

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja menurut WHO merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa mulai usia 10 hingga 19 tahun⁽¹⁾. Periode ini sering disebut sebagai "periode emas" karena pada tahap ini terjadi berbagai perubahan psikologis, seperti perkembangan kognitif, emosional, dan sosial, serta perubahan biologis yang meliputi peningkatan berat badan, tinggi badan, proporsi tubuh, dan pematangan seksual. Selama masa remaja, kebutuhan gizi meningkat dua kali lipat untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan mereka⁽²⁾.

Remaja pertengahan berada pada rentang usia 15 – 17 tahun, sehingga siswa SMA termasuk ke dalam remaja pertengahan⁽³⁾. Masalah gaya hidup instan seperti konsumsi minuman dan makanan kemasan serta perilaku makan yang buruk meningkat pada masa remaja. Masalah-masalah tersebut dapat mempengaruhi status gizi remaja sehingga pemenuhan gizi sesuai kebutuhannya perlu diperhatikan terutama pada remaja putri mengingat bahwa remaja putri harus mempersiapkan diri menjadi seorang ibu yang akan mengandung dan melahirkan. Hal ini akan berakibat pada peningkatan risiko keguguran, BBLR, kematian ibu dan bayi baru lahir, pertumbuhan janin tidak optimal, ASI tidak mencukupi, kelahiran bayi stunting⁽²⁾.

Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2024 menyatakan bahwa di Indonesia remaja mencakup 15,67% (44,15 juta jiwa)⁽⁴⁾. BPS Sumatera Barat menyatakan terdapat 16,45% (960 ribu jiwa) remaja di Sumatera Barat⁽⁵⁾. Sedangkan BPS Kota Padang mengungkapkan bahwa terdapat sebanyak 15,44% (143.350 ribu jiwa) remaja di Kota Padang⁽⁶⁾. Sehingga

disimpulkan bahwa remaja menempati jumlah yang besar di dunia, Indonesia, Sumatera Barat, dan Kota Padang.

Kualitas sumber daya manusia dipengaruhi oleh status gizi yang merupakan unsur penting karena berkaitan erat dengan kecerdasan, produktivitas, dan kreativitas seseorang. Status gizi merupakan kondisi yang tercapai dari keseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan metabolisme tubuh⁽⁷⁾. Masalah gizi merupakan isu kompleks yang harus ditangani karena dapat muncul di berbagai tahap kehidupan, mulai dari kehidupan janin, masa balita, remaja, hingga lansia. UNICEF menyatakan bahwa Indonesia termasuk negara yang memiliki kebijakan terbatas yang terkhusus menargetkan gizi remaja. Meskipun ada lebih dari 100 kebijakan terkait gizi, hanya sedikit yang fokus pada masalah gizi, dan hanya beberapa yang langsung ditujukan untuk remaja. Selain itu, kesadaran mengenai pentingnya gizi remaja masih rendah. Status gizi pada remaja menjadi isu kesehatan penting yang perlu perhatian, mengingat remaja merupakan kelompok usia rentan dengan permasalahan gizi. Asupan zat gizi yang cukup bagi remaja sangat penting untuk mencegah terjadinya masalah gizi⁽⁸⁾⁽⁹⁾.

UNICEF menyatakan di Indonesia terdapat tiga masalah gizi pada remaja (*triple burden*), yaitu kekurangan atau kelebihan asupan makanan yang menyebabkan status gizi kurang, gizi lebih dan obesitas, dan masalah gizi yang disebabkan oleh defisit zat gizi mikro tertentu. Menurut data WHO tahun 2022 mencatat bahwa prevalensi remaja usia 10-19 tahun yang mengalami gizi lebih sebanyak 21,46% dimana berdasarkan data WHO tersebut Indonesia berada di peringkat 3 masalah gizi lebih tertinggi di Asia Tenggara⁽¹⁰⁾. Berdasarkan data SKI 2023, pada remaja usia 16-18 tahun di Indonesia yang memiliki status gizi kurang sebesar 8,3% dan status gizi lebih sebesar 12,1%⁽¹¹⁾. Dimana menurut WHO kejadian overweight dikatakan tinggi apabila $>10\%$.⁽¹²⁾ Sehingga dapat disimpulkan berdasarkan SKI 2023, masalah gizi lebih di Indonesia termasuk tinggi.

