

ABSTRAK

Aulia Zahra

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dapat dipengaruhi oleh kebiasaan sarapan pada remaja, tetapi pada remaja yang tidak terbiasa sarapan cenderung untuk membeli jajanan yang ada di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa SMP Daya Utama Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan rancangan *cross-sectional* dengan sampel sebanyak 121 siswa dipilih dengan *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Fisher Exact*. Sebagian besar subjek penelitian memiliki status gizi normal yaitu sebesar 67,8%. Sebagian besar subjek penelitian memiliki frekuensi sarapan kadang-kadang (<7 kali/minggu) yaitu 56% dan frekuensi jajan sering (2-3 kali/hari) yaitu 46,3%. Berdasarkan hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi sarapan dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,021$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi sarapan dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,331$). Sedangkan untuk variabel kebiasaan jajan, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi jajan dengan status gizi ($p\text{-value} 0,052$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi jajan dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,784$) pada siswa siswa SMP Daya Utama Kota Bekasi.

Kata Kunci: kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, status gizi, remaja

ABSTRACT

Aulia Zahra

Nutrition state is the body condition as a result of food consumption and use of nutrients. Nutrition state can be influenced by adolescent's breakfast habits, but for them who don't get used to tend to buy snacks at school. This study aims to determine the relationship between breakfast habits, snack habits and nutrition state among Daya Utama Junior High School students. This type of research used a cross-sectional study with 121 samples selected by purposive sampling. Data analysis used Fisher Exact test. Most of the research subjects had normal nutrition state as 67.8%. Most of the research subjects had a frequency of frequent breakfast (<7 times / week) which was 56% and a frequency of frequent snacking (2-3 times / day) which was 46.3%. Based on the bivariate results, it shows that there is a significant relationship between the frequency of breakfast and nutrition state ($p\text{-value}=0.021$) and there is no significant relationship between the contribution of breakfast and nutrition state ($p\text{-value} = 0.331$). For snacking habits's variable, there was no significant relationship between the frequency of snacking and nutrition state ($p\text{-value} 0.052$) and there was no significant relationship between the contribution of snacking and nutrition state ($p\text{-value} = 0.784$) among Daya Utama Junio High School.

Keywords: breakfast habit, snacking habit, nutrition state, adolescents