

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Asupan Energi Fast Food pada Siswa SMP Islam PB Soedirman Tahun 2016

Rohimah, Novia Dila

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=124816&lokasi=lokal>

Abstrak

Fast food atau makanan cepat saji mengandung tinggi lemak, natrium, indeks glikemik, dan padat energi, namun rendah akan serat, vitamin, dan mineral lain. Mengonsumsi fast food secara terus-menerus tanpa diimbangi dengan olahraga dan konsumsi buah serta sayuran yang adekuat pada masa remaja akan berdampak pada tekanan darah tinggi saat dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan asupan energi fast food pada remaja. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner dan wawancara FFQ (Food Frequency Quantitative) semi kuantitatif pada bulan April 2016. Penelitian ini melibatkan 144 siswa SMP Islam PB Soedirman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa median asupan energi fast food siswa adalah sebesar 372 kkal/hari atau setara 15% AKG remaja laki-laki dan 17,5% AKG remaja perempuan. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi fast food dengan jenis kelamin ($p=0,001$), uang saku ($p=0,003$), kebiasaan sarapan ($p=0,0001$), preferensi fast food ($p=0,027$), dan frekuensi konsumsi fast food orang tua ($p=0,0001$). Siswa disarankan untuk mengurangi konsumsi fast food terutama sebagai camilan, tidak melewatkan sarapan, dan memilih jajanan yang sehat. Kata kunci Asupan energi fast food, fast food, remaja