

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Coronavirus (Covid-19) adalah penyakit yang menyerang saluran pernafasan, Virus ini dapat menyebar melalui individu ke individu melalui paparan langsung ataupun tidak langsung (Kemenkes RI, 2020). Sebagian individu yang terpapar virus covid-19 akan memiliki gejala seperti demam dan flu, Virus ini termasuk kelompok virus besar seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory* (SARS) yang menyebabkan infeksi pada saluran pernafasan (Yuliana, 2020). Indonesia menjadi salah satu negara yang terpapar virus covid-19, Sejak maret 2020 banyak upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk memutuskan rantai penularan virus tersebut, salah satunya menerapkan *social distancing* dan *lockdown* (Susilo *et al.*, 2020). Melihat dari data sebaran kasus covid-19 per-tanggal 08 februari 2022 kasus positif sebesar 4.580.093, kasus sembuh sebesar 4.202.312 (91,8%), dan kasus meninggal sebesar 144.719 (3.2%) (Kemenkes RI, 2022). Virus Covid-19 mempengaruhi semua aspek kehidupan kaum muda (Remaja), Remaja yang terinfeksi virus covid-19 dapat menyebarkan virus ke orang lain dan dalam beberapa kasus remaja harus mengisolasi diri di rumah. Namun, dibandingkan dengan orang dewasa yang lebih tua, remaja cenderung lebih kebal sehingga lebih jarang menimbulkan penyakit yang serius (UNICEF, 2020).

Remaja (*adolescent*) berasal dari bahasa latin yang berarti tumbuh atau berkembang. Batas usia remaja antara 10 sampai 18 tahun, masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa remaja. Secara fisik dan mental pertumbuhan masa remaja sangat pesat. Anak perempuan berkembang pesat antara usia 10-16 tahun dan anak laki-laki antara 11-16 tahun (Saputro, 2018). Remaja merupakan masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih banyak dibandingkan orang dewasa. Gaya hidup anak muda lebih banyak dipengaruhi oleh interaksi sosial teman sebaya dan media (Febriyanti *et al.*, 2014). Berdasarkan survey UNICEF pada tahun 2017, ditemukan adanya perubahan pola makan dan aktivitas fisik pada remaja. Sebagian besar remaja menggunakan waktu luang mereka untuk kegiatan tidak aktif, sepertiga remaja suka mengkonsumsi camilan buatan pabrik atau makanan olahan, sedangkan sepertiga lainnya rutin mengkonsumsi kue basah, roti basah, gorengan, dan kerupuk (UNICEF, 2021). Perubahan gaya hidup juga terjadi dengan semakin terhubungnya remaja pada akses internet, sehingga remaja lebih banyak membuat pilihan mandiri. Pilihan gaya hidup yang dilakukan oleh remaja seringkali

kurang tepat sehingga secara tidak langsung berpengaruh terhadap masalah gizi (Hafiza *et al.*, 2020).

Masalah gizi yang mungkin terjadi pada masa remaja antara lain malnutrisi, kegemukan dan obesitas. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Data tersebut merepresentasikan kondisi gizi pada remaja di Indonesia yang harus diperbaiki. Berdasarkan survey UNICEF pada tahun 2017, ditemukan adanya perubahan perilaku makan dan aktivitas fisik pada remaja. (Kemenkes, 2019). Prevalensi kurus di Jawa Barat pada remaja umur 16-18 tahun secara umum sebesar 9,1% (1,4% sangat kurus dan 7,7% kurus). Prevalensi gemuk pada remaja umur 16-18 tahun di Jawa Barat sebanyak 7,6% yang terdiri dari 6,2% gemuk dan 1,4% obesitas. Prevalensi kekurusan (sangat kurus) pada remaja umur 16-18 tahun lebih banyak pada anak laki-laki (2,3%) daripada anak perempuan (0,5%). Sedangkan untuk prevalensi kegemukan (obese) antara laki-laki (1,2%) hampir sama dengan anak perempuan (1,5%) (Kesehatan, 2017).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan akan berpengaruh terhadap perilaku makan seseorang (Prasiwi, 2012). Pengetahuan tentang gizi yang sangat rendah pada kalangan remaja menjadi penyebab perilaku makan yang tidak baik. Remaja menyukai makanan berkalori tinggi karena enak (Widyastuti, 2018). Perilaku makan tidak baik seperti makan yang tidak teratur baik waktu ataupun jenis makanan, diet penurunan berat badan, binge eating, kebiasaan makan pada malam hari dapat merusak kesehatan dan kesejahteraan psikologis individu serta dapat mempengaruhi Indeks Massa Tubuh (IMT) (Pujiati. *et al.*, 2015).