Kondisi gizi remaja di Provinsi Sumatera Barat yang berusia antara 16 dan 18 tahun dapat dilihat dari data Riskesdas tahun 2013 dan 2018, untuk status gizi lebih mengalami peningkatan sebesar 4% yaitu dari 7,5% menjadi 11,5%⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾. Menurut data SKI 2023 di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi gizi kurang (9,8%) serta gizi lebih (9,5%) pada remaja berusia 16 hingga 18 tahun. Berdasarkan data tersebut disimpulkan dari 38 Provinsi di Indonesia, Provinsi Sumatera Barat berada pada peringkat 17 yang memiliki masalah status gizi remaja terbanyak dan dari 10 Provinsi di Sumatera, Sumatera Barat berada pada peringkat 2 yang memiliki masalah status gizi remaja terbanyak⁽¹¹⁾. Berdasarkan data Riskesdas 2013 dan 2018 status gizi remaja usia 16-18 tahun di Kota Padang status gizi lebih juga mengalami peningkatan sebesar 7,06% yaitu dari 7,8% menjadi 14,86%⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾. Peningkatan masalah gizi remaja SMA dari tahun 2022 ke 2023 disampaikan oleh Dinas Kesehatan Kota Padang melalui penjangkaran kesehatan mengalami peningkatan yaitu dari 1.323 remaja menjadi 3.239 remaja⁽¹⁵⁾⁽¹⁶⁾.

UNICEF tahun 2017 menyatakan bahwa ada sejumlah faktor penyebab masalah gizi pada remaja, seperti faktor individu (*individual factors*), faktor rumah tangga (*household and parental factors*) dan faktor masyarakat (*communitty factors*). Faktor individu meliputi usia, jenis kelamin, pematangan seksual, genetik, pendidikan, faktor gaya hidup seperti kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan serta konsumsi cemilan kemasan, dan status fisiologi. Faktor rumah tangga meliputi status ekonomi, lingkungan perdesaan/perkotaan, usia, pendidikan, dan pekerjaan orang tua. Sedangkan faktor masyarakat meliputi dukungan masyarakat dan teman sebaya. Disamping ketiga faktor tersebut, beberapa faktor lain juga berperan dalam mempengaruhi status gizi remaja, seperti perilaku makan seperti kebiasaan melewatkan makan (*meal skipping*), sikap, pengetahuan, persepsi, aktivitas fisik, dan citra tubuh⁽¹⁷⁾.

Kelompok remaja merupakan salah satu konsumen terbesar untuk minuman berpemanis secara global⁽¹⁸⁾. Minuman kemasan berpemanis merupakan minuman bubuk atau cair non-alkohol yang dikemas dan siap konsumsi yang mengandung bahan tambahan seperti pemanis alami, sintetis, atau buatan⁽¹⁹⁾. Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) melaporkan di tahun 2022 konsumsi MBDK (Minuman Berpemanis Dalam Kemasan) mengalami peningkatan dari tahun 2021 yaitu dari 34,15 menjadi 34.17% yang didominasi konsumsi MBDK dalam bentuk air teh dalam kemasan dan minuman bersoda dengan CO₂⁽²⁰⁾. Berdasarkan Data SKI 2023 menunjukkan bahwa 47,5% orang di Indonesia, 45,8% remaja berusia 15 hingga 19 tahun di Indonesia dan 47,5% orang di Sumatera Barat mengonsumsi minuman manis ≥ 1 kali per hari⁽¹¹⁾.

