

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS
GIZI REMAJA SISWA KELAS X SMAN 1 SUNGAI RUMBAI
KABUPATEN DHAMASRAYA
TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh

**NESIA TRI ANGKASI
NPM : 1910070120010**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
PADANG
2023**

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI
REMAJA SISWA KELAS X SMAN 1 SUNGAI RUMBAI
KABUPATEN DHAMASRAYA
TAHUN 2023**

Skripsi

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Kesehatan Masyarakat



**Oleh:
NESIA TRI ANGKASI
1910070120010**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
PADANG
2023**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
Skripsi, Agustus 2023**

Nesia Tri Angkasi

**Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X
SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023**

Viii + 85 Halaman, 19 tabel, 3 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Status gizi remaja didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrien. Dampak kurangnya status gizi remaja disebabkan karena kurang asupan zat gizi, baik karena alasan ekonomi maupun alasan psikososial seperti misalnya penampilan. Pada tahun 2022, status gizi kurang di SMAN 1 Sungai Rumbai sebanyak 7,2%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai tahun 2023.

Jenis Penelitian yang digunakan adalah Survey Analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2022 sampai Agustus 2023 di SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 65 siswa dan siswi kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai, dan pengambilan sampel menggunakan Teknik *Simple Random Sampling*. Pengolahan data menggunakan aplikasi komputer yaitu SPSS. Analisis uji statistic yang digunakan adalah uji *Chi square*.

Hasil penelitian didapat 36,9% responden mengalami status gizi kurang, 61,5% responden mempunyai pola makan kurang baik, 66,2% responden berjenis kelamin perempuan, 50,8% responden mempunyai aktivitas fisik kurang baik dan 56,9% mempunyai pengetahuan rendah terkait status gizi pada remaja. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan pola makan ($p\text{-value} = 0,000$), jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,026$), aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,035$), dan pengetahuan ($p\text{-value} = 0,025$) dengan status gizi pada remaja kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai.

Disarankan untuk melakukan edukasi tentang pola makan yang baik dan porsi makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan pengetahuan dan informasi tentang status gizi seperti memberikan penyuluhan tentang gizi pada siswa dan pengadaan kantin atau kafetaria yang menyediakan makanan yang sehat dan bergizi kepada remaja dan pada jam pelajaran olahraga dapat memantau siswa supaya tetap bergerak dan tidak hanya duduk dan berdiam diri saja.

Kata Kunci : Status Gizi, Remaja, Faktor yang berhubungan
Daftar Bacaan : 50 (2005-2023)

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAITURRAHMAH UNIVERSITY
Thesis, Agustus 2023**

Nesia Tri Angkasi

Factors Associated with the Nutritional Status of Adolescent Class X Students of SMAN 1 Sungai Rumbai Dhamasraya District in 2023

Viii + 85 pages, 19 tables, 3 pictures, 8 attachments

ABSTRACT

Adolescent nutritional status is defined as health status resulting from a balance between nutritional needs and inputs. The impact of a lack of nutritional status in adolescents is caused by a lack of intake of nutrients, both for economic and psychosocial reasons such as appearance. In 2022, the undernutrition status of SMAN 1 Sungai Rumbai is 7.2%. nutritional status of class X adolescents at SMAN 1 Sungai Rumbai in 2023.

The type of research used is an analytical survey with a cross-sectional design. This research was conducted from November 2022 to August 2023 at SMAN 1 Sungai Rumbai, Dhamasraya Regency. The sample in this study was 65 students of class X SMAN 1 Sungai Rumbai, and the sample was taken using the Simple Random Sampling Technique. Data processing uses a computer application, namely SPSS. The statistical test analysis used is the Chi square test.

The results showed that 36.9% of respondents experienced malnutrition status, 61.5% of respondents had a poor diet, 66.2% of respondents were female, 50.8% of respondents had poor physical activity and 56.9% had knowledge related to nutritional status in adolescents. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between diet (p-value = 0.000), gender (p-value = 0.026), physical activity (p-value = 0.035), and knowledge (p-value = 0.025) with nutritional status in adolescents class X SMAN 1 Sungai Rumbai.

It is recommended to carry out education about good eating patterns and food portions in accordance with balanced nutrition guidelines and knowledge and information about nutritional status such as providing counseling about nutrition to students and providing canteens or cafeterias that provide healthy and nutritious food to adolescents and during sports class hours can monitor students to keep moving and not just sit and stay still.

