

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Asupan gizi makro, mikro, aktivitas fisik, dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja di SMAN 86 Jakarta tahun 2023

Yudha Rizky Karim

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78240&lokasi=lokal>

Abstrak

Status gizi remaja ditentukan dari asupan gizi yang masuk. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak), zat gizi mikro (vitamin C dan zat besi), aktivitas fisik, dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja di SMAN 86 Jakarta, Kota Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta. Penarikan sampel menggunakan teknik sampel stratified random sebanyak 95 sampel. Variabel yang diteliti adalah asupan karbohidrat, protein, dan lemak, asupan vitamin C, zat besi (Fe), aktivitas fisik, dan kebiasaan makan pada status gizi remaja. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan desain Cross-Sectional dan uji analisis yang digunakan adalah Chi-Square. Hasil analisis univariat didapatkan status gizi normal (68,4%), asupan karbohidrat tidak normal (58,9%), asupan protein tidak normal (56,8%), asupan lemak tidak normal (55,8%), asupan vitamin c tidak normal (71,6%), asupan zat besi normal (50,5%), aktivitas fisik normal (55,8%), dan kebiasaan makan kurang baik (67,4%). Hasil uji statistik didapatkan adanya hubungan antara asupan karbohidrat, asupan protein, asupan lemak, asupan zat besi, dan aktivitas fisik dengan status gizi ($p = 0.002$, $p = 0.015$, $p = 0.003$, $p = 0.012$, $p = 0.006$). Tidak terdapat hubungan antara asupan vitamin c dan kebiasaan makan dengan status gizi ($p=0.615$ dan $p=0.281$).