

ABSTAK

Livia Ayunila, NIM: 5193540021. Hubungan Paparan Media Sosial Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Di Kelurahan Glugur Darat II Medan. Skripsi. Program Studi Gizi. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan. 2024.

Status gizi adalah gambaran tentang bagaimana tubuh memanfaatkan zat gizi dari makanan yang dikonsumsi. Produksi, kecerdasan, dan kreativitas terkait dengan status gizi, yang tentunya berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) Karakteristik remaja, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, pendidikan ayah, pendidikan ibu, penghasilan ayah, penghasilan ibu, rumah tinggal, dan jumlah anggota keluarga; (2) Paparan media sosial pada remaja; (3) Kebiasaan makan pada remaja; (4) Status gizi pada remaja; (5) Hubungan paparan media sosial dengan status gizi remaja; (6) Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi remaja; (7) Hubungan paparan media sosial dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja. Tempat penelitian di Kelurahan Glugur Darat II Medan, Kota Medan. Waktu penelitian ini dimulai pada bulan Maret - Mei 2024. Populasi penelitian ini adalah remaja yang bertempat tinggal di Kelurahan Glugur Darat II Medan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *total sampling* dengan jumlah sampel 61 responden. Desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Paparan Media Sosial diukur menggunakan kuesioner paparan media sosial dan kebiasaan makan menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan status gizi menggunakan IMT/U. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *rank spearman* dan analisis regresi linear berganda.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan paparan media sosial termasuk kategori tinggi sebesar 60,70 persen, kebiasaan makan remaja sebesar 68,90 persen dan status gizi baik 41,00 persen. Hasil analisis korelasi *Rank Sperman* terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara paparan media sosial dengan status gizi remaja dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,342 dan nilai p-value 0,007. Artinya semakin tinggi paparan media sosial maka semakin baik status gizi remaja. Hasil analisis korelasi *Rank Sperman* terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebiasaan makan dengan status gizi remaja dengan nilai koefisien sebesar 0,294 dengan P value sebesar 0,22. Artinya semakin baik kebiasaan makan remaja maka semakin baik pula status gizi remaja. Hasil uji regresi linier berganda terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara paparan media sosial dan kebiasaan makan dengan status gizi remaja dengan persamaan regresi ($Y = -2,970 + 0,231 X_1 + 0,115 X_2$). Hasil penelitian ini menunjukkan nilai konstanta (a) negatif yaitu -2,970 paparan media sosial dengan status gizi sama dengan nol (0) maka status gizi remaja akan meningkat. Nilai regresi paparan media sosial (X_1) yaitu dengan nilai sebesar 0,231 artinya hubungan positif dengan status gizi. Nilai koefisien regresi variabel asupan (X_2) yaitu sebesar 0,115 artinya kebiasaan makan berhubungan positif dengan status gizi. Paparan media sosial merupakan variabel dominan Berhubungan dengan status gizi karena koefisien regresinya (0,231) lebih besar daripada kebiasaan makan (0,115). nilai *R square* yang diperoleh 0,422 setelah dikalikan 100 persen menjadi 42,2 persen. hal ini berarti 42,2 persen status gizi dijelaskan oleh paparan media sosial dan kebiasaan makan. Sedangkan sisanya 57,8 persen dijelaskan oleh faktor-faktor lain diluar penelitian ini.

Kata Kunci : Paparan Media Sosial; Kebiasaan Makan; Status Gizi

ABSTRACT

Livia Ayunila, NIM: 5193540021. *The Relationship between Social Media Exposure and Eating Habits with the Nutritional Status of Adolescents in Glugur Darat II Village, Medan. Thesis. Nutrition Study Program. Family Welfare Education. Faculty of Engineering. Medan State University. 2024.*

Nutritional status is a description of how the body utilizes nutrients from the food consumed. Production, intelligence and creativity are related to nutritional status, which of course has an impact on the quality of human resources. This research aims to determine: (1) Characteristics of adolescents, father's work, mother's work, father's education, mother's education, father's income, mother's income, residence, and number of family members; (2) Exposure to social media in teenagers; (3) Eating habits of adolescents; (4) Nutritional status in adolescents; (5) The relationship between social media exposure and adolescent nutritional status; (6) Relationship between eating habits and nutritional status of adolescents; (7) The relationship between social media exposure and eating habits with adolescent nutritional status. The research location is in Glugur Darat II Medan Village, Medan City. The time of this research starts from March to May 2024. The population of this research is teenagers who live in Glugur Darat II Village, Medan. The sampling technique was carried out by total sampling with a sample size of 61 respondents. The research design used was cross sectional. Data collection techniques used BMI/U measurements and filling out questionnaires. Social Media Exposure was measured using a social media exposure questionnaire and eating habits using an eating habits questionnaire and Food Frequency Questionnaire (FFQ). The data analysis technique uses the Spearman rank correlation test and multiple linear regression analysis.

Based on the results of this research, social media exposure is in the high category, namely 60.70 percent, good eating habits at 68.90 percent and good nutritional status at 41.00 percent. The results of the Sperm Rank correlation analysis show a positive and significant relationship between social media exposure and adolescent nutritional status with a correlation coefficient of 0.342 and a p-value of 0.007. This means that the higher the exposure to social media, the better the nutritional status of teenagers. The results of the Sperm Rank correlation analysis showed a positive and significant relationship between eating habits and nutritional status of adolescents with a coefficient value of 0.294 with a P value of 0.22. This means that the better the adolescent's eating habits, the better the adolescent's nutritional status. The results of the multiple linear regression test showed a negative and significant relationship between social media exposure and eating habits and the nutritional status of adolescents with the regression equation ($Y = -2.970 + 0.231 X_1 + 0.115 X_2$). The results of this study show that the constant value (a) is negative, namely -2.970. Social media exposure with nutritional status equal to zero (0), means that the nutritional status of adolescents will increase. The regression value of social media exposure (X_1) is 0.231, meaning a positive relationship with nutritional status. The regression coefficient value for the intake variable (X_2) is 0.115, meaning that eating habits are positively related to nutritional status. Social media exposure is the dominant variable related to nutritional status because the regression coefficient (0.231) is greater than eating habits (0.115). The R square value obtained is 0.422 after multiplying by 100 percent to become 42.2 percent. This means that 42.2 percent of nutritional status is explained by social media exposure and eating habits. Meanwhile, the remaining 57.8 percent is explained by other factors outside this research.

Keyword : Social Media Exposure; Eating Habits; Nutritional Status