

Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang diet yang ideal terhadap pemenuhan diet yang kurang tepat di SMK Putra Bangsa Depok

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20276738&lokasi=lokal>

Abstrak

Pemenuhan diet pada usia remaja putri merupakan hal yang sangat penting dalam masa pertumbuhan remaja putri yang membutuhkan nutrisi lebih banyak dari pertumbuhan sebelumnya. Maka dari itu, pengetahuan mengenai pemenuhan diet yang ideal sangat diperlukan oleh remaja untuk memenuhi kebutuhan dietnya yang sesuai dengan standar yang ada. Secara garis besar remaja putri sering melakukan pemenuhan diet yang tidak tepat sehingga dapat mempengaruhi kesehatannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang diet yang ideal terhadap pemenuhan diet yang kurang tepat. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi yang dilakukan pada remaja putri SMK Putra Bangsa Depok. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner penelitian yang terdiri dari pengisian data demografi, pertanyaan pilihan ganda, dan pernyataan sumber informasi dengan menggunakan pilihan ya dan tidak. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan antara tingkat pengetahuan putri mengenai diet yang ideal terhadap pemenuhan diet yang kurang tepat ($r = 0,05$, $P=1$). Rekomendasi dari penelitian ini adalah dilakukannya penelitian yang lebih spesifik lagi mengenai hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang diet yang ideal terhadap pemenuhan diet yang tidak tepat.

Kata kunci: diet; ideal; nutrisi; pengetahuan; remaja putri