



FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMK KESEHATAN PRIMA HUSADA KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2024

SITI NURBAITI

Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Bhakti Asih Tangerang
Jl. Raden Fatah No.62, Sudimara Barat, Kota Tangerang, Banten, Indonesia.

Email : nurbaitisiti1980@gmail.com

Sari : Latar Belakang: Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan 8,75% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang selatan. **Metode Penelitian:** kuantitatif desain *Cross-Sectional*. Menggunakan data primer. Populasi sebanyak 30 responden. Sampel sejumlah populasi. Data univariat dianalisis secara deskriptif, data bivariat dianalisis menggunakan uji chi-square. **Hasil Penelitian:** menunjukkan bahwa variabel aktivitas fisik (p value = 0.000) OR = 44.333, kualitas tidur (p value = 0.007) OR = 16.667, pendapatan orang tua (p value = 0.007) OR = 16.667. **Kesimpulan:** bahwa hasil penelitian dari 4 variabel terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik, kualitas tidur dan pendapatan orang tua dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang selatan.

Kata Kunci : Remaja, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Pendidikan Orang Tua, Pendapatan Orang Tua.

Abstrack : Background: Based on the 2018 Riskesdas, it showed that 8.75% of adolescents aged 13-15 years and 8.1% of adolescents aged 16-18 years were thin and very thin. While the prevalence of overweight and obesity is 16.0% in adolescents aged 13-15 years. **Research Objectives:** to determine the factors associated with the nutritional status of adolescents at Prima Husada Health Vocational School, South Tangerang City. **Research Methods:** Quantitative Cross-Sectional Design. Using primary data. The population is 30 respondents. Sample a number of populations. Univariate data were analyzed descriptively, bivariate data were analyzed using the chi-square test. **Research results:** showed that physical activity variable (p value = 0.000) OR = 44,333, sleep quality (p value = 0.007) OR = 16,667, parental income (p value = 0.007) OR = 16,667. **Conclusion:** that the results of the study of the 4 variables found a significant relationship between physical activity, sleep quality and parental income with the nutritional status of adolescents at Prima Husada Health Vocational School, South Tangerang City.

Keywords : Adolescents, Nutritional Status, Physical Activity, Parents' Education, Parents' Income.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Remaja melalui fase perkembangan yaitu kedewasaan sehingga dapat mengambil keputusan tentang perkembangan selanjutnya (Setiawan & Alizamar, 2019). Menurut WHO (*World Health Organization*) (2019) ditetapkan bahwa kelompok umur remaja yaitu 10-19 tahun, terbagi menjadi dua periode, yaitu remaja awal (usia 10-14) dan remaja akhir (usia 15-19 tahun).

Status gizi mengukur keberhasilan seseorang dalam memenuhi kebutuhan gizi tubuh dan memanfaatkan zat gizi berdasarkan berat dan tinggi badan. Remaja sangat membutuhkan nutrisi yang baik sejak masa kecilnya, seperti energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, seng dan vitamin untuk dapat melakukan aktivitas fisik seperti aktivitas sekolah dan aktivitas sehari-hari di rumah. Remaja membutuhkan tubuh yang sehat untuk melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi makanan penghasil energi, dan energi yang diterima seimbang dengan konsumsinya (Hafiza et al., 2021). Status gizi juga merupakan faktor penting karena berkaitan dengan kecerdasan, produktivitas dan kreativitas yang tentunya dapat mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) (Abdullah et al., 2022).



Pada tahun 2016, Terdapat 340 juta remaja dan anak usia 5-19 tahun mengalami obesitas dan kelebihan berat badan. Sedangkan jumlah Penderita kurang gizi di dunia mencapai 104 juta anak kurang gizi. menjadi penyebab dari sepertiga penyebab kematian anak diseluruh dunia (WHO, 2018). Meningkatnya penderita kurang gizi disebabkan oleh akses pangan di beberapa wilayah dunia yang semakin buruk, khususnya Asia dan Afrika.

