

INTISARI

Latar Belakang : Berdasarkan Data Riskesdas 2018, pada provinsi Sumatera Barat prevalensi kurus serta berat badan berlebih dan obesitas melebihi prevalensi rata-rata nasional. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan gizi adalah dengan membiasakan perilaku hidup sehat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sudah memberikan panduan hidup sehat yang disebut dengan “Pedoman Gizi Seimbang”. Namun pelaksanaannya oleh remaja masih belum optimal. Tujuan : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan sikap gizi dengan praktik pedoman gizi seimbang. Metode : Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* yang dilaksanakan di SMAN 1 Batipuh dan SMKN 1 Batipuh pada bulan Desember tahun 2022. Responden pada penelitian ini sebanyak 245 orang siswa dengan teknik pengambilan sampel *cluster sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat bantu berupa kuesioner yang terdiri dari kuesioner pengetahuan gizi untuk mengukur pengetahuan gizi, kuesioner sikap gizi untuk mengukur sikap gizi, dan kuesioner praktik pedoman gizi seimbang untuk mengukur praktik pedoman gizi seimbang. Analisis dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat (chi-square). Hasil : hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ($p=0,015$) dan sikap gizi ($p=0,000$) dengan praktik pedoman gizi seimbang. Simpulan : Siswa SMA dan SMK di Kecamatan Batipuh memiliki praktik Pedoman Gizi Seimbang cukup baik dengan prevalensi masing-masing berurutan adalah 47,3% dan 37,1%.

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, Sikap gizi, Praktik Pedoman Gizi Seimbang, Siswa SMA dan SMK

ABSTRACT

Based on the 2018 Riskesdas data, in the province of West Sumatra the prevalence of wasting, overweight and obesity exceeds the national average prevalence. One effort to overcome nutritional problems is to get used to healthy living habits. The Ministry of Health of the Republic of Indonesia has provided guidelines for healthy living called "Balanced Nutrition Guidelines". However, its implementation by adolescents is still not optimal. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional knowledge and nutritional attitudes with the practice of balanced nutrition guidelines. Methods : This study used a cross-sectional method which was carried out at SMAN 1 Batipuh and SMKN 1 Batipuh in December 2022. Respondents in this study were 245 students using the cluster sampling technique. Data was collected using a questionnaire in the form of a questionnaire consisting of a nutrition knowledge questionnaire to measure nutritional knowledge, a nutritional attitude questionnaire to measure nutritional attitudes, and a balanced nutrition practice guideline questionnaire to measure balanced nutrition practice guidelines. Analysis was performed by univariate analysis and bivariate analysis (chi-square). Results: The results showed that there was a significant relationship between nutritional knowledge ($p=0.015$) and nutritional attitudes ($p=0.000$) with the practice of balanced nutrition guidelines. Conclusion: SMA and SMK students in Batipuh District have good practice of Balanced Nutrition Guidelines with respective prevalence respectively of 47.3% and 37.1%.

Keywords: Knowledge of nutrition, Attitudes to nutrition, Practice Guidelines for Balanced Nutrition, High School and Vocational High School Students