Konsumsi minuman manis berlebihan dapat meningkatkan risiko PTM seperti gizi lebih, obesitas, dan DM tipe II⁽¹⁸⁾⁽¹⁹⁾. Sejalan dengan penelitian Sakinah (2022) menyatakan 62,7% kelompok yang memiliki gizi lebih mengonsumsi minuman kemasan dalam kategori kurang baik. Sebaliknya, persentase kelompok yang tidak mengalami kelebihan gizi yaitu 65,2% mengonsumsi minuman kemasan dalam kategori baik. Dengan demikian dapat dikatakan terdapat korelasi antara status gizi lebih dengan kebiasaan konsumsi minuman kemasan⁽²¹⁾.

Faktor penyebab lain yang mempengaruhi status gizi remaja adalah melewatkan waktu makan. Melewatkan makan (*meal skipping*) adalah kebiasaan tidak mengonsumsi satu atau lebih makanan utama (sarapan, makan siang, atau makan malam) dalam sehari. Melewatkan makan dapat menyebabkan remaja kekurangan asupan energi, vitamin, dan mineral yang penting untuk pertumbuhan optimal⁽²²⁾⁽²³⁾. Perkiraan tingkat prevalensi melewatkan makan pada remaja bervariasi antara 24-87%. Tingkat melewatkan makan lebih tinggi pada remaja dibandingkan usia lainnya. Melewatkan makan sering terjadi karena berbagai faktor diantaranya adalah gender, umur, waktu, uang saku, dan citra

tubuh⁽²⁴⁾. Memiliki pola makan yang tidak teratur dapat mengganggu metabolisme, sehingga meningkatkan risiko kekurangan maupun kelebihan gizi⁽²⁵⁾.

Fenomena perilaku melewatkan makan ini sejalan dengan penelitian Widiyanti (2012), Karena khawatir akan bertambahnya berat badan, para remaja dalam penelitian ini menjalani perilaku makanan yang tidak sehat, makan tidak menentu, dan sering melewatkan waktu makan seperti makan malam. Kekhawatiran ini mendorong remaja untuk melewatkan waktu makan, yang dianggap sebagai cara untuk menurunkan berat badan. Remaja tidak hanya sering melewatkan makan malam, tetapi kerap pula mengabaikan waktu makan pagi⁽²⁶⁾. Dalam penelitian Kristy (2020) menyatakan melewatkan sarapan memiliki hubungan dengan status gizi dengan nilai $p\text{-value} = 0,005$ yang mendukung kesimpulan bahwa ada hubungan antara melewatkan makan dan status gizi⁽²⁷⁾. Selain itu berdasarkan penelitian Kelishadi R. *et al* (2016) menyatakan prevalensi *meal skipping* pada anak dan remaja, yaitu melewatkan sarapan sebanyak 32,08%, sedangkan makan siang dan makan malam sebanyak 8,9% dan 10,9%⁽²⁸⁾.

Selain konsumsi minuman kemasan, faktor lain yang harus diperhatikan adalah konsumsi cemilan kemasan. Makanan kemasan merupakan makanan yang dibungkus dengan rapih, higienis, dan memiliki tanggal kedaluwarsa yang jelas untuk dijual dalam jangka waktu tertentu. Kebanyakan cemilan kemasan cenderung manis dan gurih karena mengandung garam, lemak, dan gula yang tinggi, yang dapat meningkatkan asupan energi dan menambah kalori⁽²¹⁾.

Pada tahun 2021, rata-rata konsumsi makanan ringan per orang di Indonesia mencapai 4,6 kg per orang per tahun. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 5% dibandingkan tahun 2020 yang tercatat sebesar 4,4 kg per orang per tahun. Sementara itu, pada tahun 2022, diperkirakan konsumsi makanan ringan per kapita akan meningkat lagi sebesar 6,5%,

menjadi 4,9 kg per orang per tahun⁽²⁹⁾. Berdasarkan survei Mondelez International pada tahun 2022 mengatakan bahwa kebiasaan ngemil di pagi hari semakin meningkat pada masyarakat Indonesia. Sekitar 24% konsumen (dan 29% di antaranya adalah generasi Z) sekarang mengaku makan camilan sebelum ataupun sengaja menggantikan sarapan, angka ini naik dari 19% pada tahun 2020. Tren ini terutama terlihat di kawasan Asia Pasifik (31%), dengan India (42%) dan Indonesia (34%) menunjukkan angka yang sangat tinggi dalam kebiasaan ini⁽³⁰⁾.