Menurut Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa 25,7 persen anak usia 13-15 tahun dan 26,9 persen anak usia 16-18 tahun berstatus gizi pendek dan sangat pendek. Terdapat sebanyak 8,7% anak usia 13-15 tahun dalam kategori kurus dan 8,1 % anak usia 16-18 tahun masuk kedalam kategori sangat kurus. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas adalah 16,0% pada usia 13-15 tahun dan 13,5% pada usia 16-18 tahun. Data ini merupakan gambaran status gizi remaja Indonesia yang perlu ditingkatkan.

Faktor penyebab timbulnya masalah gizi seperti konsumsi makanan/minuman yang mengandung gula yang tinggi, makanan dengan kadar garam yang tinggi, makanan tinggi lemak, makanan yang dibakar, makanan berpengawet, berpenyedap, Soft drinks atau minuman berkarbonasi, minuman berenergi, dan makanan instan. Faktor lain yang mengakibatkan terjadinya masalah gizi adalah kurangnya aktivitas fisik atau gaya hidup *sedentary*. Gaya hidup *sedentary* adalah kebiasaan seseorang yang tidak melakukan aktivitas fisik dalam sehari (< 30 menit / hari) (Riskesdas, 2018)

Pemerintah Indonesia telah membuat pedoman untuk mempermudah menjalankan hidup sehat, yaitu Pedoman Gizi Seimbang. Pedoman Gizi Seimbang bertujuan untuk memberikan panduan konsumsi makanan sehari-hari dan berperilaku sehat berdasarkan prinsip konsumsi aneka ragam pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal. Pedoman Gizi Seimbang (PGS) digunakan sebagai panduan agar anak dapat hidup bergizi dan sehat (Menteri Kesehatan RI, 2014).

Banten merupakan salah satu provinsi di Indonesia dengan prevalensi 11,1% pada remaja usia 13-15 tahun di provinsi Banten, dimana 4,1% sangat kurus dan 7,0% kurus. Prevalensi orang sangat kurus meningkat pada tahun 2016, dengan prevalensi orang sangat kurus sebesar 2,0%. Sedangkan prevalensi obesitas di kalangan remaja usia 13-15 tahun adalah 10,4%, dimana 7,93 diantaranya mengalami obesitas dan sekitar 2,5% mengalami obesitas berat. Sedangkan untuk Status gizi remaja di Kota Tangerang Selatan provinsi Banten, hingga 74,47% remaja memiliki pola makan normal sisanya sangat kurus 1,56%, kurus 3,72%, gemuk 11,61%. Obesitas 8,64%. Penyebab masalah gizi pada remaja di provinsi Banten dan Kota Tangerang Selatan salah satunya disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang gizi, perilaku makan dan aktivitas fisik (Profil Kesehatan Provinsi Banten, 2018).

Berdasarkan masalah diatas, penulis berencana melakukan penelitian dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

2. DATA DAN METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasional analitik dengan pendekatan studi cross sectional. Pengambilan sampel dilakukan secara random

sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh populasinya adalah 30 Siswa SMK Kelas X dan XI di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024. Sampel pada penelitian ini adalah 30 Siswa. Analisis bivariat, yaitu untuk melihat kemaknaan hubungan antara variable bebas (independent) dengan variable terikat (dependent) dengan menggunakan uji statistic chi-square (χ^2) dengan derajat kemaknaan 0,05.

3. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja DiSMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Status Gizi	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Gizi Normal	8	26.7
2.	Gizi Tidak Normal	22	73.3
Total		30	100

Berdasarkan **Tabel 1** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang berstatus gizi normal sebanyak 8 responden (26.7%), dan yang berstatus gizi tidak normal sebanyak 22 responden (73.3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Pada RemajaDi SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Aktivitas Fisik	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Berat \geq 150 Menit/minggu	10	33.3%
2.	Ringan \leq 150 Menit/minggu	20	66.7%
Total		30	100

