HUBUNGAN ANTARA POLA ASUPAN GIZI DENGAN KEJADIAN DEPRESI PADA REMAJA PUTRI DI SMAK ST. LOUIS SURABAYA

ABSTRAK

Latar belakang: Prevalensi depresi yang terus meningkat dan pola asupan gizi yang tidak teratur di kalangan remaja, khususnya perempuan, merupakan isu kesehatan yang semakin diperhatikan belakangan ini. Beberapa penelitian menilai keduanya saling berhubungan, namun ada beberapa penelitian lain yang menentang pernyataan tersebut. Hal inilah yang kemudian mendasari penelitian ini. ***Tujuan:*** Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara pola asupan gizi dengan kejadian depresi pada remaja putri.

Metode: Penelitian ini dijalankan dengan desain studi analitik observasional melalui pendekatan *cross sectional* pada 89 siswi semester genap kelas 1 SMAK St. Louis Surabaya. Data diperoleh melalui pengisian dua jenis kuesioner oleh responden, yaitu *Food Frequency Questionnaire* untuk menilai variabel bebas berupa pola asupan gizi dan *Beck Depression Inventory* untuk menilai variabel tetap berupa depresi. ***Hasil:*** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asupan gizi tidak berhubungan dengan kejadian depresi pada responden (p>0,05). Hal ini dapat disebabkan oleh banyaknya faktor lain yang berperan dalam terjadinya depresi, yakni meliputi faktor biologis, psikologis, dan sosial.

Kesimpulan: Hasil penelitian ini juga menghasilkan kesimpulan bahwa pola asupan gizi responden tergolong tidak teratur apabila dibandingkan dengan anjuran oleh Permenkes RI. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada responden cukup tinggi, yaitu sebesar 46,1%.

Kata kunci: depresi, pola asupan gizi, remaja

THE ASSOCIATION BETWEEN DIETARY PATTERN WITH DEPRESSION IN FEMALE ADOLESCENTS IN SMAK ST. LOUIS SURABAYA

ABSTRACT

Background: *The increasing prevalence of depression and irregular dietary pattern amongst adoles, especially women, has become an important issue today. A number of studies confirm the correlation between the two matters, however, there are conflicting results regarding association between dietary pattern and depression in adolescents.* ***Aim:*** *This study is aimed to examine the association between dietary pattern and depression in adolescent.*

Method: *This study will be done through cross sectional observational analytic study in 89 high school students in SMAK St. Louis Surabaya. The data is gathered through two types of questionnaire filled by the respondents. The questionnaires are Food Freqency Questionnaire to assess dietary intake pattern and Beck Depression Inventory to assess the occurence of depression amongst the respondents.* ***Result:*** *The result shows no association between the two matters (p>0,05). It may be caused by a lot of other factors contributing to the occurence of depression, including biologic, psychologic, and social factors.*

Conclusion: *The study also resulted in irregular dietary pattern within the respondents compared to the recommendation from Permenkes RI. Aside from that, the result also shows high prevalence of depression, which is 46,1%.*

Keywords: adolescent, depression, dietary pattern