

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI (IMT/U) REMAJA DI SMA NEGERI 3 JAKARTA

Ananda Brilianti

Abstrak

Remaja termasuk fase peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada fase ini, terjadi pembentukan pola perilaku yang menjadi penentu berbagai kondisi, termasuk status gizi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, diketahui bahwasanya status gizi bermasalah pada remaja usia 13-18 tahun di DKI Jakarta berada dalam rentang 26.8%-31.4%. Tujuan dari penelitian ini ialah guna memperoleh pengetahuan terkait hubungan diantara pola makan, konsumsi junk food, aktivitas fisik, screen time, serta kebiasaan menonton mukbang pada status gizi remaja di SMA Negeri 3 Jakarta. Penelitian mempergunakan metode cross sectional dalam total 101 sampel yang ditetapkan melalui teknik stratified random sampling. Hasil analisa bivariat memperlihatkan akan keberadaan hubungan yang bermakna diantara asupan energi ($p=0.000$), asupan protein ($p=0.000$), asupan lemak ($p=0.008$), serta asupan karbohidrat ($p=0.000$) dengan status gizi (IMT/U) remaja. Namun, tidak diperoleh penemuan adanya hubungan bermakna diantara konsumsi junk food ($p=0.254$), aktivitas fisik ($p=0.496$), screen time ($p=0.550$), serta kebiasaan menonton mukbang ($p = 0.411$) berstatus gizi (IMT/U) remaja. Kemudian, hasil analisis multivariat memperlihatkan bahwasanya asupan energi menjadi faktor yang paling berpengaruh pada status gizi (IMT/U) remaja di SMA Negeri 3 Jakarta.

Kata Kunci: Aktivitas_Fisik, Mukbang, Pola_Makan, Remaja, *Screen_Time*, Status_Gizi

FACTORS RELATED TO THE ADOLESCENT NUTRITIONAL STATUS (BMI/A) IN SMA NEGERI 3 JAKARTA

Ananda Brilianti

Abstract

Adolescence is a transitional phase between childhood and adulthood. In this phase, the establishment of behaviour patterns occurs which determine various conditions, including nutritional status. According to the 2023 Indonesian Health Survey, the prevalence of problematic nutritional status in adolescents aged 13-18 years in DKI Jakarta ranges from 26.8% -31.4%. This research aimed to explore the correlation between dietary practices, junk food intake, levels of physical activity, screen time, and the tendency to watch mukbang content with the nutritional status of students at SMA Negeri 3 Jakarta. This study used a cross-sectional method with a total of 101 samples determined through stratified random sampling technique. Bivariate analysis revealed statistically significant associations between nutritional status (BMI-for-age) and intake of energy ($p=0.000$), protein ($p=0.000$), fat ($p=0.008$), and carbohydrates ($p=0.000$). However, no significant links were found between nutritional status and junk food consumption ($p=0.254$), physical activity ($p=0.496$), screen time ($p=0.550$), or mukbang viewing habits ($p=0.411$). Furthermore, multivariate analysis identified energy intake as the most influential factor affecting BMI-for-age among the adolescents studied.

Keywords: Physical_Activity, Mukbang, Dietary_Habit, Screen_Time, Nutritional_Status