Perilaku makan adalah perilaku konsumsi makan sehari-hari yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu untuk hidup sehat dan produktif. Untuk dapat mencapai keseimbangan gizi maka setiap orang harus mengonsumsi minimal satu jenis bahan makanan dari tiap golongan bahan makanan yaitu karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayuran, buah dan sayur atau sering disebut dengan isi piringku (Lulu & Hafidhotun, 2022). Perilaku makan tidak sehat juga didefinisikan sebagai kebiasaan makan seseorang

yang dapat merugikan dalam metabolisme tubuh, serta mempengaruhi status gizi (Sarintohe. & Prawitasari., 2006).

Masa remaja adalah masa transisi mulai berpikir kritis tetapi masih akan terpengaruh oleh keadaan emosi yang tidak stabil. Perubahan situasi akibat pandemi covid-19 dapat mempengaruhi pola psikososial, stress dan konsumsi anak muda. Situasi pandemi telah memicu banyak perubahan, terutama gaya hidup masyarakat Indonesia, termasuk perubahan perilaku makan. Perubahan perilaku makan terkait dengan tetap berada di dalam rumah dan membatasi aktivitas di luar rumah. Waktu yang dihabiskan di dalam rumah memberi seseorang lebih banyak waktu untuk menyiapkan dan mengatur makanan. Namun, akibatnya mereka akan lebih sering menghabiskan waktu untuk menonton televisi atau menjalani gaya hidup tidak banyak bergerak (*Sedentary lifestyle*) (Desmawati, 2019).

Sedentary lifestyle merupakan gaya hidup yang tidak mendapatkan aktivitas cukup. Individu yang tidak banyak bergerak sering kali mengabaikan aktivitas fisik atau melakukan aktivitas yang tidak membutuhkan banyak energi. Seperti kebanyakan individu sekarang lebih suka duduk/rebahan di depan TV atau komputer. Seiring waktu, banyak teknologi telah dikembangkan yang membuat hidup terasa lebih mudah dalam semua aspek, yang pada akhirnya membuat seseorang kurang aktif. Misalnya di lingkungan kantor, ketersediaan komputer membuat pekerjaan menjadi lebih mudah. Penggunaan handphone juga mengurangi aktivitas, banyak orang yang mengonsumsi *fast food* dengan pola makan yang tidak seimbang karena proses cepat hanya memesan menggunakan handphone (Walukouw *et al.*, 2019). *Sedentary lifestyle* berhubungan dengan kegiatan yang hanya menggunakan energi Metabolic Equivalents (METs) $\leq 1,5$ yang dilakukan ketika sadar, tidak saat tidur. Aktivitas *sedentary* yang dilakukan sering kali duduk, tiduran, menonton TV, bermain *video game*, membaca buku, dan mengemudi. Menurut WHO 2010, gaya hidup yang tidak banyak bergerak dapat mempengaruhi kesehatan tubuh dan merupakan faktor resiko berbagai penyakit, seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, resistensi insulin, tekanan darah tinggi, dyslipidemia, obesitas, dll (Bimandama & Soleha, 2016).

Stres merupakan sebuah kondisi kesenjangan akibat terjadinya ketidakcocokan antara tuntutan fisiologis dan psikologis berdasarkan situasi dari sumber biologis, psikologis, dan sosial yang ada pada individu. Seseorang dapat merasa tertekan karena situasinya dianggap berbahaya atau mengancam (Sarafino, 2012). Banyaknya permasalahan yang dihadapi remaja sehingga menimbulkan stress. Stress merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional dan spiritual

manusia, yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia. Menurut (Slamet *et al.*, 2013). stress adalah suatu keadaan dimana beban yang dirasakan seseorang tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban. Stress ada bermacam-macam yaitu stress ringan dan berat yang berkemungkinan mengakibatkan berbagai gangguan. Stress dapat berupa perubahan peristiwa kehidupan yang terjadi, baik di lingkungan sekolah, tempat tinggal maupun masyarakat. Stress psikososial yang terjadi pada remaja menuntut penyesuaian tersendiri. Bila penyesuaian tersebut gagal, individu dapat mengalami beberapa gangguan, salah satunya adalah gangguan makan (Bitty *et al.*, 2019). Stress pada remaja sering disebabkan karena tuntutan orang tua dan masyarakat. Orang tua biasanya menuntut anak mempunyai nilai yang bagus disekolah tanpa melihat kemampuan anaknya terlebih dahulu. Beban berat yang dialami remaja ini dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti sakit kepala, kurang nafsu makan, kecemasan yang berlebihan, dan lain-lain.

