

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Mahasiswa termasuk dalam kategori usia remaja akhir (17-25 tahun) yang sedang mengalami fase peralihan atau transisi ke usia dewasa awal (26-35 tahun) (Al Amin and Juniati 2017). Permasalahan gizi yang kerap dialami mahasiswa adalah permasalahan gizi ganda, yaitu kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan prevalensi obesitas di seluruh dunia hampir tiga kali lipat antara tahun 1975 dan 2016 (WHO, 2021). Pada tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan. Dari jumlah tersebut lebih dari 650 juta mengalami obesitas. Pada tahun 2016, 39% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas (39% pria dan 40% wanita) kelebihan berat badan. Secara keseluruhan, sekitar 13% populasi dewasa dunia (11% pria dan 15% wanita) mengalami obesitas pada tahun 2016.

Sementara itu, untuk prevalensi status gizi berdasarkan IMT di Indonesia pada usia >18 tahun sebesar 9,3% kurus, 13,6% gizi lebih dan 21,8% obesitas (Balitbangkes RI 2018). Salah satu provinsi yang memiliki tingkat prevalensi tinggi terhadap kejadian masalah gizi, yaitu provinsi DKI Jakarta. Hasil Riskesdas (2018) untuk provinsi DKI Jakarta menunjukkan prevalensi status gizi berdasarkan IMT pada usia >18 tahun sebesar 7,9% kurus, 15,6% gizi lebih dan 29,8% obesitas (Balitbangkes RI 2018). Di provinsi DKI Jakarta, Jakarta Barat termasuk dalam kabupaten/kota yang memiliki prevalensi masalah gizi yang tinggi diantara kabupaten/kota lainnya. Menurut data RISKESDAS (2018), prevalensi status gizi (IMT) pada usia >18 tahun menurut kabupaten/kota, Provinsi DKI Jakarta, pada daerah Jakarta Barat yaitu 9,30% kurus, gemuk 14,40%, obesitas 27,30% (Kementerian Kesehatan RI 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada bulan Oktober 2022 dengan jumlah responden sebanyak 106 mahasiswa di Universitas Esa Unggul diperoleh hasil, yaitu 12% mahasiswa memiliki status

gizi kurus, 47% mahasiswa memiliki status gizi normal, 13% mahasiswa memiliki status gizi lebih dan 27% mahasiswa memiliki obesitas.

Masalah gizi pada remaja sebagian besar terkait dengan faktor gaya hidup, terutama keputusan pemilihan makanan, kebiasaan makan dan aktivitas fisik. Saat ini, mahasiswa cenderung memiliki waktu lebih sedikit untuk berolahraga dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk aktivitas *sedentary* atau *screen time* dengan perangkat elektronik (televisi, gadget, komputer, video game) (Pratiwi and Mardiyati 2018).

Perkembangan teknologi saat ini ikut andil dalam perkembangan obesitas. Peningkatan penggunaan televisi, internet, aplikasi atau web di smartphone, streaming melalui situs web berbagi video, media sosial, dan pemasangan aplikasi layanan streaming berbasis langganan selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya. Jumlah pengguna internet pada tahun 2017 dari hasil survei penetrasi dan perilaku penggunaan internet di Indonesia tercatat sebanyak 143,26 juta. Angka ini 54,68% jika dibandingkan dengan jumlah penduduk di Indonesia. Hasil survey APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) mencatat penetrasi internet di Indonesia telah mencapai 78,19 persen pada 2023 atau menembus 215.626.156 jiwa dari total populasi yang sebesar 275.773.901 jiwa.