Berdasarkan **Tabel 2.** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang aktivitas berat \geq 150 Menit/minggu ada sebanyak 10 responden (33.3%), dan yang aktivitas ringan \leq 150 Menit/minggu ada sebanyak 20 responden (66.7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Pada RemajaDi SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Kualitas Tidur	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Tidur 8-10 Jam	7	23.3
2.	Tidur <8 jam / >10 Jam	23	76.7
Total		30	100

Berdasarkan **Tabel 3.** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang tidur 8-10 Jam ada sebanyak 7 responden (23.3%), dan yang tidur <8 jam / >10 Jam ada sebanyak 23 responden (76.7%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendapatan Orang Tua Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Pendapatan Orang Tua	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Tinggi (UMR \geq Rp. 4.551.451)	7	76.7
2.	Rendah (UMR \leq Rp. 4.551.451)	23	23.3
	Total	30	100

Berdasarkan **Tabel 4.** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang pendapatan orang tuanya Tinggi (UMR \geq Rp. 4.551.451) ada sebanyak 7 responden (76.7%), dan yang pendapatan orang tuanya Rendah (UMR \leq Rp. 4.551.451).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Aktivitas Fisik	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Berat \geq 150 Menit/minggu	10	33.3%
2.	Ringan \leq 150 Menit/minggu	20	66.7%
	Total	30	100

Berdasarkan **Tabel 5.** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang aktivitas berat \geq 150 Menit/minggu ada sebanyak 10 responden (33.3%), dan yang aktivitas ringan \leq 150 Menit/minggu ada sebanyak 20 responden (66.7%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

No.	Kualitas Tidur	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Tidur 8-10 Jam	7	23.3
2.	Tidur <8 jam / >10 Jam	23	76.7
	Total	30	100

Berdasarkan **Tabel 6** diatas, didapatkan hasil bahwa dari 30 remaja di SMK Kesehatan Prima Husada yang tidur 8-10 Jam ada sebanyak 7 responden (23.3%), dan yang tidur <8 jam / >10 Jam ada sebanyak 23 responden (76.7%).

Tabel 7. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

Aktivitas Fisik	Status Gizi						OR (95%CI)
	Gizi Normal		Gizi Tidak Normal		Jumlah	P Value	
	N	%	N	%			
Berat \geq 150 menit/minggu	7	70.0	3	30.0	10	33.3	0.000 44.333 (3.929-
Ringan \leq 150 menit/minggu	1	5.0	19	95.5	20	66.7	
Total	8	26.7	22	73.3	30	100	

Berdasarkan **Tabel 7.** hasil analisa didapatkan bahwa remaja yang aktivitas berat \geq 150 menit/minggu dengan gizi normal sebanyak 7 responden atau (70.0%), dan yang aktivitas berat \geq 150 menit/minggu dengan gizi tidak normal sebanyak 3 orang (30.0%). Sedangkan remaja yang aktivitas ringan \leq 150 menit/minggu dengan gizi normal sebanyak 1 responden (5.0%), dan yang aktivitas ringan \leq 150 menit/minggu dengan gizi tidak normal sebanyak 19 orang atau (95.5%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 44.333 artinya remaja yang melakukan aktivitas berat memiliki peluang 44.333 kali mempunyai status gizi normal.

Tabel 8. Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

Kualitas Tidur	Status Gizi						OR (95%CI)
	Gizi Normal		Gizi Tidak Normal		Jumlah	P Value	
	N	%	N	%			
Tidur 8-10 Jam	5	71.4	2	28.6	7	23.3	0.007 16.667 (2.167-
Tidur <8 jam / >10 Jam	3	13.0	20	87.0	23	76.7	
Total	8	26.7	22	73.3	30	100	

Berdasarkan **Tabel 8**, hasil analisa didapatkan bahwa remaja yang sudah Tidur 8-10 Jam dengan gizi normal sebanyak 5 responden (71.4%), dan yang Tidur 8-10 Jam dengan gizi tidak normal sebanyak 2 responden (28.6%). Sedangkan remaja yang tidur <8 jam / >10 Jam dengan gizi normal sebanyak 3 responden (13.0%), dan yang tidur <8 jam / >10 Jam dengan gizi tidak normal sebanyak 20 responden (87.0%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.007 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 16.667 artinya remaja yang tidur 8-10 jam memiliki peluang 16.667 kali mempunyai gizi yang normal.

