

HUBUNGAN ANTARA PAPARAN KONTEN MAKANAN DAN MINUMAN DI MEDIA SOSIAL DENGAN  
ASUPAN ZAT GIZI PADA REMAJA PUTRI (STUDI KASUS PADA SISWI SMA ISLAM AL-AZHAR 14  
SEMARANG

CHOLIDA ADIBA – 25010115130286

(2019 - Skripsi)

Internet telah mempengaruhi dalam perkembangan pemilihan pada makanan remaja. Berubahnya pola konsumsi remaja cenderung menjadi perilaku konsumtif tanpa memperhatikan kandungan gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antar paparan konten makanan dan minuman di media sosial dengan asupan zat gizi remaja putri. Jenis penelitian ini yaitu observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi sejumlah 104 remaja putri berusia 14-18 tahun di SMA Islam Al-Azhar 14 Semarang. Clustered random sampling berdasarkan kelas, subjek penelitian sejumlah 81 remaja putri. Instrumen penelitian terdiri dari timbangan berat badan digital, microtoise, form food recall, food picture dan kuesioner. Analisis data menggunakan chi-square, fisher exact test, kolmogorov smirnov dan regresi logistic. Hasil penelitian menunjukkan median durasi paparan 2,25 jam, frekuensi paparan 2 kali, jumlah akun diakses 3 akun, body image kategori positif (50,6%), pemilihan makanan sesuai dengan yang diakses di media sosial (81,5%), tingkat kecukupan energi (51,9%), lemak (55,6%), protein (70,4%) lebih, dan karbohidrat baik (67,9%). Hasil ada hubungan antara durasi paparan ( $p=0,040$ ) dan body image ( $p=0,040$ ) dengan pemilihan makanan; pemilihan makanan dengan tingkat kecukupan energi ( $p=0,003$ ) dan protein ( $p=0,002$ ). Tidak terdapat hubungan antara frekuensi paparan ( $p=0,214$ ), jumlah akun ( $p=0,087$ ), pengetahuan gizi ( $p=0,272$ ), pengaruh teman sebaya ( $p=1,000$ ) dengan pemilihan makanan. Pemilihan makanan dengan tingkat kecukupan karbohidrat ( $p=0,392$ ), dan tingkat kecukupan lemak ( $p=0,323$ ). Saran bagi sekolah menambahkan menu makanan dan minuman pilihan yang sehat

**Kata Kunci:** makanan dan minuman, media sosial, asupan gizi, remaja putri