

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

HUBUNGAN POLA MAKAN, CITRA TUBUH DAN TINGKAT STRES TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI MA NEGERI 20 JAKARTA TIMUR TAHUN 2023

USWATUN KHASANAH

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76567&lokasi=lokal>

Abstrak

Masa remaja rentan terhadap masalah gizi, yang dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak tepat dan ketidakseimbangan antara asupan makanan dan gizi yang dianjurkan. Status gizi disebabkan oleh berbagai faktor kompleks dan saling terkait, termasuk faktor psikologi, citra tubuh dan perilaku makan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan, citra tubuh dan tingkat stres terhadap status gizi pada remaja di MA Negeri 20 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan metode uji chi-square. Sampel yang diambil sebanyak 84 responden dengan menggunakan teknik pengambilan Kuota Sampling. Penilaian pola makan diukur menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ), penilaian citra tubuh menggunakan Body Shape Questionnaire (BSQ), dan penilaian tingkat stress diukur menggunakan Depression, Anxiety and Stress Scales (DASS) serta penilaian status gizi diukur berat badan dan tinggi badan kepada 84 responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya hubungan pola makan ($p\text{-value}=0.000$) dan citra tubuh ($p\text{-value}=0.015$) dengan status gizi dan tidak ada hubungan tingkat stress ($p\text{-value}=0.415$) dengan status gizi di MA Negeri 20 Jakarta. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa pola makan dan citra tubuh memiliki pengaruh terhadap status gizi pada remaja di MA Negeri 20 Jakarta.