Kemudahan dalam mengakses internet membuat remaja menghabiskan waktu 2-3 jam sehari untuk menggunakan media sosial, sehingga berdampak pada penurunan *energy expenditure* yang menyebabkan terjadinya *overweight* (Bhutani and Cooper 2020). Penggunaan *screen time* yang lebih dari batas yang dianjurkan dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan seperti gangguan mata, gangguan tidur, dan obesitas (Hill et al., 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian Suraya (2020) yang menunjukkan sebesar 70,7% remaja dengan *screen time* berlebihan menderita obesitas, karena umumnya penggunaan *screen time* dilakukan bersamaan dengan mengonsumsi makanan ringan atau jajanan yang mengandung tinggi lemak, gula, dan garam seperti coklat, *cookies* dan kerupuk atau keripik. Tanpa disadari mereka mengonsumsi makanan tersebut dalam jumlah yang melebihi kebutuhan dan menjadi kebiasaan buruk yang terus-menerus dilakukan. Hal

inilah yang berakibat pada peningkatan risiko kegemukan dan obesitas pada remaja (Suraya et al., 2021).

Perilaku makan mahasiswa cenderung mengarah pada *overeating*, dimana seseorang mengonsumsi lebih banyak kalori daripada energi yang dibutuhkan sehingga menyebabkan kegemukan dan obesitas. Pengaruh konsumsi pangan terhadap status gizi tidak hanya berkaitan dengan segi kualitasnya saja, namun berkaitan pula dengan segi kuantitasnya (Wahyuningsih, Anwar, and Kustiyah 2020). Konsumsi energi (kalori) merupakan salah satu faktor penentu status gizi seseorang, yang dihasilkan dari konsumsi zat gizi makro antara lain karbohidrat, protein dan lemak. Asupan zat gizi makro yang dikonsumsi akan digunakan sebagai energi bagi tubuh, hal ini pula yang menentukan peningkatan atau penurunan berat badan seseorang (Almira and Hamidatun 2022). Asupan yang dikonsumsi oleh tubuh harus sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan (sesuai jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, tingkat aktivitas fisik, dan sebagainya).

Mahasiswa yang mengalami gizi lebih ataupun gizi kurang memiliki kualitas dan kuantitas konsumsi pangan yang cenderung rendah. Kualitas konsumsi pangan merupakan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang cukup. Sedangkan kuantitas konsumsi pangan ditunjukkan melalui tingkat kecukupan gizi terutama pada zat gizi makro. Kelebihan atau kekurangan terhadap satu atau beberapa jenis pangan akan mengakibatkan kekurangan terhadap zat-zat gizi tertentu terutama zat gizi makro, sedangkan konsumsi pangan yang seimbang, baik secara kuantitas dan kualitas dapat mencegah keadaan salah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi serta penyakit yang menyertainya kemudian. Pola konsumsi mencakup ragam, jenis pangan, dan jumlah pangan yang dikonsumsi serta frekuensi dan makan yang secara kuantitas kesemuanya menentukan ukuran tinggi rendahnya pangan yang dikonsumsi (Lanuru 2018).

Sehingga dalam menilai tinggi atau rendahnya kualitas dan kuantitas konsumsi seseorang didasarkan pada keragaman dan tingkat kecukupan makanan yang dikonsumsi. Kualitas dan kuantitas konsumsi yang rendah

biasanya dikarenakan mengonsumsi makanan dengan densitas energi yang tinggi dan rendah akan zat gizi yang lain, seperti kurangnya dalam mengonsumsi sayur dan buah dan tingginya konsumsi makanan berkalori tinggi, tinggi garam dan tinggi gula.

Kecukupan asupan zat gizi yang baik dapat dipenuhi oleh konsumsi makanan yang beragam dan dengan porsi yang sesuai anjuran, sehingga kebutuhan asupan zat gizi dapat terpenuhi. Namun jika tidak beragamnya makanan yang dikonsumsi dan tidak sesuai dengan anjuran porsi mahasiswa, dapat menyebabkan penurunan ataupun peningkatan asupan makanan. Penurunan asupan makanan dalam jangka waktu tertentu berdampak pada penurunan berat badan. Sebaliknya, peningkatan asupan makan yang berlebih dalam jangka waktu tertentu berdampak pada peningkatan berat badan. Hal ini dapat berdampak pada perubahan status gizi (Ali *et al.*, 2018).

