

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN PREFERENSI MAKANAN ASRAMA DAN ASUPAN
ENERGI DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRA
DI ASRAMA SEKOLAH SWASTA RUM
KATOLIK SERDANG MURNI**



DORA EFRIANI ROITO TUMANGGER

P01031120090

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI**

2023

**HUBUNGAN PREFERENSI MAKANAN ASRAMA DAN ASUPAN
ENERGI DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRA
DI ASRAMA SEKOLAH SWASTA RUM
KATOLIK SERDANG MURNI**

Karya tulis Ilmiah diajukan sebagai syarat untuk penulisan karya
tulis ilmiah Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik
Kemenkes Medan



DORA EFRIANI ROITO TUMANGGER

P01031120090

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI**

2023

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Preferensi Makanan Asrama
Dan Asupan Energi Dengan Status Gizi
Remaja Putra Di Asrama Sekolah Swasta
Rum Katolik Serdang Murni

Nama Mahasiswa : Dora Efriani Roito Tumangger

NIM : P01031120090

Program Studi : Diploma III Gizi

Menyetujui :



Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes
Anggota Penguji



Rumida, SP, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui
Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP.196906231990032001

Tanggal Lulus : 31 Mei 2023

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“HUBUNGAN PREFERENSI MAKANAN ASRAMA DAN ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRA DI ASRAMA SEKOLAH SWASTA RUM KATOLIK SERDANG MURNI”**.

Dalam penyusunan karya tulis Ilmiah, penulis mendapat banyak dukungan dan bantuan dari berbagai sumber. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku Kaprodi D3 Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing utama yang penuh kesabaran membimbing, menasihati dan memotivasi penulis dalam penulisan karya tulis Ilmiah.
4. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah banyak memberikan arahan dan saran kepada penulis untuk mencapai kesempurnaan dalam karya tulis Ilmiah.
5. Rumida, SP, M.Kes selaku dosen penguji II yang banyak memberikan arahan dan saran kepada penulis untuk penyempurnaan penulisan karya tulis Ilmiah.
6. Kepada ibu saya, Rosmani Berutu dan kakak saya Eta Moya, Elfi Nola, adik Angga Yose serta keluarga tercinta selalu senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan dan doa kepada saya
7. Kepada sahabatku Meshy Tamba, Yesika Sinaga yang selalu menemani, tempat tangis, tawa serta selalu membantu menguatkan hati saya agar tetap terus mengerjakan karya tulis ilmiah.

Penulis memahami bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kontribusi dari semua pihak untuk menyelesaikan karya tulis Ilmiah ini.

Penulis

ABSTRAK

DORA EFRIANI ROITO TUMANGGER “**HUBUNGAN PREFERENSI MAKANAN ASRAMA DAN ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRA DI ASRAMA SEKOLAH SWASTA RUM KATOLIK SERDANG MURNI**”. (DIBAWAH BIMBINGAN EMI INAYAH SARI SIREGAR)

Pemenuhan kebutuhan gizi pada remaja berkaitan erat dengan permasalahan status gizi. Pada masa remaja terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan tubuh, yang sangat membutuhkan asupan gizi seimbang. Ketidakseimbangan asupan zat gizi pada remaja, salah satunya dipengaruhi oleh faktor preferensi pemilihan makanan, dan akan berdampak terhadap status gizi.

Tujuan mengetahui hubungan preferensi makanan asrama dan asupan energi dengan status gizi putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni.

Penelitian ini dilakukan di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian utama dilakukan dari bulan April 2023. Jenis penelitian adalah pendekatan kuantitatif observasional dengan menggunakan *desain* cross sectional. Populasi adalah seluruh remaja putra di sekolah asrama swasta RK Serdang Murni dan sampel seluruh populasi remaja putra.

Dari hasil penelitian berdasarkan status gizi remaja putra memiliki status gizi kurang 10,5%, status baik 76,3%, status lebih 10,5%, dan status obesitas 2,6%. Berdasarkan preferensi makanan yaitu kategori netral 28,9%, kategori suka 60,5%, dan kategori sangat suka 10,5%, sedangkan kategori asupan energi yaitu asupan energi kurang 23,7%, asupan energi sedang 57,9%, dan asupan energi baik 18,4%. Dari hasil uji *Chi Square* terdapat hubungan antara preferensi makanan remaja putra dengan status gizi di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni diperoleh nilai $p = 0,002$ dan terdapat hubungan antara asupan energi dengan status gizi di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni diperoleh nilai $p = 0,004$.

Kata Kunci : Preferensi makanan, Asupan Energi, Status Gizi

ABSTRACT

DORA EFRIANI ROITO TUMANGGER **“CORRELATION OF FOOD PREFERENCES AND ENERGY INTAKE WITH NUTRITIONAL STATUS OF MALE ADOLESCENTS IN PRIVATE BOARDING SCHOOLS, ROMA KATOLIK SERDANG MURNI”**. (CONSULTANT: EMI INAYAH SARI SIREGAR)

Meeting the nutritional needs of adolescents is closely related to the problem of nutritional status. In adolescence, growth and development of the body really need a balanced nutritional intake. Imbalance of nutrient intake in adolescents, one of which can be influenced by food preference factors which will have an impact on nutritional status.

The purpose of this study was to determine the correlation between food preferences in dormitories and energy intake with the nutritional status of boys at the RK Serdang Murni Private School Dormitory.

This research was conducted in the private school dormitory of RK Serdang Murni, Lubuk Pakam District, Deli Serdang Regency in April 2023. This research is an observational quantitative study designed with a cross sectional design. The population of this study were all male adolescents at the private boarding school RK Serdang Murni and all male adolescents were taken as research samples.

Through research, the results are obtained: based on nutritional status, poor nutritional status is at 10.5%, good nutritional status is at 76.3%, overweight status is at 10.5%, and obesity status is at 2.6%; based on food preferences, the neutral category is at 28.9%, the liking category is at 60.5%, and the very liking category is at 10.5%, while based on energy intake, less energy intake is 23.7%, moderate energy intake is 57.9%, and good energy intake is 18.4%. From the results of the Chi Square test, a correlation was found between male adolescent food preferences and nutritional status in the private school dormitory of RK Serdang Murni, where $p = 0.002$ and a correlation was found between energy intake and nutritional status in the private school dormitory of RK Serdang Murni with a value of $p = 0.004$.

Keywords: Food preferences, Energy Intake, Nutritional Status



DAFTAR ISI

Halaman

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Remaja	7
B. Status Gizi	9
C. Preferensi Makanan	12
D. Asupan Energi	15
E. Kerangka Teori	17
F. Kerangka Konsep	18
G. Definisi Operasional	19
H. Hipotesis Penelitian	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	21
B. Jenis Penelitian	21

C. Populasi dan Sampel	21
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	21
E. Pengolahan dan Analisis Data	25
a. Preferensi Makanan	25
b. Asupan Energi	27
c. Status Gizi Remaja	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Gambaran Lokasi Studi	29
B. Hasil dan Pembahasan Penelitian	29
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

Nomor

Hal

1. Angka Kecukupan Gizi (AKG).....	7
2. Klarifikasi Indeks Massa Tubuh/Umur.....	11
3. Kecukupan Energi Pada Remaja Berdasarkan AKG 2019.....	16
4. Defenisi Operasional.....	19
5. Preferensi Makanan Remaja Putra di Asrama Sekolah.....	30
Swasta RK Serdang Murni	30
6. Asupan Energi Remaja Putra di Asrama Sekolah	32
Swasta RK Serdang Murni	32
7. Status Gizi Remaja Putra di Asrama Sekolah	33
Swasta RK Serdang Murni	33
8. Preferensi Makanan Remaja dengan Status Gizi di Asrama.....	35
Sekolah Swasta RK Sedang Murni.....	35
9. Asupan Energi dengan Status Gizi di Asrama Sekolah.....	37
Swasta RK Sedang Murni.....	37

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Hal
1. Kerangka Teori	17
2. Kerangka Konsep	18

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Hal
1. Master Tabel.....	45
2. Frekuensi Tabel.....	46
3. Hasil Dari Uji Statistik.....	47
4. Kuesioner Preferensi Makanan Di Asrama Sekolah.....;	50
Swasta Rum Katolik Serdang Murni.....	50
5. Formulir Food Recall 24 Jam Individu.....	55
6. Analisis Perhitungan.....	56
7. Daftar Dari Riwayat Hidup.....	62
8. Bukti Waktu Bimbingan.....	63
9. Surat Penelitian.....	66
10. Surat Balasan Dari Tempat Penelitian.....	67
11. Dokumentasi Penelitian.....	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)*, kaum muda berusia antara 10 dan 19 tahun. Masa remaja merupakan **peralihan** dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja merupakan **tahap** perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik yang relatif cepat. Hal ini juga ditandai dengan pertumbuhan dan pematangan reproduksi, perubahan sosial, perubahan intelektual serta perubahan kepribadian, terutama perubahan emosional. Usia remaja termasuk kelompok rentan gizi yang paling rentan terhadap masalah kesehatan. Asupan gizi yang cukup pada usia muda sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang remaja agar status gizinya terpenuhi (Hidayah et al., 2016).

Status gizi adalah keadaan tubuh dimana kebutuhan gizi terpenuhi dan zat gizi berhasil digunakan dalam tubuh. Remaja sangat membutuhkan nutrisi yang lebih karena pertumbuhan dan perkembangan fisik tubuh terjadi pada tahap ini. Masalah gizi remaja terbagi menjadi gizi kurang dan gizi lebih.

Berdasarkan *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2016 terdapat lebih dari 340 juta anak dan remaja usia 5-19 tahun menderita obesitas. Jumlah penderita obesitas meningkat secara drastis pada anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun dari 4% pada tahun 1975 menjadi 18% pada tahun 2016. Peningkatan kelebihan berat badan pada tahun 2016 pada jenis kelamin laki-laki 19% dan perempuan 18%.

Menurut *Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)* pada tahun 2016, lebih dari 340 juta anak dan remaja berusia antara 5 hingga 19 tahun menderita obesitas. Jumlah penderita obesitas di kalangan anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun meningkat tajam dari 4% pada tahun 1975 menjadi 18% pada tahun 2016. Pada tahun 2016, peningkatan obesitas sebesar 19% pada pria dan 18% pada wanita.

Menurut Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi kurus di Indonesia adalah 8,1% pada kelompok usia 16-18 tahun, tertinggi 1,4% pada kelompok sangat kurus, dan tertinggi 6,7% pada kelompok kurus. Prevalensi status gizi normal sebesar 78,3%, sedangkan prevalensi gizi lebih sebesar 13,5%, terdiri dari gemuk 9,5% dan obesitas 4,0%.

Menurut Riskesdas Sumut, status gizi remaja usia 13-15 tahun di Provinsi Sumut adalah serendah 1,61% untuk sangat kurus, 5,70% untuk kurus, dan 75% untuk normal. obesitas sebanyak 12,89% obesitas hingga 4,80%. Untuk status gizi anak usia 16-18 tahun terdiri dari status gizi sangat kurus 0,67%, kurus 4,39%, normal 80,02%, gemuk 4,01% dan status gizi obesitas 10,91% (Riskesdas Sumut, 2018). .

Pada data status gizi remaja (13-15 tahun) di Kabupaten Deli Serdang terdapat remaja dengan status gizi sangat kurus sebanyak 3,41%, kurus 7,36%, normal 75,73%, gemuk 8,44% dan status gizi obesitas 5,06%. Sedangkan status gizi pada usia remaja 16-18 tahun menunjukkan status gizi sangat kurus sebanyak 1,37%, kurus 7,19%, normal 79,23%, gemuk 3,52% dan status gizi obesitas 8,70% (Riskesdas Sumut, 2018)

Pada data status gizi remaja (13-15 tahun) di Kabupaten Deli Serdang terdapat remaja dengan status gizi sangat kurus 3,41%, kurus 7,36%, normal 75,73%, obesitas 8,44%. Padahal menurut pola makan anak usia 16-18 tahun, status gizi sangat kurus: 1,37%, kurus 7,19%, normal 79,23%, gemuk 3,52% dan obesitas 8,70% (Riskesdas Sumut, 2018).

Masalah gizi remaja disebabkan oleh banyak faktor, terutama konsumsi makanan, aktivitas fisik, faktor lingkungan dan faktor personal atau individu remaja itu sendiri, teman sebayanya dan orang lain. Harus diperhatikan pola makan anak muda, terutama yang jauh dari jangkauan orang tua, seperti dalam hukum kependudukan. Di sini remaja bisa membuat keputusan sendiri, termasuk preferensi makanan. Preferensi makanan adalah preferensi makanan seseorang dan pilihan makanan untuk dikonsumsi (Vabo dan Hansen, 2014).

Preferensi makanan seseorang bergantung pada porsi, rasa, dan penampilan makanan tersebut. Rasa merupakan bentuk kerjasama antara panca indera manusia, yaitu rasa, bau, sentuhan, penglihatan dan pendengaran. Penampilan makanan adalah makanan yang disajikan dilihat dari warna, bentuk, ukuran makanan atau porsi yang disajikan (Hadju & Jafar, 2020).

Kebutuhan gizi anak-anak sekolah asrama pada tingkat preferensi seseorang bergantung pada kepuasan terhadap asupan makanan, dan organisasi atau lembaga yang memiliki wewenang kuat untuk mendistribusikan makanan yang dikonsumsi. Hal ini berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tinah (2014) tentang hubungan pilihan makanan asrama dengan konsumsi makanan terhadap status gizi mahasiswa keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan. Selain itu, Sanchez et al. (2014) mengemukakan bahwa pola makan yang teridentifikasi merupakan bagian dari risiko status gizi anak.

Terlepas dari konsensus umum tentang preferensi makanan, jumlah energi yang dihabiskan sepanjang hari berdampak signifikan pada kesehatan. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 28 Tahun 2019 tentang AKG yang direkomendasikan untuk remaja putra usia 13-15 tahun membutuhkan energi sebesar 2400 kkal, sedangkan remaja putra usia 16-18 tahun membutuhkan energi 2650 kkal.

Terlepas dari permasalahan tentang preferensi makanan, energi yang dikonsumsi sepanjang hari berdampak signifikan pada kesehatan. Menurut AKG yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan RI No. 28 Tahun 2019, kebutuhan energi yang dianjurkan untuk remaja putra usia 13-15 tahun adalah 2400 kkal, sedangkan usia 16-18 tahun adalah 2650 kkal.

