



Given Content

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI FAST FOOD DENGAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 10 KOTA BEKASI

Devina Diahtantri
 NIM. 201902012

Abstrak
 Abstrak

Pendahuluan: Obesitas adalah penimbunan lemak tubuh berlebih yang disebabkan oleh ketidakseimbangan yang berkepanjangan antara asupan kalori dan pengeluaran energi. Fast food yang kaya akan lemak jenuh, garam, dan kalori merupakan makanan favorit di kalangan remaja saat ini. Jika dikonsumsi secara berlebihan, makanan cepat saji dapat menyebabkan obesitas dan masalah kesehatan lainnya bagi tubuh. Penelitian ini bermaksud untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif observasional analitik, desain cross sectional study untuk melihat hubungan antara pengetahuan, sikap dan konsumsi fast food dan obesitas dalam suatu populasi. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 10 Kota Bekasi yang berstatus pelajar. Metode pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling dan jumlah besar sampel diperoleh sebanyak 105 responden. Uji statistik yang digunakan adalah Uji Chi- Square.

Hasil: Sebagian besar responden berusia 16 tahun (56,2%), berjenis kelamin perempuan 58 responden (55,2%), 61 responden (58%) memiliki uang saku berjumlah kisaran >Rp15.000, 59 responden (56,2%) sedang menduduki kelas X, 20 responden (19%) mengalami obesitas, 72 responden memiliki pengetahuan konsumsi fast food baik (68,6%), 56 responden memiliki sikap konsumsi fast food baik (53,3%), 58 responden memiliki perilaku sering dalam mengonsumsi fast food (55,2%). Hasil Uji Chi-Square didapatkan p-value pada setiap variabel yaitu, pengetahuan konsumsi fast food (0,474), sikap konsumsi fast food (0,406), perilaku konsumsi fast food (0,634).

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Kata Kunci : fast food, obesitas, pengetahuan, perilaku, remaja, sikap.

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND BEHAVIOR OF FAST FOOD CONSUMPTION WITH OBESITY IN ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 10 KOTA BEKASI

Devina Diahtantri

ABSTRACT

Obesity is an accumulation of excess fat caused by unequal energy and long-term energy expenditure. Nowadays, teens used to consume high-energy fast food, which has high sodium also high saturated fat. Fast food that is excessively consumed can affect something that's bad for our health and obesity. This study examines the relationship between knowledge, attitude, and behavior of fast food consumption and teen obesity at SMA Negeri 10 Bekasi. This study used a quantitative observational analytic approach and a cross-sectional study design to see the relationship between knowledge, attitudes, and fast food consumption and obesity. The subjects of this study were students at SMA Negeri 10 Kota Bekasi. The sampling method used a consecutive sampling method and the total sample size was obtained as many as 105 respondents. The statistical test used was the Chi-Square Test. Most respondents were 16 years old (56.2%), 58 respondents were female (55.2%), 61 respondents (58%) had pocket money in the range of >Rp15,000, 59 respondents (56.2%) were in class X, 20 respondents (19%) were obese, 72 respondents had good fast food consumption knowledge (68.6%), 56 respondents had good fast food consumption attitudes (53.3%), 58 respondents had frequent behavior in consuming fast food (55.2%). The results of the Chi-Square Test obtained a p-value on each variable, knowledge of fast food consumption (0.474), attitude to fast food consumption (0.406), and fast food consumption behavior (0.634). There is no relationship between knowledge, attitude, and fast food consumption behavior and obesity in adolescents at SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Keywords: fast food, obesity, knowledge, behavior, adolescents, attitude.

A. Latar Belakang

Di Indonesia, hasil yang kita temui pada Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi remaja usia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk 9,5%, sedangkan yang berstatus gizi obesitas 4,0% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hasil data Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Jawa Barat, prevalensi remaja yang berusia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk 10,9%, sedangkan yang berstatus gizi obesitas 4,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut Seidell and Halberstadt (2015), obesitas menjadi persoalan di celah panjang dunia di mana meningkatnya suatu prevalensi yang acap di setiap negara maju maupun berkembang.

Menurut data The Third National Health and Nutritional Examination Survey (NHANES III) menyatakan saat memasuki usia remaja terjadinya trigliserida yang meningkat 25%, sedangkan kolesterol low density lipoprotein (LDL) 40%. Maka dari itu dapat terjadi sindroma metabolik yang dapat membawa dampak penyakit kardiovasikular. Dampak obesitas salah satunya adalah diabetes, karena bisa terjadi gangguan toleransi glukosa serta dapat terjadi sindroma metabolik (Suryadinata & Sukarno, 2019). Banyak sekali faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada remaja diantaranya faktor eksternal meliputi asupan makan yang dikonsumsi seorang individu, pengetahuan terkait gizi yang diketahui individu, tingkat pendidikan, faktor lingkungan, dan aktivitas fisik. Sedangkan, faktor internal diantaranya adalah usia dan jenis kelamin. Faktor eksternal berperan besar dalam menyebabkan obesitas itu terjadi, kebalikannya faktor internal hanya 10% (Setiawati et al., 2019).

Tingginya asupan karbohidrat yang merupakan sumber energi utama bagi tubuh manusia juga salah satu faktor risikonya obesitas. Apabila seringnya mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi tetapi tidak melakukan aktivitas fisik sebagai pengeluaran energi, hal tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya seseorang mengalami kegemukan (Telisa et al., 2020).

Remaja saat ini gemar makan fast food yang padat energi, banyak mengandung garam serta tinggi lemak jenuh. Dari kriteria yang telah disebutkan, makanan cepat saji seperti itulah yang dapat menyebabkan sesuatu yang tidak baik untuk kesehatan tubuh individu jika dikonsumsi secara tidak optimal. Salah satunya dapat menyebabkan kegemukan atau

obesitas. Berteman dengan seseorang yang seusia dengan seorang individu (teman sebaya) juga memiliki pengaruh perilaku makan yang kurang baik terhadap diri individu itu sendiri, contohnya sering menghiraukan untuk makan masakan di rumah melainkan lebih memilih makan di restoran yang memproduksi makanan secara cepat dan efisien (Afifah et al., 2017). Pada saat ini, sebagian besar masyarakat khususnya remaja lebih menyukai makanan yang proses penyajiannya cepat. Anak-anak atau remaja yang mengalami kegemukan dapat disebabkan oleh gaya hidup zaman sekarang yang serba modern seperti mengonsumsi fast food yang di dalamnya terkandung lemak dan kalori yang tinggi (Pamelia, 2018).

Berdasarkan penelitian Widyastuti (2017), tingkat pengetahuan yang tinggi dimiliki oleh hampir seluruh mahasiswa, serta pada variabel sikap dan tindakan mahasiswa memiliki tingkatan yang rendah. Dapat diartikan bahwa yang memiliki pengetahuan tinggi, sikap dan tindakan yang tidak berkeinginan mengonsumsi makanan cepat saji dikarenakan telah mengetahui bahaya jika mengonsumsinya terlalu banyak.