Keanekaragaman pangan merupakan salah satu pilar dalam mengurangi masalah gizi, hal ini dikarenakan tidak ada satu pun jenis bahan makanan selain ASI yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Felinda *et al.*, 2021). Salah satunya pada nasi yang tinggi karbohidrat tetapi sangat rendah vitamin, mineral, lemak, dan serat. Oleh karena itu, nasi dikonsumsi dengan pendamping atau disebut sebagai lauk pauk, misalnya ikan, daging, telur, tahu, tempe, sayur dan buah. Lauk pauk kaya akan protein dan lemak, dan sayuran serta buah-buahan kaya akan vitamin, mineral dan serat (Aditianti, Prihatini, and Hermina 2016). Salah satu fungsi keanekaragaman pangan adalah untuk memastikan kecukupan asupan zat gizi makro dan mikro. Dengan mengonsumsi pangan yang beragam maka kekurangan zat gizi dari satu jenis makanan dapat dilengkapi dengan jenis bahan makanan lainnya.

Berdasarkan penjabaran diatas, tingginya angka kejadian status gizi yang tidak baik pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul dan beberapa penelitian terdahulu terkait variabel yang diangkat dalam penelitian ini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai mengenai hubungan antara konsumsi makanan dan durasi *screen time* dengan status gizi mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Melihat permasalahan saat ini, Indonesia tengah menghadapi beban ganda terkait masalah gizi, yaitu gizi kurang atau kondisi tubuh yang pendek/stunting dan kurus serta gizi lebih atau masalah obesitas atau kegemukan. Mahasiswa termasuk kelompok yang beresiko terpapar *screen time* tinggi karena penggunaan laptop dan *smarthphone* sebagai media yang membantu untuk belajar dan sebagai media hiburan. Paparan *screen time* yang berlangsung lama dapat mempengaruhi status gizi seseorang, karena umumnya seseorang menggunakan *screen time* dengan berbaring dan duduk. Hal ini berdampak pada aktivitas fisik yang sangat rendah (sedentari).

Minimnya kesadaran mahasiswa dalam konsumsi pangan yang kurang beragam dapat juga berdampak pada tingkat kecukupan asupan zat gizi yang dikonsumsi. Karena tidak ada satu bahan makanan yang dapat dikatakan “lengkap” dalam memenuhi kebutuhan zat gizi seseorang. Sehingga dengan mengonsumsi makanan yang beragam dan sesuai anjuran porsi maka kebutuhan zat gizi dapat dilengkapi.

Melalui identifikasi masalah tersebut, diharapkan agar menjadi langkah awal untuk mengatasi kesenjangan gizi agar tidak berdampak pada penyakit gizi (*undernutrition* dan *overnutrisi*). Diharapkan kelompok usia produktif seperti mahasiswa, dapat melakukan penerapan mengonsumsi makanan baik dari kualitas dan kuantitas, sesuai gizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan harian, sehingga tidak terjadi kesenjangan zat gizi yang berdampak pada status gizi. Hal ini juga perlu didukung oleh aktivitas fisik yang sesuai rekomendasi dengan membatasi penggunaan media elektronik (paparan *screen time*) sehingga asupan zat gizi yang masuk sesuai dengan zat gizi yang digunakan oleh tubuh, agar tubuh tidak menyimpan zat gizi yang tersisa (menjadi lemak dan menumpuk lalu menyebabkan kelebihan berat badan) atau menggunakan zat gizi tubuh yang seharusnya menjadi cadangan bagi tubuh (cadangan zat gizi menjadi habis dan menyebabkan kekurangan berat badan atau kekurangan asupan zat gizi).

