

# ANALISA PENGETAHUAN, PENYAKIT INFEKSI, POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI STIKES SURYA MITRA HUSADA KEDIRI

*by Nurwijayanti Nurwijayanti*

---

**Submission date:** 16-Aug-2023 10:31PM (UTC-0700)

**Submission ID:** 2146934985

**File name:** 8.\_Jurnal\_Gizi\_KH.pdf (468.64K)

**Word count:** 2366

**Character count:** 14383

## ANALISA PENGETAHUAN, PENYAKIT INFEKSI, POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI STIKES SURYA MITRA HUSADA KEDIRI

*(Analysis of Knowledge, Infectious Disease, Pattern Food to Nutritious Status among Adolescent in Surya Mitra Husada Kediri Health College)*

**Nurwijayanti\*<sup>1</sup>, Panca Radono<sup>2</sup>, Intan Fazrin<sup>3</sup>**

Program Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat,  
STIKES Surya Mitra Husada Kediri, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia<sup>1,2</sup>  
Program Studi D3 Kebidanan,

STIKES Surya Mitra Husada Kediri, Kota Kediri, Jawa Timur, Indonesia<sup>3</sup>

Korespondensi : wijyantistikes@gmail.com

### ABSTRACT

Adolescents are among those who are vulnerable to nutritional problems. Along with the increase in the youth population in Indonesia, adolescent nutrition problems need special attention because it affects the growth and development of the body and its impact on adult nutritional problems. The purpose of the study was to analyze the factors that determine the nutritional status of adolescents at The College of Health "Surya Mitra Husada" Kediri. The design used in the study was Cross Sectional. The population is all adolescents at The College of Health "Surya Mitra Husada" Kediri for 143 students. The sample size was 105 respondents, using simple random sampling. Independent variables was diet, knowledge of adolescents, and infectious diseases. Dependent variable was nutritional status. Data was collected using a questionnaire, then the data were analyzed using a binary logistic regression test  $\alpha$  0,05. The majority of respondents had a good level of knowledge about nutrition, amounting to 88 people (83,8%), never suffering from infection, which amounted to 55 (52,4%), good diet amounting to 76 people (72,4%) and had normal nutritional status, amounting to 72 people (68,6%). The results showed that influence of knowledge level ( $p = 0,000$ ), disease infection ( $p = 0,001$ ) and diet ( $p = 0,000$ ) on adolescent nutritional status. The most dominant factor affecting adolescent nutrition status is the level of knowledge ( $p = 0,000$ ; OR = 39,868). Diet, knowledge of adolescents and infectious diseases can influence nutritional status in adolescents so that it influences the growth and development of adolescents later.

**Keywords:** Diet, knowledge of adolescents, infectious diseases, nutritional status

### ABSTRAK

Kelompok yang rentan mengalami masalah gizi salah satunya yaitu remaja. Masalah gizi remaja perlu mendapatkan perhatian khusus seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia. Masalah gizi berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi dewasa. Tujuan penelitian adalah menganalisis pengetahuan, infeksi penyakit, pola makan terhadap Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri. Desain yang digunakan dalam penelitian adalah Cross Sectional. Populasi adalah Seluruh Remaja di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "Surya Mitra Husada" Kediri sebesar 143 mahasiswa. Besar sampel adalah 105 responden menggunakan Simple Random sampling. Variabel Independen adalah pengetahuan remaja, penyakit infeksi dan pola makan. Variabel dependennya yaitu status gizi. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner, selanjutnya dianalisis menggunakan uji Regresi logistik biner dengan signifikansi  $\alpha$  0,05. Responden sebagian besar mempunyai tingkat pengetahuan yang baik tentang gizi sebanyak 88 orang (83,8%), tidak pernah menderita infeksi penyakit sebanyak 55 (52,4 %), pola makan yang baik sebanyak 76 orang (72,4 %) dan yang status gizinya normal sebanyak 72 orang (68,6 %). Hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh

tingkat pengetahuan ( $p=0,000$ ), infeksi penyakit ( $p=0,001$ ) dan pola makan ( $p=0,000$ ) terhadap status gizi remaja. Tingkat pengetahuan ( $p=0,000$ ; OR = 39,868) merupakan faktor paling dominan yang mempengaruhi status gizi remaja. Pola makan, pengetahuan remaja dan penyakit infeksi dapat berpengaruh terhadap status gizi pada remaja sehingga berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan remaja selanjutnya