Konsumsi energi tubuh sangatlah penting, jika konsumsi energi yang dibutuhkan tubuh kurang maka cadangan energi yang tersimpan di otot habis. Kekurangan energi jangka panjang menyebabkan penurunan berat badan dan kekurangan nutrisi lainnya. Kelebihan konsumsi energi disimpan dalam tubuh sebagai cadangan dalam bentuk lemak atau jaringan lain. Jika keadaan ini terus berlanjut dapat menyebabkan obesitas

yang berhubungan dengan berbagai masalah kesehatan seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes dan lain-lain (Febriani, 2020).

Hal ini sesuai dengan penelitian Rizki (2016) Khairan et al. (2021) di Pesantren Darul Rahman menunjukkan hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi. Penelitian Pitrasti dkk. (2015) menunjukkan bahwa sebagian besar responden baik yang tinggal di asrama maupun tidak memiliki status gizi normal, namun terdapat perbedaan yang signifikan pada kebiasaan makan.

Untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada remaja, peran orang tua sangat dibutuhkan. Anak yang jauh dari pengawasan orang tua menerapkan nutrisi yang tepat, asupan makanan yang cukup dan jadwal makan yang terkontrol di rumah siswa. Selain itu, penyelenggara makanan asrama harus memperhatikan bahan makanan, pengolahan makanan yang akan disajikan dan mengetahui karakteristik siswa dengan tingkat kesukaan makanan yang beragam.

Sekolah Swasta Rum Katolik (RK) Serdang Murni merupakan sebuah sekolah swasta yang berfokus atau mengarah pada pengajaran agama katolik. Sekolah swasta ini memiliki asrama putri dan putra untuk siswa sekolah menengah pertama (SMP) dan siswa sekolah menengah atas (SMA).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni, terdapat 4 orang remaja putra berstatus gizi kurang (8,3%), 4 orang berstatus gizi lebih (8,3%) dan 2 orang berstatus gizi obesitas (4,2%). Dari hasil wawancara dengan remaja putra juga didapatkan bahwa sebagian besar siswa sangat suka pada kelompok makanan pokok yaitu mie ayam sebanyak 37 orang. Namun, beberapa siswa tidak menyukai kelompok makanan pokok yaitu kacang hijau sebanyak 6 orang, kelompok suplemen hewani sebanyak 13 orang, kelompok suplemen nabati sebanyak 10 orang dan kelompok sayuran hingga 11 orang. Menurut siswa tersebut, ia tidak menyukai makanan tersebut karena kurang memiliki rasa dan penampilan. Berdasarkan uraian materi di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan

topik “Hubungan Preferensi Pangan Makanan Asrama dan Asupan Energi dengan Status Gizi Putra Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni”.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana hubungan preferensi makanan asrama dan asupan energi dengan status gizi remaja putra di Asrama Swasta RK Serdang Murni?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan preferensi makanan asrama dan asupan energi dengan status gizi putra Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni.

2. Tujuan Khusus

- a. Penilaian preferensi makanan remaja putra Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- b. Penilaian asupan energi remaja putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- c. Penilaian status gizi remaja putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- d. Menganalisis hubungan antara preferensi makanan asrama dengan status gizi putra Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- e. Menganalisis hubungan antara asupan energi dengan status gizi putra Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Sebagai pengalaman penelitian untuk mengembangkan pengetahuan dan pemahaman penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah.

2. Bagi Siswa

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang preferensi makanan dan asupan energi untuk mencapai status gizi yang baik.

3. Bagi Masyarakat

Memberikan wawasan masyarakat tentang hubungan preferensi makanan dan asupan energi dengan status gizi remaja putra di asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni.

4. Bagi Instansi Asrama RK Serdang Murni

Sebagai masukan bagi pihak penyelenggaraan makanan dalam menentukan perencanaan menu untuk remaja putra.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Menurut klasifikasi WHO, remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, dengan batas usia 10-19 tahun. Masa remaja sebagai masa dimana manusia berkembang mengalami banyak perubahan seperti perubahan fisik, pengetahuan, sosialisasi, kematangan kepribadian seperti emosi.

Masa remaja adalah perkembangan dari pertumbuhan seksual sekunder atau pubertas hingga mencapai kematangan seksual. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 25 Tahun 2014, usia muda adalah antara 10 hingga 18 tahun. Sementara itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan usia pemuda adalah 10-24 tahun yang belum menikah.

2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakan masa sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri pemuda adalah sebagai berikut:

a. Masa muda merupakan masa yang penting

Selama ini, dengan cepat dan serius mempengaruhi kaum muda, yaitu perkembangan fisik dan psikologis individu. Diasumsikan bahwa seseorang dapat beradaptasi secara mental dari perkembangan hingga pembentukan sikap, nilai dan keterampilan baru.

b. Masa muda adalah masa transisi

Selama masa transisi, posisi individu tidak jelas dan perannya dipertanyakan. Periode ini tidak terlepas dari perubahan sebelumnya, melainkan peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap lainnya. Dengan peralihan tahapan perkembangan, perilaku, nilai, dan karakteristik yang sesuai dengan seseorang berubah.

c. Masa muda sebagai perubahan

Fase perubahan remaja menunjukkan perubahan sikap dan perilaku pada tataran perubahan fisik, yang selalu berjalan beriringan. Perubahan remaja bersifat universal, yaitu perubahan emosi yang meningkat, yang terjadi karena intensitasnya tergantung pada perubahan fisik dan psikis. Perubahan tubuh, minat, dan peran dalam kelompok sosial. Kaum muda menunjukkan keinginan untuk merasa bebas dan sikap yang tidak biasa.

d. **Masa muda adalah masa pencarian jati diri**

Saat ini, dia sedang mencari identitas dengan menyesuaikan diri dengan orang lain, menunjukkan identitasnya dan membuatnya menonjol untuk dilihat orang lain. Ia juga memiliki sikap individu yang berbeda dengan kepribadian orang lain.

3. Kebutuhan Gizi Remaja

Banyak remaja tidak menganggap penting pengeluaran dan asupan energi masa depan, yang menyebabkan masalah gizi yang dialami oleh kelebihan dan kekurangan gizi.

Menurut Wibowo dkk (2013), masa remaja merupakan masa penerimaan gizi karena kebutuhan akan zat gizi tinggi. Pada umumnya anak muda memiliki aktivitas yang lebih banyak, seperti kegiatan sekolah dan kegiatan sehari-hari. Karena perkembangan dan pertumbuhan tubuh, kebutuhan gizi anak muda sangat tinggi.

Tabel 2.1. Angka Kecukupan Gizi (AKG)

Jenis Kelamin/Umur	Energi (kkal)	Karbohidrat (g)	Protein (g)	Lemak (g)	Air (ml)
Laki-laki (13-15 tahun)	2400	350	70	80	2100
Laki-laki (16-18 tahun)	2650	400	75	85	2300
Laki-laki (19-29 tahun)	2650	430	65	75	2500
Perempuan (13-15 tahun)	2050	300	65	70	2100

Perempuan (16-18 tahun)	2100	300	65	70	2150
Perempuan (19-29 tahun)	2250	360	60	65	2350

Sumber : Kementerian Kesehatan RI, 2019

B. Status Gizi

1. Pengertian Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh yang dipengaruhi oleh keseimbangan antara gizi dan penggunaan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Status gizi anak usia 5-18 tahun ditentukan berdasarkan skor IMT/U . Indikator ini dapat digunakan untuk menghitung indeks massa tubuh (BMI) dibagi dengan usia. BMI dihitung dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter.

Status gizi dan keseimbangan gizi dapat diverifikasi dengan meninjau skrining gizi, riwayat kesehatan, pemeriksaan fisik, dan hasil laboratorium. Gambaran status gizi dapat dilakukan dengan meninjau data riwayat kesehatan yang diperoleh dari berbagai sumber.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Nilai Gizi

Suparisa dkk. (2020), faktor yang mempengaruhi status gizi antara lain:

a. Faktor Langsung

Malnutrisi dan penyakit (infeksi) merupakan penyebab langsung masalah gizi.

1) Konsumsi Makanan

Nilai gizi seseorang tergantung pada makanan dan kebutuhan. Ketika makanan dan kebutuhan tubuh tidak seimbang, maka akan menghasilkan nilai gizi yang baik. Seseorang yang asupan gizinya rendah menyebabkan daya tahan tubuhnya rendah sehingga mudah menimbulkan penyakit. Kekurangan nutrisi dalam makanan dapat

menyebabkan penipisan cadangan tubuh, yang dapat menyebabkan degenerasi jaringan.

Sebaliknya, kelebihan konsumsi zat gizi dibandingkan dengan kebutuhan akan disimpan dalam bentuk cadangan lemak tubuh. Penumpukan lemak dalam tubuh ini menyebabkan kenaikan berat badan bahkan obesitas, yang dapat memicu penyakit degeneratif, misalnya konsumsi karbohidrat berlebihan yang menyebabkan gula darah meningkat, disimpan sebagai lemak di jaringan adiposa tubuh.

2) Penyakit Infeksi

Penyakit menular disebabkan oleh kurangnya pelayanan kesehatan masyarakat dan kondisi lingkungan yang tidak sehat. Infeksi juga dapat mengganggu respon imunologi normal, menghasilkan sumber energi dan protein. Pola asuh yang buruk juga melatarbelakangi tingginya morbiditas, misalnya membiarkan anak bermain di tempat yang kotor.

b. Faktor Tidak Langsung

1) Penghasilan orang tua

Salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan adalah pendapatan. Ini tentang semua hasil yang kita peroleh, apakah itu uang atau barang yang kita peroleh dari orang lain atau penghasilan kita sendiri. Dalam hal ini, jika pendapatan tinggi, maka total pengeluaran akan menurun dan konsumsi makanan akan meningkat. Jika pendapatan keluarga rendah, pengeluaran meningkat dan konsumsi makanan menurun.

2) Pendidikan

Pendidikan merupakan sebagai usaha individu untuk mengembangkan kepribadian dan keterampilan di dalam dan di luar sekolah dan berlanjut sepanjang hayat. Tingkat pendidikan sebagian besar sesuai dengan pengetahuan, semakin tinggi pengetahuan gizi, semakin baik pilihan makanannya.

3) Pengetahuan Tentang Gizi

Pengetahuan gizi adalah pemikiran seseorang dalam memilih makanan yang mengandung gizi yang baik dan pengetahuan untuk menyiapkan makanan yang sehat. Orang dengan pengetahuan gizi yang baik memilih bahan makanan yang kaya gizi.

4) Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik merupakan pergerakan yang dilakukan oleh otot dan sistem pendukung tubuh. Sesuai dengan prinsip pola makan seimbang, kaum muda membutuhkan aktivitas fisik untuk menjaga berat badan dan kondisi fisik yang ideal. Remaja didorong untuk melakukan aktivitas fisik yang bermanfaat dan sehat seperti membersihkan kamar tidur, berkebun, berjalan kaki, menyapu atau menyapu, yang dapat membuat mereka berkeringat meskipun tidak bergerak.

3. Penilaian Status Gizi

Asesmen gizi merupakan tinjauan informasi yang diperoleh melalui berbagai metode untuk mengetahui kondisi seseorang dengan faktor risiko obesitas atau malnutrisi. Nilai gizi dapat diperkirakan dengan metode antropometri. Metode ini merupakan salah satu cara untuk menilai status gizi remaja dengan mengukur dimensi tubuh menurut umur dan status gizi.

Menurut Hardiansyah dan Suparisa (2016), salah satu contoh indeks massa tubuh (IMT) dikenal dengan indeks massa tubuh. Pengukuran indeks nilai gizi standar dalam antropometri berdasarkan umur, berat badan, tinggi badan dan IMT.

Perbandingan WHO/NCHS, nilai BMI dibandingkan dengan anak usia 5-19 tahun. IMT merupakan indikator yang digunakan untuk mengukur dan mengevaluasi status gizi seseorang. Untuk mengetahui status gizi seseorang terdapat kategori ambang batas gizi berdasarkan status IMT/U berdasarkan indikator antropometri yaitu z-score.

Kemenkes RI (2020) Pengaturan standar antropometri untuk menilai status gizi anak dan remaja diambil dari standar WHO dengan z-score.

Tabel 2.2. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh/Umur

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas Z-Score
Umur (IMT/U) anak usia 5 - 18 tahun	Gizi Kurang (<i>thinness</i>)	-3 SD sd < -2 SD
	Gizi Baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd +1 SD
	Gizi Lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD sd +2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	> +2 SD

Sumber : PERMENKES, Standart Antropometri Anak, Nomor 2 Tahun 2020, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta

C. Preferensi Makanan

1. Pengertian Preferensi Makanan

Preferensi makanan adalah preferensi seseorang terhadap makanan tertentu dan menjadikannya sebagai makanan pilihan untuk disantap. Dalam hal ini preferensi makanan seseorang bergantung pada rasa, tekstur, aroma, penampilan dan kebiasaan makan (Lestari, 2012).

Preferensi makanan kelompok merupakan indikator penting dari kebutuhan nutrisi tubuh. Ada tiga faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan seseorang, yaitu karakteristik individu, makanan dan lingkungan. Mengonsumsi fast food/junk, minuman manis, snack berkalori tinggi dan lemak menyebabkan asupan serat, sebaliknya meningkatkan asupan kalori.

Hal ini sangat mempengaruhi status gizi seseorang. Efek pertama dari memilih makanan yang salah adalah kelebihan berat badan, yang melanggengkan obesitas. Obesitas memang tidak mempengaruhi penampilan fisik, namun meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, tekanan darah tinggi, diabetes dan stroke.

Menurut sebuah studi oleh Sumarni dan Nisa (2015), yang menyelidiki faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi jajanan di kalangan mahasiswa Universitas Gadjah Mada, hingga 57% lulusan universitas gagal dalam tes medis sebagai akibat dari preferensi makanan

yang salah. Secara umum, pencari kerja menderita kolesterol, penyakit jantung, dan diabetes. Selain itu, lebih dari 90% penyakit manusia disebabkan oleh kontaminasi makanan dengan mikroorganisme, seperti tifus, disentri bakteri dan racun bakteri lainnya, serta hepatitis.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Preferensi Makanan

Hal yang mempengaruhi preferensi makanan antara lain ketersediaan makanan dari suatu tempat, membeli makanan untuk anggota keluarga lain terutama orang tua, membeli makanan yang mencerminkan hubungan keluarga dan budaya, rasa, tekstur dan letak makanan, tidak membosankan, murah, enak dan status- memberi dan mudah didapat.