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Dengan segala keterbatasan waktu dan biaya, serta agar tidak meluasnya objek dalam masalah penelitian, maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan hubungan konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

Peneliti mengambil sasaran mahasiswa karena pada usia tersebut merupakan masa peralihan dari remaja ke dewasa awal. Mahasiswa adalah kelompok yang terpapar cukup tinggi dengan kebiasaan makan yang tidak sehat dan penggunaan *screen time* yang tinggi. Selain itu, topik penelitian juga akan meneliti mengenai gambaran karakteristik individu yang meliputi usia, jenis kelamin dan tempat tinggal.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat hubungan antara konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul?”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

#### **1.5.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan status gizi pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul

#### **1.5.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, dan tempat tinggal mahasiswa di Universitas Esa Unggul.
2. Mengidentifikasi konsumsi pangan berdasarkan kuantitas dan kualitas konsumsi pangan pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.
3. Mengidentifikasi durasi *screen time* pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.
4. Mengidentifikasi status gizi berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) dan persen lemak tubuh pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

5. Menganalisis hubungan konsumsi pangan dengan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dan persen lemak tubuh pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.
6. Menganalisis hubungan durasi *screen time* dengan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dan persen lemak tubuh pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

1. Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang telah didapat selama pendidikan, menambah pengetahuan dan pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah serta menambah pengetahuan peneliti mengenai hubungan konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan status gizi pada mahasiswa.

2. Bagi Responden

Memberikan wawasan dan tambahan informasi mengenai apakah konsumsi pangan dan durasi *screen time* memiliki hubungan dengan status gizi pada mahasiswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melalui penelitian ini, peneliti selanjutnya diharapkan dapat memanfaatkan ilmu yang telah didapat sebagai acuan dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan status gizi pada mahasiswa.

**1.7 Keterbaruan Penelitian**

**Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian**

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
1.	Putri Ronitawati, Nazhif Ghifari, Rachmanida Nuzrina, Putri Nurhasanah Yahya (2021)	Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Konsumsi Pangan dan Status Gizi Pada Remaja di Perkotaan	Untuk mempelajari faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas konsumsi pangan dan status gizi pada remaja di wilayah perkotaan.	Rancangan penelitian ini kuantitatif yang bersifat analitis dengan menggunakan desain studi Cross Sectional. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik random sampling.	2.500 siswa	Tidak ada hubungan yang signifikan pada kualitas konsumsi terkait keragaman konsumsi pangan (DDS) pada remaja di perkotaan terhadap status gizi ( $p > 0,05$ ). Tidak ada hubungan pengetahuan gizi	Tidak terdapat hubungan yang signifikan pada kualitas konsumsi terkait keragaman konsumsi pangan (DDS) pada remaja di perkotaan terhadap status gizi ( $p = 0,314$ ). Tidak ada hubungan yang

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>Analisis data dilakukan dengan re-coding data penelitian, uji normalitas dan reliabilitas serta dilakukan uji statistik chi-square untuk melihat hubungan antara variabel dependen dan independen.</p>		<p>terhadap kualitas konsumsi pangan berdasarkan keragaman pangan yang dikonsumsi (<math>p&gt;0,05</math>). Tidak ada hubungan uang saku terhadap kualitas konsumsi pangan. Berdasarkan keragaman pangan yang dikonsumsi (<math>p&gt;0,05</math>). Tidak ada hubungan</p>	<p>signifikan pada variabel pengetahuan gizi, uang saku dan penghasilan orangtua terhadap kualitas konsumsi pangan pada remaja di perkotaan (<math>p=0,435</math>, <math>p=0,975</math> dan <math>p=0,302</math> ).</p>

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						penghasilan orang tua terhadap kualitas konsumsi pangan berdasarkan keragaman pangan yang dikonsumsi ( $p>0,05$ ).	
2.	Dina Merdeka Agustina Ningrum, Nur Lathifah Mardiyati, dan S. Gz (2019)	Hubungan <i>Screen time</i> dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah	untuk mengetahui hubungan <i>screen time</i> dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan	Jenis penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional Pengambilan data menggunakan teknik	98 responden	Penelitian ini menunjukkan sebanyak 51 responden memiliki <i>screen time</i> yang tinggi. Rata-rata <i>screen time</i> 9,07	Ada hubungan antara <i>screen time</i> dengan IMT pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMS

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Surakarta.	Bisnis UMS	Stratified Random Sampling. Pengukuran <i>screen time</i> menggunakan kuesioner <i>screen time</i> dan pengukuran antropometri IMT menggunakan timbangan badan digital dan microtoise. Untuk mengetahui hubungan antara <i>screen time</i>		jam/hari. Hasil uji korelasi antara <i>screen time</i> dengan IMT didapatkan nilai $p=0,041 (<0,05)$ .	

