

**Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES**

## **Hubungan Antara Pola Konsumsi Sayur, Buah, Fast Food dan Aktivitas Fisik pada Remaja Akhir dengan Status Gizi di Masa Pandemi Covid-19, Kota Tangerang Tahun 2021**

Rika Az Zahra

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74673&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Seluruh aspek kehidupan mengalami penyesuaian sejak pandemi covid-19. Hal ini menjadi sangat penting untuk menjaga pola konsumsi pangan dan kebugaran tubuh dengan melakukan aktivitas fisik yang mendukung untuk mempertahankan status gizi, agar imunitas tubuh terjaga serta terhindar dari virus dan penyakit lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi sayur, buah, fast food dan aktivitas fisik pada remaja akhir dengan status gizi di masa pandemi covid-19, kota tangerang tahun 2021. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kuantitatif observasional dengan desain studi Cross Sectional. Sampel penelitian sebanyak 70 orang remaja akhir yang berdomisili di Wilayah RW 02, Kecamatan Cipondoh, Kelurahan Cipondoh, Kota Tangerang. Pengambilan sampel dilakukan dengan Consecutive sampling. Pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) digunakan untuk pengambilan data variabel status gizi, Food Frequency Questionnaire digunakan untuk pengambilan data variabel pola konsumsi fast food, sayur dan buah sedangkan International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) digunakan untuk pengambilan data variabel aktivitas fisik. Analisis data menggunakan uji statistik Chi-Square dengan derajat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi sayur dan buah ( $p\text{-value} = 0,227$ ) dan terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi fast food ( $p\text{-value} = 0,008$ ) dan aktivitas fisik ( $p\text{-value} = 0,027$ ). Berdasarkan hasil penelitian bahwa dapat ditarik kesimpulan yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi sayur dan buah dengan status gizi dan terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi fast food dan aktivitas fisik dengan status gizi.