

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi pada Remaja Putri Usia 16 ? 18 Tahun di SMK Negeri 4 Jakarta

Ivana Larasari

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74702&lokasi=lokal>

Abstrak

Remaja rentan mengalami masalah gizi karena adanya peningkatan kebutuhan gizi untuk tumbuh dan kembangnya yang mana pada masa ini terjadi growth spurt kedua setelah balita. Kondisi gizi yang tidak diatasi pada masa remaja akan berpengaruh pada kondisi gizi di masa dewasanya sebesar 70% dan menjadi salah satu faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif. Terjadinya perubahan gaya hidup menjadikan remaja putri lebih menyukai makanan tinggi kalori dan lemak serta minimnya aktivitas fisik sehingga mengakibatkan prevalensi gizi lebih pada remaja putri di Indonesia meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, pengetahuan gizi, konsumsi sarapan, konsumsi fast food, aktivitas fisik, dan durasi tidur terhadap status gizi pada remaja putri usia 16-18 tahun di SMK Negeri 4 Jakarta. Penelitian kuantitatif observasional dengan desain studi cross sectional dengan sampel sebanyak 74 siswi dengan menggunakan teknik simple random sampling. Teknis analisis menggunakan uji fisher exact. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami status gizi lebih (82.4%), pengetahuan gizi cukup (80.0%), konsumsi sarapan jarang (63.5%), konsumsi fast food jarang (90.5%), asupan energi tidak berlebih (93.2%), asupan protein tidak berlebih (86.5%), asupan lemak tidak berlebih (73.0%), asupan karbohidrat tidak berlebih (98.6%), aktivitas fisik ringan (91.9%), dan durasi tidur kurang (81.1%). Terdapat hubungan antara konsumsi fast food (p value= 0.016), asupan energi (p value= 0.035), asupan protein (p value= 0.001), dan asupan lemak (p value= 0.004) dengan status gizi.