

## ABSTRAK

Judul : Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah, *Fast Food*, Tingkat Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, Persen Lemak Tubuh dan Status Gizi Pada Pekerja di PT Hisotex, Daan Mogot, Jakarta Barat  
Nama : Mega Dwi Jayanti  
Program Studi : Gizi

**Latar Belakang :** Status gizi adalah keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik, dan lebih.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan konsumsi sayur dan buah, *fast food*, tingkat pengetahuan gizi, aktivitas fisik, persen lemak tubuh, dan status gizi pada Pekerja di PT Hisotex, Daan Mogot, Jakarta Barat.

**Metode :** Jenis penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Subjek penelitian sejumlah 52 orang. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas umur responden 18-40 tahun (80,8%) dan berjenis kelamin lak-laki (86,5%). 57,7% responden memiliki status gizi tidak normal, 75% responden memiliki kecukupan konsumsi sayur kurang, 51,9% responden memiliki kecukupan konsumsi buah kurang, 75% responden memiliki konsumsi *fast food* sering, 75% responden memiliki tingkat pengetahuan gizi kurang, 61,5% responden memiliki aktivitas fisik ringan, 53,8% responden memiliki persen lemak tubuh normal.

**Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur, *fast food*, aktivitas fisik, persen lemak tubuh dan status gizi ( $p \leq 0,05$ ) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi buah, tingkat pengetahuan gizi dan status gizi ( $p > 0,05$ ).

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Fast Food, Konsumsi Buah, Konsumsi Sayur, Persen Lemak Tubuh, Status Gizi, Tingkat Pengetahuan Gizi