**Keywords: Nutritional Status, Adolescents, related factors
Reading List : 50 (2005-2023)**

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur kehadiran Allah SWT telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti telah mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023”**

Dalam penyusunan skripsi, peneliti mendapat banyak bantuan, bimbingan, dukungan, serta kerjasama dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Ibu Hilda Hidayat, SKM, M.Kes selaku pembimbing I dan Ibu Erni Maywita, SKM, M.Kes selaku pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Pada kesempatan ini peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu dr. Rinita Amelia, M.Biomed, P.hD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah Kota Padang.
2. Ibu Sevilla Ukhtil Huvoid, SKM, M.Kes selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah Kota Padang.
3. Ibu Ns. Zufrias Riaty, S.Kep, M.Kes selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah Kota Padang
4. Ibu Sri Mindayani, SKM, M.Kes selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah Kota Padang.

5. Penguji 1 Dr. Nova Arikhman, SKM, M.Kes dan Penguji 2 Hary Budiman SKM, M.Kes yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
6. Bapak Ibu dosen beserta staf dan karyawan akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah
7. Ibu Kepala Sekolah SMAN 1 Sungai Rumbai serta Siswa Siswi di SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya dalam memberikan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti demi penyusunan skripsi ini.
8. Keluarga tercinta yang selalu menyemangati dalam keadaan yang begitu sulit
9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Demikianlah yang dapat peneliti sampaikan, akhirnya kepada – Nya jualah kita berserah diri, semoga skripsi ini dapat diterima dan memberikan manfaat bagi kita semua terutama bagi peneliti sendiri.

Padang, Agustus 2023

Peneliti

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja
Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya
Tahun 2023

Nama : Nesia Tri Angkasi

NPM : 1910070120010

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui dan dipertahankan di hadapan Tim
Penguji skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah dan dinyatakan
lulus pada tanggal 01 September 2023

Komisi Pembimbing

Pembimbing I



Hilda Hidayat, SKM, M.Kes

Pembimbing II



Erni Maywita, SKM, M.Kes

Pengesahan

UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
DEKAN



dr. Kinita Amelia, M.Biomed, P.hD

TIM PENGUJI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH

Padang, 01 September 2023

Ketua



Hilda Hidayat, SKM, M.Kes

Anggota



Erni Maywita, SKM, M.Kes

Anggota



Dr. Nova Arikhman, SKM, M.Kes

Anggota



Hary Budiman, SKM, M.Kes

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Nesia Tri Angkasi
Tempat/Tanggal Lahir : Solok, 10 Februari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Jurusan : Kesehatan Masyarakat
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Agama : Islam
Nama Ayah : Subakti
Nama Ibu : Khairy Zanna Damanik
Anak ke : 3
Alamat : Prumnas Jorong Kambang Baru
Sungai Rumbai Timur, Dharmasraya

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Negeri 09 Sungai Rumbai : Lulusan 2011
2. SMP Negeri 1 Sungai Rumbai : Lulusan 2015

3. SMA Negeri 1 Sungai Rumbai : Lulusan 2019
4. Program Pendidikan S-1 Sarjana Kesehatan Masyarakat : Lulusan 2023

LEMBARAN PERSEMBAHAN



Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi.

Orang Tua Tercinta

Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ayah (Subakti) dan Ibu (Khairy Zanna) yang telah memberikan kasih sayang, secara dukungan, ridho, dan cinta kasih yang tiada terhingga. Banyak sekali hal yang inginku ucapkan, tetapi tidak dapat dituliskan satu persatu. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat ayah dan ibu bahagia karena ku sadar, selama ini belum bisa berbuat lebih. Untuk ayah dan ibu yang selalu membuatku termotivasi dan selalu menyirami kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku serta selalu meridhoiku melakukan hal yang lebih baik,
Terima kasih Ayah... Terima kasih Ibu...

Saudara-saudara ku Tersayang

Tanda terima kasih, kupersembahkan karya kecil ini untuk abangku (Gigih Prathama,SH) dan kakakku (Putri Dwi Pertiwi,SE). Terimakasih telah menjadi abang dan kakak yang selalu sabar dan menyemangati tentang bagaimana aku yang anak bungsu tapi yang jauh dari rumah untuk menempuh pendidikan.
Terima kasih...