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 10 Kota Bekasi dan dikhususkan kepada siswa yang menduduki kelas X dan kelas XI yang berada di sekolah. Hal ini menarik untuk diteliti yaitu untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi fast food dari suatu individu yaitu setiap siswa di SMA Negeri 10 Kota Bekasi dan untuk mengetahui hubungan dari ketiga variabel tersebut dengan obesitas. Selain itu, SMA Negeri 10 berada di Kota Harapan Indah, di mana sangat banyak pedagang atau restoran makanan cepat saji dan anak sekolah sering kali mengunjungi tempat tersebut. Remaja saat ini sangat gemar mengonsumsi fast food karena praktis dan penyajian hanya membutuhkan waktu yang singkat. Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis karakteristik usia, jenis kelamin, uang saku, dan kelas yang ditempuh remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- b. Untuk menganalisis pengetahuan konsumsi fast food pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- c. Untuk menganalisis sikap konsumsi fast food pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- d. Untuk menganalisis perilaku konsumsi fast food pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- e. Untuk menganalisis hubungan pengetahuan konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- f. Untuk menganalisis hubungan sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi
- g. Untuk menganalisis hubungan perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat mengembangkan kompetensi diri dalam penelitian gizi masyarakat

2. Bagi Lokasi Penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi bagi sekolah dan siswa/i mengenai hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diteliti pada remaja

3. Bagi STIKes Mitra Keluarga

Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan, informasi dan bahan bacaan di bidang Gizi Masyarakat yang diharapkan bisa membantu proses pembelajaran dan penelitian yang selanjutnya

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

A. Tinjauan Pustaka

1. Remaja

a. Pengertian Remaja

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah seseorang yang berusia 10-18 tahun.

Remaja yang melewati masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dari segi fisiologi, sosial, dan psikologi.

Kebutuhan gizi yang diperlukan oleh setiap individu cenderung lebih banyak dan besar, kelompok remaja memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dari kelompok umur lainnya (Marmi, 2013).

Fase remaja merepresentasikan bagaimana remaja berpikir, dan menjadi proses pertumbuhan pada remaja. Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Menurut Dieny (2012), fase-fase berikut ini yang akan dilalui oleh semua remaja saat mereka berkembang dan menjadi dewasa:

1) Fase remaja awal (early adolescence)

Dimulai dari mereka yang berusia 11-13 tahun. Remaja pada masa ini merasa bingung dengan perubahan fisik yang terjadi pada tubuh mereka dan dorongan yang menyertainya. Mereka memiliki ide-ide baru, menjadi lebih sensitif, dan lebih mudah tertarik pada lawan jenis. Masa remaja awal ditandai dengan melakukan berbagai hal untuk meningkatkan penampilan atau mengubah citra tubuh seseorang. (Dieny, 2012)

2) Fase remaja pertengahan (middle adolescence)

Dimulai dari mereka yang berusia 14-16 tahun. Remaja pada usia ini pasti membutuhkan teman. Jika mereka dikelilingi oleh banyak teman, mereka akan merasa sangat nyaman. Remaja pertengahan mudah terpengaruh oleh teman sebaya dan menganggap kebebasan mereka penting seperti mereka tidak lagi sering menghabiskan makan malam bersama keluarga di rumah dan lebih memilih untuk memperhatikan pendapat teman separtaran mereka. (Dieny, 2012).

3) Fase remaja akhir (late adolescence)

Dimulai dari mereka yang berusia 17-20 tahun. Waktu menjelang kedewasaan dikenal sebagai tahap ini, dan ditandai dengan sejumlah faktor, seperti peningkatan minat dalam fungsi intelektual, kemungkinan bagi egonya untuk terhubung dengan orang lain dan mencari pengalaman baru, dan mulai menyeimbangkan kepentingannya sendiri dengan kepentingan orang lain (Dieny, 2012).

Masa remaja adalah masa perkembangan dan pertumbuhan fisik dan psikologis yang cepat dan terjadi selama masa remaja, maka terdapat kebutuhan nutrisi yang relatif tinggi. Perubahan gaya hidup dan

makanan yang dikonsumsi sehari-hari akan dapat mempengaruhi kebutuhan nutrisi dan konsumsi makan seseorang. Remaja seringkali tidak stabil atau labil, mudah dipengaruhi oleh lingkungannya dan cenderung hanyut mengikuti arus perkembangan zaman. Hal itulah yang dapat memberikan remaja berbagai pilihan mengenai makanan apa yang akan mereka makan. Perubahan ini dapat menyebabkan berbagai masalah dan perubahan dalam kebiasaan makan, yang dapat menghasilkan kebiasaan makan yang sehat (gizi seimbang) dan kebiasaan makan yang tidak sehat (Pujiati et al., 2015).

b. Kebutuhan Zat Gizi Remaja

Zat gizi makro dan zat gizi mikro diperlukan oleh tubuh.

Makanan yang dipilih setiap hari oleh suatu individu dengan baik akan menyediakan semua nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk bekerja secara optimal, namun pemilihan makanan yang tidak tepat akan membuat tubuh kekurangan nutrisi esensial tertentu (Pritasari et al., 2017).

c. Masalah Gizi Remaja

Obesitas adalah salah satu masalah gizi yang dihadapi remaja. Meskipun kebutuhan nutrisi dan energi remaja lebih tinggi daripada orang dewasa, sebagian dari mereka makan berlebihan hingga berat badannya bertambah jadi gemuk (Pritasari et al., 2017).

2. Obesitas

a. Definisi Obesitas

Ketika jumlah jaringan lemak tubuh melebihi berat badan pada umumnya dan terjadinya penimbunan lemak tubuh yang lebih sehingga suatu individu memiliki berat badan yang lebih dari normal maka dapat dikatakan individu tersebut mengalami obesitas. Ketidakseimbangan antara energi yang digunakan tubuh dan energi yang diterima dari makanan dapat menyebabkan obesitas. (Sandjaja dan Sudikno, 2014).

Obesitas dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius, karena obesitas adalah faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif.

b. Dampak Obesitas

Menurut data The Third National Health and Nutritional Examination Survey (NHANES III) menyatakan saat memasuki usia remaja terjadinya trigliserida yang meningkat 25%, sedangkan kolesterol low density lipoprotein (LDL) 40%. Maka dari itu dapat terjadi sindroma metabolik yang dapat membawa dampak penyakit kardiovaskular. Dampak obesitas salah satunya adalah diabetes, karena bisa terjadi gangguan toleransi glukosa serta dapat terjadi sindroma metabolik (Suryadinata and Sukarno, 2019).

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi

Faktor yang dapat berpengaruh pada terjadinya obesitas pada remaja diantaranya faktor eksternal yang meliputi asupan makan yang dikonsumsi seorang individu, pengetahuan terkait gizi yang diketahui individu, tingkat pendidikan, faktor lingkungan, dan aktivitas fisik. Sedangkan, faktor internal diantaranya adalah usia dan jenis kelamin. Faktor eksternal berperan besar dalam menyebabkan obesitas itu terjadi, kebalikannya faktor internal hanya 10% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Ketika asupan kalori jauh lebih besar daripada penggunaan energi, maka dapat terjadi obesitas. Tingginya asupan karbohidrat yang merupakan sumber energi utama bagi tubuh manusia termasuk dalam faktor risiko dari obesitas. Apabila

seringnya mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi tetapi tidak melakukan aktivitas fisik sebagai pengeluaran energi, hal tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya seseorang mengalami kegemukan (Telisa et al., 2020). Saat menginjak usia ini, suatu individu menjadi lebih gemar mengonsumsi makanan yang tidak sehat seperti fast food atau junk food. Suatu individu senang makan makanan yang gurih, manis di mana makanan tersebut mengandung tinggi lemak dan energi yang tinggi (Pritasari et al., 2017). Anak-anak atau remaja yang mengalami kegemukan dapat disebabkan oleh gaya hidup zaman sekarang yang serba modern (Pamelia, 2018).

