

**Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES**

## **Pola Makan, Asupan Zat Gizi, Gaya Hidup (Kebiasaan Merokok dan Kebiasaan Mengonsumsi Alkohol) dan Status Gizi Pada Remaja Punk di Kecamatan Ciputat dan Kecamatan Parung**

Pipit Cahyawati

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=65401&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Pola makan yang baik, asupan nutrisi yang baik, gaya hidup yang baik dan status gizi yang baik semestinya dimiliki oleh semua remaja, remaja yang selayak nya maupun remaja yang tergolong dalam subkultural (punk). Karena pola makan yang baik, asupan nutrisi yang baik, gaya hidup yang baik dan status gizi yang baik akan sangat berpengaruh pada tingkat kesehatan, konsentrasi belajar, kesegaran jasmani, serta kualitas SDM (Sumber Daya Manusia). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola makan, asupan nutrisi, gaya hidup (kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol) dan status gizi pada remaja punk di Kecamatan Ciputat dan Kecamatan Parung. Subyek penelitian ini adalah remaja punk berjumlah 40 orang yang sudah memenuhi criteria sesuai persyaratan dengan menggunakan teknik purposive. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survey. Alat pengumpulan data menggunakan instrument (kuisisioner) sebagai pengumpul data kuantitatif. Data kuantitatif dianalisis menggunakan analisis kuantitatif deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan pada 21 orang remaja punk berada pada kategori baik, dan 19 orang remaja punk berada pada kategori kurang.

Asupan nutrisi pada remaja punk menunjukkan bahwa pada 7 orang remaja punk berada pada kategori asupan energi baik, serta pada 8 orang remaja punk berada pada kategori asupan protein baik. Gaya hidup remaja punk, sebagian besar dari mereka yaitu sebanyak 38 orang remaja punk memiliki kebiasaan merokok serta 36 orang remaja punk memiliki kebiasaan konsumsi alkohol. Status gizi remaja punk menunjukkan bahwa 24 orang remaja punk memiliki status gizi normal, 6 orang remaja punk memiliki status gizi kurus tingkat ringan, dan 10 orang remaja punk memiliki status gizi kurus tingkat berat.