

**HUBUNGAN PAPARAN VIDEO *MUKBANG* DAN ASUPAN MAKRONUTRIEN  
DENGAN PARAMETER OBESITAS PADA MAHASISWI FAKULTAS  
KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**AULIA RATNA KHAERUNISA-25000119140264  
2023-SKRIPSI**

*Mukbang* merupakan tayangan media sosial yang menampilkan *food vlogger* makan dalam porsi besar dan dapat mempengaruhi perilaku makan seseorang untuk makan secara berlebihan. Perubahan perilaku makan merupakan faktor penyebab terjadinya berat badan berlebih. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan paparan video *mukbang* dan asupan makronutrien dengan parameter obesitas pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro dengan 141 subjek yang dipilih secara *clustered random sampling* berdasarkan angkatan dan kelas. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara terstruktur menggunakan kuesioner dan pengukuran antropometri meliputi indeks massa tubuh menggunakan stadiometer dan timbangan, lingkar pinggang menggunakan metlin, dan persen lemak tubuh menggunakan *innerscan*. Analisis data menggunakan uji *Fisher's Exact*, *Rank Spearman*, dan *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan paparan video *mukbang* dengan selera makan ( $p=0,002$ ) dan porsi makan ( $p=0,001$ ). Tidak ada hubungan selera dan porsi makan dengan asupan makronutrien. Ada hubungan positif antara pengetahuan gizi dengan kecukupan energi ( $p=0,023$ ). Ada hubungan negatif antara kecukupan energi dengan IMT ( $p<0,001$ ), lingkar pinggang ( $p=0,019$ ), dan persen lemak tubuh ( $p<0,001$ ). Ada hubungan negatif antara kecukupan protein dengan IMT ( $p<0,001$ ), lingkar pinggang ( $p=0,016$ ), dan persen lemak tubuh ( $p<0,001$ ). Ada hubungan negatif antara aktivitas fisik dengan IMT ( $p<0,001$ ), lingkar pinggang ( $p<0,001$ ), dan persen lemak tubuh ( $p<0,001$ ). Tidak ada hubungan antara paparan video *mukbang* dengan parameter obesitas. Disimpulkan bahwa tidak ada hubungan paparan video *mukbang* dengan parameter obesitas, dan ada hubungan negatif asupan energi dan protein dengan parameter obesitas.

Kata kunci : asupan makronutrien, mahasiswa, parameter obesitas, video *mukbang*  
Kepustakaan : 98, 2004-2023