Faktor preferensi makanan yang menyatakan kesukaan makanan seseorang berkaitan dengan aroma, rasa dan penampilan cara memasaknya, ketidaknyamanan terjadi pada saat seseorang menyantap makanan. Bagaimana seseorang menerima makanan yang ditawarkan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- a. Faktor internal adalah keadaan seseorang yang dapat mempengaruhi konsumsi makanan, seperti nafsu makan, yang dipengaruhi oleh keadaan fisik dan psikis orang tersebut, seperti kesedihan, kelelahan, kebiasaan makan dan kebosanan akibat konsumsi makanan yang kurang.
- b. Faktor eksternal dihasilkan dari faktor eksternal yang mempengaruhi konsumsi pangan individu. Hal ini dipengaruhi oleh rasa makanan, penampilan makanan, perubahan menu, cara penyajian, higienitas makanan, peralatan makan dan pengaturan makanan.

Pengaruh dari kebiasaan makan, karena adanya perbedaan individu pada persepsi pahit, manis, asin, serta keanekaragaman penciuman aroma yang mempengaruhi preferensi makanan akan berkaitan dengan keadaan status gizi dan resiko penyakit kronis.

3. Pengukuran Preferensi Makanan

Preferensi makanan diukur dalam skala. Skala pengukuran dapat dibagi menjadi tidak menyenangkan, netral, menyenangkan dan sangat

menyenangkan. Skala yang digunakan adalah skala hedonik dan skala Likert. Skala hedonis merupakan salah satu cara untuk mengukur derajat suka dan tidak suka seseorang. Skala Likert adalah salah satu cara untuk mengukur sikap dan pendapat.

Preferensi makanan diukur menggunakan kuesioner preferensi makanan untuk remaja dan dewasa, yang dirancang khusus untuk menilai preferensi makanan berdasarkan selera (Jilani, 2019).

Kuesioner tersebut sudah dipakai untuk mengukur preferensi makanan dan minuman pada remaja dan dewasa di 7 negara Eropa. Kuesioner tersebut disesuaikan dengan menu makanan yang tersedia atau dikonsumsi anak asrama.

Pertanyaan Preferensi Makanan Remaja dan Dewasa diberi skor dari 1 sampai 5, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan preferensi makanan yang lebih besar, yaitu:

- Saya sangat tidak suka = 1
- Saya tidak suka = 2
- Netral = 3
- Saya suka = 4
- Saya sangat suka = 5

Skor skala preferensi makanan untuk enam kelompok makanan diperoleh dengan menjumlahkan skor preferensi makanan individu untuk setiap kategori makanan dan membaginya dengan jumlah item.

Jawaban dari setiap pertanyaan atau pernyataan dari masing-masing indikator memiliki nilai dari positif ke negatif atau sebaliknya, sesuai dengan tingkat preferensi, diberikan nilai 1-5 dari negatif ke positif. Tingkat kesukaan terdiri dari lima tingkatan yaitu saya sangat suka, saya suka, saya agak, saya tidak suka dan saya sangat benci. Titik skala dapat diregangkan sesuai dengan rentang skala yang diinginkan. Poin juga dapat dikonversi ke skala numerik dengan kualitas poin sesuai dengan tingkat preferensi.

Sampel diminta tanggapan pribadinya mengenai suka atau sebaliknya (tidak suka). Tingkat kenikmatan pada tanggapan sangat suka memiliki arti

sikap sangat menginginkan atau sangat menyukai suatu makanan yang akan dikonsumsi dan jika tanggapan suka adalah sikap menginginkan atau menyukai suatu makanan untuk dikonsumsi.

Di sisi lain, jika reaksinya sangat tidak menyenangkan, itu mungkin berarti Anda benar-benar tidak ingin memakan makanan tersebut. dan tanggapan tidak suka dapat mempunyai arti adalah dimana sikap tidak menginginkan makanan untuk dikonsumsi, apabila tanggapannya disebut sebagai netral, yang memiliki arti sikap yang menyatakan biasa saja atau tidak beranggapan bukan suka tetapi juga bukan tidak suka.

D. Asupan Energi

1. Pengertian Asupan Energi

Energi adalah bagian dari makronutrien yang berperan sangat penting dalam menjalankan fungsi. Energi merupakan zat yang sangat penting bagi manusia dalam metabolisme dasar, pelaksanaan fungsi, pertumbuhan dan pengaturan suhu (Rachmayani, 2018).

Energi adalah bahan aktif dalam metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu dan aktivitas fisik. Kelebihan energi disimpan dalam bentuk glikogen untuk penyimpanan energi jangka pendek dan lemak untuk penyimpanan energi jangka panjang.

2. Sumber Energi

Energi diperoleh dengan membakar karbohidrat, lemak, dan protein yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi. Kandungan energi karbohidrat dan protein adalah 4 kkal/gr, sedangkan kandungan energi lemak adalah 9 kkal/gr. Sumber energi pangan adalah jagung, gula murni, umbi-umbian, singkong, ubi jalar, mie kering, roti, ubi jalar, kacang hijau, kacang kedelai, kacang merah, gula kelapa, jeli/selai, gandum, beras merah.

3. Kecukupan Energi

Berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja, pemenuhan energi dan nutrisi sangat diperlukan. Asupan energi yang

rendah dapat menyebabkan keterlambatan pubertas atau pertumbuhan (Fikawati, 2017).

Substansi yang dibutuhkan makhluk hidup untuk membantunya tumbuh, mempertahankan kehidupan dan aktivitasnya adalah energi. Pola makan harian yang bervariasi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Jika tubuh memiliki nutrisi yang cukup, tubuh menerima energi untuk aktivitas fisik, pertumbuhan dan perkembangan jaringan, serta pengaturan proses tubuh.

Energi adalah konsumsi utama. Jika kebutuhan energi tidak terpenuhi, maka protein, vitamin dan mineral yang terkandung dalam tubuh tidak dapat digunakan secara produktif untuk berbagai fungsi metabolisme. Basal Metabolic Rate (BMR) mempengaruhi kebutuhan energi kaum muda. BMR adalah energi (kalori) yang digunakan saat istirahat, selama pertumbuhan, komposisi tubuh dan aktivitas fisik. BMR berkaitan erat dengan berat total setiap orang.

Berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja, penyerapan energi dan nutrisi sangatlah penting. Asupan energi yang rendah dapat menyebabkan keterlambatan pubertas atau pertumbuhan (Fikawati, 2017)

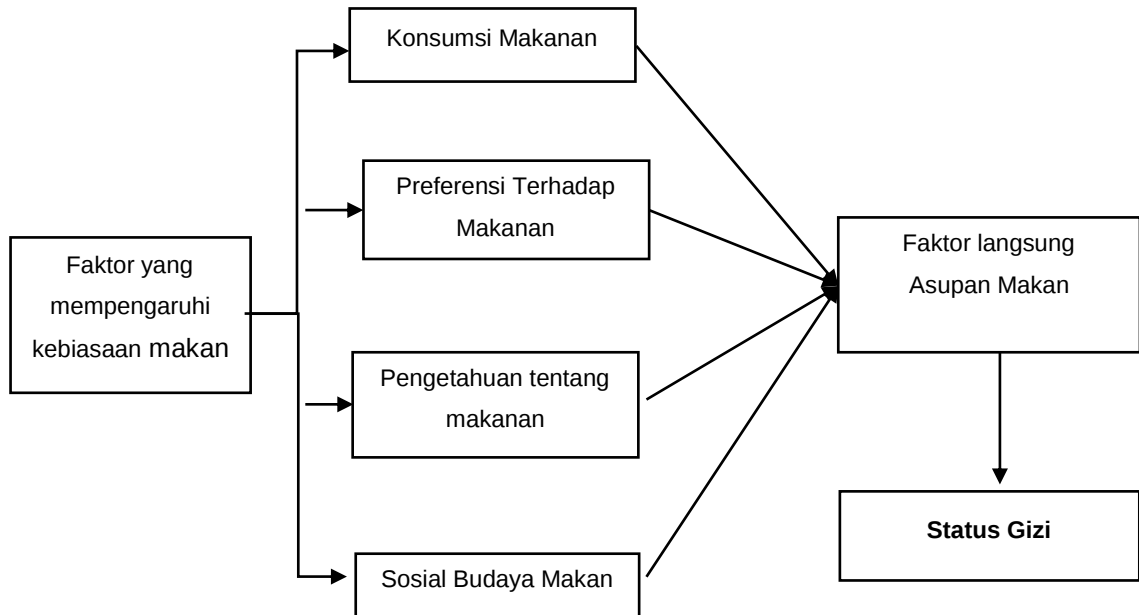
Tabel 2.3. Kecukupan Energi Pada Remaja Berdasarkan AKG 2019

Jenis Kelamin	Umur	Energi (Kkal)
Laki-laki	10 – 12 Tahun	2000
	13 – 15 Tahun	2400
	16 – 18 Tahun	2650
Perempuan	10 – 12 Tahun	1900
	13 - 15 Tahun	2050
	16 – 18 Tahun	2100

Sumber : Kementerian Kesehatan RI, 2019

E. Kerangka Teori

Adapun teori yang mendasari penelitian ini adalah



Gambar 2.1 Kerangka teori

Sumber : (Modifikasi Sanjur 1982 dan Unicef 1998)

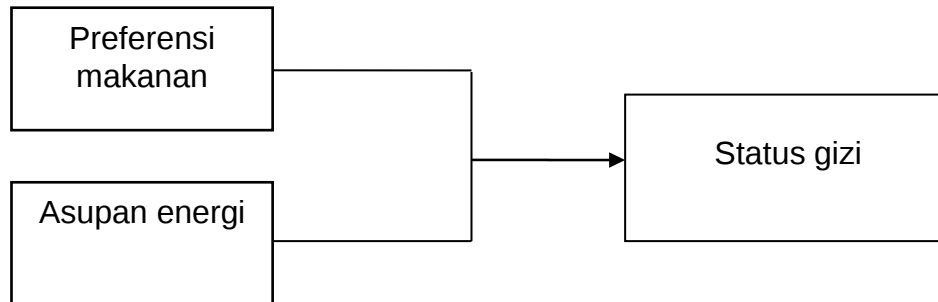
Berdasarkan pandangan Sanjur (1982) dalam uraiannya tentang preferensi makanan dan asupan cairan berdasarkan status gizi remaja putri di Pesantren Darul Aman Gombak Makassar (Aulia, 2020) bahwa status gizi dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan adalah konsumsi makanan, preferensi makanan, pengetahuan makanan dan sosial budaya. Faktor preferensi makanan berhubungan langsung dengan konsumsi makanan individu, yang mempengaruhi status gizi.

Berdasarkan pendapat UNICEF (1998) tentang asupan energi dan status gizi, asupan energi dikatakan mempengaruhi status gizi. Konsumsi energi dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung disebabkan oleh konsumsi makanan dan infeksi, dan faktor tidak

langsung adalah sosial ekonomi, pendapatan, pengetahuan gizi, dan ukuran keluarga.

F. Kerangka Konsep

Adapun konsep yang mendasari penelitian ini adalah



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

Preferensi makanan dan asupan energi merupakan variabel independen/bebas yang di teliti pada Mei 2023 di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni melalui kuasioneer menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert untuk data preferensi makanan dan *form food recall 3x 24 jam*. tidak berurutan untuk data konsumsi energi.

Status gizi merupakan variabel dependen/variabel terikat di teliti pada Mei 2023 di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni melalui pengukuran antropometri. Pengukuran tinggi badan dengan *microtoa* dan pengukuran berat badan dengan timbangan digital untuk mendapatkan informasi status gizi remaja putra

Preferensi makanan dan asupan energi merupakan hal yang saling berhubungan dengan status gizi remaja putra di asrama sekolah swasta RUM Katolik Serdang Murni.

G. Definisi Operasional

Tabel 2.4. Defenisi Operasional

No	Variabel	Variabel Independen	Skala Pengukur
1	Preferensi Makanan	Pengukuran tingkat kesukaan remaja putra terhadap makanan yang disediakan di asrama RK Murni Serdang. Mengukur preferensi makanan dengan skala Likert. Dikategorikan menjadi : Sangat tidak suka (STS) : 0%-19,9% Tidak suka (TS) : 20%-39,9% Netral : 40%-59,9% Suka : 60%-79,9% Sangat suka : 80%-100% Sumber : Jilani, 2019	Ordinal
2	Asupan Energi	Di Asrama Siswa Sekolah Swasta RK Murni Serdang, jumlah energi yang dikonsumsi oleh seorang pemuda meliputi sarapan, makan siang, makan malam dan snack, dan diambil dengan teknik wawancara menggunakan metode <i>food recall</i> 3x24 jam tidak dalam berturut-turut. Selanjutnya dikategorikan menjadi : Baik : $\geq 100\%$ Sedang : $> 80 - 99\%$ Kurang : $70 - 80\%$ Defisit : $< 70\%$ Sumber : Penilaian Status Gizi Supariasa 2016	Ordinal

3	Status Gizi	Hasil pengukuran berat badan, tinggi badan dan usia dinyatakan sebagai BMI/U dan diklasifikasikan sebagai berikut: Gizi kurang : -3 SD sd <-2 SD Gizi baik : -2 SD sd 1 SD Gizi lebih : 1 SD – 2 SD Obesitas : >2 SD Sumber : PERMENKES, Standart Antropometri Anak, Nomor 2 Tahun 2020, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta	Ordinal
---	-------------	--	---------

H. Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Nol (H₀)

- Tidak ada hubungan preferensi makanan dengan status gizi remaja putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- Tidak ada hubungan asupan energi dengan status gizi putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

- Ada hubungan preferensi makanan dengan status gizi remaja putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- Ada hubungan asupan energi dengan status gizi putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan pada asrama sekolah Swasta RK Serdang Murni Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang. Adapun waktu survey pendahuluan penelitian dilakukan pada 11 November 2022 dan untuk penelitian utama telah dilakukan di bulan April 2023 di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian observasional *desain cross-sectional* untuk memperjelas hubungan antara preferensi makanan asrama dan konsumsi energi dengan status gizi remaja putra di asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni. .

