

ABSTRAK

Nama : Aria Novitasari
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul : Hubungan Karakteristik, Pengetahuan, Sikap Dan Faktor Lingkungan Dengan Perilaku Makan Berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) Pada Atlet Remaja Di Gelora Bung Karno Senayan Jakarta Tahun 2009

Penggunaan PUGS merupakan cara termudah untuk merencanakan asupan makan atlet remaja guna terpenuhi kebutuhan zat gizinya. Ada dua faktor yang banyak memengaruhi perilaku makan atlet remaja yaitu faktor individu dan lingkungan. Faktor lingkungan yang banyak berpengaruh antara lain orang tua, teman, media massa serta faktor sosial lainnya seperti lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan total sampel 103 responden. Berdasarkan hasil penelitian diketahui separuh responden (50,5%) merupakan kelompok remaja awal (usia 11-16 tahun). Sebagian besar responden memiliki pengetahuan, sikap dan perilaku PUGS yang baik. Teman dan pelatih berpengaruh besar pada perilaku makan responden. Ternyata hampir seluruh responden belum pernah melihat media berisikan pesan PUGS. Hasil penelitian diperoleh ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan pengaruh teman dengan perilaku makan atlet remaja berdasarkan PUGS.

Kata kunci: PUGS, karakteristik responden, pengetahuan, sikap, faktor lingkungan, perilaku makan.

ABSTRACT

Name : Aria Novitasari
Study Program : Public Health
Title : Relationship of Characteristics, Knowledge, Attitude and Environment Factors with eating behavior based on Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) In Adolescent Athletes Gelora Bung Karno Senayan Jakarta at 2009

Using PUGS is the easiest way to plan athlete's food intake in order to met their nutrition intake. There are two factors that influence the eating behavior of youth athletes, individual and environmental factors. Enviromental factors include parents, peer group, mass media and the other social factors such is school environment. This research uses cross sectional design with a total of 103 sample. The results are more than half respondents (50.5%) is early adolescents group (age 11-16 years). Most of the respondents have good knowledge, attitudes and behavior about PUGS. Friends and trainers have a strong related to respondents eating behavior. In fact almost all respondents have never seen media messages containing PUGS. There are significant correlation between knowledge and the influence of friends with adolescent athlete's eating behavior based on PUGS.

Keywords: PUGS, respondent characteristics, knowledge, attitudes, environmental factors, eating behavior.