3. Pengukuran Status Gizi

Untuk mengetahui status gizi anak dan remaja, diperlukan untuk menilai kesehatan gizi anak-anak dan remaja. Gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, risiko gizi lebih, gizi lebih, dan obesitas diklasifikasikan dengan menggunakan indeks IMT/U. Untuk melakukan pemeriksaan anak gizi lebih maupun obesitas, indeks IMT/U lebih sensitif. Anak-anak dengan ambang batas $IMT/U \geq 1$ SD memerlukan penanganan lebih lanjut untuk menghentikan terjadinya gizi berlebih dan obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Tabel 2. 1 Kategori Ambang Batas Status Gizi Anak

Mengukur fisik dan bagian tubuh manusia merupakan arti dari metode antropometri. Dalam menilai status gizi dengan metode antropometri yaitu menjadikan ukuran tubuh manusia untuk menentukan status gizi. Pengukuran antropometri juga mempunyai kelebihan dan kekurangan, diantaranya:

1. Dilihat dari prosedur pengukuran antropometri, digunakannya cukup mudah dan aman
2. Tidak terlalu membutuhkan ahli yang andal, hanya dilakukan dengan pelatihan sederhana
3. Alatnya murah dan terjangkau, tidak sulit untuk dibawa
4. Hasil pengukuran antropometri akurat dan tepat
5. Bisa mendeteksi riwayat asupan zat gizi yang lalu
6. Hasil pengukuran dapat melihat status gizi baik, status gizi buruk, ataupun status gizi kurang
7. Dapat digunakan untuk skrining gizi (Lindasari, 2020).

Metode antropometri untuk menentukan penilaian terhadap status gizi memiliki beberapa kekurangan:

1. Alat ukur ini tidak sensitif karena tidak dapat membedakan kekurangan zat gizi.
2. Faktor-faktor lain di luar gizi juga dapat mengurangi sensitivitas dan spesifikasi ukuran. Misalnya, anak dengan berat badan kurang mungkin menderita infeksi meskipun memiliki asupan makanan yang normal.
3. Pengukuran dapat terjadi suatu kesalahan, hal ini dapat mempengaruhi hasil pengukuran antropometri. Kesalahan bisa terjadi dikaarenakan kurang tepatnya melakukan prosedur pengukuran, bisa karena alat ukur, kesulitan mengukur maupun yang melakukan pengukuran (Lindasari, 2020).

a. Berat Badan

Berat badan dapat berubah dan perubahannya dapat terlihat dengan cepat sehingga dapat menggambarkan status gizi dari suatu individu. Pengukuran berat badan mudah dilakukan, alat yang digunakan juga dapat ditemukan namun alat pengukuran berat badan harus akurat. Alat ukur berat badan harus selalu dikalibrasi, memiliki ketelitian 0,1 kg, mudah dibaca dan

dimengerti, aman digunakan, serta memiliki penandaan yang jelas. Timbangan berat badan, timbangan kamar mandi, timbangan injak digital merupakan beberapa contoh dari beberapa jenis alat ukur berat badan yang sering digunakan untuk mengukur berat badan (Lindasari, 2020).

b. Tinggi Badan

Tinggi badan adalah pengukuran peningkatan massa tulang yang disebabkan oleh asupan makanan. Oleh karena itu, karakteristik antropometri yang digunakan untuk mendefinisikan pertumbuhan linier adalah tinggi badan. Alat pengukur tinggi badan harus akurat hingga memiliki ketelitian 0,1 cm. Alat pengukur tinggi badan seperti microtoise memiliki keunggulan karena mudah digunakan, tidak perlu mencari tempat khusus, dan mudah didapat karena harganya pun terjangkau. Namun satu kekurangannya yaitu setiap ingin mulai mengukur, alat harus dipasang di dinding terlebih dahulu (Lindasari, 2020).

4. Pengetahuan Konsumsi Fast Food

Pengetahuan merupakan hasil dari suatu individu mengetahui sesuatu yang dilalui dengan 5 panca indera yang dimiliki oleh individu tersebut. Notoatmodjo (2018) membagi tingkatannya menjadi 6 kategori, sebagai berikut:

a. Tahu (know)

Dapat dikatakan bahwa pengetahuan yang di tahap ini berada pada tingkat paling rendah karena terbatas pada kemampuan mengingat yang sebelumnya diajarkan.

b. Memahami (comprehension)

Merupakan kemampuan untuk menggambarkan dengan tepat mengenai suatu hal yang sudah dikenal dan memiliki kemampuan interpretasi materi yang baik dan benar. Seseorang harus dapat menjelaskan hal yang dipelajari jika mereka telah memahami topik atau materi tersebut.

c. Aplikasi (application)

Merupakan pengetahuan yang dapat mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajari.

d. Analisis (analysis)

Merupakan kemampuan untuk mendeskripsikan suatu materi atau objek yang terhubung dengan yang lain.

e. Sintesis (synthesis)

Merupakan suatu kemampuan untuk membentuk formulasi yang baru dari formulasi yang sebelumnya telah ada.

f. Evaluasi (evaluation)

Merupakan kemampuan seseorang untuk menilai terhadap suatu objek

Notoatmodjo (2018) menyatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya tingkat pendidikan, informasi, lingkungan dan usia. Pengukuran pengetahuan menurut Notoatmodjo (2018) dapat dilakukan dengan wawancara atau angket maupun kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur pengetahuannya.

5. Sikap Konsumsi Fast Food

Meskipun sikap adalah predisposisi untuk bertindak dengan cara tertentu, namun sikap belum merupakan tindakan atau aktivitas. Sikap merupakan kesediaan untuk merasakan dengan cara tertentu tentang suatu objek sebagai respons terhadap objek tertentu di sekitarnya. Menurut Notoatmodjo (2018) terdapat 3 bagian dasar dalam sikap, antara lain kepercayaan ide dan juga konsep terhadap suatu objek, evaluasi emosional dan

kecenderungan untuk bertindak Ketiga elemen ini bekerja sama untuk menciptakan sikap yang lengkap (total attitude).

Kemampuan berpikir, pandangan dunia, dan perasaan, semuanya memainkan peran penting dalam membentuk sikap yang utuh ini. Sama halnya dengan pengetahuan, sikap juga memiliki banyak tingkatan, diantaranya yaitu menerima (receiving), merespons (responding), menghargai (valuing) dan bertanggung jawab (responsible).