Perilaku makan merupakan kebiasaan penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi dan untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang. Usia remaja adalah usia rentan gizi karena tumbuh kembang yang pesat dan dibutuhkan energi yang cukup untuk melakukan beragam aktivitas fisik. Jika perilaku makan buruk, maka akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal, serta lebih rentan terhadap penyakit-penyakit kronis di masa dewasa. Selain itu juga akan terdapat perubahan dengan status gizinya. Berdasarkan penelitian dari (Noviasty & Susanti, 2020) menunjukkan hasil bahwa terjadi perubahan kebiasaan konsumsi yang teridentifikasi yakni responden makan lebih banyak selama pandemi sebanyak 59,38% responden, terjadi peningkatan konsumsi cemilan (43,75%), serta peningkatan konsumsi sayur dan buah masing-masing 51,56% dan 62,5%. Penelitian dari (Muhamad, 2019) menunjukkan hasil bahwa kategori aktivitas sedentari tinggi tidak hanya dilakukan pada siswa yang memiliki status gizi obesitas saja, tetapi peserta didik yang memiliki status gizi kurus dan normal juga melakukan aktivitas *sedentary* yang tinggi, hal ini bisa terjadi akibat ketika jam makan yang sudah tiba, tetapi remaja tersebut tidak segera makan tetapi asyik dengan aktivitas sedentarnya, seperti bermain *game*, *chatting*, dan menonton televisi. Menurut penelitian (Tienne. *et al.*, 2013) yang di lakukan di SMU Methodist-18 Medan menyatakan bahwa semakin tinggi skor stress seseorang semakin tinggi tingkat indikator status gizinya. Hasil penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa terdapat hubungan stress dengan status gizi. Berdasarkan ketiga penelitian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19.

1.2 Identifikasi Masalah

Remaja merupakan masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih banyak dibandingkan orang dewasa. Masa remaja sangat membutuhkan zat gizi lebih tinggi karena pertumbuhan fisik dan perkembangan yang terjadi saat peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja. Perubahan gaya hidup dan tingkat stress serta kebiasaan makan remaja mempengaruhi asupan maupun kebutuhan gizi. Kebiasaan makan pada remaja berkaitan dengan mengonsumsi makanan yang mencakup jenis makanan, jumlah makanan, frekuensi makanan, distribusi makanan dan cara memilih makanan. Kebiasaan makan yang tidak sehat terbentuk karena seringnya remaja jajan diluar rumah yang akan mempengaruhi status gizinya. Semenjak virus corona masuk ke Indonesia menyebabkan banyak perubahan dari perilaku makan dan gaya hidup pada remaja. Virus Covid-19 mempengaruhi semua aspek kehidupan kaum muda (Remaja). akibatnya remaja akan lebih *sensitive* dan menjadi sering menghabiskan waktu untuk menonton televisi atau menjalani gaya hidup tidak banyak bergerak (*Sedentary lifestyle*).

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah ditemukan dapat diidentifikasi permasalahannya yaitu perubahan perilaku makan serta perubahan gaya hidup selama pandemi, menurunnya aktifitas fisik, tingkat stress dan meningkatnya gaya hidup *sedentary*.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, Remaja merupakan masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih banyak dibandingkan orang dewasa. Masa remaja adalah masa transisi mulai berpikir kritis dan mulai mendapatkan banyak tuntutan yang akan berpengaruh terhadap keadaan emosinya yang masih belum stabil. Masalah gizi yang mungkin terjadi pada masa remaja antara lain malnutrisi, kegemukan dan obesitas. Individu yang tidak banyak bergerak sering kali mengabaikan aktivitas fisik atau melakukan aktivitas yang tidak membutuhkan banyak energi. Gaya hidup yang tidak banyak bergerak (*sedentary lifestyle*) dapat mempengaruhi kesehatan tubuh. Peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan menganalisis hubungan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang telah disebutkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara perubahan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19?