**Kata kunci:** Pola makan, pengetahuan remaja, penyakit infeksi, status gizi

## PENDAHULUAN

Penanda masa remaja, masa terjadi transisi antara anak dan dewasa yaitu dengan munculnya ciri-ciri seks sekunder, paku tumbuh, terjadi beberapa perubahan psikologis dan kognitif serta tercapai fertilitas (Soetjningsih, 2007). Remaja yang sering mengkonsumsi makanan siap saji mempunyai kecenderungan mengalami masalah kelebihan berat badan. Sebagian besar remaja mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji. Hal tersebut sudah menjadi trend dikalangan remaja perkotaanan. Makanan cepat saji biasanya mengandung lemak dan garam yang tinggi (Dewi., dkk, 2013). Ketika mengalami malnutrisi, banyak dampak yang akan dialami oleh remaja. Remaja yang mengalami gizi lebih atau gemuk, kecenderungan mengalami risiko terjadinya penyakit degeneratif semakin tinggi, diantaranya yaitu penyakit jantung koroner, diabetes melitus, hipertensi, dan lain-lain (Supariasa dkk., 2014).

Berdasarkan hasil observasi untuk status gizi pada remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri diperoleh 23,08 % termasuk kategori kurus dan 16,78 % termasuk kategori gemuk berdasarkan wawancara dapat diketahui bahwa asupan makanan kurang maupun berlebih dari Angka Kecukupan Gizi (AKG), rendahnya tingginya asupan zat gizi tersebut mempengaruhi status gizi pada remaja tersebut. Berdasarkan uraian tersebut di atas maka dapat dirumuskan bahwa permasalahan pada penelitian ini adalah "Apakah faktor yang mempengaruhi status Gizi Remaja berhubungan dengan penyakit infeksi di STIKES Surya Mitra Husada Kediri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilakukan secara kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja yang masih mengenyam (*student body*) di STIKES Surya Mitra Husada Kediri di Kota Kediri yang berjumlah berjumlah 143 orang. Besar sampel 105 responden.

Teknik simpel random sampling yaitu teknik pengambilan sampel dari populasi target dengan cara mengambil secara acak. Pada penelitian ini, jumlah sampel subjek 105 mahasiswa di STIKES Surya Mitra Husada Kediri Kota Kediri.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini antara lain adalah :

### 1. Pola Makan

Pola makan yaitu jumlah rata-rata konsumsi protein dan energi yang didapatkan dari *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* 24 jam yang dilakukan selama 3 hari secara tidak berturutan dibandingkan Angka Kecukupan Gizi (protein dan energi) berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No 75 Tahun 2013 yang dinyatakan dalam % dan dihitung secara manual. Untuk mendapatkan data mengenai pola makan digunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* yang mencerminkan jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Hasil pengukuran dikategorikan dengan skala ordinal, yaitu kategori kurang dan kategori baik.

### 2. Infeksi Penyakit

Infeksi penyakit yaitu infeksi yang pernah diderita remaja dalam kurun waktu

tiga bulan terakhir dan saat pengambilan data dan dapat dinilai dari jawaban responden pada kuesioner terkait penyakit infeksi. Hasil pengukuran infeksi penyakit responden dikategorikan tidak pernah dan pernah terkena infeksi penyakit selama tiga bulan terakhir.

### 3. Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Gizi

Adalah Pengetahuan remaja mengenai hal yang berhubungan dengan gizi dan kesehatan yang dinilai berdasarkan kemampuan menjawab dengan benar kuesioner. Pengetahuan remaja tentang gizi dibagi dalam kategori yaitu: kategori kurang dan kategori baik

### 4. Status Gizi

Status gizi dilihat dari indeks IMT/U yang dihitung dengan menggunakan tabel median IMT Dewasa menurut Depkes RI 1994 dalam Supriasa (2014);

Kategori status gizi berdasarkan indeksIMT/U adalah :

- Kurang dari 17,0 termasuk kurus (kekurangan berat badan tingkat berat);
- Antara 17,0 sampai 18,4 termasuk kurus (kekurangan berat badan tingkat ringan);
- Antara 18,5 sampai 25,0 (Normal)
- Antara 25,1 sampai 27,0 termasuk kegemukan (kelebihan berat badan tingkat ringan);
- Lebih dari 27,0 termasuk gemuk (kelebihan berat badan tingkat berat);

Hasil pengukuran dikategorikan menjadi dua kategori status gizi remaja yaitu kategori tidak normal dan kategori normal. Melakukan analisis hasil pengukuran variabel-variabel penelitian menggunakan *Regresi Logistik biner*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Tingkat Pengetahuan Responden

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan di STIKES Surya Mitra Husada Kediri

No.	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Kurang	17	16,2
2	Baik	88	83,8
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang gizi yaitu berjumlah 88 orang (83,8%) .