6. Perilaku Konsumsi Fast Food

Perilaku konsumsi makanan adalah bentuk penerapan kebiasaan makan suatu individu yang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pengetahuan dan sikap terhadap makanan. Asupan rata-rata harian bahan makanan, yang dibagi menjadi karbohidrat, protein, dan lemak, disebut sebagai konsumsi makanan. Di kota besar, pola konsumsi makan seseorang beralih dari pola makan masakan tradisional ke western (terutama dalam bentuk fast food) yang kandungan gizinya tidak seimbang dan berpotensi mudah menyebabkan kelebihan kalori yang masuk ke dalam tubuh. Individu yang terlihat gemar konsumsi fast food dapat mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Selain itu fast food dapat menyebabkan penyakit jantung, penyumbatan pembuluh darah dan sebagainya. Hal ini dapat ditimbulkan dari pengolahannya yang biasanya berlangsung cepat karena menggunakan kerja mesin, tempat makan yang mudah ditemukan dan ketersediaan pelayanan yang selalu sedia setiap saat, terlepas dari bagaimana pesanan dilakukan (Setyawati dan Rimawati, 2016).

Fast food dapat dikatakan makanan yang sering kali lebih disukai oleh penduduk perkotaan karena dianggap lebih modern daripada masakan tradisional. Makanan tersebut biasanya mengandung garam, bumbu, pengawet, dan pewarna yang tinggi, serat yang rendah, dan kalori yang tinggi (terutama lemak dan karbohidrat sederhana). Jika hal ini dibiasakan oleh suatu individu, maka dapat mengawali terjadinya penyakit degeneratif (Setyawati dan Rimawati, 2016).

7. Fast Food (Makanan Cepat Saji)

Fast food atau yang dikenal masyarakat dengan istilah junk food adalah makanan tidak bergizi. Istilah tersebut berlaku untuk makanan yang dianggap tidak bergizi bagi tubuh suatu individu (Pamelia, 2018). Makanan ini sering kali dibuat dengan menggunakan teknologi tinggi di sektor pengolahan makanan, bersama dengan berbagai zat aditif yang meningkatkan rasa dan mengawetkan makanan (Valoka, 2022). Jenis junk food contohnya yaitu keripik, permen, dessert, makanan yang pengolahannya digoreng, minuman berkarbonasi. Junk food juga mengandung banyak sodium, lemak jenuh, dan kolesterol. Berikut ini merupakan kelompok fast food dan junk food menurut WHO, diantaranya:

- a. Makanan asinan yang mengandung kadar garam sangat tinggi
- b. Makanan kalengan, yaitu makanan yang dikemas dalam kaleng, seperti daging kaleng, atau buah-buahan kaleng. Makanan kaleng tersebut tidak sehat dikarenakan di dalam makanan kaleng mengandung bahan pengawet yang dapat mengakibatkan kandungan gizi dan nutrisi dari makanan tersebut turun.
- c. Gorengan yang banyak mengandung kalori, lemak dan minyak yang tinggi dapat menyebabkan kegemukan
- d. Mie instan, karena di dalam mie instan terdapat bahan pengawet dan mengandung kadar garam yang tinggi

e. Manisan beku. Obesitas dapat disebabkan oleh kandungan mentega yang tinggi pada dessert seperti es krim, kue, dan lain-lain.

f. Makanan yang mengandung lemak jenuh dan kolesterol ditemukan dalam daging yang berlemak dan jeroan (Valoka, 2022).

B. Kerangka Teori

Pengetahuan Sikap Perilaku

Konsumsi Fast Konsumsi Konsumsi Fast

Food Fast Food Food

Obesitas

Dampak obesitas: Faktor lain yang

- Memicu penyakit mempengaruhi obesitas

kardiovaskular - Aktivitas fisik

- Diabetes kurang

Sumber: Modifikasi Notoatmodjo (2018) dan Telisa, Hartati and Haripamilu (2020)

Gambar 2. 1 Kerangka Teori

A. Kerangka Konsep

Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

A. Hipotesis Penelitian

a. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

b. Terdapat hubungan antara sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

c. Terdapat hubungan antara perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

A. Analisis Univariat

Responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan kelas XI di SMA Negeri 10 Kota Bekasi dengan jumlah besar sampel sebesar 105 responden. Karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, uang saku dan kelas yang ditempuh dapat dilihat pada Tabel 5.1 berikut ini.

Tabel 5. 1 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden di SMA Negeri 10 Kota Bekasi yaitu remaja yang berusia 16 tahun sebanyak 59 responden (56,2%), remaja berjenis kelamin perempuan sebanyak 58 responden (55,2%) sedangkan laki-laki sebanyak 47 responden (44,8%).

Berdasarkan data uang saku sebagian besar responden yaitu remaja yang memiliki uang saku berjumlah kisaran >Rp15.000 sebanyak 61 responden (58%). Berdasarkan data kelas yang ditempuh sebagian besar responden merupakan remaja yang sedang menduduki kelas X sebanyak 59 responden (56,2%).

Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Variabel Independen dan Variabel Dependen pada Remaja SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Hasil data pada tabel distribusi frekuensi responden di atas, menunjukkan bahwa sebanyak 20 responden (19%) mengalami obesitas, 72 responden memiliki pengetahuan konsumsi fast food yang baik (68,6%), 56 responden memiliki sikap konsumsi fast food yang baik (53,3%), 58 responden memiliki perilaku yang sering dalam mengonsumsi fast food (55,2%).

B. Analisis Bivariat

Tabel 5. 3 Hubungan Pengetahuan Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Hasil data pada tabel di atas, dapat diketahui dari 72 responden yang berpengetahuan konsumsi fast food baik terdapat 15 responden (20,8%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 33 responden berpengetahuan

konsumsi fast food kurang, terdapat 5 responden (15,2%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok pengetahuan konsumsi fast food baik lebih tinggi daripada kelompok pengetahuan konsumsi fast food kurang. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,474 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara pengetahuan konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Tabel 5. 4 Hubungan Sikap Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Hasil data pada tabel di atas, dapat diketahui dari 56 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food baik terdapat 9 responden (16,1%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 49 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food kurang, terdapat 11 responden (22,4%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi fast food kurang lebih tinggi daripada kelompok sikap konsumsi fast food baik. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,406 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Tabel 5. 5 Hubungan Perilaku Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Obesitas	Perilaku	OR	Tidak P-
Konsumsi	Obesitas Total (95%		
Obesitas value	Fast Food CI)		
n %	n %	N %	
1,272			
Sering 12 20,7	46 79,3	58 100,0	(0,472- 0,634
Jarang 8 17,0	39 83,0	47 100,0	3,426)
Total 20 19	85 81	105 100,0	