Tabel 9. Hubungan Antara Pendapatan Orang Tua Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

Pendapatan Orang Tua	Status Gizi						OR P Value (95%CI)
	Gizi Normal		Gizi Tidak Normal		Jumlah		
	N	%	N	%	N	%	
Tinggi (UMR \geq Rp. 4.551.451)	5	71.4	2	28.6	7	23.3	16.667 0.007 (2.167-
Rendah (UMR \leq Rp. 4.551.451)	3	13.0	20	87.0	23	76.7	128.176)
Total	8	26.7	22	73.3	30	100	

Berdasarkan tabel **Tabel 9**, hasil analisa didapatkan bahwa pendapatan orangtuannya tinggi (UMR \geq Rp. 4.551.451) dengan gizi normal sebanyak 5 responden (71.4%), dan yang pendapatan orang tuannya tinggi (UMR \geq Rp. 4.551.451) dengan gizi tidak normal sebanyak 2 responden (28.6%). Sedangkan pendapatan orang tuannya rendah (UMR \leq Rp. 4.551.451) dengan gizi normal sebanyak 3 atau (13.0%), dan yang pendapatan orang tuannya rendah (UMR \leq Rp. 4.551.451) dengan gizi tidak normal sebanyak 20 responden (87.0%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.007 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 16.667 artinya remaja yang pendapatan orang tua UMR > Rp. 4.551.451 memiliki peluang 16.667 kali mempunyai status gizi normal.

4. PEMBAHASAN

Status Gizi

Dalam bab ini peneliti akan membahas penelitian tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024. Dengan variabel: Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur, dan Pendapatan Orang Tua. Dari hasil analisis distribusi frekuensi didapatkan dari 30 responden dengan presentasi status gizi yang normal sebanyak 8 reponden (26.7%) dan status gizi tidak normal sebanyak 22



responden (73.3%).

Hubungan Status Gizi Berdasarkan Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa remaja remaja yang aktivitas berat ≥ 150 menit/minggu dengan gizi normal sebanyak 7 responden atau (70.0%), dan yang aktivitas berat ≥ 150 menit/minggu dengan gizi tidak normal sebanyak 3 orang (30.0%). Sedangkan remaja yang aktivitas ringan ≤ 150 menit/minggu dengan gizi normal sebanyak 1 responden (5.0%), dan yang aktivitas ringan ≤ 150 menit/minggu dengan gizi tidak normal sebanyak 19 orang atau (95.5%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.000 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 44.333. artinya remaja yang melakukan aktivitas berat memiliki peluang 44.333 kali mempunyai status gizi normal.

Hal yang mendorong remaja malas melakukan aktivitas fisik karena rasa lelah setelah sekolah, membuat badan pegal-pegal karena terlalu lama duduk. Hal lain yang juga berpengaruh adalah tugas dari sekolah yang harus diselesaikan sehingga mereka akan malas untuk bangun pagi karena merasa mengantuk keesokan harinya. Selain itu mereka juga kurang termotivasi untuk berolahraga dikarenakan tidak adanya teman atau lokasi yang jauh kegiatan lain seperti bermain game, menonton film dan sebagainya (Damayanti, 2016).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh AnggunOktavia Widiastuti dan Endang Nur Widyaningsih di Sekolah Menengah Atas Di Surakarta Tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi remaja Sekolah Menengah Atas di kota Surakarta ($p = 0.0001$) Remaja yang memiliki aktivitas fisik kurang 4,942 kali lebih berisiko memiliki status gizi yang tidak normal.

