ASOSIASI KOMPETENSI TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS INDEKS MASSA TUBUH REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AL-ISHLAH BULUSAN KOTA SEMARANG

FASELLA DIZKA FEBRINSA – 25010112140291

(2016 - Skripsi)

Hasil studi awal di Pondok Pesantren Al-Ishlah Bulusan Kota Semarang, sebanyak 50% status gizi remaja putri mengalami gizi lebih. Remaja saat ini mempunyai pola makan yang tidak sehat. Penerapan kompetensi yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan tentang pemilihan makanan sesuai dengan standar Pedoman Gizi Seimbang Indonesia diperlukan untuk meningkatkan kesadaran gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui asosiasi kompetensi Pedoman Gizi Seimbang Indonesia dengan status indeks massa tubuh remaja putri. Desain penelitian yang digunakan survei dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling* berjumlah 44 orang remaja putri. Data dikumpulkan dengan wawancara dan di analisis dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status indeks massa tubuh pada remaja putri yaitu hampir seluruhnya status gizi lebih (95,5%), kekurangan konsumsi energi (86,4%), kekurangan konsumsi protein (95,5%) dan tingkat kompetensi tentang Pedoman Gizi Seimbang yang baik (84,1,%). Secara umum, jika tingkat kompetensi dilihat dari kompetensi pengetahuan tentang Pedoman Gizi Seimbang baik (56,8%), tingkat kompetensi sikap tentang Pedoman Seimbang yang positif (52,3%) dan tingkat kompetensi keterampilan tentang Pedoman Gizi Seimbang yang baik (40,1%). Berdasarkan uji *Rank Spearman* ada hubungan tingkat kompetensi (sikap, pengetahuan, keterampilan) dengan status indeks massa tubuh (p value = 0,017 dan koefisien korelasi (ρ) = -0,359). Pengurus pondok pesantren disarankan agar meningkatkan pengelolaan makanan dan menertibkan pembelian makanan di Pondok Pesantren yang sesuai Pedoman Gizi Seimbang.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Remaja Putri, Kompetensi Gizi,Asupan Zat Gizi, Pedoman Gizi Seimbang