Konsumsi makanan kemasan dalam jangka panjang dapat menyebabkan hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas karena makanan kemasan umumnya mengandung gula, garam, dan lemak yang tinggi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Sakinah (2022) dalam penelitian tersebut, sebanyak 75,6% remaja yang mengonsumsi makanan kemasan dalam kategori kurang baik adalah mereka yang bergizi lebih. Sebaliknya, 69,6% remaja yang tidak gizi lebih mengonsumsi lebih banyak makanan kemasan pada kategori baik. Akibatnya, dapat dikatakan bahwa prevalensi kelebihan gizi berhubungan dengan makanan kemasan⁽²¹⁾.

Dari banyaknya penyebab tiga beban gizi pada remaja di Indonesia menurut UNICEF tahun 2021, peneliti memilih tiga aspek yang akan dilihat hubungannya dengan status gizi diantaranya yaitu kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan (*meal skipping*), dan konsumsi camilan kemasan. Alasan pemilihan variabel tersebut karena berdasarkan penelusuran studi literatur yang telah dilakukan, belum banyak penelitian yang mengkaji hubungan ketiga aspek tersebut dengan status gizi remaja khususnya remaja putri. Terutama untuk konsumsi minuman berpemanis dan camilan masih sedikit yang meneliti secara spesifik untuk minuman berpemanis kemasan dengan penambahan pemanis buatan dan camilan khusus kemasan serta masih sedikit penelitian mengenai melewatkan makan dengan status gizi karena kebanyakan

penelitian meneliti melewati sarapan saja. Sehingga, diharapkan adanya keterbaruan dalam penelitian ini.

Berdasarkan Rekapitulasi Hasil Penjarangan Kesehatan Peserta Didik Tahun Ajaran 2023/2024 yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Kota Padang diketahui bahwa wilayah kerja Puskesmas Andalas memiliki angka tertinggi dalam menyumbang masalah gizi remaja tingkat SMA/MA di Kota Padang. Jumlah peserta didik kelas X yang dijangar sebanyak 2099 siswa/i (779 siswa dan 1320 siswi). Jumlah peserta didik kelas X yang mengalami masalah gizi di wilayah kerja Puskesmas Andalas adalah 634 orang dengan prevalensi total masalah gizi di Puskesmas Andalas sebesar 30,2%. Prevalensi status gizi kurang di Puskesmas Andalas sebesar 10,3% sedangkan prevalensi status gizi lebih di Puskesmas Andalas sebesar 19,9%.

Rekapitulasi Hasil Penjarangan Kesehatan Peserta Didik Wilayah Puskesmas Andalas Tahun Ajaran 2023/2024 menyatakan SMK Negeri 6 Kota Padang berada di peringkat ketiga SMA yang memiliki siswa terbanyak mengalami masalah gizi yaitu sebesar 30,7% (129 orang siswa/i). Jumlah peserta didik kelas X yang dijangar sebanyak 420 siswa/i (98 siswa dan 322 siswi). Prevalensi status gizi kurang di SMA tersebut sebanyak 15,2%, dimana prevalensi tersebut berada diatas prevalensi nasional Indonesia (8,3%) dan Sumatera Barat (9,8%) berdasarkan SKI 2023. Lalu, status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) di SMA tersebut sebanyak 15,5%, dimana prevalensi tersebut juga berada diatas prevalensi nasional Indonesia (12,1%) dan Sumatera Barat (9,5%) berdasarkan SKI 2023. Selain itu, mayoritas murid di SMK 6 Kota Padang adalah perempuan (1076 siswi dan 388 siswa) sehingga sejalan dengan objek penelitian. Untuk sekolah peringkat 1 dan 2 terbanyak mengalami masalah gizi yaitu SMA Adabiah Padang dan SMA Kartika. Namun, kedua sekolah tersebut memiliki prevalensi status gizi kurang dibawah angka prevalensi

nasional Indonesia dan Sumatera Barat yang dapat dikatakan status gizi kurang di sekolah tersebut bukanlah masalah.