### Karakteristik Infeksi Penyakit Responden

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Infeksi Penyakit di STIKES Surya Mitra Husada Kediri

No.	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Tidak pernah	50	47,6
2.	Pernah	55	52,4
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden tidak pernah menderita infeksi penyakit yaitu berjumlah 55 (52,4 %) .

### Karakteristik Pola Makan Responden

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan di STIKES Surya Mitra Husada Kediri

No.	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Kurang	29	27,6
2.	Baik	76	72,4
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden mempunyai pola makan yang baik yaitu berjumlah 76 orang (72,4 %).

### Karakteristik Status Gizi Responden

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi di STIKES Surya Mitra Husada Kediri

No.	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Tidak normal	33	31,4
2	Normal	72	68,6
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden mempunyai status gizi normal yaitu berjumlah 72 orang (68,6 %).

### Pengaruh Tingkat Pengetahuan Terhadap Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi yaitu berjumlah 85 (81%). Sedangkan hasil analisis statistik diketahui bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap status gizi remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri dengan tingkat signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Faktor eksternal dan faktor internal merupakan dua faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Faktor eksternal terdiri dari faktor lingkungan dan sosial budaya. Faktor internal terdiri dari pendidikan, pekerjaan dan umur (Wawan, 2011). Tingkat pengetahuan, sikap dan keterampilannya mempengaruhi kecenderungan seseorang memiliki motivasi perilaku kesehatan yang baik (Emilia, O., 2008). Perilaku akan berlangsung lama (*long lasting*) apabila penerimaan perilaku didasari oleh kesadaran, pengetahuan dan sikap yang positif (Notoatmodjo, 2007). Apabila mempunyai pengetahuan gizi yang baik maka diharapkan mempunyai status gizi yang baik pula.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja, akan semakin baik pula status gizinya (normal). Begitu pula sebaliknya. Apabila tingkat pengetahuannya kurang maka akan menurun pula status gizinya (tidak normal).

### Pengaruh Infeksi Penyakit Terhadap Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri.

Sebagian besar responden tidak pernah menderita infeksi penyakit yaitu berjumlah 62 (59 %). Sedangkan hasil uji statistic menunjukkan bahwa ada pengaruh infeksi penyakit terhadap status gizi remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri, hal ini ditunjukkan dengan tingkat signifikansi sebesar  $0,001 < 0,05$ .

Malnutrisi mempunyai hubungan yang sangat erat dengan penyakit infeksi. Hubungan penyakit infeksi dengan keadaan gizi kurang yaitu hubungan timbal balik. Penyakit infeksi dapat memperburuk kondisi gizi. Keadaan gizi yang buruk dapat mempermudah terkena infeksi (Supariasa, 2014).

### Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri.

Sebagian besar responden mempunyai pola makan yang baik yaitu berjumlah 78 (74,3 %). Sedang hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada pengaruh pola makan terhadap status gizi remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri, hal ini ditunjukkan dengan tingkat signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Asupan energi, protein, dan karbohidrat dengan status gizi terdapat hubungan yang signifikan. Remaja harus memenuhi kebutuhan zat gizi makro, terutama asupan protein yang sangat dibutuhkan dalam masa pertumbuhan untuk mencapai status gizi optimal (Rachmayani dan Kuswari, M., 2018).

Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Arisman (2007) bahwa saat ini pola makan remaja dewasa konsumsi sayur dan buah cenderung kurang, yang pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi. Faktor pola makan yang banyak mengandung gula, lemak, dan garam, tetapi kurang mengkonsumsi serat merupakan salah satu faktor yang menyebabkan status gizi kurang dan status gizi lebih pada usia muda.

Hasil penelitian dari Haboubi and Shaikh (2009), kita dapat mengatakan bahwa kondisi ekonomi yang membaik mendukung genetik yang lebih baik potensi pertumbuhan fisik.

Status gizi, kebiasaan sarapan dan pola makan harus diperhatikan untuk meningkatkan konsentrasi siswa sehingga prestasi belajar siswa dapat meningkat (Nurwijayanti, 2018). Pendapat tersebut sejalan dengan hasil analisis penelitian ini yang menunjukkan menunjukkan bahwa pola makan berpengaruh signifikan terhadap status gizi remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri. Asumsi peneliti pola makan mahasiswa STIKES Surya Mitra Husada Kediri cenderung berubah-ubah dan tidak teratur karena banyak mahasiswa yang bertempat tinggal di kos yang jauh dengan orang tua, sehingga mempengaruhi pola makan mereka.