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan jumlah keseluruhan remaja putra sekolah asrama swasta RK Serdang Murni sebanyak 38 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan subjek penelitian bagian dari populasi. Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan melalui *total sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi remaja putra asrama swasta RK Serdang Murni dan besar sampel dengan populasi total sampling yaitu 38 orang.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Pengumpulan informasi data dalam penelitian yaitu data primer dan data sekunder

a. Data Primer

- 1) Data Keterangan khusus meliputi nama, umur, tempat lahir, tanggal lahir, tingkat kelas. Informasi karakteristik diperoleh dari wawancara pada kuesioner identifikasi.
- 2) Data status gizi remaja putra diperoleh melalui pengukuran antropometri yaitu indeks massa tubuh menurut umur. Untuk pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoa* dan pengukuran berat badan menggunakan timbangan badan digital.
- 3) Data informasi preferensi makanan diperoleh melalui kuesioner dengan menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert.
- 4) Data informasi konsumsi energi diperoleh dengan wawancara tentang form *food recall* 3x 24 jam secara tidak berturut-turut.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah informasi umum yang dikumpulkan peneliti dari instansi untuk melengkapi data penelitian.

2. Cara Pengumpulan Data

a. Data Primer

1. Karakteristik sampel

Data pribadi meliputi nama, umur, tempat lahir, tanggal lahir, tingkatan kelas.

2. Status gizi remaja putra

Data antropometri remaja putra dilakukan dengan menggunakan indeks massa tubuh (IMT) menurut umur.

1. Langkah-langkah pengukuran tinggi badan :

- Meminta ijin kepada pihak pegawai asrama akan melakukan penelitian kepada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni
- Menanyakan ketersediaan remaja putra yang ada di asrama
- Menanyakan identitas remaja putra yang ada di asrama
- Menempelkan *microtoa* secara lurus dan rata ke dinding asrama setinggi 2 meter

- Lepas sandal yang dipakai anak muda di asrama
- Ajari anak muda untuk berdiri tegak dan lurus, kepala lurus ke depan, kaki rapat dan punggung menempel ke dinding saat mengukur tinggi badan.
- Turunkan microtoa hingga menyentuh bagian atas kepala, siku harus lurus dan menempel ke dinding.
- Baca angka pada timbangan yang muncul pada lubang rol microtoa untuk melihat tinggi badan remaja putra

2. Langkah-langkah menimbang berat badan :

- Meminta ijin kepada pihak pegawai asrama akan melakukan penelitian kepada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni
- Menanyakan ketersediaan remaja putra yang ada di asrama
- Menanyakan identitas remaja putra yang ada di asrama
- Meletakkan timbangan digital di lantai yang datar dan memastikan timbangan yang akan dipakai berada di angka 0 (nol)
- Melepaskan sandal dan barang-barang seperti jam tangan, jaket, topi yang dapat menambah berat badan remaja putra
- Mengarahkan remaja naik ke atas timbangan digital dengan pandangan lurus kedepan dan posisi siap sempurna
- Membaca skala angka yang berada pada timbangan digital untuk melihat berat badan remaja putra

3. Preferensi makanan

Data diperoleh dengan kuesioner menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert.

Langkah-langkah dalam melakukan kuesioner preferensi makanan adalah :

- Meminta ijin kepada pihak pegawai asrama akan melakukan penelitian kepada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni
- Menanyakan ketersediaan remaja putra yang ada di asrama

- Menanyakan identitas remaja putra yang ada di asrama
- Memberikan lembar kuesioner kepada remaja
- Memberikan pengajaran bagaimana cara pengisian kuesioner pada tingkat penilaian kesukaan atau ketidaksukaan makanan
- Jika semua remaja telah mengisi lembar kuesioner, melakukan cek pengulangan kembali pada formulir kuesioner agar tidak terjadi kekosongan dalam penilaian kesukaan dan ketidaksukaan makanan
- Melakukan dengan teliti dari awal hingga akhir agar hasilnya sesuai.
- Menganalisis penilaian preferensi makanan kedalam skala likert.

4. Asupan energi

Informasi diperoleh dengan mewawancarai ingatan makanan pada pagi, siang, sore dan snack selama 3 x 24 jam, tidak berurutan

Langkah-langkah dalam melakukan food recall 24 jam :

- Meminta izin kepada pihak pegawai asrama akan melakukan penelitian kepada remaja putra di asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni
- Menanyakan ketersediaan remaja putra yang ada di asrama
- Menanyakan identitas remaja putra yang ada di asrama
- Menanyakan asupan makanan yang dikonsumsi remaja putra mulai dari pagi, siang, malam, dan selingan.
- Setelah remaja putra selesai menyebutkan makanan yang dikonsumsi remaja, pewawancara mencatat apa saja yang dikonsumsi remaja hari kemarin mulai pagi hingga malam hari
- Pewawancara melakukan review mengulang kembali bertanya apa yang dikonsumsi remaja dalam sehari. Dan menanyakan bahan dari menu makanan dan minuman yang dikonsumsi remaja.

- Pewawancara melakukan survei dan menanyakan apa yang dimakan remaja pada dalam sehari. Dan tanyakan tentang bahan pada menu makanan dan minuman remaja.
- Setelah bahan makanan diambil, pewawancara bertanya kepada remaja tentang berat makanan dan minuman dengan menggunakan metode takar di rumah (URT) dan buku foto makanan.
- Setelah semua bahan makanan (dalam gram) dicatat, pewawancara menelusurinya kembali dari awal hingga akhir untuk memastikan hasilnya konsisten.
- Menganalisis bahan makanan menjadi nutrisi menggunakan aplikasi *nutrisisurvey*.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan oleh lembaga peneliti untuk melengkapi data penelitian. Dalam penelitian ini diperoleh data sekunder tentang jumlah remaja putra di Sekolah Asrama RK Serdang Murni.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang diperoleh diolah oleh peneliti dan dibantu oleh pengumpul data atau enumerator lainnya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan kuesioner langsung serta pengukuran antropometri. Data yang diperoleh diperiksa kesalahannya, kemudian diolah dengan perangkat lunak, dan hasilnya disusun dan disajikan sebagai distribusi frekuensi untuk data preferensi makanan dan konsumsi energi asrama remaja swasta. Pesantren RK Serdang Murni.

a. Preferensi Makanan

Data preferensi remaja yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner makanan berbentuk dengan skala *likert*, dengan aspek

pengukuran dilakukan dengan memberikan pernyataan dan masing-masing pernyataan diberikan skor yang berbeda sebagai berikut :

Pernyataan	Point
Sangat suka	5
Suka	4
Netral	3
Tidak suka	2
Sangat tidak suka	1

Rumus untuk menghitung skala *likert* dan rumus indeks :

Rumus skala *likert* :

$$T \times P_n$$

Keterangan :

T = Total jumlah responden yang memilih

P_n = Pilihan jumlah poin Likert

Skor perhitungan

Y = Skor tertinggi *likert* x jumlah menu makanan

Rumus index :

$$\text{Index \%} = \frac{\text{Skor total}}{Y} \times 100$$

Kategori preferensi makanan dibagi dalam 5 kelompok menjadi yaitu:

- 1) Sangat tidak suka (STS) : 0%-19,9%
- 2) Tidak suka (TS) : 20%-39,9%
- 3) Netral : 40% - 59,9%
- 4) Suka : 60%-79,9%
- 5) Sangat suka : 80%-100%

Sumber : Jilani,2019

b. Asupan Energi

Data tingkat asupan energi dikumpulkan melalui *recall* 3x24 jam kemudian diolah melalui program *nutrisurvey* untuk mendapatkan sampel asupan energi harian. Ini kemudian dirata-ratakan dan dibandingkan dengan kecukupan energi berbasis AKG menggunakan rumus berikut:

$$\text{Tingkat konsumsi energi} = \frac{\text{Total konsumsi energi}}{\text{kecukupan menurut AKG}} 100\%$$

Kategori asupan energi dibagi dalam empat kelompok dengan *cut of points* yaitu :

- 1) Baik : $\geq 100\%$
- 2) Sedang : $>80 - 99\%$
- 3) Kurang : $70 - 80\%$
- 4) Defisit : $<70\%$

Sumber : Penilaian Status Gizi Supariasa (2016)

c. Status Gizi Remaja

Status gizi remaja diperoleh berdasarkan hasil pengukuran antropometri untuk mendapatkan z-score. Nilai z-score indeks antropometri IMT/U menunjukkan apakah status gizi dalam keadaan baik atau tidak. Z-skor dihitung menggunakan program WHO AntroPlus. Untuk kategori status gizi adalah sebagai berikut:

- a. Gizi kurang : $-3 \text{ SD sd } <-2 \text{ SD}$
- b. Gizi baik : $-2 \text{ SD sd } 1 \text{ SD}$
- c. Gizi lebih : $1 \text{ SD sd } 2 \text{ SD}$
- d. Obesitas : $>2 \text{ SD}$

Sumber : Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat menggambarkan persentase dan rata-rata dari masing-masing variabel yaitu umur, tanggal lahir, kategori kebiasaan makan, konsumsi energi dan status gizi remaja putra di asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni. Menggunakan tabel distribusi frekuensi dengan program komputer, yang kemudian disajikan dalam bentuk persentase pada tabel distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

Dalam analisis bivariat, melihat hubungan antara preferensi makanan dan konsumsi energi sebagai variabel bebas dan status gizi remaja sebagai variabel terikat. jika data berdistribusi normal, gunakan uji chi-square untuk mendapatkan nilai p, yang dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi 0,05. Metode ini digunakan untuk menentukan probabilitas kemunculannya. Jika P value > maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tersebut. Sebaliknya jika P-value < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variabel-variabel tersebut.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Studi

Lokasi penelitian ini dilakukan di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni yang beralamat di Jl. P.Siantar nomor 146, Cemara, Lubuk Pakam, Tj. Garbus Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara.

Pada wilayah asrama putra sekolah swasta RK Serdang Murni terdapat 3 suster bagian pengelola asrama, 2 orang juru masak, dan 38 orang siswa putra di asrama tersebut.

Secara geografis wilayah asrama putra sekolah swasta RK Serdang Murni dengan ;

- Sebelah utara : di samping jalan tol Tebing Tinggi
- Timur : sebelah mesjid Misbahul Munir
- Di selatan : bersebelahan dengan SMA RK Serdang Murni
- Sebelah barat : perbatasan Desa Pagar Jati Gg.

Perwira

B. Hasil dan Pembahasan Penelitian

a. Preferensi Makanan

Preferensi makanan yang dilakukan pada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dengan jumlah 38 orang siswa, dan data preferensi makanan diperoleh dengan kuesioner menggunakan skala pengukuran yaitu skala likert.

Tabel 4.1. Preferensi Makanan Remaja Putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

Preferensi makanan	n	%
Netral	11	28.9
Suka	23	60.5
Sangat suka	4	10.5
Total	38	100.0

Preferensi makanan adalah sebagai tingkat kesukaan seseorang terhadap makanan dipilih untuk dimakan. Gambaran preferensi makanan kelompok tertentu juga menjadi indikator penting pemenuhan kebutuhan gizi (Hendri, 2019).

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 38 sampel yang diteliti, remaja putra asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni yang memiliki preferensi makanan dengan penilaian makanan netral 11 orang (28,9%), sangat suka 23 orang (60,5%), dan sangat suka 4 orang (10,5%).

Preferensi makanan berdasarkan keinginan dan kesadaran tubuh. Pemilihan makanan dapat bergantung pada karakteristik makanan itu sendiri. Banyak faktor yang mempengaruhi pilihan makanan remaja, seperti kesukaan makanan, ketersediaan jajanan di lingkungan sekolah, teman sebaya, serta pengaruh orang tua dan keluarga. Keadaan ini mempengaruhi penentuan makanan.

Poin terpenting saat memilih makanan adalah rasa makanannya. Makanan yang masuk ke dalam mulut sangat mempengaruhi reaksi indra, oleh karena itu makanan yang disajikan harus berasa. Rasa makanan terbagi menjadi lima jenis yaitu asin, asam, manis, pahit dan asin. Warna makanan yang tidak menarik saat disajikan menyebabkan hilangnya selera pada orang yang mengkonsumsinya. Warna biasanya merupakan tanda kematangan atau pembusukan makanan. bahwa rangsangan indera akan baik, sehingga akan menimbulkan selera yang baik bagi konsumen (Livianti, 2008).

Tekstur dan komposisi makanan mempengaruhi rasa yang ditimbulkan oleh makanan tersebut. Tekstur adalah kerenyahan,

keempukan dan kekerasan makanan yang dapat dikenali oleh indra perasa. Tingkat kematangan juga terkait dengan struktur makanan. Tingkat memasak juga dipengaruhi oleh pemilihan bahan dan waktu memasak. Suhu makanan yang disajikan dapat mempengaruhi cita rasa makanan. Makanan dengan suhu penyajian yang salah, seperti terlalu panas atau terlalu dingin juga mempengaruhi kepekaan rasa (Sofia dan Achyar, 2008).

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 28,9% remaja putra dalam kategori preferensi makanan netral dikarenakan penilaian makanan yang disediakan di asrama dari segi rasa yang kurang, bentuk yang kurang menarik, tingkat kematangan makanan yang terkadang terlalu matang dan tidak terlalu banyak bervariasi sehingga tingkat kesukaan makanan pada siswa biasa saja. Hasil penelitian Nurdianty dkk (2012) Menurut penelitian yang dilakukan di asrama mahasiswa Dikpora Makassar, sebagian besar responden merasa tidak puas dengan menu yang disediakan karena kualitas dan rasa yang kurang baik, tampilan yang tidak menarik dan efek negatif dari makanan.

Hasil penelitian juga menunjukkan sebanyak 60,5% remaja putra dalam kategori preferensi suka, dan sebanyak 10,5% remaja putra dalam kategori preferensi sangat suka pada makanan yang disediakan di asrama, hal ini dikarenakan penilaian siswa terhadap makanan di asrama dapat diterima oleh siswa baik dari segi rasa, bentuk, tingkat kematangan, sehingga mereka dapat menghabiskan makanan yang disediakan di asrama tanpa sisa. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Asrina (2012) di Asrama SMA Negeri 2 Tinggimoncong Kabupaten Gowa. Siswa umumnya menyatakan puas dengan makanan, tekstur nasi, tekstur tambahan sayuran, dan tekstur sayuran saat sarapan dan makan siang. Namun saat makan malam, para siswa mengungkapkan ketidaksukaan terhadap makanan mereka.

b. Asupan Energi

Asupan energi yang dilakukan pada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dengan jumlah 38 orang siswa, dan data asupan energi diperoleh dengan wawancara *food recall* pagi, siang, malam dan selingan selama 3x 24 jam secara tidak berturut-turut.

