

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa rawan gizi yang membuat remaja akan mengalami banyak ragam gaya hidup yang akan mempengaruhi pengetahuan remaja tentang gizi, perilaku remaja dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi terutama buah dan sayur, dimana hal tersebut akan mempengaruhi perubahan status gizi pada remaja tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan perilaku konsumsi buah dan sayur dengan kejadian *overweight* pada remaja di SMP An-Najiyah Surabaya.

Metode yang digunakan adalah analitik non eksperimental dengan desain *cross sectional*, populasi sebesar 52 responden. Sampel penelitian ini sebesar 47 responden dengan menggunakan metode *disproportionate stratified random sampling*. Tingkat pengetahuan gizi diukur menggunakan kuisioner yang berisi pertanyaan tentang gizi, perilaku konsumsi buah dan sayur diukur menggunakan *form food recall* 3x24 jam dan selanjutnya dianalisis menggunakan uji *spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi ($p\text{-value} = 0,236$), perilaku konsumsi buah dan sayur ($p\text{-value} = 0,607$) dengan kejadian *overweight*.

Simpulan yang didapat adalah ketidaktahuan terkait gizi akan mempengaruhi perilaku remaja dalam memilih makanan terutama buah dan sayur, yang akan memberikan pengaruh terhadap berat badan remaja meskipun tidak memberikan hasil yang signifikan.

Kata Kunci : Pengetahuan Gizi, Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur, *Overweight*