

## Faktor-faktor yang berhubungan dengan asupan energi fast food pada siswa SMP Islam PB Soedirman tahun 2016 = The factors associated with intake of fast food energy among students in SMP Islam PB Soedirman in 2016

Novia Dila Rohimah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20430475&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.

.....Fast food contains of high fat, sodium, glycemic index, and energy dense, however low of fiber, vitamin, and other minerals. Consuming fast food continuously without balanced by exercise and adequate consumption of fruit and vegetables in adolescence would impact on high blood pressure in adults. This study aims to determine the factors associated with intake of fast food energy among teenagers. The study design that used in this research is cross sectional. Data was collected through questionnaire and interview of semi-quantitative FFQ (Food Frequency Quantitative) on April 2016. This study involved 144 students of SMP Islam PB Soedirman.

The result showed that the median intake of fast food energy among students is 372 kcal/day or 15% RDA (Recommended Daily Allowance) for boys and 17,5% RDA for girls. Bivariate analysis result showed significant relation between intake of fast food energy and gender ( $p=0,001$ ), pocket money ( $p=0,003$ ), breakfast routine ( $p=0,0001$ ), fast food preference ( $p=0,027$ ), and frequency of parents' fast food consumption ( $p=0,0001$ ). Students are advised to lower the fast food consumption as snack, not to skip breakfast, and choose healthy snacks.