

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN PENDIDIKAN PROFESI
BIDAN FAKULTAS KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, 21 Juni 2026**

Melisa Raja Gukguk

**Hubungan Pola Makan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Remaja
Putri Di Smp Negeri 06 Rumbai Pekanbaru**

xiii + 49 Halaman + 12 Tabel + 12 Lampiran

ABSTRAK

Status gizi remaja putri merupakan salah satu indikator kesehatan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pola makan dan kebiasaan jajan. Pola makan yang tidak seimbang serta kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tinggi gula, garam, dan lemak dapat memengaruhi status gizi remaja, sehingga perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antarvariabel tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pola makan dan kebiasaan jajan dengan status gizi remaja putri di SMP Negeri 06 Rumbai Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 82 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) untuk menilai pola makan, kuesioner kebiasaan jajan, serta pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk menentukan status gizi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan kurang baik sebanyak 41 responden (50%), sedangkan sebagian besar memiliki kebiasaan jajan dalam kategori jarang. Mayoritas responden memiliki status gizi normal. Hasil uji *chi-Square* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan status gizi ($p = 0,656$) dan tidak terdapat hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi ($p = 0,483$). Dapat disimpulkan bahwa pola makan dan kebiasaan jajan bukan merupakan faktor yang berhubungan secara signifikan dengan status gizi remaja putri di SMP Negeri 06 Rumbai Pekanbaru.

Kata Kunci : Pola Makan, Kebiasaan Jajan, Status Gizi, Remaja Putri.

Daftar Bacaan : 38 (2018 – 2025)

**BACHELOR OF MIDWIFERY AND MIDWIFE PROFESSIONAL
EDUCATION PROGRAM, FACULTY OF MIDWIFERY, PAYUNG NEGERI
HEALTH INSTITUTE, PEKANBARU**

Research, June 21, 2026.

Melisa Raja Gukguk

***Association Between Dietary patterns, snacking habits, and nutritional status
among adolescent girls at state junior high school 06 rumbai, pekanbaru.***

xiii + 49 Pages + 12 Tables + 12 Appendices

ABSTRACT

Nutritional status among female adolescents is an important indicator of health that is influenced by various factors, including dietary patterns and snacking habits. An unbalanced diet and frequent consumption of snacks high in sugar, salt, and fat may affect adolescents' nutritional status. Therefore, this study was conducted to analyze the association between dietary patterns, snacking habits, and nutritional status among female adolescents at SMP Negeri 06 Rumbai Pekanbaru. This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The sample consisted of 82 female adolescents selected using proportional random sampling. Data were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) to assess dietary patterns, a snacking habits questionnaire, and Body Mass Index (BMI) measurements to determine nutritional status. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test at a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). The results showed that 41 respondents (50%) had poor dietary patterns, while the majority of respondents had infrequent snacking habits. Most respondents had normal nutritional status. The Chi-Square test results showed no significant association between dietary patterns and nutritional status ($p = 0.656$) and no significant association between snacking habits and nutritional status ($p = 0.483$). It can be concluded that dietary patterns and snacking habits were not significantly associated with the nutritional status of female adolescents at SMP Negeri 06 Rumbai Pekanbaru.

Keywords : *Dietary Patterns, Snacking Habits, Nutritional Status,
Adolescent Girls.*

References : 38 (2018 – 2025)