Sumber: Data Primer (2023) ; n = 105

Hasil data pada tabel di atas, dapat diketahui dari 58 responden yang berperilaku konsumsi fast food sering terdapat 12 responden (20%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 47 responden yang berperilaku konsumsi fast food jarang, terdapat 8 responden (17%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok perilaku konsumsi fast food sering lebih tinggi daripada kelompok perilaku konsumsi fast food jarang. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,634 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden, sebagian besar responden adalah remaja yang berusia 16 tahun (56,2%). Fase remaja dalam tumbuh kembangnya menuju dewasa akan melewati tiga tahap diantaranya fase remaja awal, fase remaja pertengahan dan fase remaja akhir. Remaja yang berusia 16 tahun dapat diklasifikasikan sebagai remaja pertengahan (middle adolescence). Dalam penelitian Nurhidayati et al., (2021), ada beberapa pemahaman tentang kepribadian dan kehidupan seseorang selama masa remaja pertengahan. Remaja mulai bertemu dengan jati dirinya sendiri untuk menilai tingkah laku yang dilakukan oleh pribadi remaja itu sendiri. Kemudian, berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden, sebagian besar responden adalah remaja perempuan dengan persentase sebesar 55,2%. Pola hidup sehari-hari remaja perempuan

memiliki dampak besar akan kebiasaan makan mereka, sehingga mereka menghabiskan lebih banyak waktu di luar rumah untuk makan di tempat umum dan lebih mungkin untuk terpengaruh oleh makanan yang mereka pilih untuk dimakan (Adriani and Wirjatmadi, 2017). Selanjutnya, berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden, sebagian besar responden adalah remaja yang memiliki uang saku berjumlah kisaran >Rp15.000 sebanyak 61 responden dengan persentase sebesar 58%. Pemberian uang saku juga dapat membantu untuk menilai pola konsumsi pangan remaja, semakin besar uang saku yang diperoleh maka dapat mendukung kegiatan mengonsumsi makanan seseorang. Lalu berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden, sebagian besar responden adalah remaja yang sedang menduduki kelas X dengan persentase sebesar 56%.

2. Pengetahuan Konsumsi Fast Food

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan konsumsi fast food yang telah diperoleh menunjukkan bahwa 72 responden (68,6%) memiliki pengetahuan konsumsi fast food yang baik, sedangkan yang memiliki pengetahuan konsumsi fast food yang kurang yaitu sebanyak 33 responden (31,4%). Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Anshari (2019) di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Al-Manar Medan didapatkan hasil yang dapat dinyatakan bahwa sebanyak 33 responden berpengetahuan baik mengenai makanan cepat saji (fast food) dengan persentase sebesar 47,8%. Hasil serupa didapatkan pada penelitian Hanum, Dewi and Erwin (2015) di SMA Negeri 1 Pekanbaru bahwa sebanyak 50 responden berpengetahuan baik dengan persentase sebesar 60,2%.

Pengetahuan merupakan proses belajar, yang sebelumnya tidak diketahui menjadi tahu, menghasilkan pengetahuan. Hal ini dapat dipelajari melalui berbagai pendekatan dan gagasan, baik melalui pendidikan formal maupun pengalaman. Manusia secara alami memiliki rasa keingintahuan, yang dapat diperoleh dengan mengajukan pertanyaan yang ditujukan untuk menemukan kebenaran (Ridwan et al., 2021). Pengetahuan seseorang dapat berpengaruh terhadap pemilihan makanan yang sehat maupun tidak sehat. Pengetahuan anak dapat diperoleh secara internal yang artinya pengetahuan tersebut telah ada pada dirinya sendiri berdasarkan pengalamannya dalam mengetahui suatu hal, sedangkan pengetahuan secara eksternal didapatkan dari luar sehingga remaja dapat memiliki pengetahuan yang baik (Yetmi et al., 2021).

3. Sikap Konsumsi Fast Food

Berdasarkan hasil analisis data sikap konsumsi fast food yang telah diperoleh menunjukkan bahwa 56 responden (53,3%) memiliki sikap konsumsi fast food yang baik, sedangkan yang memiliki sikap konsumsi fast food yang kurang yaitu sebanyak 49 responden (46,7%). Lalu uraian Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Anshari (2019) di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Al-Manar Medan didapatkan hasil yang dapat dinyatakan bahwa sikap yang baik mengenai fast food dimiliki sebanyak 38 responden dengan persentase sebesar 55,1%. Menurut Anshari (2019) berdasarkan pengamatan, sikap remaja mengenai fast food dipengaruhi oleh interaksi dengan banyak orang, lingkungan, dan pemasaran di media cetak atau elektronik, yang semuanya memiliki pengaruh yang besar terhadap sikap remaja dalam pemilihan makanan. Sikap pada dasarnya bersifat konstan, stabil, dan tetap. Sikap yang telah tumbuh di dalam diri seseorang tidak mudah berubah. Secara umum, jelas bahwa informasi dan pengalaman berperan dalam pengembangan sikap seseorang. Sikap mengenai makanan dapat dipengaruhi dari pengalaman yang telah dialami sehingga

membentuk dan mempengaruhi seseorang dalam memilih suatu makanan (Mulyati, 2018).

4. Perilaku Konsumsi Fast Food

Berdasarkan hasil analisis data perilaku konsumsi fast food yang telah diperoleh menunjukkan bahwa 58 responden berperilaku yang sering dalam mengonsumsi fast food, sedangkan responden berperilaku jarang dalam mengonsumsi fast food yaitu sebanyak 47 responden (44,8%). Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Hanum, Dewi and Erwin (2015) di SMA Negeri 1 Pekanbaru berdasarkan jenis makanan cepat saji yang sering dikonsumsi remaja didapatkan hasil yang menyatakan bahwa sebanyak 46 responden sering mengonsumsi fast food dengan persentase sebesar 55,4% dan jarang sebanyak 37 responden dengan persentase 46,6%. Hasil serupa didapatkan pada penelitian Destrianti et al., (2020) di SMPN 15 Banjarmasin sebanyak 42 responden dengan persentase sebesar 64,6% sering mengonsumsi makanan cepat saji. Pada penelitian ini, terlihat bahwa umumnya fast food yang sebagian besar responden konsumsi adalah ayam goreng tepung, kentang goreng, mie instan, gorengan, chicken nugget dan sosis.

5. Obesitas

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak obesitas yaitu sebanyak 85 responden dengan persentase sebesar 81%, sedangkan responden yang obesitas yaitu sebanyak 20 responden dengan persentase sebesar 19%. Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian (Nugraha et al., 2020) di SMA Institut Indonesia Kota Semarang, teridentifikasi 34 siswa yang mengalami obesitas dari total 518 dengan persentase sebesar 6,5% sedangkan responden yang tidak obesitas sebanyak 484 responden dengan persentase sebesar 93,5%. Namun berkebalikan dengan hasil penelitian ini, dari penelitian Destrianti et al., (2020) di SMPN 15 Banjarmasin berdasarkan status gizi dapat diketahui sebanyak 41 responden mengalami obesitas dengan persentase sebesar 63%.

Seseorang yang mengalami kelebihan berat badan lebih cenderung merespons dengan cepat terhadap isyarat saat mereka lapar, seperti bau makanan dan rasa makanan atau kapan waktunya makan tiba, dan mereka juga lebih ingin makan saat lapar daripada hanya saat mereka lapar. Obesitas merupakan masalah yang dapat berkembang dan menjadi tidak terkendali, terutama pada remaja. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan obesitas. Kelebihan berat badan dan obesitas sangat dipengaruhi oleh faktor pola makan dan perilaku. Asupan junk food, kebiasaan ngemil dan makan makanan ringan, frekuensi makan makanan dalam jumlah besar, serta konsumsi makanan dan minuman kaya gula semuanya dikaitkan dengan risiko terjadinya obesitas (Widyantari, Nuryanto and Dewi, 2018).

B. Analisis Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Ketika jumlah jaringan lemak tubuh melebihi berat badan pada umumnya dan terjadinya penimbunan lemak tubuh yang lebih sehingga suatu individu memiliki berat badan yang lebih dari normal maka dapat dikatakan individu tersebut mengalami obesitas. Individu yang kelebihan berat badan dan obesitas biasanya mengalami perilaku yang sama saat dia tumbuh menjadi dewasa. (Mokolensang et al., 2016).