Teman- teman Tercinta

Buat teman-temanku yang selalu memberikan motivasi, nasihat, serta dukungan moral yang selalu membuatku semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih untuk teman-teman yang bersedia untuk selalu ada, tidak akan aku lupa bagaimana baiknya kalian. Doa terbaik semoga Allah SWT selalu kabulkan setiap keinginan, impian kita dan sukses untuk kita dimasa depan, aamiin.

Dan tidak lupa juga kepada teman-teman angkatan 19 Kesmas, terimakasih untuk pertemanan yang sangat berharga dan berkesan. Terima kasih untuk semuanya.....

Dosen Pembimbing Tugas Akhir

Kepada Ibu Hilda Hidayat, SKM, M.Kes, dan Ibu Erni Maywita, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing skripsi saya, terima kasih banyak Ibu sudah membantu saya selama ini, mengarahkan, meluangkan waktu, tenaga dan memberikan saran-saran kepadasaya sampai skripsi ini selesai.

Dosen-dosen dan Civitas Akademik

Terimakasih tak terhingga kepada Bapak/Ibu dosen yang telah memberi dan mengajarkan ilmu yang amat bermanfaat, semoga ilmu yang diberikan mampu menjadi amal dan ladang pahala bagi Bapak/Ibu dosen, serta Terimakasih kepada civitas akademik yang telah membantu sistem perkuliahan selama 4 tahun ini. Semoga FIKES semakin jaya dan sukses, begitu juga dengan Universitas Baiturrahmah.

*Hanya sebuah karya kecil dan untaian kata-kata ini yang dapat ku persembahkan.
Terimakasih beribu terimakasih ku ucapkan.*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nesia Tri Angkasi
NPM : 1910070120010
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Administrasi Kebijakan Kesehatan
Jenjang : Sarjana

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X Sman 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dharmasraya Tahun 2023.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya-benarnya.

Padang, Desember 2023

(Nesia Tri Angkasi)

DAFTAR ISI

ABSTRAK	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Status Gizi	9
2.2 Remaja.....	14
2.3 Kerangka Teori	32
2.4 Kerangka Konsep.....	37
2.5 Hipotesa Penelitian	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Desain Penelitian.....	39
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	39
3.3 Populasi dan Sampel	40
3.4 Instrumen dan Alat Penelitian.....	42
3.5 Teknik Pengumpulan Data	43
3.6 Teknik Pengolahan Data	47
3.7 Teknik Analisa Data.....	49
3.8 Definisi Operasional Penelitian	50
BAB IV HASIL PENELITIAN	52
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	52
4.2 Hasil Penelitian	53

4.3 Analisis Univariat	54
4.4 Analisis Bivariat	60
BAB V PEMBAHASAN.....	64
5.1 Analisis Univariat	64
5.2 Analisis Bivariat	73
BAB VI PENUTUP	83
6.1 Kesimpulan	83
6.2 Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1_Batas indeks masa tubuh (IMT)	11
Tabel 3.1 Hasil Uji Validitas Variabel Pola Makan.....	44
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Variabel Aktivitas Fisik	45
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan.....	46
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan....	47
Tabel 4.1 Uji Normalitas Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan.....	53
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan Umur Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023	54
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan status gizi pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023	54
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pola makan pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023.....	55
Tabel 4.5 Analisis Kuesioner Responden Berdasarkan Jawaban pola makan pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023	55
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023.....	57
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan aktivitas fisik pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023.....	57
Tabel 4.8 Analisis Kuesioner Responden Berdasarkan Jawaban aktivitas fisik pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023	58
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pengetahuan pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023.....	59
Tabel 4.10 Analisis Kuesioner Responden Berdasarkan Jawaban pengetahuan pada remaja siswa kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya tahun 2023	59
Tabel 4.11 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023.....	60
Tabel 4.12 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023.....	61

Tabel 4.13 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023.....	62
Tabel 4.14 Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi Remaja Siswa Kelas X SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya Tahun 2023.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	32
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	37
Gambar 4.1 Peta SMAN 1 Sungai Rumbai Kabupaten Dhamasraya	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kuesioner Penelitian
2. Master Tabel Penelitian
3. Output SPSS
4. Surat Izin Penelitian
5. Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian
6. Dokumentasi Penelitian
7. Gantt chart Penelitian
8. Lembar Konsultasi Pembimbing