

PERILAKU GIZI PADA PEMILIHAN MAKANAN SEHARI-HARI SISWA SDIT DAARUL FIKRI

*Hasnah Nur Layla , Ellis Endang Nikmawati², dan Ai Mahmudatussa'adah²
Program Studi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK FPTK UPI*

ABSTRAK

Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap dan praktik terhadap makanan serta unsur unsur yang terkandung didalamnya. Pengolahan makanan, dan sebagainya sehubungan dengan kebutuhan tubuh. Sekolah Dasar Islam Terpadu Daarul Fikri adalah sekolah dasar yang menyelenggarakan pembelajaran pendidikan gizi melalui mata pelajaran IPA yang dipelajari di kelas V semester genap dengan tema hubungan makanan dan kesehatan sebagai pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi seimbang. Berdasarkan informasi yang diperoleh siswa diharapkan siswa mampu berperilaku gizi yang baik dalam memilih makanan bergizi seimbang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perilaku gizi siswa pada pemilihan makanan sehari-hari dari aspek pengetahuan, sikap dan praktik gizi siswa pada pemilihan makanan sehari-hari. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif. Populasi penelitian sebanyak 207 siswa dengan jumlah sampel 48 siswa. Alat pengumpulan data menggunakan tes dan angket. Teknik pengolahan data dengan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan gizi siswa Sebanyak 17% berada pada kategori sangat baik, 38% berada pada kategori baik, 23% berada pada kategori cukup, dan 23% berada pada kategori kurang . Sikap gizi siswa 13% termasuk pada kategori sangat baik, 83% pada kategori baik dan 4% pada kategori cukup. Keterampilan atau praktik gizi 2% berada pada kategori sangat baik, 96% berada pada kategori baik dan 2% berada pada kategori cukup. Rekomendasi penulis Siswa diharapkan dapat menerapkan informasi yang diperoleh terkait pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehari-hari yaitu dengan memilih makanan yang bergizi.

Kata Kunci : *Perilaku Gizi, Pemilihan Makanan Sehari-hari, SDIT Daarul Fikri*

CONDUCT FOOD NUTRITION IN SELECTING THE DAILY STUDENT SDIT DAARUR FIKRI

ABSTRACT

This behavior includes the knowledge, perceptions, attitudes and practices of the food as well as the elements contained inside. Food processing and such others, are relation to the needs of the body. Integrated Islamic of Elementary School Daarul Fikri is a primary school, who studied conducting nutrition education through science subjects in class V semester with the theme of the relationship of food and health as students' knowledge of nutritionally balanced food. Based on the information obtained by the student is expected that students are able to behave good nutrition in choosing a balanced nutritious diet. The purpose of this study was to determine how the nutritional behavior of students in the selection of food daily from the aspect of knowledge, attitude and practice of nutrition students in the selection of food everyday. The method used is descriptive qualitative method. The study population as many as 207 students with a sample of 48 students. Data collection tool using tests and questionnaires. Data processing techniques with descriptive analysis. The results showed nutrition knowledge Around 17% of students are in the very good category, 38% are in the good category, 23% are in the category of pretty, and 23% were in the poor category. Nutritional attitudes of students 13% including the excellent category, 83% in both categories, and 4% in enough categories. Skills or nutrition practices 2% is categorized very well, 96% are in the good category and 2% were in enough categories. Recommendations author Students are encouraged to use the information obtained related to the selection of nutritional knowledge daily diet is to choose nutritious foods.

Keywords: Behavioral Nutrition, Everyday Food Selection, SDIT Daarul Fikri