1.5 Tujuan penelitian

a. Tujuan Umum:

Mengetahui hubungan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19.

b. Tujuan Khusus:

1. Mengidentifikasi perilaku makan remaja selama pandemi
2. Mengidentifikasi gaya hidup *sedentary* yang dilakukan remaja selama pandemic
3. Mengidentifikasi tingkat stress remaja selama pandemi
4. Menganalisis hubungan antara perilaku makan dengan status gizi remaja selama pandemi
5. Menganalisis hubungan antara gaya hidup *sedetary* dengan status gizi remaja selama pandemi
6. Menganalisis hubungan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang perubahan perilaku makan, stress, dan faktor yang mempengaruhinya. Kebiasaan makan yang buruk dan gaya hidup tidak banyak bergerak dapat mempengaruhi status gizi dan dapat menyebabkan berbagai penyakit degenerative di masa dewasa. Penyakit tersebut dapat menurunkan produktivitas dan menyebabkan kematian. Masa remaja merupakan poin penting di negara ini karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Bila semakin banyak generasi bangsa yang mengalami dampak dari malnutrisi, kegemukan dan obesitas, pembangunan negara akan terhambat.

2. Bagi orang tua

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orang tua agar lebih memperhatikan asupan makan, perilaku makan, dan keadaan remaja khususnya saat berada di rumah.

3. Bagi institusi pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu sumber bacaan dan referensi mengenai perubahan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19.

1.7 Keterbaruan Penelitian

Keterbaruan penelitian mengenai perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress pada remaja dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1.1