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				dengan indeks massa tubuh menggunakan uji statistik Pearson Product Moment (PPM) untuk menguji hipotesis pada data numerik.			
3.	Novita Dewi, Isti Istianah (2018)	The Relationship Between Macro Nutrition and Physical Activities with Nutrition Status in Employee Offices of the Directorate	Untuk menganalisis hubungan antara asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik dengan status gizi pada pegawai	Desain penelitian Cross Sectional dengan uji Chi-Square. Pengambilan data asupan zat gizi makro yaitu karbohidrat,	49 Responden	Penelitian ini menunjukkan ada 27 orang (55.1%) memiliki asupan protein, sebanyak 35 orang (71.4%) memiliki asupan lemak lebih dan	Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein (p:0.042), asupan lemak (p:0.000), asupan karbohidrat

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Poltekkes Kemenkes Jakarta II	kantor Direktorat Poltekkes Kemenkes Jakarta II	protein dan lemak yang dikonsumsi oleh para responden perhari dilakukan menggunakan metode recall 2x24 jam. Data ini kemudian diolah menggunakan program nutrisuvey. Pengambilan data aktivitas fisik dilakukan wawancara		sebanyak 29 orang (59.2%) memiliki asupan karbohidrat lebih dari AKG. Sedangkan 22 orang (44.9%) memiliki asupan protein cukup, 14 orang (28.6%) memiliki asupan lemak cukup dan 20 orang (40.8%) memiliki asupan karbohidrat cukup. Lalu ada 34 orang (69.4%)	(p:0.000) dengan status gizi. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi (p:0.894).

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				dengan menggunakan kuesioner. Analisa data hasil penelitian diolah menggunakan program SPSS dengan uji statistik Chi-Square.		memiliki aktivitas fisik sedang dan 15 orang (30.6%) memiliki aktivitas fisik berat.	
4.	M. Ikhsan Amar, Sulistyani Meita Dewi (2021)	Frequency of "Snacking", Consumption of Junk Food and <i>Screen time</i> with the Incidence of Overweight in	Untuk mengetahui hubungan antara Frekuensi "Ngemil", Konsumsi <i>Junk Food</i> , <i>Screen</i>	Penelitian kuantitatif dan menggunakan desain Cross Sectional Study. Pengambilan sampel dengan	38 Sampel	Hasil analisis uji chi-square menunjukkan bahwa hubungan antara <i>screen time</i> dengan kelebihan gizi diperoleh	Ada hubungan yang signifikan antara <i>screen time</i> dengan kelebihan gizi  Tidak ada

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
		Students	<i>time</i> Dengan Kejadian Overweight Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta	teknik Simple Random Sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara FFQ tentang kebiasaan ngemil dan Junk Food dengan kuesioner tentang <i>Screen time</i> . Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan		<p>nilai sebesar 0,030 (<math>\rho &lt; 0,05</math>).</p> <p>Hasil analisis uji chi-square menunjukkan bahwa hubungan antara frekuensi ngemil dengan kelebihan gizi diperoleh nilai sebesar 0,093 (<math>\rho &lt; 0,05</math>).</p> <p>Hasil analisis uji chi-square menunjukkan</p>	<p>hubungan yang signifikan antara frekuensi ngemil dengan kelebihan gizi</p> <p>Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi makan junk food dengan kelebihan gizi</p>

