

HUBUNGAN PERILAKU MAKAN DAN PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMA MARTIA BHAKTI

Oleh :
Firda widiasari
201902024

ABSTRAK

Pendahuluan : Gizi lebih merupakan masalah yang dapat menyebabkan berbagai dampak buruk bagi kesehatan dengan berbagai kesulitan, penyakit degeneratif, dan kemungkinan kematian yang lebih tinggi di masa depan. Tujuan Penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan perilaku makan dan penggunaan *gadget* dengan gizi lebih remaja di SMA Martia Bhakti.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 responden. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *consecutive sampling*. instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Eating Behavior Patterns Questionnaire* (EBPQ), dan *Smartphone Addition Scale* (SAS). Data analisis pada penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dan *Fisher's Exact*.

Hasil : Hasil analisis data hubungan perilaku makan dengan gizi lebih yaitu $p\text{-value} = 0,220$ ($p > 0,05$) dan hubungan penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada remaja di SMA Martia Bhakti dengan $p\text{-value} = 0,548$ ($p > 0,05$).

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan antara perilaku makan dan penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada remaja di SMA Martia Bhakti.

Kata kunci : Gizi Lebih, Penggunaan *gadget*, Perilaku makan, Remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING BEHAVIOR AND GADGET USE WITH OVERNUTRITION IN ADOLESCENTS AT MARTIA BHAKTI HIGH SCHOOL

ABSTRACT

Overnutrition is more of a problem that can cause various adverse effects on health, including various difficulties, degenerative diseases, and a higher probability of death in the future. The purpose of this study was to analyze the relationship between eating behavior and gadget use among overweight adolescents at SMA Martia Bhakti. This study used a cross-sectional design. The number of samples in this study was 100, using consecutive sampling. The research instruments used were the Eating Behavior Patterns Questionnaire (EBPQ) and the Smartphone Addiction Scale (SAS) questionnaire. Data analysis used the Chi-square test and Fisher's exact test. The results of data analysis on the relationship between eating behavior and overnutrition ($p\text{-value} = 0.220$, $p\text{-value} > 0.05$) and the relationship between gadget use and overnutrition ($p\text{-value} = 0.548$, $p\text{-value} > 0.05$). So the results show that there is no relationship between eating behavior and the use of gadgets for excess nutrition in adolescents at SMA Martia Bhakti.

Keywords: Over nutrition, Use of gadgets, Eating behavior, Adolescents