Hubungan Status Gizi Berdasarkan Kualitas Tidur

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa remaja yang sudah Tidur 8-10 Jam dengan gizi normal sebanyak 5 responden (71.4%), dan yang Tidur 8-10 Jam dengan gizi tidak normal sebanyak 2 responden (28.6%). Sedangkan remaja yang tidur < 8 jam / > 10 Jam dengan gizi normal sebanyak 3 responden (13.0%), dan yang tidur < 8 jam / > 10 Jam dengan gizi tidak normal sebanyak 20 responden (87.0%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.007 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 16.667 artinya remaja yang tidur 8- 10 jam memiliki peluang 16.667 kali mempunyai gizi yang normal.

Hal ini terjadi karena seseorang dengan durasi tidur pendek akan mengalami peningkatan kadar hormon ghrelin dan penurunan kadar hormon leptin dalam darah keesokan paginya. Leptin merupakan hormon yang berasal dari sel lemak tubuh dan berfungsi untuk menekan nafsu makan, sedangkan ghrelin merupakan suatu peptida yang dihasilkan oleh lambung dan berfungsi untuk merangsang nafsu makan seseorang sehingga akan sangat berpengaruh pada pola makan siswa-siswi sekolah dasar (Angraini, 2017).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizqi Tsaniya dkk. Di Sekolah Menengah Atas penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kualitas tidur

dengan status gizi (p -value 0.000) dengan koefisien korelasi (r) -0.618. Kekurangan maupun kelebihan tidur dapat menyebabkan kerugian terutama bagi kesehatan kesehatan tubuh. Tidur dengan durasi yang pendek yaitu <5- 6 jam sehari merupakan salah satu risiko tinggi untuk peningkatan angka morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular serta obesitas.

Hubungan Status Gizi Berdasarkan Pendapatan Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa bahwa pendapatan orang tuannya tinggi ($UMR \geq$ Rp. 4.551.451) dengan gizi normal sebanyak 5 responden (71.4%), dan yang pendapatan orang tuannya tinggi ($UMR \geq$ Rp. 4.551.451) dengan gizi tidak normal sebanyak 2 responden (28.6%). Sedangkan pendapatan orang tuannya rendah ($UMR \leq$ Rp. 4.551.451) dengan gizi normal sebanyak 3 atau (13.0%), dan yang pendapatan orang tuannya rendah ($UMR \leq$ Rp. 4.551.451) dengan gizi tidak normal sebanyak 20 responden (87.0%). Hasil uji secara statistik diperoleh nilai P Value = 0.007 lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan status gizi pada remaja di SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan. Dari hasil analisa diperoleh nilai Odd Ratio = 16.667 artinya remaja yang pendapatan orang tua $UMR \geq$ Rp. 4.551.451 memiliki peluang 16.667 kali mempunyai status gizi normal.

Pendapatan orang tua menentukan tingkat konsumsi secara seunit kecil atau dalam keseluruhan ekonomi. Dalam menentukan kualitas dan kuantitas hidangan keluarga, faktor yang sangat penting adalah pendapatan, semakin tinggi pendapatan yang diperoleh maka akan lebih besar pula persentase dari pendapatan digunakan untuk membeli bahan makanan yang lebih bernutrisi dan bervariasi (Ardhianto dan Haryati., 2016).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Karla F. Rompas dkk. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$) menunjukkan bahwa nilai p value = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi atau hubungan antara pendapatan orang tua dengan status gizi pada pelajar SMP Spektrum dan SMP Kristen Lahai Roi Malalayan dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,424$ yang berarti bahwa hubungan antara pendapatan keluarga dengan status gizi tergolong lemah dan arah korelasi positif.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian menurut Ulpa, Kursus & Salawati, (2018) bahwa pendapatan orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsumsi makanan sehari-hari dan belanja bahan makanan, karena semakin tinggi pendapatan maka semakin banyak orang tua yang dapat mengurus semua kebutuhan anak, baik kebutuhan pokok maupun tambahan. Lain hal, menyebutkan bahwa pendapat keluarga yang cukup dapat mendukung tumbuh