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				uji Chi Square		bahwa hubungan antara konsumsi junk food dengan kelebihan gizi diperoleh nilai sebesar 0,014 ( $p < 0,05$ ).	
5.	Rika Fitriani, Lintang Purwara Dewanti, Mury Kuswari, Nazhif Gifari, Yulia Wahyuni	Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Siswa	Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, citra tubuh, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada	Jenis penelitian ini menggunakan metode analitik deskriptif. Desain penelitian adalah cross sectional (potong lintang). Data pengetahuan gizi diperoleh melalui angket,	91 Orang	Hasil uji ChiSquare menunjukkan nilai p-value=0,0001 ( $p < 0,05$ ), antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi.	Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, citra tubuh, tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro (lemak dan karbohidrat), dan citra tubuh

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
	(2020)		siswa SMA Negeri 86 Jakarta	Data tingkat kecukupan zat gizi makro diperoleh melalui alat bantu formulir food recall selama 2x24 jam, Data citra tubuh diperoleh melalui angket BSQ (Body Shape Questioner), Data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri.		Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value=0,0001 ( $p < 0,05$ ), antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value=0,091 ( $p > 0,05$ ), antara tingkat kecukupan protein dengan	dengan status gizi siswa SMA Negeri 86 Jakarta. Namun tidak Ada hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan status gizi siswa SMA Negeri 86 Jakarta

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>Analisis data dilakukan dengan program SPSS 17, Analisis univariat dilakukan untuk mengidentifikasi karakteristik responden.</p> <p>Analisis bivariat dengan uji chi-square dengan nilai p-value &lt;0,05.</p>		<p>status gizi.</p> <p>Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value=0,019 (<math>p&lt;0,05</math>), antara tingkat kecukupan asupan lemak dengan status gizi.</p> <p>Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value=0,044 (<math>p&lt;0,05</math>), antara</p>	

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						tingkat kecukupan karbohidrat dengan status gizi. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value=0,0001 ( $p < 0,05$ ), antara citra tubuh dengan status gizi	
6.	Vivien Suchert, Reiner Hanewinkel, Barbara	<i>Screen time, weight status and the self-concept of physical attractiveness in adolescents</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara waktu layar dan	Penelitian cross-sectional, <i>Screen time</i> dengan wawancara,	1228 siswa (47,5% perempuan) berusia 12-17 tahun	Setiap jam <i>screen time</i> dikaitkan dengan peningkatan 1,145 persentil BMI (p	Dalam penelitian ini hubungan positif antara <i>screen time</i> dan berbagai

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
	Isensee (2016)		berbagai indikator kelebihan berat badan.	Konsep diri fisik dengan kuesioner, status berat badan yang dirasakan dengan kuesioner, status gizi dengan pengukuran antropometri, Lingkar pinggang ditentukan pada garis aksila medial setengah jalan antara tulang rusuk terendah dan krista iliaka,		<0,001), 0,002 rasio pinggang-tinggi (p = 0,001), lemak tubuh 0,343% (p <0,001) dan lingkar pinggang 0,318 cm (p = 0,002).  Di antara siswa yang tidak kelebihan berat badan, rasio pinggang-ke-tinggi dan lingkar pinggang tidak	indikator kelebihan berat badan dan obesitas sentral muncul. <i>Screen time</i> mungkin menjadi kontributor penting untuk kelebihan berat badan remaja dan obesitas sentral

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>Rasio pinggang-tinggi dihitung dengan membagi lingkaran pinggang siswa dengan tinggi badan, aktivitas fisik dengan wawancara dan kuesioner.</p>		<p>terkait dengan <i>screen time</i> sama sekali.</p> <p>Sebaliknya, tingkat <i>screen time</i> yang lebih tinggi pada remaja yang tidak kelebihan berat badan dikaitkan dengan persentase lemak tubuh yang lebih tinggi pada yang tidak disesuaikan (<math>p &lt; 0,001</math>) serta</p>	

