

GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PADA MURID KELAS 11 SMA MUHAMMADIYAH 4 SURABAYA

Oleh: Chandrika Tiffatul Nisrinaa Imron

ABSTRAK

Latar Belakang: Ditinjau dari hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 4 Surabaya ditemukannya murid yang mengalami malnutrisi sebanyak 9 murid dengan persentase 74,9%. Malnutrisi berkaitan dengan pola makan dan selama ini belum ada data terkait pola makan pada murid kelas 11 di sekolah tersebut. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran pola makan dan status gizi pada murid kelas 11 SMA Muhammadiyah 4 Surabaya. **Metode:** Jenis penelitian ini ialah penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini pada pola makan menggunakan metode wawancara form FFQ dan pada status gizi yaitu pengukuran antropometri menurut IMT/U. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 56 murid. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2023-Mei 2024. Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisa univariat. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswa kelas 11 memiliki status gizi normal sebanyak 27 murid (48,2%). Pada variabel pola makan sebagian besar memiliki pola makan tidak baik sebanyak 39 murid (69,6%). **Kesimpulan:** Kesimpulan pada penelitian ini sebagian besar murid memiliki pola makan tidak baik dengan status gizi normal. **Saran:** Seluruh murid dapat mengimplementasikan pola makan yang baik dan sehat dari segi frekuensi konsumsi makanan, jenis makanan, dan jumlah makanan sesuai AKG untuk mencapai status gizi yang normal.

Kata Kunci: Remaja, pola makan, status gizi

**DESCRIPTION OF EATING PATTERNS AND NUTRITIONAL STATUS OF
CLASS 11 STUDENTS AT MUHAMMADIYAH 4 HIGH SCHOOL
SURABAYA**

By: Chandrika Tiffatul Nisrinaa Imron

ABSTRACT

Background: Based on the results of a preliminary study conducted at SMA Muhammadiyah 4 Surabaya, it was found that there were 9 students who experienced malnutrition with a percentage of 74.9%. Malnutrition is related to diet and so far there has been no data related to diet in grade 11 students at the school. **Objective:** The purpose of this study was to determine the description of diet and nutritional status in grade 11 students of SMA Muhammadiyah 4 Surabaya. **Method:** This type of research is descriptive research. The sampling technique used the simple random sampling method. Data collection in this study on diet using the FFQ form interview method and on nutritional status, namely anthropometric measurements according to BMI/U. The sample in this study was 56 students. This study was conducted in October 2023-May 2024. Data analysis in this study used univariate analysis. **Results:** The results showed that most grade 11 students had normal nutritional status, namely 27 students (48.2%). In the diet variable, most had poor diets, namely 39 students (69.6%). **Conclusion:** The conclusion of this study is that most students have poor eating patterns with normal nutritional status. **Suggestion:** All students can implement good and healthy eating patterns in terms of food consumption frequency, types of food, and amount of food according to AKG to achieve normal nutritional status.

Keywords: Adolescents, eating patterns, nutritional status