



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN SIKAP, AKTIVITAS FISIK, DAN PENGARUH
MEDIA SOSIAL DENGAN PERILAKU MAKAN PADA
REMAJA DI SMK NEGERI 2 KOTA PADANG**

TAHUN 2024

Oleh:

SILVINA ARLINKA

No. BP. 2011221011

Pembimbing I: Dr. Fivi Melva Diana, S.K.M., M.Biomed

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

Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN SIKAP, AKTIVITAS FISIK, DAN PENGARUH
MEDIA SOSIAL DENGAN PERILAKU MAKAN PADA
REMAJA DI SMK NEGERI 2 KOTA PADANG
TAHUN 2024**

Oleh:

SILVINA ARLINKA

No. BP. 2011221011

Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Desember 2024
Silvina Arlinka, No. BP.2011221011**

**HUBUNGAN SIKAP, AKTIVITAS FISIK, DAN PENGARUH MEDIA SOSIAL
DENGAN PERILAKU MAKAN PADA REMAJA DI SMK NEGERI 2 KOTA
PADANG TAHUN 2024**

XV+ 100 halaman, 12 tabel, 3 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Remaja usia 10-19 tahun mengalami beberapa perubahan, termasuk perilaku makan, yang dapat mengarah pada kebiasaan perilaku makan sehat dan tidak sehat. Dampak dari perilaku makan yang salah meningkatkan risiko lebih besar mengalami gangguan gizi. Sikap, aktivitas fisik, dan pengaruh media sosial merupakan faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan sikap, aktivitas fisik, dan pengaruh media sosial dengan perilaku makan pada remaja di SMK Negeri 2 Kota Padang tahun 2024.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan bulan September 2024 di SMK Negeri 2 Kota Padang dengan jumlah sampel sebanyak 140 remaja kelas X dan XI usia 15-18 tahun. Data dikumpulkan dengan wawancara dan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 30% respon memiliki perilaku makan kurang baik; 35,7% responden memiliki sikap negatif; 53,6% responden memiliki aktivitas fisik kurang; dan 69,3% responden terpengaruh media sosial. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap ($p\text{-value}=0,178$), aktivitas fisik ($p\text{-value}=0,139$), dan pengaruh media sosial ($p\text{-value}=0,337$) dengan perilaku makan.

Kesimpulan

Sikap, aktivitas fisik, dan pengaruh media sosial tidak berhubungan dengan perilaku makan.

Daftar Pustaka : 110 (2000-2024)

Kata kunci : Aktivitas fisik, pengaruh media sosial, perilaku makan, sikap

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, December 2024
Silvina Arlinka, No. BP.2011221011**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTITUDE, PHYSICAL ACTIVITY, AND THE
INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA WITH EATING BEHAVIOR IN ADOLESCENTS
AT SMK NEGERI 2 PADANG IN 2024***

XV+ 100 pages, 12 tables, 3 pictures, 10 attachments

ABSTRACT

Objective

Adolescents aged 10-19 years experience several changes, including eating behavior, which can lead to healthy and unhealthy eating behavior habits. The impact of incorrect eating behaviors increases the risk of developing nutritional disorders. Attitude, physical activity, and the influence of social media are factors that affect the nutritional status of adolescents. This study aims to analyze the relationship between attitude, physical activity, and the influence of social media with eating behavior in adolescents at SMK Negeri 2 Padang city in 2024.

Method

This type of research uses a cross-sectional design. This study was conducted in September 2024 at SMK Negeri 2 Padang City with a total sample of 140 adolescents in class X and XI aged 15-18 years. Data were collected by interview and anthropometric measurements. Data analysis using Chi-Square statistical test.

Result

The results showed 30% of responses had poor eating behavior; 35.7% of respondents had a negative attitude; 53.6% of respondents had less physical activity; and 69.3% of respondents were influenced by social media. Statistical test results showed that there was no relationship between attitude (p-value=0.178), physical activity (p-value=0.139), and social media influence (p-value=0,337) with eating behavior.

Conclusion

Attitude, physical activity, and social media influence were not associated with eating behavior.

Bibliography : 110 (2000-2024)

Keywords : attitude, eating behavior, physical activity, social media influence