



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KONSUMSI JAJANAN, AKTIVITAS FISIK,
DAN PAPARAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN
STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA DI
SMAS ADABIAH PADANG DAN
SMAS SEMEN PADANG
TAHUN 2024**

Oleh:

DIRA NURULHI

NO. BP 2011223009

Pembimbing I : Dr. Frima Elda, SKM., MKM

Pembimbing II : Dr. Azrimaidaliza, SKM., MKM

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Oktober 2024
Dira Nurulhi, No. BP. 2011223009**

**HUBUNGAN KONSUMSI JAJANAN, AKTIVITAS FISIK, DAN PAPAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMAS ADABIAH PADANG DAN SMAS SEMEN PADANG TAHUN 2024
xii + 82 halaman, 5 gambar, 18 tabel, 14 lampiran**

ABSTRAK

Tujuan

Gizi lebih merupakan masalah epidemiologi global yang tidak hanya menjadi masalah bagi negara maju namun telah menjadi masalah umum di negara berkembang. Gizi lebih disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan energi. Ketidakseimbangan tersebut dipengaruhi oleh multifaktor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi jajanan, aktivitas fisik dan paparan media sosial dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAS Adabiah Padang dan SMAS Semen Padang.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 187 remaja kelas XI dan XII di SMAS Adabiah Padang dan SMAS Semen Padang. yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan mengukur BB, TB, pengisian kuesioner, dan wawancara. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square* dan Uji T.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 27,2% remaja memiliki status gizi lebih, 50,8% konsumsi jajanan kategori sering, 57,2% tingkat aktivitas fisik ringan, dan 79,1% terpapar media sosial. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih remaja ($p\text{-value}=0,000$). Tidak terdapat hubungan antara konsumsi jajanan ($p\text{-value}=0,314$) dan paparan media sosial ($p\text{-value}=0,890$) dengan kejadian gizi lebih remaja.

Kesimpulan

Aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian gizi lebih remaja sedangkan, konsumsi jajanan dan paparan media sosial tidak memiliki hubungan. Tidak terdapat perbedaan variabel yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAS Adabiah Padang dan SMAS Semen Padang.

Daftar Pustaka : 116 (2010 – 2024)

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Gizi Lebih, Jajanan, Media Sosial

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, Oktober 2024
Dira Nurulhi, No. Bp. 2011223009**

***THE RELATIONSHIP OF SNACK CONSUMPTION, PHYSICAL ACTIVITY,
AND SOCIAL MEDIA EXPOSURE WITH THE INCIDENCE OF
OVERNUTRITION STATUS IN ADOLESCENTS AT SMAS ADABIAH PADANG
AND SMAS SEMEN PADANG IN 2024***

xii + 82 pages, 5 figure, 18 tables, 14 appendices

ABSTRACT

Objective

Overnutrition is a global epidemiological problem that is not only a problem for developed countries but has become a common problem in developing countries. Overnutrition is caused by an imbalance between energy intake and energy expenditure, influenced by multiple factors. This study aims to determine the relationship between snack consumption, physical activity and social media exposure with the incidence of overnutrition in adolescents at SMAS Adabiah Padang dan SMAS Semen Padang

Methods

This study used a cross sectional design with a total sample of 187 adolescents in grades XI and XII at SMAS Adabiah Padang dan SMAS Semen Padang, which was taken with proportional random sampling technique . Data were collected by measuring BW, TB, filling out questionnaires, and conducting interviews. Data analysis was performed using Chi-Square and T test

Results

The results showed that 27.2% of adolescents had overweight status, 50.8% consumed frequent snacks, 57.2% had low physical activity level, and 79.1% were exposed to social media. There was significant relationship between physical activity and the incidence of overweight adolescents ($p\text{-value} = 0,000$). There was no relationship between snack consumption ($p\text{-value} = 0,314$) and social media exposure ($p\text{-value} = 0,890$) with the incidence of adolescent overnutrition.

Conclusion

Physical activity was associated with the incidence of overnutrition in adolescents, while snack consumption and social media exposure do not have a significant relationship. There was no differences in variables associated with the incidence of overnutrition in adolescents at SMAS Adabiah Padang and SMAS Semen Padang.

Bibliography : 116 (2010 – 2024)

Keywords : Physical Activity, Overnutrition, Snack, Social Media