

Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Diet, Konsep Diri Dengan Status Gizi Remaja Studi di SMK Karya Bhkti Kelas XI Tahun 2018

Siti Jumaroh¹, Ratih Sari Wardani¹, Indri Astuti Purwanti¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

ABSTRAK

Latar Belakang : Status gizi remaja masih menjadi masalah yang harus di atasi di Kabupaten Brebes. Faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja antara lain: faktor keturunan, faktor gaya hidup, faktor lingkungan, umur dan jenis kelamin, pendidikan, aktivitas fisik, asupan dan infeksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Diet, Konsep Diri Dengan Status Gizi studi di SMK Karya Bhkti Brebes Kelas XI. **Metode :** Jenis penelitian *observasi analitik* dengan pendekatan *cross Sectional*. Populasi 332 dan sampel yaitu jumlah 80 siswa. Variabel bebas kebiasaan sarapan, kebiasaan diet dan konsep diri, variabel terikat status gizi dengan analisis data menggunakan uji statistic *chi square*. **Hasil :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terbanyak yang tidak kebiasaan sarapan (71,2%), Tidak diet (36,2%), konsep diri negatif (52,2%) dan variabel yang berhubungan dengan status gizi yaitu variabel kebiasaan sarapan dengan p-value = 0,000 (<0,05), variabel kebiasaan diet dengan nilai p-value = 0,000 (<0,05). **Kesimpulan :** Ada hubungan kebiasaan sarapan, kebiasaan diet dengan status gizi.

Kata Kunci : Asupan makan, Kebiasaan sarapan, Kebiasaan diet, Konsep diri, Status gizi

ABSTRACT

Background: The nutritional status of adolescents is still a problem to be overcome in Brebes district factors related to juvenile nutrition status include hereditary factors, lifestyle, factors, environmental factors, age and gender, education, physical activity, intake and infection. This study aims to determine the relationship of breakfast habits, dietary habits, self concept with nutritional status in Karya Bhakti vocational High school grade XI. **Method:** type this research of analytic observation with cross sectional approach. Population 332 and the sample is number of 80 students. Free variables of breakfast habits, dietary habits, and self concept, dependent variable nutritional status with data analysis *chi square* statistical test. **Result:** the result of this study showed that most non-breakfast habits (71,2%), not diet (36,2%), negative self-concepts (52,2%), and variable with p-value=0,000 (<0,05), dietary habits with p-value=0,000 (<0,05). **Conclusion:** There is a relationship of breakfast habits, dietary habits with nutritional status.

Keywords: Food Supply, Breakfast Habits, Dietary Habits, Self-Concept, Nutritional Status