Berdasarkan hasil observasi awal pada 15 siswi, diketahui rata-rata frekuensi konsumsi minuman berpemanis alami sebanyak $\geq 1-6$ x perminggu (66,7%), bahkan terdapat 6 siswi (40%) yang mengkonsumsinya setiap hari atau ≥ 1 x sehari. Sedangkan, untuk rata-rata frekuensi konsumsi minuman berpemanis buatan sebanyak $\geq 1-6$ x perminggu (53,4%), dimana terdapat 4 siswi (26,7%) yang mengkonsumsinya setiap hari atau ≥ 1 x sehari. Pada kebiasaan melewatkan makan, didapatkan bahwa dari 15 siswi, sebanyak 13 siswi sering melewatkan waktu makan yaitu ≥ 3 x seminggu (86,7%), dimana waktu makan yang paling sering dilewatkan adalah sarapan (66,7%). Adapun rata-rata untuk frekuensi konsumsi cemilan kemasan sebanyak ≥ 3 x seminggu (66,7%), dimana terdapat 4 siswi (26,7%) yang mengkonsumsinya setiap hari atau ≥ 1 x sehari. Dari 15 siswi, terdapat 13 siswi (86,7%) yang lebih sering mengonsumsi cemilan kemasan dibandingkan cemilan seperti donat, bolu, brownies, dan jajanan basah di pasar.

Berdasarkan Penjelasan pada latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Konsumsi Minuman Kemasan Berpemanis Alami Dan Buatan, Kebiasaan Melewatkan Waktu Makan, dan Konsumsi Cemilan Kemasan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di SMK Negeri 6 Kota Padang Tahun 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Masa remaja adalah periode di mana terjadi perkembangan yang cepat (*adolescence growth spurt*) terutama pada remaja putri, sehingga mereka memerlukan asupan gizi yang lebih banyak. Jika tidak ada tindakan pencegahan, masalah gizi remaja akan berlanjut hingga dewasa. Mengacu pada penyebab tiga beban gizi pada remaja di Indonesia, UNICEF (2017) mengidentifikasi adanya beberapa faktor yang mempengaruhi masalah

gizi di kalangan remaja yaitu kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan yang dimana ketiga faktor tersebut termasuk kedalam perilaku makan individu. Oleh karena itu, peneliti sangat ingin mengetahui “Apakah terdapat hubungan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, kebiasaan melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang tahun 2025?”.

