

**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN LAYANAN PESAN ANTAR  
MAKANAN DENGAN TINGKAT KECUKUPAN GIZI MAKRO PADA SISWA (Studi pada  
Siswa SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan)**

**SITTI RAHMAWATI PUTRI- 25000119130157  
2023-SKRIPSI**

Semakin sering menggunakan media sosial mempengaruhi dalam pemilihan makanan pada remaja. Penggunaan layanan pesan antar makanan dapat berpengaruh pada tingkat kecukupan gizi seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan penggunaan media sosial dan layanan pesan antar makanan dengan tingkat kecukupan gizi makro di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan. Jenis penelitian ini yaitu observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi sejumlah 888 siswa/i berusia 15-18 tahun di SMAN 3 Kota Tangerang Selatan. Subjek penelitian sejumlah 87 siswa/i yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian terdiri dari timbangan berat badan digital, microtoise, food recall 2 x 24 jam, dan kuesioner penelitian. Analisis data menggunakan uji kolmogorov smirnov, rank spearman dan chi square. Hasil penelitian menunjukkan sering menggunakan media sosial (52,9%), layanan pesan antar makanan satu kali sehari (54%) dan satu sampai tiga kali dalam seminggu (71,3%), pemilihan makanan sesuai dengan yang diakses di media sosial (62,1%), tingkat kecukupan energi (61,82%), protein (84,68%), lemak (76%), karbohidrat 50,20%. Hasil ada hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat kecukupan energi ( $p=0,038$ ) dan karbohidrat ( $p=0,018$ ); layanan pesan antar makanan dengan tingkat kecukupan lemak ( $p=0,039$ ); pemilihan makanan dengan tingkat kecukupan energi ( $p=0,049$ ); pengaruh teman sebaya dengan tingkat kecukupan karbohidrat ( $p=0,009$ ). Tidak ada hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat kecukupan gizi protein ( $p=0,038$ ) dan lemak ( $p=0,018$ ); layanan pesan antar makanan dengan tingkat kecukupan gizi [energi ( $p=0,089$ ), protein ( $p=0,799$ ), karbohidrat ( $p=0,109$ )]; penggunaan media sosial ( $p=0,535$ ) dan layanan pesan antar makanan ( $p=0,557$ ) dengan status gizi. Saran bagi sekolah menambahkan variasi makanan dan minuman yang sehat.

Kata kunci : media sosial, layanan pesan antar makanan, tingkat kecukupan gizi makro