

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Hubungan Gaya Hidup dengan Status Gizi Remaja di SMK Triguna Utama Kota Tangerang Selatan Tahun 2017

Agisenia Mulyasari

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74530&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Berdasarkan hasil Riskesdas (2013), prevalensi gizi kurang pada kelompok usia 13-15 tahun mencapai 15,5%, sedangkan pada remaja 16-18 tahun yang mengalami gizi lebih sebesar 18,8%. Tujuan diadakannya penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Gaya Hidup dengan Status Gizi Remaja di SMK Triguna Utama Kota Tangerang Selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode cross sectional. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan random sampling. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data yaitu berupa alat tulis dan kuesioner. Untuk mengukur status gizi dengan pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan dengan menggunakan microtoa.

Hasil penelitian menunjukkan 55.2% responden mengalami status gizi tidak normal, 53% responden jarang mengonsumsi fast food, 51.5% responden sering mengonsumsi softdrink, 52.2 dan 53.0% responden sering berolahraga. Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi fastfood (0.012), frekuensi konsumsi softdrink (0.006), frekuensi olahraga (0.000) dengan status gizi remaja.

Peneliti mengharapkan agar pihak sekolah lebih memperhatikan makanan yang tersedia di kantin sekolah dan lebih menyediakan makanan berserat dan juga pihak sekolah harus tegas memberikan sanksi bagi siswa yang melanggar peraturan seperti merokok di wilayah sekolah, untuk orang tua murid memperhatikan pola makan putra-putrinya agar tidak berlebihan dan tidak mengonsumsi makanan yang tidak sehat.