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						dalam model yang disesuaikan ( $p = 0,010$ ).	
7.	Via Felinda (2021)	Hubungan Keanekaragaman Pangan Dengan Status Gizi (Imt/U) Remaja Usia 16-18 Tahun Di Man 2 Kota Bengkulu Tahun 2021	Untuk mengetahui hubungan keanekaragaman pangan dengan status gizi (IMT/U) remaja usia 16-18 tahun di MAN 2 Kota Bengkulu Tahun 2021.	Merupakan penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional. Pengambilan sampel diambil secara Simple Random Sampling. Instrumen penelitian ini	50 sampel remaja	Hasil penelitian menunjukkan Sebagian besar remaja memiliki keanekaragaman pangan dalam kategori baik yaitu 39 remaja (78%). Sebagian besar status gizi remaja di Madrasah Aliyah Negeri 2	Ada hubungan keanekaragaman pangan dengan status gizi (IMT/U) remaja usia 16 – 18 tahun di MAN 2 Kota Bengkulu Tahun 2021, dengan nilai p value yaitu $p=0,003$ .

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				adalah kuesioner Semi Food Frequency Questionnaire dan pengukuran antropometri. Uji statistik yang digunakan adalah chi-square dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$		Kota Bengkulu Tahun 2021 berstatus gizi normal yaitu 37 remaja (74%).	
8.	Purya Haghjoo, Goli Siri, Ensiye Soleimani,	<i>Screen time increases overweight and obesity risk among adolescents:</i>	Untuk mengevaluasi hubungan antara waktu layar dan risiko kelebihan	Pencarian sistematis dalam database elektronik, termasuk	112.489 Sampel, (usia) $\geq 10-20$ tahun	Hasil meta-analisis dua kelas menunjukkan bahwa remaja dengan kategori	Penelitian Meta-analisis ini adalah studi pertama yang memberikan hasil kuantitatif

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
	Mahdieh Abbasalizad Farhangi and Samira Alesaeidi (2022)	a systematic review and dose-response meta-analysis	berat badan/obesitas di kalangan remaja	PubMed, Embase, dan Scopus. Semua studi yang dipublikasikan mengevaluasi hubungan antara waktu layar dan risiko kelebihan berat badan/obesitas di kalangan remaja diambil. Akhirnya, total 44 studi yang memenuhi syarat dimasukkan		<i>screen time</i> tertinggi adalah 1,27 kali lebih mungkin untuk mengalami kelebihan berat badan/obesitas (OR=1,273; 95% CI=1.166–1.390; P<0.001; I-kuadrat (variasi dalam ES disebabkan oleh heterogenitas) = 82,1%). Hasil subgrouping menunjukkan	untuk hubungan antara berbagai jenis layar dan kelebihan berat badan/obesitas di kalangan remaja. Studi lebih lanjut diperlukan untuk fokus pada efek jenis kelamin, jenis layar yang berbeda dan video game untuk lebih menjelaskan perbedaan dalam hasil yang diperoleh.

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>dalam meta-analisis.</p> <p>Hasilnya dilaporkan menurut daftar periksa PRISMA (<i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses</i>)</p>		<p>bahwa benua dan setting merupakan kemungkinan sumber heterogenitas. Selain itu, tidak ada bukti hubungan non-linier antara peningkatan waktu layar dan risiko kelebihan berat badan / obesitas di kalangan remaja diamati (P-nonlinier =</p>	

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						0,311).	
9.	D. J. Nithya dan R. V. Bhavani (2018)	Dietary Diversity And Its Relationship With Nutritional Status Among Adolescents And Adults In Rural India	Tujuan dari makalah ini adalah untuk menilai pola konsumsi makanan, status gizi dan keragaman makanan remaja dan orang dewasa di daerah pedesaan India, memvalidasi tiga ukuran keragaman makanan	Keragaman diet individu dihitung menggunakan data recall diet 24 jam (FS24hr) dan keragaman diet rumah tangga diukur dengan data frekuensi makanan menggunakan indeks Berry (DDI) dan skor makanan (FSFFQ). Status gizi individu	183 remaja laki-laki dan perempuan berusia 13-17 tahun (109 di Wardha; 74 di Koraput) dan 1462 pria dan wanita dewasa di atas usia 18 tahun (784 di Wardha dan 678 di Koraput).	Pakan di kedua lokasi didominasi sereal. Diamati bahwa 51% remaja laki-laki dan 27% remaja perempuan mengalami 'kurus' dan stunting. Prevalensi kurang gizi lebih tinggi pada wanita dewasa (48%) dibandingkan pria dewasa (36%). Indeks keragaman	Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa keragaman makanan memainkan peran penting dalam menentukan hasil gizi remaja dan orang dewasa. Ketiga ukuran keragaman makanan menunjukkan

