

## ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada usia remaja di Indonesia terdapat 33,5%. KEK terjadi karena beberapa faktor, salah satunya kebiasaan makan yang terdiri dari frekuensi makan dan porsi makan. Tujuan penelitian adalah melihat hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja putri di SMA Cokroaminoto Sukaresmi. Desain penelitian menggunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi adalah siswa kelas 11-12 sebanyak 62 siswa remaja putri, *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah pita ukur untuk mengukur lingkar lengan atas, kuesioner dan alat peraga isi piringku untuk mengukur kebiasaan makan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 69,4% remaja memiliki status gizi kurang dan 77,4% remaja dengan kebiasaan makan yang kurang baik. Uji hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja didapatkan p value  $>0,05$  (1,000) yang artinya tidak ada hubungan signifikan antara kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja putri di SMA Cokroaminoto Sukaresmi. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan remaja dapat membiasakan makan teratur sesuai dengan menu porsi makan seimbang dan bagi peneliti lain untuk meneliti variabel lain yang mempengaruhi status gizi.

**Kata Kunci** : status gizi, remaja, kebiasaan makan

**Daftar Pustaka** : 46 (Tahun 2007-2018).

## ABSTRACT

*There are 33.5% of Chronic Energy Deficiency (KEK) in Indonesia adolescents. KEK occurs due to several factors, one of which is eating habits consisting of frequency of eating and eating portions. The purpose of this study was to look at the relationship between eating habits and nutritional status in teenage girl at Cokroaminoto Sukaresmi senior high school. The study design used descriptive correlational with Cross Sectional approach. The population was students in grades 11-12 consist of 62 female students, a total sampling. The measuring instrument used was measuring tape to measure the circumference of the upper arm, questionnaire and visual aid with the contents of my plate to measure eating habits. The results showed there were 69.4% of adolescents had malnutrition and 77.4% of adolescents with poor eating habits. The relation test of eating habits with nutritional status in adolescents obtained p value > 0.05 (1,000) which means there was no significant relationship between eating habits and nutritional status in teenage girls at Cokroaminoto Sukaresmi senior high school. Based on the results of the study, it is expected that adolescents can get used to eating regularly in accordance with the balanced meal portion menu and for other researchers to examine other variables that affect nutritional status.*

**Keywords** : *nutritional status, adolescents, eating habits*

**References** : *46 (2007-2018).*