

ABSTRAK

Status gizi lebih pada remaja akan berdampak pada status kesehatan ketika dewasa kelak, salah satunya yaitu adanya penyakit degeneratif. Status gizi remaja dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik, konsumsi sayur dan buah, serta pengaruh teman sebaya. Penelitian ini bertujuan menganalisis aktivitas fisik, tingkat konsumsi sayur dan buah, serta pengaruh teman sebaya dengan status gizi (IMT/U) pada remaja.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-18 tahun. Pengambilan sampel menggunakan *Probability Sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner dianalisis menggunakan uji statistik *Rank Spearman* dengan tingkat signifikan $\alpha=0,05$.

Analisis menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi ($p\text{-value}=0,000$), terdapat hubungan antara tingkat konsumsi sayur dan buah dengan status gizi ($p\text{-value}=0,008$), dan terdapat hubungan antara *peer influence* dengan status gizi ($p\text{-value}=0,026$). Semakin tinggi aktivitas fisik, tingkat konsumsi sayur dan buah, serta pemilihan teman sebaya yang baik maka semakin rendah tingkat kejadian status gizi lebih pada remaja.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik, tingkat konsumsi sayur dan buah, dan *peer influence* dengan status gizi remaja.

Kata kunci : remaja, aktivitas fisik, sayur dan buah, teman sebaya, status gizi