Tabel 4.2. Asupan Energi Remaja Putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

Asupan Energi	n	%
Kurang	9	23.7
Sedang	22	57.9
Baik	7	18.4
Total	38	100.0

Energi merupakan zat yang dibutuhkan seseorang untuk menunjang pertumbuhan, kelangsungan hidup dan melakukan aktivitas. Mengonsumsi makanan yang bervariasi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Tubuh mengalami keseimbangan negatif dan berat badan turun. Hal ini disebabkan kurangnya energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Efek konsumsi energi yang berlebihan menyebabkan kenaikan berat badan, dan jika berlangsung lama, tubuh menjadi gemuk dan risiko penyakit degeneratif dapat muncul.

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa 9 orang (23,7%) remaja putra sekolah swasta RK Serdang Murni mengalami kurang energi, 22 orang (57,9%) memiliki konsumsi energi sedang, 7 orang (18,4%) memiliki konsumsi energi baik.

Menurut Sutrio (2016), zat gizi yang terkandung dalam makanan berfungsi untuk memenuhi kebutuhan energi tubuh untuk aktivitas, pertumbuhan dan perkembangan jaringan tubuh, serta pengaturan proses tubuh. Jumlah total zat gizi yang diperlukan tergantung pada kualitas makanan, dan kemampuan tubuh menyerap dan menggunakan zat gizi dipengaruhi oleh komposisi dan kondisi makanan secara keseluruhan.

Hasilnya menunjukkan bahwa hingga 23,7% remaja putra dalam kategori asupan energi kurang dan 57,9% remaja putra dalam kategori

asupan sedang dikarenakan kualitas makanan yang disediakan di asrama kurang baik sehingga mempengaruhi tingkat frekuensi makan siswa yang rendah menyebabkan asupan energi yang kurang, dan hasil wawancara kepada siswa bahwa di asrama sistem penyelenggaraan makanan untuk menu pagi tidak disediakan sayur dan buah hanya sumber karbohidrat dan lauk hewani, sehingga untuk menu sarapan pagi siswa kurang selera, menyebabkan makanan yang disediakan tersisa.

Hasil analisis sejalan dengan penelitian Amelia (2013) yang dilakukan pada santri putri Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar yang menemukan 99% asupan karbohidrat tidak cukup. Pada penelitian ini dapat diasumsikan bahwa asupan karbohidrat siswa tidak mencerminkan status gizinya karena sumber karbohidratnya rendah karena asupan harian siswa terutama pada kelas reguler hanya mendapat 1 cangkir nasi. , dan belum pernah terlihat siswa Tambah nasi sendiri, bahkan ada siswa yang mau makan sepiring bersama sebagai alasan untuk mengantri.

c. Status Gizi Remaja Putra

Evaluasi status gizi dilakukan pada remaja sekolah swasta RK Serdang Murni yang berjumlah 38 siswa, dan data status gizi diperoleh dengan pengukuran antropometri yaitu. berdasarkan indeks massa tubuh berdasarkan usia. Pengukuran tinggi badan dengan *microtoice* dan pengukuran berat badan dengan timbangan digital.

Tabel 4.3. Status Gizi Remaja Putra di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni

Asupan Energi	n	%
Gizi kurang	4	10.5
Gizi baik	29	76.3
Gizi lebih	4	10.5
Obesitas	1	2.6
Total	38	100.0

Status gizi adalah keadaan yang dihasilkan dari keseimbangan zat gizi dan zat gizi yang dibutuhkan dalam proses metabolisme tubuh. Kebutuhan gizi setiap orang berbeda-beda, tergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, berat badan dan lainnya (Kemenkes, 2017).

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja laki-laki asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dari 38 sampel yang diamati mengalami gizi kurang 4 orang (10,5%), dalam status gizi baik 29 orang (76,3%), dalam status gizi lebih dari 4 .orang (10,5%).) dan status obesitas 1 orang (2,6%)

Hasil penelitian ini menunjukkan 10,5% remaja putra yang mengalami status gizi kurang disebabkan asupan energi yang kurang. Penerimaan siswa yang kurang baik terhadap makanan yang disediakan di asrama menyebabkan siswa kurang mengkonsumsi makanan. Kurangnya asupan energi mempengaruhi status gizi siswa, Selain itu aktivitas yang berada di luar asrama seperti bermain bola voli, raket, bahkan olahraga, tidak sesuai dengan asupan energi menyebabkan adanya status gizi kurang pada siswa di asrama.

Kurangnya konsumsi energi, jika berlangsung lama, menyebabkan penurunan berat badan dan kekurangan nutrisi lainnya. Jika keadaan ini terus berlanjut, dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja, prestasi akademik dan kreativitas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 10,5% remaja pria mengalami obesitas dan 2,6% remaja pria mengalami obesitas. Hal ini terlihat karena siswa tidak memperhatikan makanan yang dimakannya, makanan yang ditawarkan di asrama siswa diterima dengan baik sehingga terbuang sia-sia, selain itu juga sering membeli jajanan seperti pop mie, gorengan, mie kering, kue, dan roti.

Kelebihan konsumsi energi disimpan dalam tubuh sebagai cadangan dalam bentuk lemak atau jaringan lain. Jika keadaan ini terus berlanjut dapat menyebabkan obesitas yang berhubungan dengan berbagai masalah kesehatan seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes (Febriani 2020).

d. Hubungan Preferensi Makanan dengan Status Gizi

Hubungan preferensi makanan dengan status gizi pada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dengan jumlah 38 orang siswa.

**Tabel 4.4. Preferensi Makanan Remaja dengan Status Gizi
di Asrama Sekolah Swasta RK Sedang Murni**

Preferensi Makanan	Status Gizi								P Value
	Kurang		Baik		Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Netral	4	10.5	7	18.4	0	0	0	0	0.002
Suka	0	0	19	50.0	4	10.5	0	0	
Sangat suka	0	0	3	7.9	0	0	1	2.6	
Total	4	10,5	29	76,3	4	10.5	1	2.6	

Tabel 4.4 menunjukkan hubungan antara preferensi makanan dengan status gizi remaja asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni dari hasil yang menunjukkan preferensi makanan dalam kategori netral, 4 orang dengan status gizi buruk (10,5%) dan status baik 7 orang (18,4%). Dan pada kategori sesuai suka terdapat 19 orang dalam keadaan baik (50,0%) dan 4 orang dalam keadaan gizi (10,5%). Terdapat 3 orang (7,9%) dengan preferensi makanan dalam kategori status gizi baik dan 1 orang (2,6%) dengan status gizi obesitas.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh $p = 0,002$ dimana $p \leq 0,05$ berarti H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara preferensi makanan dengan status gizi di asrama sekolah Swasta RK Serdang Murni. Penelitian ini sesuai dengan penelitian regresi Sumiyat (2007) bahwa preferensi dan tingkat asupan energi berhubungan dengan status gizi mahasiswa keperawatan di Poltekkes Kemenkes Medan dengan $r = 0,557$. dan $p = 0,000$ ($P > 0,05$).

Penilaian preferensi makanan seseorang berbeda-beda terhadap suatu makanan. Dalam hal ini preferensi makanan dapat mempengaruhi

status gizi seseorang dikarenakan tingkat derajat kesukaan terhadap makanan yang hendak dikonsumsi. Dilihat dari warna, bentuk, aroma, tekstur, suhu, ukuran porsi, masalah terbesar yang dapat mempengaruhi makanan adalah rasa yang kurang enak, sehingga makanan tidak dapat dinikmati.

Hasil penelitian terdapat 10,5 % remaja putra dengan status gizi kurang dalam kategori preferensi makanan netral. Hasil dari wawancara peneliti ketika *food recall* kepada siswa di asrama terkadang menu yang disajikan kurang menarik, tekstur yang keras kemungkinan tidak terlalu memperhatikan bentuk makanan, dan makanan yang sudah dingin dikarenakan juru masak terlalu dini hari memasak untuk anak asrama agar dapat dibagikan kepada siswa sebelum berangkat ke sekolah. Selain itu, juru masak asrama juga tidak dilatih untuk memasak sesuai resep agar bisa menyajikan makanan yang lebih baik.

Hasil penelitian terdapat 18,4% remaja putra dengan status gizi baik dalam kategori preferensi makanan netral. Penilaian makanan yang disajikan di asrama biasa saja tetapi karena di asrama tidak terdapat makanan lain selain masakan yang akan disajikan maka makanan tersebut tetap dikonsumsi, dan begitu juga dengan adanya rasa lapar terhadap remaja putra setelah melakukan aktivitas diluar gedung sehingga makanan yang disediakan di asrama tetap dikonsumsi.

Penilaian makanan yang disajikan di asrama biasa saja ini dikarenakan makanan yang disajikan sudah terlalu sering dikonsumsi dan tidak bervariasi sampai membosankan siswa, menu satu hari sering diulang pada makan berikutnya atau berikutnya, karena makanan tersebut diatur tanpa menu, sering menggunakan bahan yang ada, makanan yang disajikan sering diulang dan bervariasi lebih sedikit. Karena rasa makanan asrama yang biasa-biasa saja, mahasiswa banyak mengonsumsi makanan asrama dan jajanan untuk memenuhi kebutuhannya, hal ini berdampak pada baiknya status gizi remaja putra yang tinggal di asrama tersebut.

Penilaian preferensi makanan yang disajikan di asrama putra terdapat bahwa sebanyak 50,0% dengan status gizi baik dalam kategori preferensi makan suka dan sebanyak 7,9% dengan status gizi baik dalam kategori preferensi makan sangat suka. Hal ini menunjukkan menu yang disajikan di asrama dapat diterima dengan baik sehingga siswa merasa puas untuk mengkonsumsi makanan tersebut tanpa ada sisa pada makanan

Hasil penelitian menunjukkan 10,5% remaja putra dengan status gizi lebih dalam kategori preferensi makan suka dan 2,6% remaja putra dengan status gizi obesitas dalam kategori preferensi makan sangat suka. Hal ini dikarenakan siswa tersebut menyukai makanan yang disediakan di asrama sehingga mengkonsumsi makanan hingga habis. Selain itu siswa tersebut juga sering mengkonsumsi makanan dari luar sekolah seperti jajanan mie goreng, bakso, pop mie, gorengan, roti, dan kue.

e. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi

Hubungan asupan energi dengan status gizi pada remaja putra di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dengan jumlah 38 orang siswa.

Tabel 4.5. Asupan Energi dengan Status Gizi di Asrama Sekolah Swasta RK Sedang Murni

Asupan Energi	Status Gizi								P Value
	Kurang		Baik		Lebih		Obesitas		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kurang	4	10.5	5	13,2	0	0	0	0	0.004
Sedang	0	0	19	50.0	3	7,9	0	0	
Baik	0	0	5	13.2	1	2.6	1	2.6	
Total	4	10,5	29	76,3	4	10.5	1	2.6	

Pada Tabel 4.5 hubungan antara konsumsi energi dengan status gizi remaja putra di asrama siswa Sekolah Swasta RK Serdang Murni yang berjumlah 38 siswa, hasil penelitian menunjukkan terdapat kategori

konsumsi energi dengan gizi buruk. kamar untuk 4 orang (10,5%) dan ruang makan yang bagus untuk minimal 5 orang (13,2%). Terdapat 19 orang (50,0%) dalam kategori konsumsi sedang dan nilai gizi baik, dan tidak kurang dari 3 orang (7,9%) dengan nilai gizi lebih tinggi. Kategori konsumsi energi baik dan status gizi baik terdapat 5 orang (13,2%) bahkan 1 orang (2,6%) dengan status gizi baik.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dengan menggunakan *uji Chi Square* diperoleh $p = 0,004$ dimana $p \leq 0,05$ berarti H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi energi dan nilai gizi dengan $p = 0,004$. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Sutrio (2017) dengan menggunakan uji Chi Square yang menemukan adanya hubungan antara asupan energi dengan status gizi dengan $p\text{-value} = 0,000$.

Energi merupakan zat yang dibutuhkan seseorang untuk mempertahankan pertumbuhan, mempertahankan kehidupan dan melakukan aktivitas. Konsumsi energi yang rendah menjadi salah satu penyebab kurangnya makanan yang dikonsumsi oleh responden, dan konsumsi energi yang bertentangan dengan AKG kebutuhan gizi mempengaruhi status gizi. kategori konsumsi energi baik $>100\%$, sedang $>80\text{-}90\%$, kurang $70\text{-}80\%$, defisit $<70\%$ (Supariasa, 2016).

Peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa mendahului masa remaja, ketika perkembangan fisik, faktor sosial dan psikologis dapat memengaruhi perilaku, gaya hidup, dan pola makan dengan cara yang memengaruhi kebutuhan nutrisi kaum muda. Semakin sering seseorang makan, semakin besar peluang untuk melengkapi nutrisi, termasuk konsumsi energi, penyebab malnutrisi berkaitan dengan kebiasaan makan adalah pola makan yang kurang atau tingkat nilai gizi yang terlalu rendah (Widawati, 2016).

Apabila remaja memiliki cukup energi untuk kebutuhannya, tidak ada cadangan energi di dalam tubuhnya. Sebaliknya, remaja yang mengonsumsi energi lebih banyak dari yang dibutuhkan tubuh, menyimpannya dalam simpanan energi (Arifiyani, 2016).

Dalam penelitian menunjukkan 10,5% remaja putra dengan status gizi kurang dalam kategori asupan energi kurang dan 50% remaja putra dengan nilai gizi yang baik dan konsumsi energi sedang. Hal ini dikarenakan pengaruh makanan yang disediakan di asrama kurang baik diterima oleh siswa sehingga mempengaruhi rendahnya tingkat frekuensi makan yang rendah dan konsumsi makan siswa terhadap makanan tidak habis menyebabkan terjadinya kondisi status gizi kurang.

Selain konsumsi makanan, aktivitas fisik juga mempengaruhi status gizi. Malnutrisi, obesitas dan obesitas yang disebabkan oleh aktivitas fisik ringan. Situasi ini disebabkan oleh fakta bahwa tubuh tidak membakar kalori. Para remaja asrama sekolah swasta RK Serdang Murni kurang memperhatikan makanan yang mereka nikmati selama beraktifitas lebih lama, sehingga mereka cenderung menghabiskan waktu untuk berbagai kegiatan baik di sekolah maupun di gedung asrama. Hal tersebut menunjukkan bahwa 7,9% remaja putra memiliki nilai gizi lebih pada kategori konsumsi rata-rata dan 2,6% lebih gizi pada kategori konsumsi energi tinggi.

