

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI GIZI
2023**

ABSTRAK

AFNI NUR ANISA

HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN ENERGI, TINGKAT AKTIVITAS FISIK DAN DURASI *SCREEN TIME* DENGAN STATUS GIZI REMAJA

Remaja Indonesia saat ini menghadapi tiga masalah gizi, yaitu masalah gizi kurang, gizi lebih dan kekurangan gizi mikro seperti anemia yang dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup dan ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan energi, tingkat aktivitas fisik, dan durasi *screen time* dengan status gizi remaja MTs Al-Khoeriyah Tasikmalaya. Penelitian dilakukan dengan pendekatan studi *cross sectional*. Sampel diambil sebanyak 67 siswa dari 154 siswa dengan *proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa perempuan (83,6%) lebih banyak dibandingkan laki-laki (16,4%). Sebagian besar siswa memiliki tingkat kecukupan energi baik (53,7%), tingkat aktivitas fisik rendah (55,2%), durasi *screen time* tinggi (86,6%), dan status gizi baik (76,1%). Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Product Moment Pearson* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi ($p = 0,000$), aktivitas fisik dengan status gizi ($p = 0,000$), dan tidak terdapat hubungan antara durasi *screen time* dengan status gizi ($p = 0,894$).

Kata Kunci: Tingkat Kecukupan Energi, Tingkat Aktivitas Fisik, Durasi *Screen Time*, Status Gizi