

ABSTRAK

Joan Adesandra Pella (01501170041),
Juliana Giofana Manurung (01501170425),
Livoina Gita Kasih Tinambunan (01501170317).

HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA ASRAMA DI SATU FAKULTAS UNIVERSITAS DI INDONESIA BAGIAN BARAT

(xi + 87 Halaman; 2 Bagan; 5 Tabel; 14 Lampiran)

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang memiliki rentang umur 10-19 tahun. Banyak hal yang berkembang dalam masa ini salah satunya yaitu kebiasaan makan seperti sering mengonsumsi cemilan, jarang mengonsumsi buah-buahan dan sayur sehingga mengakibatkan ketidakseimbangan status gizi remaja. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, didapatkan tujuh dari sepuluh remaja memiliki kebiasaan makan yang tidak baik. **Tujuan penelitian:** untuk mengidentifikasi hubungan kebiasaan makan dengan status gizi remaja asrama di satu fakultas universitas di Indonesia bagian barat. **Metode penelitian:** Desain yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua remaja berusia 18-19 tahun yang bertempat tinggal di asrama satu fakultas universitas di Indonesia bagian barat. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *accidental sampling* yaitu sebanyak 192 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner milik Johnson et al. (2002) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan dimodifikasi. **Hasil:** Analisis *Chi-Square* menunjukkan tidak adanya hubungan bermakna antara kebiasaan makan dengan status gizi remaja asrama ($p=0,764$). **Simpulan:** Status gizi remaja asrama tetap harus dipertahankan dalam rentang normal guna mendukung aktivitas perkuliahan dan klinikal yang dilakukan. **Rekomendasi:** Diharapkan kepada remaja untuk mempertahankan kebiasaan makan dengan komposisi makanan yang cukup guna memperoleh status gizi yang seimbang. Penelitian selanjutnya dapat menganalisis faktor-faktor lain yang memengaruhi status gizi seperti aktivitas fisik, lingkungan sosial, serta tingkat stres.

Kata kunci: Kebiasaan Makan, Remaja, Status Gizi

Referensi: 64 (2011-2020)

ABSTRACT

Joan Adesandra Pella (01501170041),
Juliana Giofana Manurung (01501170425),
Livoina Gita Kasih Tinambunan (01501170317).

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING HABITS AND NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENT IN THE DORMITORY OF A UNIVERSITY IN WESTERN INDONESIA

(xi + 87 Pages; 2 Charts; 5 Tables; 14 Attachments)

Background: Adolescence is a transition period from children to adults in age range of 10-19 years. Many things develop during this period, one of which is eating habits, such as eating snacks often, rarely eating fruits and vegetables, resulting in an imbalance in adolescent nutritional status. Based on preliminary studies that have been conducted, there were seven out of ten teenagers have bad eating habits.

Objective: To identify the relationship of eating habits with the nutritional status of adolescent boarders in a university faculty in western Indonesia. **Methods:** The population of this correlational quantitative study was adolescents aged 18-19 years who live in the dormitory of a university faculty in western Indonesia. The sampling technique used was a accidental sampling with 192 respondents. The instrument used was a questionnaire which belongs to Johnson et al. (2002) and has been translated into Indonesian and modified. **Results:** Chi-Square analysis showed no significant correlation between eating habits with the nutritional status of adolescent boarders ($p = 0.764$). **Conclusion:** The nutritional status of boarding adolescents must be maintained within the normal range to support the lecture/college and clinical activities undertaken. **Recommendation:** It is expected that adolescents will maintain the habit of eating with sufficient food composition to obtain a balanced nutritional status. Further research can analyze other factors that influence nutritional status such as physical activity, social environment, and stress levels.

Keywords: Adolescent, Eating Habits, Nutritional Status

References: 64 (2011-2020)