Preferensi makanan mengacu pada asupan makanan seseorang, yang mempengaruhi status gizi. Preferensi makanan dapat didefinisikan sebagai preferensi seseorang terhadap makanan tertentu dan pilihan untuk mengkonsumsi makanan tersebut (Vabø dan Hansen, 2014). Pemilihan makanan didasarkan pada rasa, aroma, struktur dan tingkat kematangan makanan yang dimakan. Makanan yang dianggap cocok dimakan dengan benar. Nilai gizi dan kelengkapan makanan biasanya dipengaruhi oleh preferensi jenis makanan yang berbeda.

Setiap makanan yang dimakan melewati proses pencernaan di dalam tubuh. Setelah makanan dikunyah dan ditelan, makanan dicerna dan nutrisinya diserap, sedangkan sisa makanan dikeluarkan melalui feses. Melalui proses pencernaan, tubuh memecah nutrisi dan membakar kalori dari makanan sehingga tubuh dapat menggunakannya sebagai energi.

Selama proses metabolisme, kandungan protein, lemak dan karbohidrat diubah menjadi unit yang lebih kecil seperti asam amino, asam lemak dan glukosa, dan tubuh menggunakan gula, asam amino dan asam lemak ini sebagai sumber energi jika diperlukan. Energi dihasilkan dari pembakaran karbohidrat, lemak dan protein yang dikonsumsi oleh tubuh, sehingga kebutuhan energi cukup dengan mengonsumsi makanan yang cukup dan seimbang. Zat-zat tersebut kemudian diserap oleh sistem pencernaan ke dalam darah dan disalurkan ke sel-sel tubuh (Ubro Irene, 2015)

Seseorang membutuhkan sejumlah energi untuk mendukung proses dan fungsi pertumbuhan. Ketidakseimbangan asupan energi dan zat gizi dengan kebutuhan gizi mempengaruhi status gizi seseorang. Jika gizi adalah keadaan kesehatan tubuh manusia akibat konsumsi, penyerapan dan pemanfaatan zat gizi (Ubro Irene, 2015)

Status gizi seseorang diukur dan dievaluasi untuk menentukan apakah status gizinya normal atau tidak normal. Nilai gizi baik jika tubuh mendapat nutrisi seimbang yang cukup. Nilai gizi buruk jika kekurangan karbohidrat, lemak, protein dan vitamin. Keadaan gizi lebih ketika ada ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi. Konsumsi energi yang berlebihan dapat menyebabkan kegemukan dan obesitas (Ubro Irene, 2015)

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Preferensi makanan remaja di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni dalam kategori netral 11 orang (28,9%), kategori suka 23 orang (60,5%) dan kategori sangat suka 4 orang (10,5%).)
2. Asupan energi remaja putra asrama sekolah swasta RK Serdang Murni memiliki energi kurang 9 orang (23,7%), energi sedang 22 orang (57,9%) dan energi baik 7 orang (18,4%).).
3. Status gizi remaja putra sekolah swasta RK Serdang Murni sebanyak 4 orang (10,5%) dalam keadaan gizi kurang, 29 orang (76,3%) dalam keadaan gizi baik, 4 orang (10,5%) dalam keadaan gizi lebih dan 1 orang (2,6%) berstatus obesitas.
4. Ada hubungan antara preferensi makanan dengan status gizi remaja putra asrama sekolah Swasta RK Serdang Murni menggunakan uji Chi Square yang memberikan $p = 0,002$ dimana $p \leq 0,05$ yang berarti H_0 ditolak.
5. Ada hubungan asupan energi dengan status gizi remaja putra asrama swasta RK Serdang Murni dengan uji Chi Square diperoleh $p = 0,004$ dimana $p \leq 0,05$ yang berarti H_0 ditolak.

B. Saran

1. Siswa diharapkan memperhatikan dan pilihlah makanan yang makan sesuai dengan nilai gizi makanan tersebut
2. Pengelola makanan asrama harus menyiapkan menu yang variatif, bila perlu disiapkan menu 7 hari, agar menunya serba guna dan dapat mengurangi kebosanan siswa dengan makanan yang ditawarkan di asrama.
3. Sekolah harus memperhatikan makanan yang boleh dimakan siswa, baik di rumah siswa maupun di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- AKG. 2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 28 Tahun 2019.
- Amelia. (2013). Hubungan Asupan Energi dan Gizi dengan Status Gizi Santri Putri Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar Makassar Sulawesi Selatan. Universitas Hasanudin.
- Hadju, A.V dan Jafar, P.N. S. (2020). Mendeskripsikan asupan cairan berdasarkan status gizi remaja putri di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar. JGMI: Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia, 9(1), 51-62.
- Dwiningsih, & Pramono, A. (2013). Perbedaan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat dan status gizi remaja perkotaan dan pedesaan. Jurnal Perguruan Tinggi Gizi, Nomor 2, 232-241.
- Febriani, D. (2020). Hubungan asupan energi dan asupan zat gizi makro dengan status gizi remaja putri di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar. Universitas Hasnuddin, XIV, 85.
- Hidayah, N., Rahfiludin, M. dan Aruba, R. (2016). Hubungan status gizi, asupan gizi dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi remaja putri di Pesantren Salafiyah Kauman Kabupaten Pemalang, 2016. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), 4(4), 537-444
- Jilani Hanah. (2019). Validitas relatif dari makanan dan minuman kuasioner yang mencirikan fenotipe rasa anak-anak, remaja dan orang dewasa. Nutrisi, 11.
- Khairani, M., Afrinis, N., & Yusnira. (2021). Asupan energi dan protein gizi gizi bagi siswa Madrasah Aliyah Darul Qur'an tahun 2021. Jurnal Pendidikan Tambusai, 5(3), 10985-10991.
- Langi, J.R. (2022). Hubungan stres dan preferensi makanan terhadap prevalensi obesitas remaja di SMP Negeri 3 Makassar. Skripsi dari Universitas Hasanuddin. Fakultas Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat.

- Livianti, R. 2008. Hubungan Evaluasi Rasa dengan Penerimaan Makan Siang di Pesantren Terpadu Hayyatan Thoyyibah Kota Sukabumi Tahun 2008. Jurusan Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Terapan, Departemen Kesehatan, Bandung. Bandung
- Nurisnaini, A. (2022). Hubungan diet dengan lama makan status gizi remaja usia 13-15 tahun di kota Palembang. Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya.
- P, E.B., Sumarni, & Nisa, F.Z. (2015, September). Faktor-faktor yang berhubungan dengan preferensi konsumen jajanan mahasiswa Universitas Gadjah Mada. Jurnal Nutrisi dan Diet Indonesia, edisi ke-3 3, 131-138.
- Menteri Kesehatan RI. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Pitrasti, R., Hartini, T. N. S. dan Samekto, P. (2015). Perbedaan kebiasaan makan dan status gizi siswa SMA IT Abu Bakar yang tinggal di asrama sekolah dibandingkan dengan siswa yang tidak tinggal di asrama. Skripsi Universitas Gadjah Mada. Fakultas Kedokteran
- Rachmayani, S.A., Kuswari, M., & Melani, V. (2018, Maret). Hubungan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMK Ciawi Bogor. Fakultas Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Esa Unggul 5. No.2, 125-130.
- Riskesdas Sumut. (2018). Riset Kesehatan Dasar Sumatera Utara. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). Penilaian Status Gizi, Ed.2. (E. Rezkina, & C. A. Agustin, Eds.) Jakarta: EGC Medical Book Publisher, XVI, 137-138.
- Sofiah, B.D kaj T.S. Achyar. 2008. Evaluasi sensori. Universitas Padjadjaran, Jatinangor
- Tinah. (2014). Hubungan antara preferensi makanan asrama dan konsumsi makanan dengan status gizi mahasiswa keperawatan

Universitas Medan Ilmu Terapan. Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat, 1.no.2, 31-40.

Ubro Irene dkk. Hubungan asupan energi dengan status gizi mahasiswa kedokteran FK Universitas Sam Ratulangi tahun 2013. proposal PhD. 2015; 1

Vabo, M. dan Hansen, H. (2014). Hubungan antara preferensi makanan dan pilihan makanan: diskusi teoretis. internasional Jurnal Ilmu Bisnis dan Sosial, 5 (7), 145-157

Lampiran 1.

**MASTER TABEL "Hubungan Preferensi Makanan Asrama dan Asupan Energi Pada Remaja Putra
di Asrama Sekolah Swasta RK Serdang Murni"**

Nomor	Nama	Kelas	Tanggal Lahir	Umur	BB	TB	Z-Score	Status Gizi	Kode	FOOD RECALL	FOOD RECALL	FOOD RECALL	Rata-Rata	Jumlah Persen Total Asupan Energi	Kategori asupan energi	Kode	Jumlah total Preferensi Makanan	Jumlah Persen Total Preferensi Makanan	Kategori Preferensi Makanan	Kode
										HARI-1	HARI-2	HARI-3								
1	Irfan	X	20/12/2006	16 tahun	46,8	151,6	-0,16	Gizi baik	2	2600 kkal	2385,1 kkal	2353,5 kkal	2378,3	101,92%	Baik	3	322	80%	Suka	5
2	Anta	X	25/05/2007	15 tahun	69,5	166,8	1,23	Gizi lebih	3	2115,6 kkal	2327,8 kkal	2181,5 kkal	2208,3	82,32%	Sedang	3	314	75,66%	Suka	5
3	Rizki	X	27/12/2006	16 tahun	52,4	160,3	-0,15	Gizi baik	2	2239,0 kkal	2242,5 kkal	2195,3 kkal	2225,6	82,84%	Sedang	3	203	48,91%	Netral	5
4	Andreo	X	06/05/2005	15 tahun	55,3	167,9	-0,84	Gizi baik	2	2397,4 kkal	2218,4 kkal	2220,4 kkal	2278,7	83,78%	Sedang	3	278	68,98%	Suka	4
5	Cristian	X	17/07/2006	16 tahun	46,9	163,4	-2,15	Gizi kurang	1	1683,6 kkal	2248,4 kkal	2233,4 kkal	2055,1	77,55%	Kurang	2	210	50,60%	Netral	3
6	Karel	X	25/12/2007	15 tahun	46,8	151,6	0,06	Gizi baik	2	2390,9 kkal	2335,9 kkal	2241,7 kkal	2322,8	88,14%	Sedang	3	286	68,91%	Suka	4
7	Aldryan	X	25/05/2007	15 tahun	58,9	174,2	-0,45	Gizi baik	2	2252,6 kkal	2365,8 kkal	2309,2 kkal	2309,2	87,13%	Sedang	3	296	71,32%	Suka	4
8	Raju	XI	26/03/2008	15 tahun	60,7	169,2	0,49	Gizi baik	2	1355,7 kkal	2048,7 kkal	2214,5 kkal	1875,9	78,16%	Kurang	3	220	53,01%	Netral	4
9	Jhon	X	05/05/2007	16 tahun	55,6	163,8	0,07	Gizi baik	2	1355,6 kkal	2107,8 kkal	2214,5 kkal	1892,6	78,88%	Kurang	3	284	68,43%	Netral	4
10	Egy	XI	01/01/2007	16 tahun	59,4	163,8	0,49	Gizi baik	2	2280,5 kkal	2260,3 kkal	2137,8 kkal	2226,2	80,67%	Sedang	3	285	68,67%	Suka	4
11	Edo	XI	02/08/2006	16 tahun	54,1	157,8	0,25	Gizi baik	2	2397,4 kkal	2248,8 kkal	2292,8 kkal	2313	87,28%	Sedang	3	302	72,77%	Suka	4
12	Jamsar	XI	03/01/2007	16 tahun	59	175,2	-0,64	Gizi baik	2	2317,3 kkal	2275,1 kkal	2334,7 kkal	2309	87,13%	Sedang	3	336	81%	Suka	5
13	Erwinsyah	XI	02/08/2006	16 tahun	49,5	159,1	-0,6	Gizi baik	2	2385,1 kkal	2450,3 kkal	2492,2 kkal	2442,2	101,77%	Baik	3	336	80,96%	Sangat Suka	4
14	Sandi	XI	21/02/2006	17 tahun	62,3	174,6	-0,33	Gizi baik	2	2263,2 kkal	2385,1 kkal	2287,2 kkal	2311,9	87,24%	Sedang	3	280	67,46%	Suka	3
15	Willy	XI	01/11/2006	16 tahun	48,1	169,6	-2,02	Gizi kurang	1	2010,0 kkal	2007,1 kkal	2293,6 kkal	2103,5	79,37%	Kurang	2	239	57,59%	Netral	3
16	Riski	XI	21/06/2006	16 tahun	43	156,1	-2,03	Gizi kurang	1	1721,4 kkal	2118,5 kkal	2262,8 kkal	2034,1	76,75%	Kurang	2	308	74,21%	Netral	3
17	Hendri	XI	27/02/2005	18 tahun	60,4	165,3	0,1	Gizi baik	2	2485,5 kkal	2385,8 kkal	2495,2 kkal	2455,5	102,31%	Baik	3	287	69,15%	Suka	4
18	Ogi	XI	20/07/2005	17 tahun	46,9	163,1	-0,97	Gizi baik	2	2280,5 kkal	2287,5 kkal	2149,1 kkal	2239,2	84,51%	Sedang	3	303	73,01%	Suka	4
19	Chris	X	20/12/2006	16 tahun	56,1	168,1	-0,37	Gizi baik	2	2274,0 kkal	2310,4 kkal	2067,7 kkal	2217,3	83,67%	Sedang	3	292	70,36%	Suka	4
20	Yuanda	IX	30/09/2005	17 tahun	53,1	158,6	-0,15	Gizi baik	2	1683,6 kkal	2248,4 kkal	2233,4 kkal	2055,1	77,55%	Kurang	3	301	72,53%	Netral	4
21	Riwa	VIII	07/09/2008	14 tahun	53,9	162,8	0,31	Gizi baik	2	1798,8 kkal	1708,9 kkal	2144,9 kkal	1884,1	78,50%	Kurang	3	245	58,96%	Netral	5
22	Jamsel	VIII	08/12/2010	12 tahun	71,8	174,6	0,91	Gizi baik	2	2300,3 kkal	1708,9 kkal	2107,5 kkal	2038,9	84,95%	Sedang	3	330	79,51%	Suka	5
23	Dewa	XI	05/01/2010	13 tahun	52,1	160,7	0,66	Gizi baik	2	2650,2 kkal	2390,5 kkal	2444,6 kkal	2485,2	103,55%	Baik	3	326	78,55%	Suka	5
24	Evan	VII	14/05/2010	13 tahun	61	164,3	0,24	Gizi baik	2	2218,7 kkal	2085,8 kkal	2263,6 kkal	2188,9	82,60%	Sedang	3	326	78,55%	Suka	4
25	Marben	VII	28/11/2010	12 tahun	61,9	163,3	0,57	Gizi baik	2	2173,5 kkal	2266,1 kkal	2193,5 kkal	2211	92,12%	Sedang	3	321	77,34%	Suka	4
26	Gabriel	VIII	06/08/2009	13 tahun	44,6	154,9	-0,11	Gizi baik	2	1355,7 kkal	2048,7 kkal	2214,5 kkal	1875,9	78,16%	Kurang	3	240	57,83%	Netral	4
27	Ondo	VIII	18/09/2009	13 tahun	33,6	131,2	0,32	Gizi baik	2	2134,3 kkal	2237,8 kkal	2212,9 kkal	2195	91,45%	Sedang	3	379	91,32%	Sangat Suka	4
28	Jhonas	VIII	28/11/2009	13 tahun	63	155	1,97	Gizi lebih	3	2358,6 kkal	2450,3 kkal	2492,1 kkal	2109,7	101,40%	Baik	3	256	61,68%	Suka	4
29	Mario	IX	05/06/2008	14 tahun	39,5	143	-0,18	Gizi baik	2	2500,4 kkal	2348,8 kkal	2492,2 kkal	2447,13	101,96%	Baik	3	284	68,43%	Suka	4
30	Nopiyandi	IX	26/11/2008	14 tahun	53,4	168,9	-0,29	Gizi baik	2	1906,9 kkal	2227,4 kkal	2235,5 kkal	2123,2	88,46%	Sedang	3	215	51,80%	Netral	4
31	Alexander	IX	02/06/2008	14 tahun	71,4	166,2	0,71	Gizi lebih	3	2003,5 kkal	2241,9 kkal	2312,4 kkal	2185,9	91,07%	Sedang	3	216	62,89%	Suka	5
32	Andre	IX	17/09/2008	14 tahun	54,2	157,2	0,81	Gizi baik	2	2122,7 kkal	2009,7 kkal	2344,5 kkal	2158,9	89,95%	Sedang	3	332	80,48%	Sangat Suka	5
33	Tri King	IX	19/11/2008	14 tahun	44,9	157,5	-0,59	Gizi baik	2	2361,7 kkal	2358,7 kkal	2281,7 kkal	2334,03	97,25%	Sedang	3	305	73,49%	Suka	5
34	Daniel	IX	28/06/2008	14 tahun	70,8	166,8	1,61	Gizi lebih	3	2165,8 kkal	2244,0 kkal	2246,1 kkal	2218,6	92,44%	Sedang	3	267	63,37%	Suka	5
35	Fihay	VIII	22/09/2009	13 tahun	50,5	150,1	0,85	Gizi baik	2	2106,6 kkal	2346,7 kkal	2324,9 kkal	2259,4	94,14%	Sedang	3	276	66,50%	Suka	5
36	Jhon Okto	VIII	07/10/2009	13 tahun	45,4	160,1	-2,01	Gizi kurang	1	1798,8 kkal	1708,9 kkal	2144,9 kkal	1884,1	78,50%	Kurang	2	249	60%	Netral	3
37	Natanael	IX	26/11/2008	14 tahun	54,7	161,1	0,64	Gizi baik	2	2114,8 kkal	2227,4 kkal	2119,4 kkal	2153,9	89,74%	Sedang	3	304	73,25%	Suka	5
38	Jhon Ramn	IX	23/05/2008	14 tahun	42,9	152,3	2,07	Obesitas	4	2450 kkal	2385,1 kkal	2550,2 kkal	2215,03	102,57%	Baik	3	390	93,97%	Sangat Suka	5