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui dari 72 responden yang berpengetahuan konsumsi fast food baik terdapat 15 responden (20,8%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 33 responden yang

berpengetahuan konsumsi fast food kurang, terdapat 5 responden (15,2%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok pengetahuan konsumsi fast food baik lebih tinggi daripada kelompok pengetahuan konsumsi fast food kurang. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,474 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Hanum, Dewi and Erwin (2015) yang tidak menemukan adanya hubungan antara pengetahuan mengenai fast food terhadap status gizi pada remaja. Hasil penelitian Sukma (2014) juga menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna diantara pengetahuan dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas ($p\text{-value} > 0,05$) karena pengetahuan responden yang bersifat homogen yaitu sebanyak 63 responden (95,5%) memiliki pengetahuan yang baik. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini menunjukkan bahwa 72 responden memiliki hasil pengetahuan baik yang dapat dilihat pada kuesioner, banyak remaja telah mengetahui informasi tentang fast food. Namun berkebalikan dengan hasil penelitian ini, dari penelitian yang dilakukan Netty et al., (2022) yang menyatakan ditemukan adanya hubungan yang bermakna diantara tingkat pengetahuan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska MAB Banjarmasin. Seseorang yang berpengetahuan baik tidak cukup untuk mengubah kebiasaan makan dirinya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan baik belum tentu dapat menerapkannya ke dalam kehidupan sehari-hari. Ketika mereka lapar dan butuh makanan yang cepat, praktis dan mudah ditemukan untuk membantu mengganjal lapar, mereka akan memilih untuk mengonsumsi fast food walaupun mereka telah mengetahui dampak dari konsumsi fast food berlebih tidak baik untuk kesehatan tubuh jika terlalu sering mengonsumsinya (Yetmi et al., 2021). Berdasarkan hasil yang terjadi di lapangan, masih terdapat responden yang mengisi lembar kuesioner dengan bertanya kepada teman dan melihat informasi di internet sebagai acuan jawaban dan belum menggunakan kemampuannya sendiri dalam menjawab pertanyaan mengenai pengetahuan. Hal tersebut dapat menyebabkan pengetahuan konsumsi fast food tidak berhubungan dengan obesitas pada remaja.

2. Hubungan Sikap Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh, dapat diketahui dari 56 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food baik terdapat 9 responden (16,1%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 49 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food kurang, terdapat 11 responden (22,4%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi fast food kurang lebih tinggi daripada kelompok sikap konsumsi fast food baik. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,406 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Sukma (2014) tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja ($p\text{-value} > 0,05$). Namun berkebalikan dengan hasil penelitian yang dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2022 yang menyatakan ditemukan adanya hubungan antara sikap dan konsumsi fast food (Alfiana et al., 2023).

Sikap merupakan suatu pendukung dari dalam diri seseorang dalam melakukan sesuatu. Suatu penilaian terhadap suatu hal yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang (Azwar, 2013). Seseorang akan lebih memilih makanan yang mereka makan jika mereka memiliki sikap positif terhadap gizi dari makanan tersebut (Maswati et al., 2018). Pada penelitian ini terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi fast food kurang lebih tinggi dari kelompok sikap konsumsi fast food baik. Sikap remaja dalam pemilihan makanan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, termasuk pengalaman pribadi, teman sebaya, lingkungan dan dapat mengubah sikap positif menjadi negatif. Sikap yang terbentuk dapat mempengaruhi remaja dalam memilih makanan yang diketahui memiliki dampak terhadap status gizinya apabila dikonsumsi secara berlebih. Hal tersebut yang dapat menyebabkan sikap konsumsi fast food tidak berhubungan dengan obesitas pada remaja.

3. Hubungan Perilaku Konsumsi Fast Food dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh, dapat diketahui dari 58 responden yang berperilaku konsumsi fast food sering terdapat 12 responden (20%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 47 responden yang berperilaku konsumsi fast food jarang, terdapat 8 responden (17%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok perilaku konsumsi fast food sering lebih tinggi daripada kelompok perilaku konsumsi fast food jarang. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value 0,634 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Mardiana et al. (2020) pada remaja di RT 15 Dusun 3 Desa Loa Kulu Kota, Kalimantan Timur tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara konsumsi makanan cepat saji dengan obesitas pada remaja ($p\text{-value} > 0,05$). Hasil serupa pada penelitian Noerfitri, Putri and Febriati (2021) menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan antara konsumsi fast food dengan kejadian gizi lebih di STIKes Mitra Keluarga tahun 2020. Namun berkebalikan dengan hasil penelitian ini, dari penelitian yang dilakukan Hanum, Dewi and Erwin (2015) yang menyatakan bahwa ditemukan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi fast food dengan status gizi pada remaja.

Berdasarkan analisis data dapat dilihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok perilaku konsumsi fast food sering lebih tinggi daripada kelompok perilaku konsumsi fast food jarang. Namun, remaja yang memiliki perilaku konsumsi fast food sering bukan hanya salah satu yang dapat dijadikan acuan dalam menentukan apakah remaja mengalami obesitas. Selain asupan energi tinggi, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian obesitas, yaitu tidak melakukan olahraga yang seimbang. Mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi energi, tinggi lemak seperti fast food tanpa dibarengi dengan olahraga, akan berdampak pada kesehatan tubuh seseorang dan bisa mengakibatkan obesitas pada remaja (Kurdanti et al., 2015). Obesitas dapat terjadi pada seseorang jika lemak yang didapat dari makanan cepat saji tidak didampingi dengan melakukan olahraga, sehingga lemak tersebut akan tersimpan dan menumpuk di dalam tubuh (Budiarti, 2021).

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan waktu saat melakukan pengumpulan data utama yang dilakukan setelah bulan puasa dan dapat mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji responden pada satu bulan terakhir, serta

membutuhkan akan daya ingat responden dalam mengisi kuesioner terutama untuk Food Frequency Questionnaire (FFQ).

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil data tabel karakteristik responden, menunjukkan bahwa remaja berusia 16 tahun (56,2%) lalu jumlah remaja perempuan sebanyak 58 responden (55,2%) sedangkan laki-laki sebanyak 47 responden (44,8%). Berdasarkan data uang saku sebagian besar responden yaitu remaja yang memiliki uang saku berjumlah kisaran >Rp15.000 sebanyak 61 responden (58%). Berdasarkan data kelas yang ditempuh sebagian besar responden merupakan remaja yang sedang menduduki kelas X sebanyak 59 responden (56,2%) sedangkan yang menduduki kelas XI sebanyak 46 responden (43,8%).
2. Berdasarkan hasil data pada tabel distribusi frekuensi responden, menunjukkan bahwa sebanyak 20 responden (19%) mengalami obesitas.
3. Berdasarkan hasil data pada tabel distribusi frekuensi responden, menunjukkan bahwa sebanyak 72 responden berpengetahuan konsumsi fast food yang baik (68,6%).
4. Berdasarkan hasil data pada tabel distribusi frekuensi responden, menunjukkan bahwa sebanyak 56 responden memiliki sikap konsumsi fast food yang kurang (53,3%).
5. Berdasarkan hasil data pada tabel distribusi frekuensi responden, menunjukkan bahwa sebanyak 58 responden berperilaku yang sering dalam mengonsumsi fast food (55,2%).
6. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0,474 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.
7. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0,406 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.
8. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0,634 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

B. Saran

1. Kepada responden diharapkan untuk mempertahankan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku yang sudah baik dengan meningkatkan kesadaran terkait informasi mengenai konsumsi fast food dan kaitannya terhadap obesitas.
2. Kepada sekolah diharapkan dapat memberikan edukasi gizi seperti berupa seminar penyuluhan kepada seluruh remaja yang berada di sekolah agar dapat menambah pengetahuan yang dapat merubah sikap dan perilaku terkait konsumsi fast food.
3. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk tidak melakukan pengambilan data setelah bulan puasa karena dapat mempengaruhi konsumsi makan responden selama satu bulan terakhir.