1.3 Tujuan Penelitian

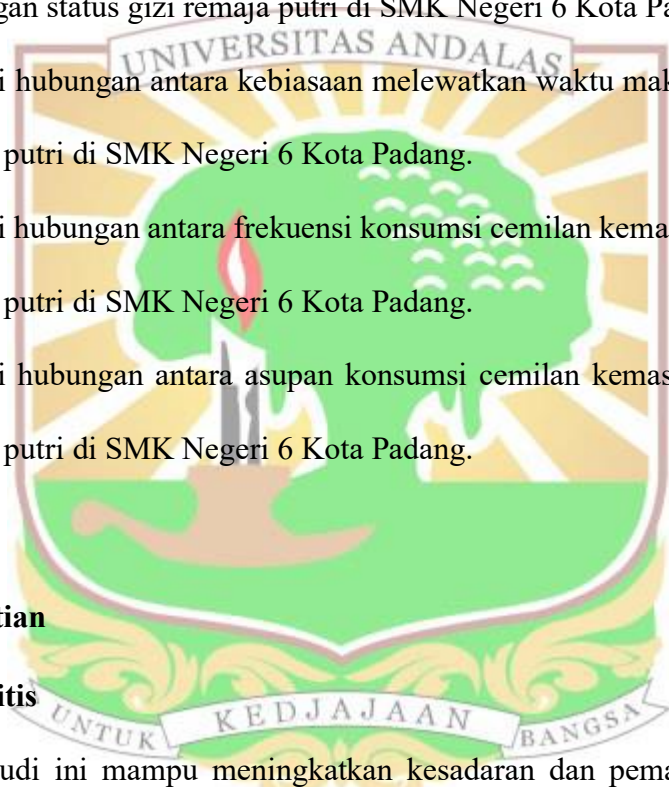
1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, kebiasaan melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
2. Mengetahui gambaran status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
3. Mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
4. Mengetahui gambaran asupan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
5. Mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis buatan pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
6. Mengetahui gambaran kebiasaan melewatkan waktu makan pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
7. Mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan konsumsi cemilan kemasan pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.

8. Mengetahui gambaran asupan konsumsi cemilan kemasan pada remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
9. Mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
10. Mengetahui hubungan antara asupan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
11. Mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis buatan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
12. Mengetahui hubungan antara kebiasaan melewatkan waktu makan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
13. Mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.
14. Mengetahui hubungan antara asupan konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang.



1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan studi ini mampu meningkatkan kesadaran dan pemahaman pembaca mengenai hubungan kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi remaja putri.

1.4.2 Manfaat Akademis

Temuan yang diinginkan pada studi ini yaitu dampak yang besar dalam kemajuan ilmu kesehatan. dan menjadi referensi atau dasar bagi penelitian berikutnya, khususnya dalam mengembangkan penelitian mengenai status gizi pada remaja putri di sekolah menengah atas dengan harapan peneliti selanjutnya dapat mengatasi keterbatasan yang ada

dan mengembangkan topik ini lebih lanjut.

1.4.3 Manfaat Praktis

- a. Bagi murid, menambah kesadaran mengenai pentingnya menjaga status gizi normal dengan menghindari faktor yang dapat menyebabkan terjadinya permasalahan status gizi pada remaja.
- b. Bagi sekolah, diharapkan studi ini bisa dijadikan pertimbangan dalam melaksanakan edukasi gizi kepada remaja, sehingga siswa/i memperoleh informasi dan pemahaman yang tepat dalam menjaga status gizi mereka.
- c. Bagi peneliti, ditujukan mampu meningkatkan pemahaman, wawasan, serta menambah pengetahuan dalam menyelesaikan masalah serta berpikir kritis serta dapat menambah pengetahuan peneliti dalam menemukan hubungan antara kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan, serta konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi remaja putri.

1.5 Ruang Lingkup

Studi ini ialah studi observasional dengan desain *cross sectional* guna menunjukkan hubungan kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan dengan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang tahun 2025. Variabel dependen dari penelitian ini ialah status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang. Sedangkan variabel independennya adalah kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis alami dan buatan, melewatkan waktu makan, dan konsumsi cemilan kemasan. Populasi dari penelitian ini yaitu remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang. Terdapat lima instrumen yang digunakan sebagai alat pengambilan data yaitu *Semi Quantitatif Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk menilai frekuensi dan asupan konsumsi minuman

kemasan berpemanis alami dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk menilai frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis buatan, kuesioner melewati waktu makan untuk menilai kebiasaan melewati waktu makan dan waktu makan apa saja yang sering dilewatkan, *Semi Quantitatif Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk menilai frekuensi dan asupan konsumsi cemilan kemasan, dan pengukuran antropometri berupa tinggi serta berat badan guna mendapatkan Indeks Massa Tubuh (IMT) hingga bisa mendapatkan status gizi remaja putri di SMK Negeri 6 Kota Padang. Data dalam studi ini diuji menggunakan analisis univariat serta bivariat melalui *chi-square*.