Lampiran 2.

Frekuensi Variabel

prenfensi makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Netral	3	7.9	7.9	7.9
	Sangat Suka	7	18.4	18.4	26.3
	Suka	28	73.7	73.7	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

asupan energi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	6	15.8	15.8	15.8
	Sedang	32	84.2	84.2	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

status gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi baik	29	76.3	76.3	76.3
	Gizi kurang	4	10.5	10.5	86.8
	Gizi lebih	3	7.9	7.9	94.7
	Obesitas	2	5.3	5.3	100.0
	Total	38	100.0	100.0	

Lampiran 3.

HASIL UJI STATISTIK

1. Analisis SPSS preferensi makanan remaja dengan status gizi di asrama sekolah swasta RK Sedang Murni

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Preferensi Makanan * Kategori Status Gizi	38	100.0%	0	0.0%	38	100.0%

Kategori Preferensi Makanan * Kategori Status Gizi Crosstabulation

			Kategori Status Gizi				Total
			Gizi kurang	Gizi baik	Gizi lebih	Obesitas	
Kategori Preferensi Makanan	Netral	Count	4	7	0	0	11
		Expected Count	1.2	8.4	1.2	.3	11.0
		% within Kategori Preferensi Makanan	36.4%	63.6%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Kategori Status Gizi	100.0%	24.1%	0.0%	0.0%	28.9%
		% of Total	10.5%	18.4%	0.0%	0.0%	28.9%
		Suka	Count	0	19	4	0
	Expected Count		2.4	17.6	2.4	.6	23.0
	% within Kategori Preferensi Makanan		0.0%	82.6%	17.4%	0.0%	100.0%
	% within Kategori Status Gizi		0.0%	65.5%	100.0%	0.0%	60.5%
	% of Total		0.0%	50.0%	10.5%	0.0%	60.5%
	Sangat Suka		Count	0	3	0	1
		Expected Count	.4	3.1	.4	.1	4.0
		% within Kategori Preferensi Makanan	0.0%	75.0%	0.0%	25.0%	100.0%
		% within Kategori Status Gizi	0.0%	10.3%	0.0%	100.0%	10.5%
		% of Total	0.0%	7.9%	0.0%	2.6%	10.5%
Total		Count	4	29	4	1	38
	Expected Count	4.0	29.0	4.0	1.0	38.0	
	% within Kategori						

2. Hasil analisis SPSS asupan energi remaja dengan status gizi di asrama sekolah swasta RK Sedang Murni

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Asupan Energi * Kategori Status Gizi	38	100.0%	0	0.0%	38	100.0%

Kategori Asupan Energi * Kategori Status Gizi Crosstabulation

			Kategori Status Gizi				Total
			Gizi kurang	Gizi baik	Gizi lebih	Obesitas	
Kategori Asupan Energi	Kurang	Count	4	5	0	0	9
		Expected Count	.9	6.9	.9	.2	9.0
		% within Kategori Asupan Energi	44.4%	55.6%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Kategori Status Gizi	100.0%	17.2%	0.0%	0.0%	23.7%
		% of Total	10.5%	13.2%	0.0%	0.0%	23.7%
	Sedang	Count	0	19	3	0	22
		Expected Count	2.3	16.8	2.3	.6	22.0
		% within Kategori Asupan Energi	0.0%	86.4%	13.6%	0.0%	100.0%
		% within Kategori Status Gizi	0.0%	65.5%	75.0%	0.0%	57.9%
		% of Total	0.0%	50.0%	7.9%	0.0%	57.9%
	Baik	Count	0	5	1	1	7
		Expected Count	.7	5.3	.7	.2	7.0
		% within Kategori Asupan Energi	0.0%	71.4%	14.3%	14.3%	100.0%
		% within Kategori Status Gizi	0.0%	17.2%	25.0%	100.0%	18.4%
		% of Total	0.0%	13.2%	2.6%	2.6%	18.4%
	Total	Count	4	29	4	1	38
		Expected Count	4.0	29.0	4.0	1.0	38.0

% within Kategori	10.5%	76.3%	10.5%	2.6%	100.0%
Asupan Energi					
% within Kategori	100.0%	100.0	100.0	100.0%	100.0%
Status Gizi		%	%		

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	19.382 ^a	6	.004
Likelihood Ratio	17.933	6	.006
N of Valid Cases	38		

a. 9 cells (75,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,18.

Lampiran 4.

KUESIONER PREFERENSI MAKANAN DI ASRAMA SEKOLAH SWASTA RK MURNI SERDANG

A. Identitas responden

Nama :

Tgl lahir :

Umur :

Kelas :

B. Petunjuk pengisian kuasioner terhadap jenis menu makanan

Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan setiap nomor pertanyaan menurut pendapat Anda.

Deskripsi jawabannya

SS : Sangat Suka

Suka : Suka

Netral : N

TS : Tidak suka

STS : Sangat Tidak Suka

No	Jenis Menu	SS (5)	S (4)	N (3)	TS (2)	STS (1)
	A. Kelompok makanan utama					
1	Nasi Putih					
2	Nasi Goreng					
3	Bubur Kacang Hijau					
4	Mietaw					
5	Mie kuning goreng					
6	Infumie					
7	Mie ayam					

8	Soto ayam					
---	-----------	--	--	--	--	--

No	Jenis Menu	SS (5)	S (4)	N (3)	TS (2)	STS (1)
	B. Kelompok Lauk Hewani					
9	Daging ayam gulai					
10	Daging ayam rendang					
11	Daging ayam sambal hijau					
12	Daging ayam rica-rica					
13	Sup daging ayam					
14	Ikan teri sambal					
15	Udang halus sambal					
16	Bakso ikan					
17	Ikan tongkol gulai					
18	Ikan tongkol goreng					
19	Ikan tongkol sambal					
20	Ikan nila arsik					
21	Ikan nila gulai					
22	Ikan nila sambal					
23	Ikan tepung lele goreng					
24	Ikan lele sambal					
25	Ikan lidah goreng					
26	Ikan lidah sambal					
27	Ikan gembung arsik					
28	Ikan gembung goreng					
29	Telur ayam mata sapi					
30	Telur ayam sambal balado					

31	Sup telur ayam					
	C. Kelompok lauk nabati					
32	Tempe sambal balado					

33	Tempe kecap					
35	Tempe crispy tepung sajiku					
36	Perkeddel tempe					
37	Gulai tempe					
38	Tahu sambal balado					
39	Perkeddel tahu					
36	Bakwan tahu					
39	Gulai tahu					
40	Bakwan tahu					
41	Gulai tahu					
42	Tahu kecap					
43	Tahu crispy tepung sajiku					
44	Tauco temped an tahu					
45	Tahu crispy tepung sajiku					
46	Tauco tempe dan tahu					
	D. Kelompok sayuran					
47	Sayur daun ubi santan					
48	Sayur daun ubi rebus					
49	Sayur daun ubi tumis					
50	Sayur kangkung rebus					
51	Sayur kangkung tumis					
52	Sayur wortel tumis					
53	Sayur sup wortel					

54	Sayur tauge tumis					
55	Sayur tauge santan					
56	Sayur labu tumis					
57	Sayur labu rebus					
58	Sayur kentang rebus					
No	Jenis Menu	SS (5)	S (4)	N (3)	TS (2)	STS (1)
59	Sayur sup kentang					
60	Sayur sawi tumis					
61	Sayur kool putih tumis					
62	Sayur kool putih santan					
63	Sayur tauge tumis					
64	Sayur tauge santan					
65	Sayur labu tumis					
66	Sayur labu rebus					
67	Sayur kentang rebus					
68	Sayur sup kentang					
69	Sayur gulai kentang					
70	Sayur sawi tumis					
71	Sayur kool putih tumis					
72	Sayur kool putih santan					
73	Sayur Capcai					
74	Sayur Tauco kacang panjang					
75	Sayur genjer santan					
76	Sayur genjer tumis					
77	Sayur pakis santan					
78	Sayur pakir tumis					

	E. Kelompok buah-buahan					
79	Pisang					
80	Semangka					
81	Papaya					
82	Jambu					
83	Jeruk					

Lampiran 5.

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM INDIVIDU

Nama : Jenis Kelamin :
Tanggal : Berat Badan : kg
Hari ke : Tinggi Badan : cm

Waktu Makan	Menu	Bahan	URT	Gram

Lampiran 6.

ANALISIS KESELURUHAN PERHITUNGAN

HASIL DARI PERHITUNGAN DIET/

Food Recall Hari Pertama

Nama Makanannya	Jumlah	energy	carbohydr.
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
ikan asin kembung	60 g	67,3 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tomat masak	10 g	2,1 kcal	0,5 g

Meal analysis: energy 372,5 kcal (21 %), carbohydrate 57,7 g (20 %)

kue pia kac. ijo	75 g	170,3 kcal	39,2 g
------------------	------	------------	--------

Meal analysis: energy 170,3 kcal (10 %), carbohydrate 39,2 g (14 %)

nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
ikan tongkol	60 g	66,5 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
sayur daun singkong	50 g	31,0 kcal	1,9 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
teh manis	100 g	12,9 kcal	3,2 g
gula pasir	10 g	38,7 kcal	10,0 g

Meal analysis: energy 495,3 kcal (28 %), carbohydrate 72,2 g (25 %)

wafer interbis	50 g	153,0 kcal	31,9 g
wafer	36 g	110,1 kcal	23,0 g

Meal analysis: energy 263,1 kcal (15 %), carbohydrate 54,9 g (19 %)

nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
ikan asin kembung	60 g	67,3 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tomat masak	10 g	2,1 kcal	0,5 g
sayur sop	50 g	52,0 kcal	5,3 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g

Meal analysis: energy 467,6 kcal (26 %), carbohydrate 62,9 g (22 %)

HASIL JUMLAH SEMUA PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
----------	-------------------------	---------------------------	-------------------------

energy	1768,8 kcal	2500,0 kcal	71 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	65,0 g(15%)	60,0 g(12 %)	108 %
fat	38,5 g(19%)	100,0 g(< 30 %)	39 %
carbohydr.	286,8 g(66%)	458,0 g(> 55 %)	63 %
dietary fiber	7,2 g	30,0 g	24 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	3,5 g	10,0 g	35 %
cholesterol	82,9 mg	-	-
Vit. A	1702,6 µg	1100,0 µg	155 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,6 mg	1,3 mg	48 %
Vit. B2	0,4 mg	1,5 mg	26 %
Vit. B6	1,1 mg	1,6 mg	69 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	13,8 mg	100,0 mg	14 %
sodium	2440,8 mg	2000,0 mg	122 %
potassium	1298,7 mg	3500,0 mg	37 %
calcium	174,8 mg	1200,0 mg	15 %
magnesium	254,5 mg	400,0 mg	64 %
phosphorus	780,1 mg	1250,0 mg	62 %
iron	5,7 mg	12,0 mg	47 %
zinc	4,4 mg	10,0 mg	44 %

