



Artikel :

Pengaruh diet dengan pengaturan indeks glikemik dan beban glikemik terhadap kadar glukosa darah atlet sepak bola remaja

Tabita Prawita Siwi, Fillah Fithra Dieny, Deny Yudi Fitranti

Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar

Bella Nadya Rachman, I Gede Mustika, I. G. A Wita Kusumawati

Zat gizi, massa lemak tubuh, dan tekanan darah pada wanita vegetarian dan nonvegetarian berusia 20-30 tahun

Stela Maris Adinda Budi Kirana, Etisa Adi Murbawani, Binar Panunggal

Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan zat gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP

Dinah Soraya, Dadang Sukandar, Tiurma Sinaga

Potensi yogurt kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L) ditinjau dari sifat organoleptik, kandungan protein, lemak dan flavonoid

Natalia Desy Putriningtyas, Siti Wahyuningsih

Pengaruh pemberian ekstrak kedelai hitam (*Glycine soja*.) berbagai dosis terhadap kadar glukosa darah, kadar insulin, dan HOMA-IR

Dewi MKurniawati, Edi Dharmana, Banundari Rachmawati, Tjokorda Gde Dalem Pelayun

Pengembangan pangan fungsional berbasis tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza sativa* L. *indica*) sebagai makanan selingan bagi remaja obesitas

Ni Wayan Lisa Adiari, Ida Bagus Agung Yogeswara, I Made Wisnu Adhi Putra

Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, praktik gizi seimbang dan status gizi pada anak sekolah dasar

Hayda Irrani, Tiurma Sinaga

Hubungan pola konsumsi minuman beralkohol terhadap kejadian hipertensi pada tenaga kerja pariwisata di Kelurahan Legia

I Gusti Ayu Ninik Jayanti, Ni Ketut Wiradnyani, I Gede Ariyasa

Perubahan pengetahuan penjamah makanan hotel setelah penyuluhan higiene perorangan

Hapsari Sulistya Kusuma, Amalia Pasanda, Kartika Nugraheni, Choirun Nissa

Diterbitkan oleh :

**Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
Bekerjasama dengan
Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) DPD Jawa Tengah**

| | | | | | |
|----------|------------|------------|-----------------|---------------------------|-------------------|
| Jgizindo | Tahun 6 | Nomor 1 | Halaman 1-75 | Semarang Desember 2017 | ISSN 1858-4942 |
|----------|------------|------------|-----------------|---------------------------|-------------------|



Editor-in-Chief

Dr. Diana Nur Afifah, S.TP., M.Si.

Editorial Board

Prof. dr. Mohammad Sulchan, M.Sc., Sp.GK(K)
Prof. Ir. Retno Murwani, M.Sc., M.App.Sc., Ph.D.
dr. Martha Irene Kartasurya, M.Sc., Ph.D.
Gemala Anjani, S.P., M.Si., Ph.D.
Dr. dr. Mexitalia Setiawati, Sp.A(K)
Dr. Ali Rosidi, SKM., M.Si.
Ninik Rustanti, S.TP., M.Si.
Fillah Fithra Dieny, S.Gz., M.Si.
Adriyan Pramono, S.Gz., M.Si.

Assistant Editors

Deny Yudi Fitranti, S.Gz, M.Si.
Dewi Marfu'ah Kurniawati, S.Gz., M.Gizi.

Layout Editor

Dian Widanarta, S.Hum.

Alamat Redaksi dan Tata Usaha : Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Gedung Departemen Ilmu Gizi, Jln Prof. H. Soedarto, SH. Tembalang Semarang 50275, Telp/Fax. (024) 76402881. *Homepage* : <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/>. Email jgi@fk.undip.ac.id

Jurnal Gizi Indonesia (*The Indonesian Journal of Nutrition*) terbit dua kali setahun (Juni dan Desember) oleh Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro bekerjasama dengan Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI) DPD Jawa Tengah.

