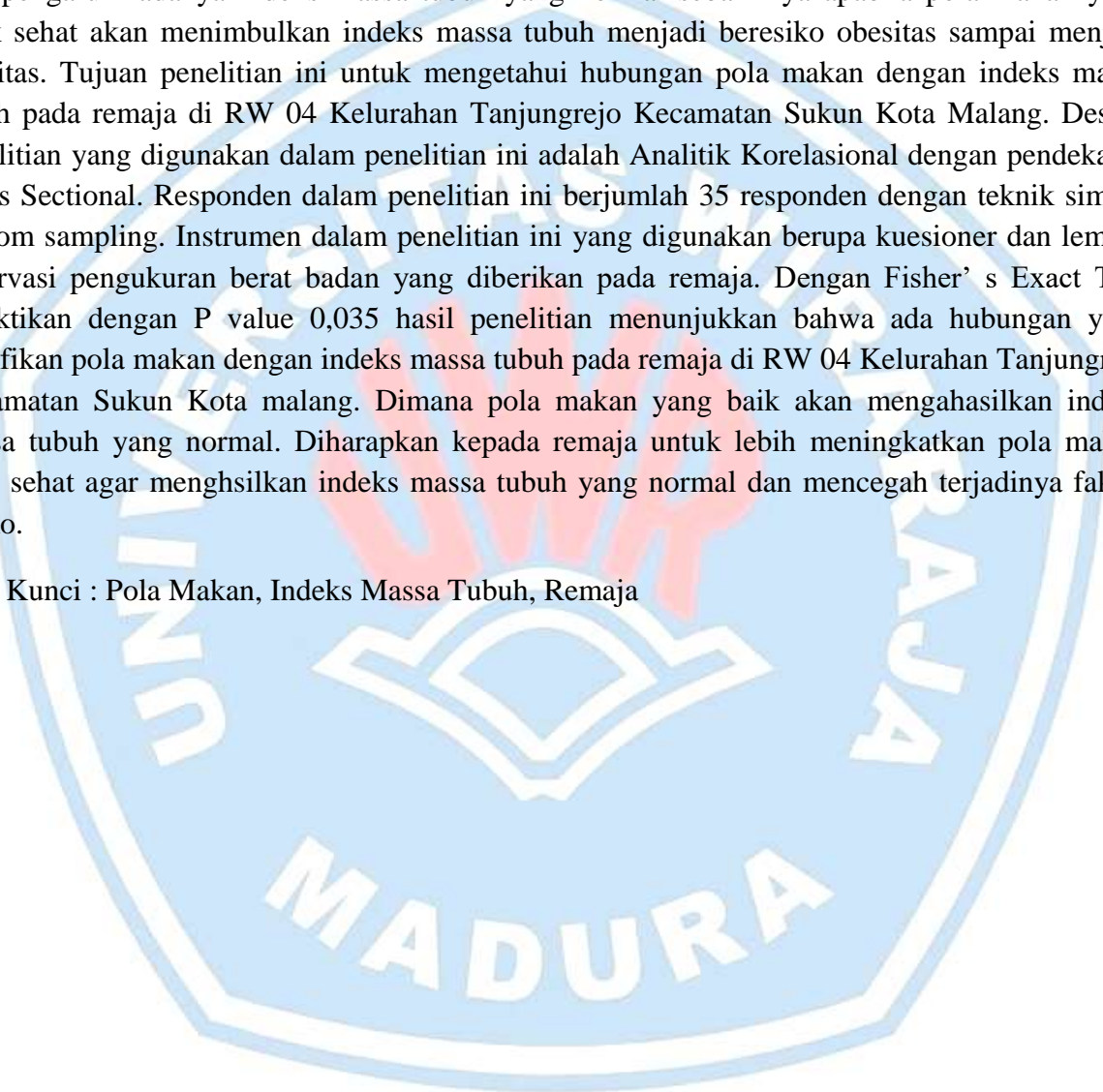


ABSTRAK

Remaja merupakan Individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanakkanak menjadi dewasa. Pada remaja terjadi pertumbuhan yang cepat disertai perubahan fisiologis dan mental sehingga mempengaruhi kebutuhan gizinya. Pola makan yang sehat sangat penting dibutuhkan bagi semua orang khususnya pada remaja. Pola makan yang sehat dapat mempengaruhi adanya indeks massa tubuh yang normal sebaliknya apabila pola makan yang tidak sehat akan menimbulkan indeks massa tubuh menjadi beresiko obesitas sampai menjadi obesitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan indeks massa tubuh pada remaja di RW 04 Kelurahan Tanjungrejo Kecamatan Sukun Kota Malang. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analitik Korelasional dengan pendekatan Cross Sectional. Responden dalam penelitian ini berjumlah 35 responden dengan teknik simple random sampling. Instrumen dalam penelitian ini yang digunakan berupa kuesioner dan lembar observasi pengukuran berat badan yang diberikan pada remaja. Dengan Fisher' s Exact Test dibuktikan dengan P value 0,035 hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan pola makan dengan indeks massa tubuh pada remaja di RW 04 Kelurahan Tanjungrejo Kecamatan Sukun Kota malang. Dimana pola makan yang baik akan menghasilkan indeks massa tubuh yang normal. Diharapkan kepada remaja untuk lebih meningkatkan pola makan yang sehat agar menghsilkan indeks massa tubuh yang normal dan mencegah terjadinya faktor resiko.

Kata Kunci : Pola Makan, Indeks Massa Tubuh, Remaja



ABSTRACT

Adolescents are Individuals experiencing the development of psychology and patterns of identification from childhood to adulthood. Rapid growth occurs on adolescence accompanied by physiological and mental changes that affect the nutritional needs. A healthy diet is essential for everyone, especially in teenagers. A healthy diet can affect a normal body mass index whereas otherwise an unhealthy diet leads to a body mass index becoming at risk of obesity until it becomes obese. The objective of this study was to determine the correlation of diet pattern of body mass index on adolescents in RW 04 Tanjungrejo Kecamatan (Sub-district) Sukun Malang. The research design used in this research was Correlational analytic with Cross Sectional approach. Respondents in this study amounted to 35 respondents with simple random sampling technique. Instruments in this study were used in the form of questionnaires and weight measurement observation sheets given to adolescents. With Fisher's Exact Test proved by P value 0,035 result of research indicated that there was significant relation of diet pattern with body mass index on adolescent in RW 04 Tanjungrejo Kecamatan (Sub-district) Sukun Malang. Where a good diet would result in a normal body mass index. It was expected that adolescents needed to improve further regarding healthy diet to create a normal body mass index and prevent risk factors.

Keywords: Diet, Body Mass Index, Adolescent

