

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Tingkat Konsumsi Fast Food, Asupan Serat, dan Durasi Tidur dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Mandalahayu Kota Bekasi

Sri Oktapia Trismawan

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77029&lokasi=lokal>

Abstrak

Obesitas merupakan suatu kelainan atau penyakit yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Obesitas merupakan masalah gizi yang harus diperhatikan dengan cepat karena dapat menyebabkan terjadinya berbagai resiko penyakit degeneratif. Kini lebih dari 300 juta orang di dunia mengalami obesitas. Di dunia lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelabihan berat badan, 31,6% mengalami obesitas dan 39% diantaranya remaja. Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan perilaku gizi yang salah, yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 status gizi obesitas sebesar 19,2%. Provinsi Jawa Barat berdasarkan prevalensi status gizi remaja usia 16 -18 tahun berdasarkan IMT / U status gizi obesitas sebesar 40%. Status gizi berdasarkan IMT /U pada remaja usia 16 ? 18 tahun di Kota Bekasi status gizi tertinggi yaitu obesitas sebesar 23,4% Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi fast food, asupan serat dan durasi tidur dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Mandalahayu Kota Bekasi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi cross sectional, dimana populasi dalam penelitian ini adalah kelas X dan kelas XI SMA Mandalahayu Kota Bekasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan jumlah sampel minimal 91 responden. Teknik analisis data yang digunakan adalah chi-square. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner FFQ, SQFFQ dan form rerata durasi tidur 1 minggu sedangkan variabel dependen dikumpulkan menggunakan data antropometri. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja di SMA Mandalahayu Kota Bekasi dari 91 siswa sebagian besar remaja tidak mengalami obesitas yaitu sebanyak 63 orang (69,2%) dan remaja yang mengalami obesitas sebanyak 28 orang (30,8%). Dan dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi fast food (p value= 0,013, PR= 2,512), durasi tidur (p value= 0,006, PR= 2,750) dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Mandalahayu Kota Bekasi. Tidak ada hubungan antara asupan serat (p value= 0,081, PR= 2,149) dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Mandalahayu Kota Bekasi. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsumsi fast food dan durasi tidur berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja. Oleh karena itu, perlu adanya penyuluhan mengenai edukasi gizi kepada responden terkait pola makan dengan kebutuhan energi dan zat gizi yang baik untuk usia remaja serta durasi tidur yang cukup.