



ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, JANUARI 2015

LIDIA SARI

HUBUNGAN TINGKAT STRES, AKTIFITAS FISIK, ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK DAN KARBOHIDRAT DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN ANAK PRIA KLAS IIA TANGERANG TAHUN 2015

VI Bab, 82 Halaman, 9 Tabel, 8 gambar, 5 Lampiran

Latar Belakang : Remaja bisa mengalami kekurangan gizi yang diakibatkan oleh rendahnya konsumsi energi dan zat gizi lainnya dalam makanan sehari-hari, keragaman pangan dan jumlah diperlukan agar mutu makanan yang dikonsumsi seimbang, sehingga pada akhirnya akan meningkatkan status gizi (Supriasa, 2001).

Tujuan : Mengetahui hubungan tingkat stres, aktifitas fisik, asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat dengan status gizi remaja di Lembaga Pemasyarakatan anak pria kelas IIA Tangerang tahun 2015. Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak remaja di Lembaga Pemasyarakatan anak pria kelas IIA Tangerang dengan sampel sebanyak 100 responden. Analisa data pada penelitian ini menggunakan *Pearson Product Moment Correlation*. Teknik ini digunakan untuk mengukur kekuatan hubungan antara tingkat stres, aktifitas fisik, asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat dengan status gizi. Dari hasil uji didapat bahwa hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres terhadap status gizi dengan nilai $p = 0.821$, asupan lemak terhadap status gizi dengan nilai $p = 0.539$. Hubungan yang signifikan terjadi pada analisis aktifitas fisik terhadap status gizi dengan $p = 0.046$, asupan energi terhadap status gizi dengan nilai $p = 0.011$, asupan protein terhadap status gizi dengan nilai $p = 0.017$ dan asupan karbohidrat terhadap status gizi dengan nilai $p = 0.006$

Kesimpulan : Aktifitas fisik, asupan energi, protein dan karbohidrat berpengaruh terhadap status gizi remaja, dalam artian bahwa semakin baik aktifitas fisik, asupan energi, protein dan karbohidrat remaja maka semakin baik pula status gizi remaja.

Daftar Bacaan : 68 (1990 – 2013)