HASIL DARI PERHITUNGAN DIET/

Food Recall Hari Kedua

Nama Makanannya	Jumlah	energy	carbohydr.
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
tahu	50 g	38,0 kcal	0,9 g
tempe kedele murni	50 g	99,5 kcal	8,5 g
minyak kelapa sawit	10 g	86,2 kcal	0,0 g
tomat muda	10 g	2,1 kcal	0,5 g
Meal analysis: energy 485,9 kcal (28 %), carbohydrate 67,1 g (31 %)			
risoles	50 g	123,4 kcal	16,6 g
pisang goreng	50 g	79,0 kcal	8,8 g
Meal analysis: energy 202,4 kcal (12 %), carbohydrate 25,4 g (12 %)			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
ikan kembung	60 g	67,3 kcal	0,0 g
sayur caisin	50 g	5,5 kcal	1,1 g
minyak kelapa sawit	10 g	86,2 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 419,0 kcal (24 %), carbohydrate 58,4 g (27 %)			
minuman susu ultra / ultra milk	100 g	66,0 kcal	4,8 g
Meal analysis: energy 66,0 kcal (4 %), carbohydrate 4,8 g (2 %)			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
toge kacang hijau mentah	50 g	30,5 kcal	2,4 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
terong putih mentah	30 g	8,4 kcal	2,0 g
ikan asin teri	60 g	201,1 kcal	0,0 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 586,2 kcal (33 %), carbohydrate 61,6 g (28 %)			

HASIL JUMLAH SEMUA PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemuahan
energy	1759,5 kcal	2500,0 kcal	70 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	88,6 g(20%)	60,0 g(12 %)	148 %
fat	59,3 g(30%)	100,0 g(< 30 %)	59 %

carbohydr.	217,2 g(50%)	458,0 g(> 55 %)	47 %
dietary fiber	6,4 g	30,0 g	21 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	10,5 g	10,0 g	105 %
cholesterol	98,0 mg	-	-
Vit. A	1608,3 µg	1100,0 µg	146 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,6 mg	1,3 mg	43 %
Vit. B2	0,7 mg	1,5 mg	48 %
Vit. B6	1,4 mg	1,6 mg	86 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	17,2 mg	100,0 mg	17 %
sodium	1231,4 mg	2000,0 mg	62 %
potassium	1904,5 mg	3500,0 mg	54 %
calcium	1319,6 mg	1200,0 mg	110 %
magnesium	357,1 mg	400,0 mg	89 %
phosphorus	1500,4 mg	1250,0 mg	120 %
iron	8,6 mg	12,0 mg	71 %
zinc	8,6 mg	10,0 mg	86 %

HASIL DARI PERHITUNGAN DIET/

Nama Makanannya	Jumlah	energy	carbohydr.
nasi putih 200 g	260,0 kcal	57,2 g	
telur goreng	50 g	95,5 kcal	0,5 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tomat muda	10 g	2,1 kcal	0,5 g
cabe merah	5 g	1,4 kcal	0,3 g
Meal analysis: energy 402,1 kcal (19 %), carbohydrate 58,5 g (20 %)			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
ikan merah kecil	60 g	253,8 kcal	0,0 g
sayur caisin	50 g	5,5 kcal	1,1 g
minyak kelapa sawit	10 g	86,2 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 605,6 kcal (29 %), carbohydrate 58,4 g (20 %)			
nasi goreng	100 g	250,0 kcal	20,1 g
kue pia kac. ijo	75 g	170,3 kcal	39,2 g
teh kotak	100 g	50,0 kcal	10,0 g
Meal analysis: energy 470,2 kcal (22 %), carbohydrate 69,3 g (23 %)			
nasi putih	200 g	260,0 kcal	57,2 g
mie soun	50 g	190,5 kcal	45,7 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
tempe kedele murni	50 g	99,5 kcal	8,5 g
minyak kelapa sawit	5 g	43,1 kcal	0,0 g
Meal analysis: energy 636,3 kcal (30 %), carbohydrate 111,4 g (37 %)			

HASIL JUMLAH SEMUA PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	2114,2 kcal	2500,0 kcal	85 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	72,3 g(14%)	60,0 g(12 %)	120 %
fat	67,2 g(28%)	100,0 g(< 30 %)	67 %
carbohydr.	297,4 g(58%)	458,0 g(> 55 %)	65 %
dietary fiber	6,1 g	30,0 g	20 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	19,0 g	10,0 g	190 %
cholesterol	277,5 mg	-	-
Vit. A	1394,3 µg	1100,0 µg	127 %
carotene	0,0 mg	-	-

Vit. E	0,0 mg	-	-
Vit. B1	0,4 mg	1,3 mg	30 %
Vit. B2	0,7 mg	1,5 mg	47 %
Vit. B6	0,9 mg	1,6 mg	56 %
folic acid eq.	0,0 µg	-	-
Vit. C	14,2 mg	100,0 mg	14 %
sodium	422,4 mg	2000,0 mg	21 %
potassium	2180,6 mg	3500,0 mg	62 %
calcium	1234,7 mg	1200,0 mg	103 %
magnesium	335,4 mg	400,0 mg	84 %
phosphorus	1353,8 mg	1250,0 mg	108 %
iron	6,0 mg	12,0 mg	50 %
zinc	8,0 mg	10,0 mg	80 %

Lampiran 7.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap : Dora Efriani Roito Tumangger
Tempat Lahir : Medan
Tanggal Lahir : 08 April 2002
Jumlah Anggota Keluarga : 5
Alamat Rumah : Desa Traju Kecamatan Siempat Rube
Kabupaten Pakpak Bharat
No Handphone : 081370491448
Riwayat Pendidikan :

1. SD 037728 Traju

2. SMP NEGERI 1 Siempat Rube

3. SMA NEGERI 1 Salak

4. Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi

Hobby : Berolahraga

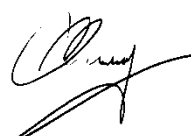
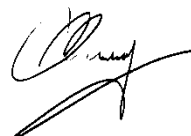
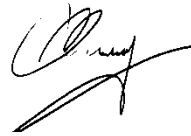
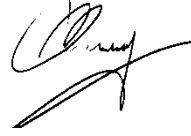
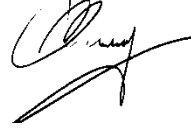
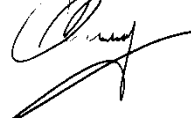
Motto : Tidak ada masalah yang selesai dengan
menangis.

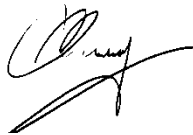
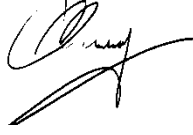
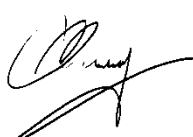
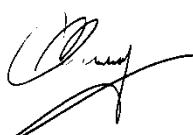
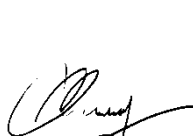
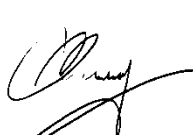
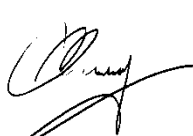
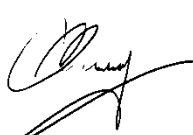
Lampiran 8.**BUKTI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

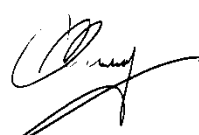
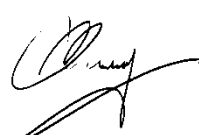
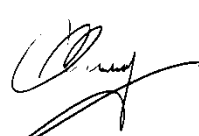
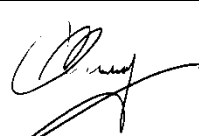
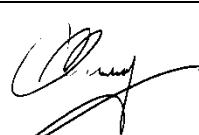
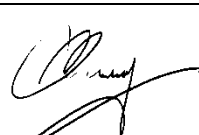
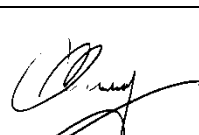
Nama : Dora Efriani Roito Tumangger

Nim : P01031120090

Nama Pembimbing : Emi Inayah Sari Siregar,SKM,M.Kes

NO	Waktu Bimbingan	Topik Bimbingan	Tanda tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
1	12/09/2022	Perkenalan dan membicarakan topik Penelitian		
2	19/09/2022	Diskusi tentang judul Penelitian		
3	28/09/ 2022	Pengajuan Judul Penelitian		
4	18/10/2022	Pengesahan Judul Penelitian		
5	6/11/ 2022	Revisi bab 1		
6	11/11/2022	Revisi bab 2-3		

7	13/11/ 2022	Studi Pendahuluan	 . 
8	24/11/2022	Revisi ke-2 bab 1-3	 . 
9	7/12/ 2022	Revisi ke-3 bab 1-3	 . 
10	7/12/2022	Acc Usulan penelitian	 . 
11	28/12/2022	Seminar Usulan Penelitian	 . 
12	24/01/2023	Revisi Proposal	 . 
13	26/01/2023	ACC Usulan Penelitian	 . 
14	31/01/2023	ACC Revisi Usulan penelitian dari penguji 1	 . 

14	03/02/2023	ACC Revisi Usulan penelitian dari penguji 2	 . 
15	16/05/ 2023	Revisi bab 4-5	 . 
16	18/05/2023	Revisi bab 4-5	 . 
17	22/05/2023	Revisi bab 1-5	 . 
18	24/05/2023	Revisi bab 1-5	 . 
19	25/05/2023	ACC karya tulis Ilmiah	 . 
20	31/05/2023	Seminar hasil karya tulis Ilmiah	 . 

Lampiran 9.

SURAT UNTUK PENELITIAN

 **KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
Jl. Jamin Ginting KM 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telp. 061 - 8368633 - Fax : 061 - 8368644
Website: www.poltekkes-medan.ac.id; email: poltekkes.medan@yahoo.com

 Lubuk Pakam, 9 Februari 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/0722/2023
Lampiran : -
Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni

di _ Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploman III Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Dora Efriani Roito Tumangger
NIM : P010311120090
Judul : Hubungan Preferensi Makanan Asrama dan Asupan Energi Dengan Status Gizi Remaja Putra di Asrama Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Gizi

Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes
NIP. 1964031219870310003





KEMENKES RI

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLTEKKES KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136

Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644

email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01/1429/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“Hubungan Preferensi Makanan Asrama Dan Asupan Energi Dengan Status Gizi Remaja Putra Di Asrama Sekolah Swasta Rum Katolik Serdang Murni”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/ Peneliti Utama : **Dora Efriani Roito Tumangger**
Dari Institusi : **Jurusan DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian.
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 26 Februari 2023
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Ketua,

[Signature]
Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001

Lampiran 10.

SURAT BALASAN DARI TEMPAT PENELITIAN

YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO
ASRAMA SEKOLAH SWASTA RUM KATOLIK
SERDANG MURNI

Jl. Pematangsiantar No. 146, Hp: 08526089089
Email : asputstpiuslubukpakam@gmail.com
LUBUK PAKAM – Deli Serdang

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sr. Intan Seriana Nainggolan KYM
Jabatan : Direkris Asrama Putra Sekolah Swasta RK Serdang Murni
Unit Kerja : Asrama Putra

Dengan ini memberikan izin penelitian kepada :

Nama : Dora Efriani Roito Tumanger
NIM : P01031120090
Program Studi : Program Studi D-III Gizi
Judul KTI : "Hubungan Preferensi Makanan Asrama dan Asupan Energi
Dengan Status Gizi Remaja Putra di Asrama Sekolah Swasta
Rum Katolik Serdang Murni"
Tempat Penelitian : Asrama Sekolah Swasta Rum Katolik Serdang Murni

Benar telah melaksanakan penelitian di Asrama Sekolah Swasta Rum Katolik Serdang Murni di Jl. P.Siantar Nomor 146, Cemara, Lubuk Pakam, Tj. Garbus Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara pada tanggal 28 April Sampai dengan selesai.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Lubuk Pakam, 31 Juli 2023
Direkris Asrama Putra



Sr. Intan Seriana Nainggolan KYM

Lampiran 11.

DOKUMENTASI WAKTU PENELITIAN



Gambar 1. Mengukur tinggi badan siswa di asrama sekolah swasta RK Sedang Murni



Gambar 2. Mengukur berat badan siswa di asrama sekolah swasta RK Sedang Murni

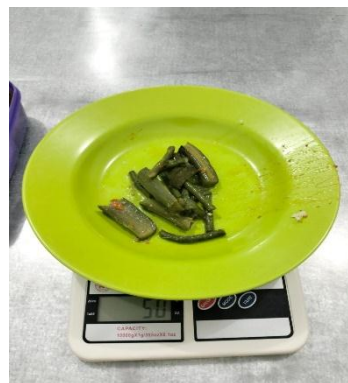


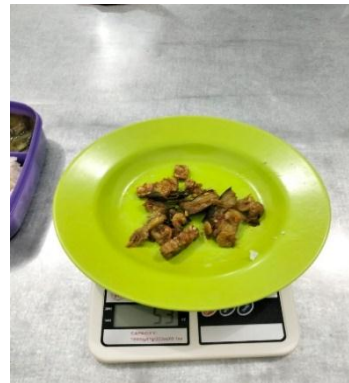


Gambar 3. Wawancara food recall 24 jam pada siswa di asrama sekolah swasta RK Sedang Murni



Gambar 4. Pengisian kuasioner preferensi makanan pasa siswa di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni





Gambar 5. Penimbangan makanan yang disajikan di asrama sekolah swasa Rk Serdang Murni





Gambar 6. Penyajian makanan pada siswa di asrama sekolah swasta RK Serdang Murni

Lampiran 4.

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dora Efriani Roito Tumangger

NIM : P01031120090

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Karya Tulis Ilmiah adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan)

Yang membuat pernyataan



(Dora Efriani Roito Tumangger)

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLTEKKES KESEHATAN KEMENKES MEDAN**



3 RI Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com

**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01.1429/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“Hubungan Preferensi Makanan Asrama Dan Asupan Energi Dengan Status Gizi Remaja Putra Di Asrama Sekolah Swasta Rum Katolik Serdang Murni”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Dora Efriani Roito Tumangger**
Dari Institusi : **Jurusan DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian.
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 26 Februari 2023
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Ketua,


Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001