5. KESIMPULAN

Penelitian ini dilakukan di kelas X dan XI SMK Kesehatan Prima Husada Kota Tangerang Selatan Tahun 2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kelas X dan XI SMK Kesehatan Prima Husada Kota didapat hasil dari penelitian 30 responden sebagai berikut :

1. Status Gizi Normal sebanyak 8 responden (26.7%), dan yang berstatus gizi tidak normal sebanyak 22 responden (73.3%).
2. Aktivitas Fisik \geq 150 menit/minggu ada sebanyak 10 responden (33.3%), dan yang \leq

- 150 menit/minggu ada sebanyak 20 responden (66.7%).
3. Kualitas Tidur 8-10 jam ada sebanyak 7 responden (23.3%), dan yang tidur <8 jam / >10 jam ada sebanyak 23 responden (76.7%).
 4. Pendapatan Orang Tua tinggi ($UMR \geq Rp. 4.551.451$) ada sebanyak 7 responden (23.3%), dan yang pendapatan orang tuanya rendah ($UMR \leq Rp. 4.551.451$) ada sebanyak 23 responden (76.7%).
 5. Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi pada remaja dengan hasil P Value = 0.000, ada hubungan antara kualitas tidur dengan status gizi pada remaja dengan hasil P Value = 0.007, ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan status gizi pada remaja dengan hasil P Value = 0.007.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Dr. Ir. Paristianti Nurwardani, MP selaku Rektor Universitas Bhakti Asih Tangerang.
2. Bapak Agus Tomi, S. Pd., MM, selaku kepala Sekolah SMK Kesehatan Prima Husada yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
3. Dosen dan seluruh staff Universitas Bhakti Asih Tangerang.

PUSTAKA

- Adrianti, S. (2017). *Hubungan Antara Aktivitas Olahraga Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Anggun Oktavia Widiastuti, Endang Nur Widiyaningsih. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Sekolah Menengah Atas Di Kota Surakarta*. Surakarta: Departement of Nutrition Science.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Aramico, Basri, Nihan. W. S, Adibah. N. (2017). Hubungan Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, Menstruasi Dan Anemia Dengan Status Gizi Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Simpang Kiri Kota Subulussalam. Aceh: *Jurnal Penelitian Kesehatan* Vol. 4 No. 1, 21-30.
- Ardiyanto, D., & Mustafa, P. S. (2021). Upaya Mempromosikan Aktivitas Fisik dan Pendidikan Jasmani via Sosio-Ekologi. Jakarta: *Jurnal Pendidikan: Riset dan Konseptual*, 5(2), 169-177.
- Bruno, L. (2019). *Pola Tidur*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699. Center for Disease Control and Prevention (CDC). *Adults Need for Physical Activity 2021*. Diakses pada tanggal 20 Mei 2024. Available: <https://www.cdc.gov/physicalactivity/inactivamong-adults50plus/index.html>
- Fikawati, Sandra, dkk. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Hulukati, W., dan Djibran, M. R. (2018). *Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo*. Gorontalo: *Jurnal Bikotetik*, 2 (1), 7380.
- Karla F. Rompas, Maureen I. Punuh, Nova H. Kapatow. (2016). Hubungan Antara Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Pada Pelajar Di SMP Wilayah Kecamatan Malalayang 1 Kota Manado. Manado: *Jurnal Ilmiah Farmasi* Vol. 5 No. 4.
- Napitupulu, D. M. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Perkembangan Motorik Kasar Anak Balita 3-5 Tahun Di Puskesmas Kelurahan Harjosari 1 Kecamatan Medan Amplas Tahun 2018. Medan: *Hilos Tensados*, 1, 1-476.
- Nurmadinisia, R., Achmad, E. K., Kusharisupeni, & Utari, D. M. (2020). Faktor Dominan



MICARE (Midwife Care Journal)
e-ISSN: XXXX-XXXX

Volume : 1 Number : 1 Year : 2024

Kejadian Obesitas pada Pegawai Negeri Sipil di Kementerian Agama Pusat Tahun 2018. Jakarta: *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(2) 72-84.