0.16%

Penelitian ini bermaksud untuk menganalisis hubungan variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terikat).

Penelitian ini bermaksud untuk menganalisis hubungan variabel independen (variabel bebas) dan variabel dependen (variabel terikat).

<http://repo.uinsatu.ac.id/16846/6/BAB%20III.pdf>

0.16%

Populasi dalam penelitian ini merupakan pasien talasemia di Kabupaten Banyumas dengan metode pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling dan besar ...

Populasi dalam penelitian ini merupakan pasien talasemia di Kabupaten Banyumas dengan metode pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling dan besar ...

<https://akademik.unsoed.ac.id/index.php?r=artikelilmiah/view>

0.16%

Uji statistik yang digunakan adalah uji beda untuk dua sampel berpasangan (paired sampel t test.) Page 8. Pengujian hipotesis 2 dilakukan dengan tahapan ...

Uji statistik yang digunakan adalah uji beda untuk dua sampel berpasangan (paired sampel t test.) Page 8. Pengujian hipotesis 2 dilakukan dengan tahapan ...

<http://repository.uin-suska.ac.id/4302/4/BAB%20III%282%29.pdf>

0.16%

by D Hegde · 2011 · Cited by 75 — The statistical test used was the chi-square test and results were computed using Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 12.0.by A Varshney · 2020 · Cited by 3 — The statistical test used was the Chi-square test for comparison of categorical variables. The P value was taken statistically significant ...

by D Hegde · 2011 · Cited by 75 — The statistical test used was the chi-square test and results were computed using Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 12.0.by A Varshney · 2020 · Cited by 3 — The statistical test used was the Chi-square test for comparison of categorical variables. The P value was taken statistically significant ...

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22269409>

0.16%

by A Farhan · 2022 — ini diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan mencakup pergaulan dan pertemanan dalam Islam. 2. Manfaat Praktis.

by A Farhan · 2022 — ini diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan mencakup pergaulan dan pertemanan dalam Islam. 2. Manfaat Praktis.

<http://repository.unismabekasi.ac.id/1519/2/BAB%20I%20FARHAN.pdf>

0.16%

mengenai hubungan antara variabel independen dan variabel dependen baik secara parsial maupun secara simultan (Ghozali, 2012:105).

mengenai hubungan antara variabel independen dan variabel dependen baik secara parsial maupun secara simultan (Ghozali, 2012:105).

<http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/22791/7.%20BAB%20III.pdf?sequence=8>

0.16%

a. Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan informasi dan pertimbangan bagi manajemen Amalia shop untuk lebih mengembangkan pemasaran produk agar dapat ...

a. Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan informasi dan pertimbangan bagi manajemen Amalia shop untuk lebih mengembangkan pemasaran produk agar dapat ...

<http://repository.potensi-utama.ac.id/jspui/bitstream/123456789/1834/7/BAB%20I.pdf>

0.16%

by S Harnita · 2021 · Cited by 1 — menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan ...

by S Harnita · 2021 · Cited by 1 — menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan ...

0.16%

Jan 9, 2021 — Pubertas adalah masa transisi dari Masa kanak-kanak menuju dewasa. Peristiwa penting ini dalam hidup anak Remaja sebagian besar seringkali ...
Jan 9, 2021 — Pubertas adalah masa transisi dari Masa kanak-kanak menuju dewasa. Peristiwa penting ini dalam hidup anak Remaja sebagian besar s eringkali ...

Jan 9, 2021 — Pubertas adalah masa transisi dari Masa kanak-kanak menuju dewasa. Peristiwa penting ini dalam hidup anak Remaja sebagian besar seringkali ...
Jan 9, 2021 — Pubertas adalah masa transisi dari Masa kanak-kanak menuju dewasa. Peristiwa penting ini dalam hidup anak Remaja sebagian besar seringkali ...

<https://www.facebook.com/YayasanPesantrenIslamAlAzhar/posts/pubertas-adalah-masa-transisi-dari-masa-kanak-kanak-menusju-dewasa-peristiwa-pent/2120455518084851>

0.16%

by MH Ginting · 2015 · Cited by 7 — Perlu upaya menambah pengetahuan ibu tentang makanan terutama manfaat karbohidrat yang merupakan sumber energi utama bagi tubuh.

by MH Ginting · 2015 · Cited by 7 — Perlu upaya menambah pengetahuan ibu tentang makanan terutama manfaat karbohidrat yang merupakan sumber energi utama bagi tubuh.

<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/1759>

0.16%

Indeks IMT / Umur digunakan untuk menentukan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, risiko gizi l ebih, gizi lebih dan obesitas.

Indeks IMT / Umur digunakan untuk menentukan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, risiko gizi lebih, gizi lebih dan obesitas.

<https://docplayer.info/207973830-Perbedaan-pola-makan-saat-puasa-sunnah-dengan-status-gizi-di-pondok-pesantren.html>

0.16%

metode antropometri. Dalam menilai status gizi dengan metode antropometri adalah menjadikan ukura n tubuh manusia sebagai metode untuk menentukan status gizi. Parameter antropometri yang digunaka n untuk menentukan status gizi adalah berat badan dan tinggi badan. Berat badan dinyatakan dalam bentuk indikator

metode antropometri. Dalam menilai status gizi dengan metode antropometri adalah menjadikan ukuran tubuh manusia sebagai metode untuk menentukan status gizi. Parameter antropometri yang digunakan untuk menentukan status gizi adalah berat badan dan tinggi badan. Berat badan dinyatakan dalam bentuk indikator

<http://jmua.fmipa.unand.ac.id/index.php/jmua/article/download/317/308>

0.16%

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Notoatmodjo (2014) yang menyatakan bahwa faktor yang pa ling besar pengaruhnya terhadap pengetahuan adalah.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Notoatmodjo (2014) yang menyatakan bahwa faktor yang paling besar pengaruhnya terhadap pengetahuan adalah.

<https://jurnal.ugm.ac.id/majalahfarmaseutik/article/download/70171/34048>

0.16%

by N NORDILA · 2014 — Perilaku konsumsi makanan adalah bentuk penerapan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pengetahuan dan sikap terhadap makanan.by N NORDILA · 2014 — Perilaku konsumsi makanan adalah bentuk penerapan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh dua fakt or yaitu pengetahuan dan sikap terhadap ...

by N NORDILA · 2014 — Perilaku konsumsi makanan adalah bentuk penerapan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pengetahuan dan sikap terhadap makanan.by N NORDILA · 2014 — Perilaku konsumsi makanan adalah bentuk penerapan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pengetahuan dan sikap terhadap ...