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|---|---|----------------------------|---|---|
| 1 | Hendry Agustian, Andi Eka Putra, Hendsun Hendsun, Heiddy Chandra Sumampouw, Yohanes Firmansyah (2021) (Hendry, 2021) | Perubahan Berat Badan, Indeks Massa Tubuh, Dan Status Gizi Antara Sebelum Dan Saat Masa Pandemik Covid-19 Akibat Pembelajaran Jarak Jauh | <i>Cross Sectional</i> | Analisis data yang digunakan pada penelitian ini berupa analisa deskriptif dan analisa analitik. Analisa data deskriptif menggunakan sebaran data terpusat seperti mean, standar deviasi, minimum, maksimum, dan media untuk jenis data numerik, serta proporsi (%) bilamana jenis data kategorik. Analisa data analitik menggunakan 2 metode yaitu untuk data numerik akan menggunakan uji | Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang bermakna pada berat badan, indeks massa tubuh, serta status gizi responden sebelum dan saat masa pandemik COVID-19 (p-value = 0.099, 0.118, 0.078 masing-masing). |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|--|------------------------|---|--|
| | | | | <p>statistic Dependent T-test bilamana sebaran data normal atau Wilcoxon untuk sebaran data yang 743 tidak normal, serta untuk data kategorik akan menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test untuk melihat perubahan status gizi responden sebelum dan saat masa pandemic COVID-19.</p> | |
| 2 | Dian Hafiza, Agnita Utami, Sekani Niriyah (2020) (Hafiza <i>et al.</i> , 2020) | Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru | <i>Cross Sectional</i> | <p>Analisis yang digunakan adalah analisis univariat, dan bivariat. menggunakan uji statistik non-parametrik dengan uji alternatif yaitu kolmogorovsmirnov.</p> | <p>Hasil penelitian didapatkan Pvalue $1 > \alpha$ (0.05). Disimpulkan bahwa tidak ada hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru.</p> |
| 3 | Wiwin Efrizal (2020) (Efrizal., 2020) | Persepsi Dan Pola Konsumsi Remaja Selama Pandemi Covid-19 | <i>Cross Sectional</i> | <p>Analisa data dilakukan dengan metode statistic deskriptif dan metode grafik.</p> | <p>Remaja yang tidak yakin dan meragukan virus Covid-19 sebanyak 14,7% menganggapnya sebagai konspirasi, karena tidak ada bukti dan informasi yang</p> |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|---|--|--|--|
| | | | | | <p>jasas. Perubahan pola konsumsi dirasakan oleh 37,9% remaja saat terjadi pandemi. Adaptasi terhadap kebiasaan baru yang paling sulit dilakukan remaja adalah menghindari keramaian dan hanya 38,7% yang mampu melakukannya.</p> |
| 4 | Reny Noviasti, Rahmi Susanti (2020) (Noviasty & Susanti, 2020) | Perubahan Kebiasaan Makan Mahasiswa Peminatan Gizi Selama Masa Pandemi Covid-19 | Studi kuantitatif deskriptif yang melihat gambaran perubahan pola konsumsi responden selama masa pandemi Covid-19. | Analisis univariat dilakukan dengan menyajikan tabel distribusi frekuensi masing-masing variabel termasuk data karakteristik responden, data status gizi responden dan data perubahan pola konsumsi. | Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terjadi perubahan kebiasaan konsumsi yang teridentifikasi yakni responden mengakui makan lebih banyak selama pandemi sebanyak 59,38% responden, terjadi peningkatan konsumsi cemilan (43,75%), serta peningkatan konsumsi sayur dan buah masing-masing 51,56% dan 62,5%. |
| 5 | Dleydy Deysheлина | Hubungan Aktivitas | <i>Cros Sectional</i> | Analisis data penelitian diolah menggunakan | Hasil penelitian ini didapatkan terdapat |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|--|------------------------|---|--|
| | Sumilat, Adhila Fayasari (2020) (Sumilat & Fayasari, 2020) | Sedentari Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa Universitas Nasional | | program excel dan program statistic dengan uji <i>chi-square</i> dengan derajat kemaknaan 95% | 34,7% mahasiswa dengan gizi lebih. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas sedentari (berbasis layar dan berbasis duduk) dengan gizi lebih (p 0,05; OR 1,879 and p 0,000; OR 10,358). Ada hubungan yang signifikan antara asupan energi camilan tinggi (>500kal) dengan gizi lebih (p 0,000; OR 4,131). Tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas sedentari (berbasis baca) dengan gizi lebih. Ada hubungan antara aktivitas sedentari (berbasis layar dan berbasis duduk) dan asupan energi camilan dengan gizi lebih. |
| 6 | Gani Apriningtyas Budiyati, Eka Oktavianto | Stres Dan Resiliensi Remaja Di Masa | <i>Cross Sectional</i> | <i>Uji Chi-Square</i> | Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|--|---|-----------------------|--|
| | (2020) (Gani & Eka, 2020) | Pandemi Covid-19 | | | dengan stres pada remaja. Hasil ini sesuai dengan penelitian Azzahra (2016) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dengan stres pada responden. Selain itu dari analisis bivariabel juga menunjukkan bahwa resiliensi memberikan pengaruh dengan arah negatif. Artinya bahwa semakin tinggi resiliensi individu maka semakin rendah tingkat stres yang dialami. |
| 7 | Maria Goreti Pantaleon (2019) (Pantaleon, 2019) | Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma | Observasional Dengan Rancangan <i>Cross Sectional Study</i> . | <i>Uji Chi-Square</i> | Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri ($p=0,619$), dan uji hubungan antara kebiasaan |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|--|---|--|---|
| | | Negeri Ii Kota Kupang | | | makan dengan status gizi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,001$). |
| 8 | Afrina, Hepti Mulyati, Dewi Sulistia Aziz (2019) (Afrina, 2019) | Hubungan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Smk Negeri 1 Palu | Analitik Dengan Pendekatan <i>Cross Sectional</i> . | Dianalisis Menggunakan Analisis Univariat Dan Bivariat. Menggunakan Uji <i>Chi Square</i> | Hasil uji chi square didapat nilai $p=0,000$ ($\leq 0,05$), ini berarti secara statistika ada hubungan perilaku makan dengan status gizi pada remaja putri. |
| 9 | Muhamad Ubaidillah, Faridha Nurhayati (2019) (Muhamad, 2019) | Hubungan Antara Aktivitas Sedentari Dengan Status Gizi Pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 1 Semen | Korelasional Non-Eksperimen | Analisis menggunakan korelasi gamma untuk Mengetahui hubungan antara aktivitas sedentari dengan Status gizi. | Dari hasil analisis yang telah diolah dapat dilihat bahwa kategori aktivitas sedentari tinggi tidak hanya dilakukan pada siswa yang memiliki status gizi obesitas saja, tetapi peserta didik yang memiliki status |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|------------------------------------|--|------------------------|---|--|
| | | Kabupaten Kediri | | | gizi kurus dan normal juga melakukan aktivitas <i>sedentary</i> yang tinggi, hal ini bisa terjadi akibat ketika jam makan yang sudah tiba, tetapi siswa tersebut tidak segera makan tapi asyik dengan aktivitas sedentarnya, seperti bermain game, chatting, dan menonton televisi. |
| 10 | Desmawati (2019) (Desmawati, 2019) | Gambaran Gaya Hidup Kurang Gerak (<i>Sedentary Lifestyle</i>) dan Berat Badan Remaja Zaman Milenial di Tangerang, Banten | Deskriptif Kuantitatif | Analisa data menggunakan analisa univariat. Kemudian data dikategorikan menjadi gaya hidup remaja yang kurang gerak <2 jam dalam 24 jam adalah rendah, 2-4 jam (sedang), dan >4 -6 jam bahkan lebih adalah masuk kategori tinggi. | Hasil penelitian ini menunjukkan persentase terbanyak gaya hidup remaja yang kurang gerak <2 jam dalam 24 jam (rendah) adalah 77,7%, yang menggunakan waktunya untuk kegiatan yang kurang gerak 2-4 jam (sedang) adalah 17,7%, yang menghabiskan waktu untuk kegiatan kurang gerak >4 -6 jam bahkan lebih (tinggi) |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|---|------------------------|--|---|
| | | | | | adalah 5,3%. Obesitas hanya 10,63%. |
| 12 | Frensy Bitty, Afnal Asrifuddin, Jeini Ester Nelwan (2019) (Bitty <i>et al.</i> , 2019) | Stres Dengan Status Gizi Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Manado | <i>Cross Sectional</i> | Analisis Univariat Karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari umur, jenis kelamin. Analisis Bivariat Berdasarkan uji normalitas Kolmogorov-smirnov bahwa data tidak terdistribusi normal sehingga menggunakan uji korelasi Rank Spearman. | Hasil yang didapatkan yaitu lebih banyak responden mengalami stres sedang (56,3%), dan responden dengan kategori status gizi normal lebih banyak dialami oleh responden dengan jumlah (59,8%), dengan nilai $p=0,000$ dan $r = 0.707$. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada hubungan antara stres dengan status gizi dengan kekuatan hubungan korelasi yang kuat dan arah positif. Menyatakan kondisi seseorang yang mengalami stres akan mempengaruhi perilaku makan. |
| 11 | Retno Mandriyarini, M.Sulchan, Choirun Nissa | <i>Sedentary Lifestyle</i> Sebagai Faktor | <i>Cross Sectional</i> | Analisis univariat digunakan | Jumlah obesitas sebanyak 151(6,6%), stunted 269(11,7%) dan stunted yang |

