

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI GIZI
2023

ABSTRAK

SYIFA FAUZIAH

**HUBUNGAN PAPARAN VIDEO *MUKBANG* DENGAN KONSUMSI LEMAK PADA REMAJA PUTRI
(Studi Observasional pada Siswi SMA Negeri 2 Tasikmalaya Tahun 2023)**

Berat badan berlebih pada remaja merupakan masalah gizi yang kecenderungannya semakin meningkat. Penyebab berat badan berlebih salah satunya adalah konsumsi makanan tinggi lemak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara paparan video *mukbang* dengan konsumsi lemak pada remaja putri. Metode penelitian ini observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian ini yaitu 224 orang dari 509 populasi siswi SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Penentuan jumlah subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengumpulan data konsumsi lemak menggunakan formulir *food recall* 2x24 jam dan kuesioner paparan video *mukbang*. Analisis data menggunakan uji Rank Spearman dan Regresi Linear Berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara paparan video *mukbang* dengan konsumsi lemak pada remaja putri di SMA Negeri 2 Tasikmalaya ($p=0,010$) dengan kekuatan hubungan yang sangat lemah ($\rho=0,171$) dan koefisien korelasi bernilai positif. Hasil uji multivariat dengan Regresi Linear Berganda menunjukkan terdapat hubungan paparan video *mukbang* dengan konsumsi lemak ($p=0,003$), variabel pengganggu yang berhubungan dengan konsumsi lemak adalah besar uang saku ($p=0,005$), dan preferensi makanan ($p=0,001$) dengan nilai $R^2= 0,140$. Data menunjukkan variabel tersebut berpengaruh 14% terhadap konsumsi lemak. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara paparan video *mukbang* dengan konsumsi lemak pada remaja putri. Siswi diharapkan untuk tidak mudah terpengaruh oleh video *mukbang* dan sadar akan makanan yang dikonsumsi agar sesuai dengan gizi seimbang dan dapat memenuhi kebutuhan gizi.

Kata Kunci: Remaja putri, paparan video *mukbang*, konsumsi lemak