#### **Analisa Faktor yang Paling Mempengaruhi Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri**

Faktor yang paling dominan yang mempengaruhi Status Gizi Remaja di STIKES Surya Mitra Husada Kediri, adalah tingkat pengetahuan ( $p=0,000$ ;  $OR=39,86$ ) bahwa seseorang yang memiliki pengetahuan baik berpeluang mempunyai status gizi normal 39,8 kali dibanding yang berpengetahuan kurang.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja, semakin baik pula status gizinya (normal). Begitu pula sebaliknya. Apabila tingkat pengetahuannya kurang maka akan menurun pula status gizinya (tidak normal). Menurut Emilia (2009), remaja yang mempunyai pengetahuan gizi baik lebih mampu memilih makanan sesuai kebutuhannya. Sikap dan perilaku dalam memilih makanan dipengaruhi oleh pengetahuan gizi setiap individu. Mudah tidaknya seseorang memahami manfaat gizi dalam makanan yang dikonsumsi dapat ditentukan oleh tingkat pengetahuan gizi.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Tingkat pengetahuan ( $p=0,000$ ;  $OR = 39,868$ ) merupakan faktor paling dominan yang mempengaruhi status gizi remaja STIKES Surya Mitra Husada Kediri.

### **Saran**

Peneliti hanya menitik beratkan pada status gizi remaja dan faktor yang mempengaruhinya yaitu pola makan, tingkat pengetahuan dan infeksi penyakit, namun sebenarnya status gizi dipengaruhi oleh banyak faktor yang tidak diteliti oleh peneliti. Sehingga penelitian selanjutnya dapat melengkapi penelitian ini dengan memasukan faktor-faktor lain.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arisman, (2007), *Gizi dalam Daur Kehidupan*, Jakarta: EGC.
- Dewi A.F, Pujiastuti N., dan Fajar I., (2013), *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan*, Yogyakarta: Graha Ilmu; hal. 57.
- Emilia, O., (2008), *Promosi Kesehatan dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi*, Yogyakarta: Pustaka Cendikia Press.
- Emilia E., (2009), Pengetahuan, Sikap, dan Praktek Gizi pada Remaja dan Implikasinya pada Sosialisasi Perilaku Hidup Sehat. *Media Pendidikan, Gizi dan Kuliner*. 1(1):1-10.
- Haboubi, G.J., dan Shaikh, R. B., (2009), A Comparison of the Nutritional Status of Adolescents from Selected Schools of South India and UAE: A Cross-sectional Study. *Indian Journal Community Medicine* 34(2):108-111.
- Notoatmodjo, (2007), *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurwijayanti, (2018), Pola Makan, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Berhubungan dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri. *Jurnal care* 6(1):54-63.

- Peraturan Menteri Kesehatan RI no 75 tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia
- Rachmayani, S.A. and Kuswari, M.M.V., (2018), Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor, *Indonesian Journal of Human Nutrition* .5(2):125-130.
- Soetjiningsih, (2007), *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, Jakarta: Sagung Seto.
- Supariasa, I.D.N, Bakri, B, Fajar, I., (2002), *Penilaian Status Gizi*, Jakarta: EGC.
- Supariasa I.D., Bakri B., dan Fajar I., (2014), *Penilaian Status Gizi*, Jakarta: EGC.
- Wawan, (2011), *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*, Yogyakarta: Nuha Medik

# ANALISA PENGETAHUAN, PENYAKIT INFEKSI, POLA MAKAN TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI STIKES SURYA MITRA HUSADA KEDIRI

## ORIGINALITY REPORT

**2** %   
SIMILARITY INDEX

**0** %  
INTERNET SOURCES

**2** %  
PUBLICATIONS

**0** %  
STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

- 1** Poppy Farasari, Indasah Indasah, Sentot Imam Suprpto. "Factors of Influencing Health Workers in Providing Early Complementary Breastfeeding in dr. Iskak Hospital Tulungagung", JOURNAL FOR QUALITY IN PUBLIC HEALTH, 2018  
Publication **1** %
- 2** Siswanto Siswanto. "Analysis of Facilities and Power Competency on Implementation of Safety and Health Work in Puskesmas District of Tulungagung", JOURNAL FOR QUALITY IN PUBLIC HEALTH, 2018  
Publication **1** %

Exclude quotes  On

Exclude matches  Off

Exclude bibliography  Off