<http://repo.upertis.ac.id/252/1/57%20NORDILA.pdf>

0.16%

Apr 13, 2021 — Makanan ini sering kali dibuat dengan menggunakan tepung olahan dan memberikan sedikit nutrisi. 3. Minuman yang dimaniskan dengan gula.

Apr 13, 2021 — Makanan ini sering kali dibuat dengan menggunakan tepung olahan dan memberikan sedikit nutrisi. 3. Minuman yang dimaniskan dengan gula.

<https://lifestyle.bisnis.com/read/20210413/106/1380529/awas-sarapan-ini-bisa-tingkatkan-kadar-gula-darah-penderita-diabetes>

0.16%

WHO menyebutkan 10 golongan yang termasuk dalam makanan junk food, yaitu: a. Makanan asinan yang mengandung kadar garam sangat tinggi sehingga dapat ...

WHO menyebutkan 10 golongan yang termasuk dalam makanan junk food, yaitu: a. Makanan asinan yang mengandung kadar garam sangat tinggi sehingga dapat ...

<https://www.studocu.com/id/document/universitas-muhammadiyah-yogyakarta/kedokteran/case-tutor-gizi/35160718>

0.16%

by NNP Sari · 2018 — b. Makanan kalengan, yaitu makanan yang dikemas dalam kaleng, bisa berupa buah-buahan atau daging. Makanan kaleng tidak sehat karena biasanya.

by NNP Sari · 2018 — b. Makanan kalengan, yaitu makanan yang dikemas dalam kaleng, bisa berupa buah-buahan atau daging. Makanan kaleng tidak sehat karena biasanya.

<http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/941/3/BAB%202.pdf>

0.16%

5.1.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independen. Tabel 5.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independen (Peran.5.1.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan variabel independen. Variabel independen pada penelitian ini adalah tingkat stres orangtua siswa SDN 11.

5.1.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independen. Tabel 5.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variabel Independen (Peran.5.1.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan variabel independen. Variabel independen pada penelitian ini adalah tingkat stres orangtua siswa SDN 11.

<https://perpus.fikumj.ac.id/index.php?p=fstream-pdf>

0.16%

by PH Danal · 2022 — Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah remaja perempuan (80%) dan berusia 16 tahun (46%). Responden paling banyak ...

by PH Danal · 2022 — Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah remaja perempuan (80%) dan berusia 16 tahun (46%). Responden paling banyak ...

<https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/article/view/6873/0>

0.16%

by FS Adji · 2022 — Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa nilai thitung lebih besar dari ttabel yaitu $2,339 > 1,992$ dan nilai signifikansi $0,022 < 0,05$ dan nilai signifikansi $0,008 < 0,05$

by FS Adji · 2022 — Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa nilai thitung lebih besar dari ttabel yaitu $2,339 > 1,992$ dan nilai signifikansi $0,022 < 0,05$ dan nilai signifikansi $0,008 < 0,05$

<https://eprints.ums.ac.id/102835/1/Naskah%20Publikasi.pdf>

0.16%

by DA Fitria · 2019 · Cited by 16 — Individu yang obesitas memiliki tingkat kestabilan yang kurang dari pada individu yang memiliki berat badan normal sehingga mengurangi ...

by DA Fitria · 2019 · Cited by 16 — Individu yang obesitas memiliki tingkat kestabilan yang kurang daripada individu yang memiliki berat badan normal sehingga mengurangi ...

<https://bapin-ismki.e-journal.id/jimki/article/view/68>

0.33%

Remaja cerdas, sehat dan ceria Health Teenager for Better Future SMA Negeri 10 Kota Bekasi Come and Join us! 🌟.2238 Followers, 254 Posts - Discover Instagram photos and videos from SMA Negeri 10 Kota Bekasi (@sman10kotabekasi)

Remaja cerdas, sehat dan ceria Health Teenager for Better Future SMA Negeri 10 Kota Bekasi Come and Join us! 🌟.2238 Followers, 254 Posts - Discover Instagram photos and videos from SMA Negeri 10 Kota Bekasi (@sman10kotabekasi)

https://www.instagram.com/pikrsman10_bekasi/?hl=en

0.16%

anemia mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2022 Kejadian Anemia Jumlah (n) Persentase (%) Anemia 56 57,1 Tidak Anemia 42 42,9 Total 98 100,0 Data Primer, Januari 2022 Tabel 2. Distribusi Responden Menurut riwayat penyakit mahasiswi FKM UHO Tahun 2022 Riwayat Penyakit Jumlah (n) Persentase (%)

anemia mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2022 Kejadian Anemia Jumlah (n) Persentase (%) Anemia 56 57,1 Tidak Anemia 42 42,9 Total 98 100,0 Data Primer, Januari 2022 Tabel 2. Distribusi Responden Menurut riwayat penyakit mahasiswi FKM UHO Tahun 2022 Riwayat Penyakit Jumlah (n) Persentase (%)

<http://ojs.uho.ac.id/index.php/Endemis/article/download/27004/15630>

0.16%

by A Azrimaidaliza · Cited by 29 — Pengenalan berbagai jenis makanan tertentu sejak usia dini oleh keluarga mempengaruhi remaja dalam memilih makanan yang tergambar dari rasa.

by A Azrimaidaliza · Cited by 29 — Pengenalan berbagai jenis makanan tertentu sejak usia dini oleh keluarga mempengaruhi remaja dalam memilih makanan yang tergambar dari rasa.

<https://media.neliti.com/media/publications/39775-ID-analisis-pemilihan-makanan-pada-remaja-di-kota-padang-sumatera-barat.pdf>

0.16%

Analisis dengan uji regresi logistik sederhana diketahui bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi fast food dengan kejadian gizi lebih di STIKes Mitra ...

Analisis dengan uji regresi logistik sederhana diketahui bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi fast food dengan kejadian gizi lebih di STIKes Mitra ...

<https://docplayer.info/211644251-Hubungan-antara-kebiasaan-melewatkan-sarapan-konsumsi-sayur-buah-dan-fast-food-aktivitas-fisik-aktivitas-sedentary-dengan-kejadian-gizi-lebih.html>

0.16%

by F Zahro Salsabila · 2022 — Terdapat hubungan antara konsumsi fast food dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Kota Surakarta dengan nilai p-value yaitu 0,007. 4.2 Saran. 1. Bagi ...

by F Zahro Salsabila · 2022 — Terdapat hubungan antara konsumsi fast food dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Kota Surakarta dengan nilai p-value yaitu 0,007. 4.2 Saran. 1. Bagi ...

https://eprints.ums.ac.id/105629/9/NASKAH%20PUBLIKASI_FATIMATUZ%20ZAHRO%20SALSABILA_J310180162.pdf

0.16%

Obesitas dapat terjadi pada seseorang jika lemak yang didapat dari makanan cepat saji tidak dibarengi dengan melakukan olahraga, sehingga lemak tersebut akan ...

Obesitas dapat terjadi pada seseorang jika lemak yang didapat dari makanan cepat saji tidak dibarengi dengan melakukan olahraga, sehingga lemak tersebut akan ...

<https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/download/343/129>