

# HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG DENGAN STATUS GIZI REMAJA KELAS 11 DI SMAN 8 SURABAYA

**Tsabita Fanani**

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan RI Surabaya

e-mail : [tsabitanani8@gmail.com](mailto:tsabitanani8@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Masa remaja diartikan sebagai suatu masa transisi atau peralihan, yaitu periode dimana individu secara fisik maupun psikis berubah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Kondisi seseorang pada masa dewasa banyak ditentukan oleh keadaan gizi dan kesehatan pada masa remaja. Oleh karena itu status gizi dan kesehatan merupakan faktor penentu kualitas remaja. Remaja juga merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah gizi kurang ataupun lebih. **Tujuan Penelitian:** Untuk Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap mengenai gizi seimbang dengan status gizi remaja kelas 11 di SMAN 8 Surabaya. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan Cross-sectional. Populasi penelitian adalah siswa kelas 11 di SMAN 8 Surabaya dengan jumlah 374 siswa. Sampel yang diambil sebanyak 57 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner. **Hasil Penelitian:** Hubungan antara pengetahuan tentang gizi seimbang dan status gizi remaja memiliki nilai p-value sebesar 0,038 menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi. Namun, hubungan antara sikap mengenai gizi seimbang dan status gizi remaja memiliki nilai p-value sebesar 0,473 menunjukkan tidak adanya hubungan antara sikap dan status gizi. **Kesimpulan:** Mayoritas remaja di SMAN 8 Surabaya memiliki tingkat pengetahuan gizi yang kurang namun sikap yang cukup, dan mayoritas memiliki status gizi yang baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi remaja, tetapi tidak ada hubungan antara sikap mengenai gizi seimbang dengan status gizi.

**Kata kunci :** *Pengetahuan Gizi, Sikap, Status Gizi*

***CORRELATION OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE, ATTITUDES  
REGARDING BALANCED NUTRITION WITH THE NUTRITIONAL  
STATUS OF ADOLESCENTS CLASS 11 AT SMAN 8 SURABAYA***

**Tsabita Fanani**

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kementrian  
Kesehatan RI Surabaya

e-mail : [tsabitanani8@gmail.com](mailto:tsabitanani8@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** *Adolescence is defined as a transitional period, wherein individuals undergo physical and psychological changes from childhood to adulthood. An individual's condition in adulthood is greatly influenced by their nutritional and health status during adolescence. Therefore, nutritional status and health are determining factors in adolescent quality of life. Adolescents are also a vulnerable age group prone to experiencing both undernutrition and overnutrition issues.*

**Research Objective:** *To determine the relationship between knowledge and attitudes towards balanced nutrition and the nutritional status of 11th-grade adolescents at SMAN 8 Surabaya.*

**Research Method:** *This study employed an analytical observational research design with a cross-sectional approach. The population consisted of 374 11th-grade students at SMAN 8 Surabaya, with a sample size of 57 students. Data collection was conducted through interviews using questionnaires.*

**Research Findings:** *The relationship between knowledge about balanced nutrition and adolescent nutritional status yielded a p-value of 0.038, indicating a significant association between nutritional knowledge and nutritional status. However, the relationship between attitudes towards balanced nutrition and adolescent nutritional status resulted in a p-value of 0.473, indicating no significant association between attitudes and nutritional status.*

**Conclusion:** *The majority of adolescents at SMAN 8 Surabaya exhibited inadequate nutritional knowledge but sufficient attitudes, and most had good nutritional status. This study indicates a relationship between knowledge about balanced nutrition and adolescent nutritional status, but no relationship was found between attitudes towards balanced nutrition and nutritional status.*

**Keywords:** *Nutritional Knowledge, Attitudes, Nutritional Status*