

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI GIZI  
2022**

**ABSTRAK**

**IRNA HERAWATI ADINATA**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN STATUS GIZI REMAJA  
(STUDI OBSERVASIONAL PADA SISWA KELAS X SMK KESEHATAN  
KH MOCH ILYAS RUHIYAT KABUPATEN TASIKMALAYA TAHUN  
2022)**

Status gizi adalah keseimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan yang akan digunakan tubuh untuk proses metabolisme. Stres merupakan respon terhadap ketidakmampuan dalam suatu hal dan dapat mempengaruhi perilaku makan sehingga akhirnya akan mempengaruhi status gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan status gizi siswa kelas X di SMK Kesehatan KH Moch Ilyas Ruhayat tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Analisis data dilakukan dengan analisis menggunakan uji *spearman rank*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling dengan jumlah 58 orang siswa. Data stres diukur menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) dan data status gizi diukur menggunakan *Microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm dan *Electric Digital Scale* dengan ketelitian 0,1 kg. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan status gizi siswa kelas X SMK Kesehatan KH Moch Ilyas Ruhayat tahun 2022.

**Kata kunci :** Remaja, Status Gizi, Tingkat Stres.