

ABSTRAK

CHINTYA BUNGA LESTARI

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA

(studi Observasional pada siswa/i di MTs As Surur tahun 2025)

Remaja adalah kelompok usia yang rentan terhadap permasalahan status gizi. Prevalensi status gizi pada remaja usia 13 - 15 tahun berdasarkan indeks IMT/U skor Z adalah status gizi sangat kurus 1,9%, kurus 5,7%, gemuk 12,1% dan obesitas 4,1% pada tahun 2023. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi remaja adalah intensitas penggunaan media sosial. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memengaruhi pola makan, persepsi tubuh, serta aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan status gizi siswa kelas VIII dan IX MTs As Surur. Penelitian ini menggunakan desain observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini sebesar 163 siswa/i. Jumlah sampel penelitian yaitu 63 responden yang ditentukan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Data yang diukur mencakup intensitas penggunaan media sosial yang diperoleh menggunakan kuesioner *social networking time use scale* (SONTUS), aktivitas fisik diukur dengan *international physical activity* (IPAQ-SF), jumlah asupan energi, jenis makanan dan frekuensi makan diperoleh dari hasil wawancara *recall* 24 jam serta status gizi menggunakan z-skor IMT/U. Analisis data penelitian menggunakan uji *chi square*, *pearson correlation* dan *spearman rank*. Hasil uji *chi square* menunjukkan *p-value* 1,00 pada variabel intensitas penggunaan media sosial, *p-value* 0,638 pada variabel aktivitas fisik, dan pada variabel jenis kelamin didapatkan *p-value* 0,082, hal tersebut menandakan tidak terdapat hubungan signifikan ketiga variabel tersebut dengan status gizi. Hasil uji *pearson correlation* menunjukkan *p-value* sebesar 0,295 yang berarti tidak ada hubungan antara jumlah asupan energi dengan status gizi. Hasil uji *spearman rank* menunjukkan *p-value* 0,921 pada variabel intensitas penggunaan media sosial dengan jumlah asupan energi, *p-value* 0,642 pada variabel intensitas media sosial dengan jenis makanan, *p-value* 0,740 pada variabel intensitas media sosial dengan frekuensi makan, dan pada variabel jenis makanan dengan status gizi menunjukkan *p-value* 0,751, hal ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan antar variabel tersebut. Variabel frekuensi makan dengan status gizi menunjukkan *p-value* = 0,037, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan status gizi. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan status gizi pada remaja di MTs As Surur tahun 2025.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, media sosial, pola makan, remaja, status gizi

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
SILIWANGI UNIVERSITY
TASIKMALAYA
MAJORING IN NUTRITION
2025**

ABSTRACT

CHINTYA BUNGA LESTARI

**THE CORREALTION BETWEEN SOCIAL MEDIA USAGE INTENSITY AND
NUTRITIONAL STATUS AMONG ADOLESCENTS**

(An Observational Study on students at MTs As Surur in 2025)

Adolescents represent an age group vulnerable to nutritional status issues. The prevalence of nutritional status among adolescents aged 13–15 years, based on BMI-for-age Z-scores, was 1.9% for severe thinness, 5.7% for thinness, 12.1% for overweight, and 4.1% for obesity in 2023. One factor that may influence adolescents' nutritional status is the intensity of social media use. Excessive social media use can affect dietary patterns, body image perception, and physical activity. This study aimed to determine the relationship between the intensity of social media use and the nutritional status of VIII and IX grade students at MTs As Surur. This research employed an observational design with a cross-sectional approach. The study population comprised 163 students. The study sample consisted of 63 respondents, selected using proportional stratified random sampling. Measured variables included the intensity of social media use (assessed via the Social Networking Time Use Scale [SONTUS] questionnaire), physical activity (measured with the International Physical Activity Questionnaire-Short Form [IPAQ-SF]), energy intake, food types, and meal frequency (obtained from 24-hour dietary recall interviews), as well as nutritional status (determined using BMI-for-age Z-scores). Data analysis were analyzed using chi-square tests, Pearson correlation, and Spearman rank correlation. The chi-square test results showed a p-value of 1.00 for social media use intensity, 0.638 for physical activity, and 0.082 for gender, indicating no significant associations between these variables and nutritional status. The Pearson correlation test result showed a p-value of 0.295, suggesting no relationship between energy intake and nutritional status. The Spearman rank correlation test revealed p-values of 0.921 for social media use intensity with energy intake, 0.642 for social media use intensity with food types, 0.740 for social media use intensity with meal frequency, and 0.751 for food types with nutritional status, all indicating no significant relationships among these variables. However, meal frequency with nutritional status showed a p-value of 0.037, signifying a significant association. In conclusion, there is no significant relationship between the intensity of social media use and nutritional status among adolescents at MTs As Surur in 2025.

Keywords: *Adolescents, dietary patterns, nutritional status, physical activity, social media*