Jurnal Gizi Indonesia (*The Indonesian Journal of Nutrition*) merupakan sebuah media yang berisi tulisan yang diangkat dari hasil penelitian di bidang gizi. Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah diterbitkan dalam media lain. Naskah diketik dengan format seperti tercantum pada laman website <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/about/submissions#authorGuidelines> atau pada halaman belakang jurnal ini.

Hak cipta jurnal ini dilindungi oleh Undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi jurnal ini tanpa izin tertulis dari penerbit.



DAFTAR ISI

- 1 Pengaruh diet dengan pengaturan indeks glikemik dan beban glikemik terhadap kadar glukosa darah atlet sepak bola remaja** 1-8
Tabita Prawita Siwi, Fillah Fithra Dieny, Deny Yudi Fitranti
- 2 Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar** 9-16
Bella Nadya Rachman, I Gede Mustika, I. G. A Wita Kusumawati
- 3 Zat gizi, massa lemak tubuh, dan tekanan darah pada wanita vegetarian dan nonvegetarian berusia 20-30 tahun** 17-28
Stela Maris Adinda Budi Kirana, Etisa Adi Murbawani, Binar Panunggal
- 4 Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan zat gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP** 29-36
Dinah Soraya, Dadang Sukandar, Tiurma Sinaga
- 5 Potensi yogurt kacang merah (*Phaseolus vulgaris* L) ditinjau dari sifat organoleptik, kandungan protein, lemak dan flavonoid** 37-43
Natalia Desy Putriningtyas, Siti Wahyuningsih
- 6 Pengaruh pemberian ekstrak kedelai hitam (*Glycine soja*.) berbagai dosis terhadap kadar glukosa darah, kadar insulin, dan HOMA-IR** 44-50
Dewi M Kurniawati, Edi Dharmana, Banundari Rachmawati, Tjokorda Gde Dalem Pemayun
- 7 Pengembangan pangan fungsional berbasis tepung okara dan tepung beras hitam (*Oryza sativa* L. *indica*) sebagai makanan selingan bagi remaja obesitas** 51-57
Ni Wayan Lisa Adiari, Ida Bagus Agung Yogeswara, I Made Wisnu Adhi Putra
- 8 Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, praktik gizi seimbang dan status gizi pada anak sekolah dasar** 58-64
Hayda Irnani, Tiurma Sinaga
- 9 Hubungan pola konsumsi minuman beralkohol terhadap kejadian hipertensi pada tenaga kerja pariwisata di Kelurahan Legian** 65-70
I Gusti Ayu Ninik Jayanti, Ni Ketut Wiradnyani, I Gede Ariyasa
- 10 Perubahan pengetahuan penjamah makanan hotel setelah penyuluhan higiene perorangan** 71-75
Hapsari Sulistyia Kusuma, Amalia Pasanda, Kartika Nugraheni, Choirun Nissa



Ucapan terima kasih pada Mitra Bestari (*Reviewer*)

Redaksi Jurnal Gizi Indonesia (*The Indonesian Journal of Nutrition*) menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya dan terima kasih kepada Mitra Bestari dibawah ini yang telah membantu menelaah naskah JGI Volume 6, Nomor 1, Desember 2017.

1. **Martalena Br. Purba, MCN., PhD.**
Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta
2. **Prof. Dr. Ir. Faisal Anwar, MS.**
Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Bogor
3. **Nurmasari Widyastuti, S.Gz., M.Si.Med.**
Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang
4. **Dr. dr. Emy Huriyati, M.Kes**
Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta
5. **Dr. Ir. Hadi Riyadi, MS.**
Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Bogor
6. **Rahayu Indriasari, SKM, MPH, PhD**
Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar
7. **Dr. Judiono, MPS.**
Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Bandung
8. **Binar Panunggal, S.Gz, MPH**
Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang
9. **Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc.**
Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Bogor
10. **Ahmad Ni'matullah Al-Baarri, PhD.**
Program Studi Teknologi Pangan, Departemen Pertanian, Fakultas Peternakan dan Pertanian, Universitas Diponegoro, Semarang