| No | Nama Peneliti | Judul | Desain Penelitian | Analisis Data | Hasil |
|----|--|---|-------------------|--|--|
| | (2017) (Mandriyarini <i>et al.</i> , 2017) | Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja Sma Stunted Di Kota Semarang | | untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian. Besarnya risiko <i>sedentary</i> lifestyle terhadap angka kejadian Obesitas pada remaja stunted dihitung menggunakan nilai prevalence ratio (PR). | mengalami obesitas 45(1,9%). Kegiatan <i>sedentary</i> lifestyle yang umum dilakukan oleh remaja stunted yang berisiko menjadi obesitas yaitu kegiatan menonton TV, membaca buku untuk kesenangan serta pergi beribadah atau pergi ke sekolah di hari libur. |

Berdasarkan keterbaruan penelitian diatas, terdapat beberapa keterbaruan yang membedakan penelitian yang dilakukan saat ini, diantaranya :

1. Variabel independen (bebas) perilaku makan, gaya hidup *sedentary*, dan tingkat stress sedangkan variabel dependennya (terikat) status gizi.
2. Sampel pada penelitian ini yaitu pelajar SMA dan peneliti meneliti di masa pandemi covid-19.
3. Metode yang digunakan yaitu analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*.
4. Belum terdapat penelitian yang menganalisis hubungan perilaku makan, gaya hidup *sedentary* dan tingkat stress dengan status gizi remaja selama pandemi covid-19.
5. Belum ada yang pernah meneliti kedua variabel independen dengan variabel dependen menggunakan *chi square*.