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
			<p>terhadap kecukupan gizi, dan memahami hubungan antara keragaman makanan dan Status gizi di wilayah tersebut</p>	<p>dinilai menggunakan indeks antropometrik.</p>		<p>rata-rata adalah FS24 jam 8, DDI 89-90 dan FSFFQ 64-66 di dua lokasi. FS24hr ditemukan berkorelasi positif dengan NAR semua nutrisi sementara DDI dan FSFFQ masing-masing berkorelasi dengan tujuh dan enam nutrisi.</p>	<p>hubungan linier dengan hasil gizi orang dewasa, sedangkan pada kelompok remaja hanya DDI yang menunjukkan hubungan. Disimpulkan bahwa 24-hour diet recall adalah ukuran yang baik untuk mempelajari hubungan antara keragaman makanan dan</p>

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
							status gizi pada orang dewasa
10.	Nur Muslimah M, Dudung Angkasa, Vitria Melani (2017)	Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Warga Binaan Lapas Anak Wanita Tangerang	Untuk mengetahui hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi wanita usia subur	Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Data primer tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro didapatkan dengan menggunakan food recall 24 jam selama 3 hari. Data status gizi responden didapatkan dari	Perhitungan sampel menggunakan rumus proporsi binominal maka didapatkan sampel sebanyak 100 orang.	Tingkat kecukupan energi responden yaitu cukup sebanyak 64%. Tingkat kecukupan lemak responden yaitu cukup sebanyak 62%. Tingkat kecukupan karbohidrat responden yaitu cukup sebanyak	Terdapat hubungan lemah positif antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi dan tingkat kecukupan zat gizi makro (protein, lemak dan karbohidrat) dengan status gizi wanita usia subur di Lapas Anak Wanita

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>pengukuran antropometri. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling. Data tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro serta status gizi diinput ke software SPSS untuk dilakukan analisis. Data univariat akan disajikan</p>		<p>58% Tingkat kecukupan protein responden yaitu lebih sebanyak 48%. sebagian besar kecukupan energi responden sudah terpenuhi rata-rata asupan zat gizi makro sudah terpenuhi yakni lemak 56,8 gr atau 100% dari angka kecukupan lemak;</p>	<p>Tangerang</p>

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
				<p>berdasarkan distribusi data.</p> <p>Kemudian dilakukan uji bivariat menggunakan rank spearman.</p>		<p>karbohidrat 309,6 atau 95% dari angka kecukupan karbohidrat; protein 57,55 gr atau 100% dari angka kecukupan protein.</p> <p>Rata-rata IMT adalah 22 yang berarti status gizi responden adalah normal, hal ini sejalan dengan frekuensi status gizi responden yang sebagian</p>	

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian	Kesimpulan
						<p>besar adalah normal sebanyak 77%. Namun sebanyak 21% responden mengalami gizi lebih 2% mengalami gizi kurang.</p>	

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki beberapa perbedaan, yaitu:

1. Penelitian ini dilakukan di Universitas Esa Unggul yang masih memiliki tingkat prevalensi tinggi pada status gizi kurang dan gizi lebih.
2. Belum ada penelitian sejenis di Universitas Esa Unggul dengan kesamaan variabel pada penelitian ini.
3. Menghubungkan variabel independen berupa konsumsi pangan dan durasi *screen time* dengan variabel dependen yaitu dua pengukuran status gizi berupa IMT dan persen lemak tubuh.