

HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA, PAPAN INFORMASI DI MEDIA SOSIAL, DAN POLA MAKAN DENGAN GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 15-18 TAHUN DI SMAN 6 DEPOK

Wahyuningtyas Putri

Abstrak

Gizi lebih merupakan masalah gizi yang kerap dialami remaja. RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan prevalensi remaja berstatus gizi gemuk (11,2%) dan obesitas (4,8%). Di Kota Depok, remaja usia 16-18 tahun memiliki prevalensi status gizi gemuk (6,2%) dan obesitas (1,4%). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan peran teman sebaya, paparan informasi makanan di media sosial, dan pola makan dengan gizi lebih pada remaja usia 15-18 tahun di SMAN 6 Depok. Desain penelitian ini adalah *cross-sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 108 responden remaja yang berusia 15-18 tahun kelas X dan XI di SMAN 6 Depok dan menggunakan metode *stratified random sampling*. Instrumen pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *Peer Pressure Questionnaire (PPSQ)*, *Scale of Effect of Social Media on Eating Behaviour (SESMEB)*, dan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*. Hasil analisis univariat menunjukkan adanya kejadian gizi lebih di SMAN 6 Depok sebesar 33,3%. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* mengindikasikan adanya hubungan peran teman sebaya ($p\text{-value} = 0,000$) dan pola makan ($p\text{-value} = 0,000$) dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Sedangkan tidak ada hubungan paparan informasi di media sosial ($p\text{-value} = 0,681$) dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara peran teman sebaya dan pola makan dengan gizi lebih, serta tidak ada hubungan antara paparan informasi di media sosial dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Disarankan untuk lebih memperhatikan masalah pola makan dan lingkungan sekitar remaja untuk mengurangi kejadian gizi lebih.

Kata Kunci: Teman Sebaya, Sosial Media, Pola Makan, Gizi Lebih.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER INFLUENCE, EXPOSURE TO SOCIAL MEDIA INFORMATION, AND DIETARY PATTERNS WITH OVERWEIGHT IN ADOLESCENTS AGED 15-18 YEARS AT SMAN 6 DEPOK

Wahyuningtyas Putri

Abstract

Overweight is a common nutritional issue among adolescents. The 2018 Riskesdas survey indicated a prevalence of overweight (11.2%) and obesity (4.8%) among adolescents. In Depok City, adolescents aged 16-18 had a prevalence of overweight (6.2%) and obesity (1.4%). This study aimed to investigate the relationship between peer influence, exposure to food information on social media, dietary patterns, and overweight among 15-18-year-old students at SMAN 6 Depok. The research design was cross-sectional, with 108 respondents from grades 10 and 11 selected using stratified random sampling. Data collection instruments included the Peer Pressure Questionnaire (PPSQ), Scale of Effect of Social Media on Eating Behavior (SESMEB), and Food Frequency Questionnaire (FFQ). Univariate analysis showed an overweight rate of 33.3% at SMAN 6 Depok. Bivariate analysis using chi-square tests indicated significant associations between peer influence (p-value = 0.000) and dietary patterns (p-value = 0.000) with overweight among adolescents at SMAN 6 Depok. However, there was no significant association found between exposure to social media information (p-value = 0.681) and overweight among adolescents at SMAN 6 Depok. The study concludes that there is a relationship between peer influence and dietary patterns with overweight, while exposure to social media information does not show such a relationship among adolescents at SMAN 6 Depok. It is recommended to pay more attention to dietary patterns and the adolescent environment to reduce overweight.

Keywords: Peer Influence, Social Media, Dietary Patterns, Overweight.