

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
Skripsi 10 Februari 2014

IRMA PERTIWI

Hubungan Sarapan, Kecukupan Energi dan Protein Terhadap Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun di Provinsi Lampung (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2010)
(xiii, VI Bab, 110 Halaman, 13 Tabel, 10 Gambar)

Latar belakang : Masih banyak dan kurangnya kesadaran masyarakat mengenai sarapan dan banyaknya remaja yang konsumsi energi dan protein dibawah %AKG.

Tujuan : Menganalisa hubungan sarapan, kecukupan energi dan protein terhadap status gizi remaja usia 16-18 tahun di Provinsi Lampung

Metode : Data yang digunakan data sekunder Riskesdas 2010 dengan pendekatan *cross-sectional* dan design survey analitik. Sampel yang didapat 387 orang. Pengujian statistik menggunakan uji *t-test independen* dan uji *chi-square*

Hasil : Umur responden berusia 16 tahun 133 orang, 17 tahun 119 orang dan 18 tahun 126 orang. Menurut jenis kelamin 196 remaja laki-laki dan 182 remaja perempuan. Rata-rata z-score responden -0.50 ± 1.0 . Responden yang cukup energi pada sarapan 223 orang (59%) dan yang kurang 155 orang (41%). Responden yang cukup protein pada sarapan 217 orang (57.4%) dan yang kurang 161 orang (42.6%). Uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara sarapan asupan energi ($p \geq 0.05$), asupan protein ($p \geq 0.05$) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara sarapan, kecukupan energi ($p \geq 0.05$), protein ($p \geq 0.05$) terhadap status gizi remaja.

Kesimpulan : Perlu adanya penyuluhan kepada remaja mengenai pentingnya sarapan dan manfaatnya bagi tubuh, serta penyuluhan mengenai gizi seimbang.

Kata kunci : sarapan, energi, protein remaja

Daftar bacaan : (1992-2013)