

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## HUBUNGAN JENIS KELAMIN, KEBIASAAN SARAPAN DAN KEBIASAAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 36 JAKARTA TAHUN 2023

Rifani Fatimah Nur Azizah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78105&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Status gizi pada remaja merupakan ukuran keberhasilan pemenuhan gizi remaja yang dihasilkan dari keseimbangan antara kebutuhan dan asupan nutrisi. Faktor-faktor yang memengaruhi status gizi, antara lain jenis kelamin, kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan. Seseorang yang memiliki kebiasaan sarapan yang rutin, maka dapat tercapai status gizi yang optimal. Kebiasaan jajan juga dapat memengaruhi status gizi karena asupan gizi yang terdapat pada jajanan mempengaruhi status gizinya. Tujuan pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan jenis kelamin, kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan prestasi status gizi pada remaja di SMP Muhammadiyah 36 Jakarta tahun 2023. Jenis metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain Cross Sectional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 356 siswa/i, sedangkan sampel pada penelitian ini berjumlah 92 siswa/i. Teknik sampel yang digunakan adalah Propotionate Stratified Random Sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data sekunder dan data primer. Hasil univariat menunjukkan sebesar 70,7% remaja dengan status gizi baik, sebesar 64,1% remaja dengan jenis kelamin laki-laki, sebesar 62% remaja dengan kebiasaan sarapan baik dan sebesar 52% remaja dengan sering melakukan jajan. Hasil uji Chi Square menunjukkan terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan ( $P\text{-value} = 0,003$ ) dan kebiasaan jajan ( $P\text{-value} = 0,050$ ) dengan status gizi. Diharapkan remaja rutin melakukan sarapan yang bergizi dan mengurangi jajanan yang tidak bergizi agar tercapai status gizi yang optimal, dimana dengan memiliki status gizi yang baik akan memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.