah. 2020. Perbedaan Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Remaja yang Tinggal di Asrama dan yang Tidak Tinggal di Asrama. Skripsi. Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan. Poltekkes Kemenkes Bandung

Pembimbing: Dadang Rosmana, DCN, M.Kes

Masalah-masalah yang berhubungan dengan makanan pada anak usia sekolah dapat diatasi dengan penyelenggaraan makanan di sekolah, yang dalam pelaksanaannya telah menggunakan standar porsi yang tepat, penyelenggaraan makanan di sekolah ini sejatinya bertujuan untuk mengedukasi dan meningkatkan kesehatan pada anak dan remaja juga meningkatkan food security pada level rumah tangga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan asupan energi, zat gizi makro dan status gizi siswa yang tinggal di asrama dan siswa yang tidak tinggal di asrama. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Jumlah sampel yang yang dalam penelitian ini sebanyak 38 sampel yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok yang tinggal di asrama dan tidak tinggal di asrama. Data konsumsi pangan diukur menggunakan 2x24 jam food recall, tinggi badan dengan microtoise, berat badan dengan timbangan digital, dan status gizi (IMT/U) dengan WHO AnthroPlus. Analisis statistik dilakukan dengan uji statistik Independent T-Test. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara asupan energi (p=0,414), lemak (p=0,235), karbohidrat (p=0,76), dan status gizi (p=0.251), namun terdapat perbedaan yang siginifikan pada asupan protein antar dua kelompok remaja (p=0,11). Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada asupan energi, lemak, karbohidrat, dan status gizi pada remaja asrama dan non-asrama, namun terdapat perbedaan yang signifikan pada asupan protein antar kedua kelompok remaja. Wawancara food recall dapat dilakukan lebih dari dua kali agar didapatkan data yang lebih akurat. Diperlukan adanya perbaikan dalam perencanaan penyelenggaraan di MA Multiteknik Asih Putera.

Kata Kunci: Remaja, Asrama, Asupan, Zat Gizi Makro