



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO, ZAT GIZI MIKRO
(VITAMIN B1, VITAMIN B6) DAN *SCREEN TIME* DENGAN STATUS GIZI
SISWA KELAS VII-VIII DI MTSN 1 LIMA PULUH KOTA
TAHUN 2023**

Oleh:

DESRI INDRIANI

2011226007

UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

Pembimbing I

: Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM

Pembimbing II

: Risti Kurnia Dewi, S.Gz, M.Si

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2023

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, September 2023
Desri Indriani, No.BP 2011226007**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO, ZAT GIZI MIKRO
(VITAMIN B1, VITAMIN B6) DAN *SCREEN TIME* DENGAN STATUS GIZI SISWA
KELAS VII-VIII DI MTSN 1 LIMA PULUH KOTA TAHUN 2023**
xi+103 halaman, 17 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Indonesia memiliki tiga beban masalah gizi (*Triple Burden Malnutrition*) yaitu kekurangan zat gizi mikro, *undernutrition* (*underweight*, *stunted*, dan kekurangan gizi (*wasting*)), dan kelebihan berat badan serta obesitas. Status gizi dipengaruhi oleh banyak faktor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan energi, zat gizi makro, zat gizi mikro (Vitamin B1, Vitamin B6) dan *Screen time* dengan status gizi siswa kelas VII-VIII di MTSN 1 Lima Puluh Kota tahun 2023.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian ini yaitu 122 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proporsional stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan pengukuran tinggi badan dan berat badan, kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), kuesioner *Screen Time*. Analisis data dilakukan dengan uji *chi square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki status gizi tidak normal sebesar 38,5%. Siswa yang memiliki asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin B1, dan vitamin B6 yang kurang sebesar 51,6%, 16,4%, 50,8%, 68%, 60,7%, dan 8,2%. Siswa yang memiliki *screen time* yang tinggi sebesar 96,7%. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi ($p=0,032$), protein ($p=0,016$), lemak ($p=0,045$), karbohidrat ($p=0,029$) dengan status gizi. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara vitamin B1 ($p=0,998$), vitamin B6 ($p=0,506$), *screen time* ($p=1,000$) dengan status gizi.

Kesimpulan

Variabel yang berhubungan dengan status gizi remaja yaitu asupan energi, protein, lemak, karbohidrat di MTSN 1 Lima Puluh Kota tahun 2023. Asupan gizi merupakan salah faktor langsung yang mempengaruhi status gizi pada remaja. Diharapkan siswa memiliki pola makan dan kebiasaan makan yang baik serta mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang serta melakukan aktivitas fisik setiap harinya, diharapkan siswa agar memilih makanan jajanan yang bergizi sesuai kebutuhan tubuhnya dan bergizi seimbang.

Daftar Pustaka : 92 (2004-2023)

Kata Kunci : asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan zat gizi mikro (vitamin B1, vitamin B6), *screen time*, status gizi

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, September 2023
Desri Indriani, No.BP. 2011226007**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ENERGY INTAKE, MACRONUTRIENTS,
MICRONUTRIENTS(VITAMIN B1, VITAMIN B6) AND SCREEN TIME WITH
THE NUTRITIONAL STATUS IN THE VII-VIII GRADE STUDENTS AT MTSN 1
LIMA PULUH KOTA REGENCY IN 2023**

xi+103 Pages,17 tables, 2 Pictures, 12 attachments

ABSTRACT

Research Objectives

Indonesia has a triple burden of malnutrition, namely micronutrient deficiency, undernutrition (underweight, stunted, and wasting), and overweight as well as obesity. Nutritional status is influenced by many factors. This study aims to determine the relationship between energy intake, macronutrients, micronutrients(Vitamin B1, Vitamin B6) and screen time with the nutritional status in the VII-VIII grade students at MTSN 1 Lima Puluh Kota Regency in 2023.

Method

This study used a cross sectional design. The number of samples of this study was 122 people. Sampling using proportional stratified random sampling technique. Data were collected using height and weight measurements, semi quantitative food frequency questionnaire (SQ-FFQ) questionnaire, screen time questionnaire. Data analysis was performed with chi square test.

Result

The results showed that student who had abnormal nutritional status amounted to 38,5%. Students who had a deficient intake of energy, protein, fat, carbohydrates, vitamin B1, and vitamin B6 were 51,6%, 16,4%, 50,8%, 68%, 60,7%, and 8,2%. Students who had a high screen time of 96,7%. There was a significant relationship between energy intake ($p=0,032$), protein ($p=0,016$), fat($p=0,045$), carbohydrates($0,029$) and nutritional status. There was no significant association between vitamin B1 ($P=0,998$), Vitamin B6($P=0,506$), screen time ($p=1,000$) and nutritional status.

Conclusion

Variables related to the nutritional status of adolescents are energy, protein, fat, carbohydrate intake at MTSN Lima Puluh Kota Regency in 2023. Nutritional intake is one of the direct factors that affect nutritional status in adolescent. It is expected that students have a good diet and eating habits and eat nutritionally balanced foods and do physical activity every day, it is expected that students choose snack foods that are nutritious according to their body needs and nutritionally balanced.

References : 92 (2004-2023)

Keywords : Energy intake, macronutrient intake, micronutrient intake (vitamin B1, Vitamin B6), Screen Time, Nutritional Status,