

Gambaran Tingkat Pengetahuan Faktor Resiko Diabetes Melitus Tipe 2 : Pemanis Makanan dan Makanan Berlemak Pada Generasi Millennial = Description The Level Of Knowledge Of Risk Factor Type 2 Diabetes Melitus : Sweeteners And Fatty Food On Millennial Generation

Dewi Ayu Pratiwi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491624&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Dewasa ini ada kecenderungan kaum milenial mengonsumsi fast food yang mengandung pemanis dan lemak makanan karena mudah disajikan, murah, dan enak. Hal tersebut juga dipicu oleh kemajuan teknologi yang semakin pesat sehingga memudahkan para milenial untuk memesan dan mengonsumsi makanan tersebut tanpa mempertimbangkan konsekuensinya yaitu obesitas dan diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan yang berkaitan dengan pemanis makanan dan makanan berlemak serta menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional terhadap 109 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 70,6% (n = 109) memiliki pengetahuan yang cukup, namun tingkat konsumsi gula dan lemak pada generasi milenial masih cukup tinggi. Total konsumsi gula 54,78 gram / hari dan lemak 59,46 gram / hari. Konsumsi ini telah melebihi batas yang direkomendasikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Upaya pendidikan kesehatan dan pemanfaatan teknologi secara bijak diperlukan untuk menambah pengetahuan generasi milenial tentang pemanis makanan, makanan berlemak, dan konsekuensinya.

ABSTRACT

Today there is a tendency for millennials to consume fast food that contains sweeteners and dietary fats because it is easy to serve, cheap, and delicious. This is also triggered by increasingly rapid technological advances making it easier for millennials to order and consume these foods without considering the consequences, namely obesity and type 2 diabetes mellitus. This study aims to determine the level of knowledge related to food sweeteners and fatty foods and use descriptive methods. analytic with cross sectional approach to 109 respondents. The results showed that 70.6% (n = 109) had sufficient knowledge, but the level of sugar and fat consumption in the millennial generation was still quite high. The total consumption of sugar is 54.78 grams / day and fat is 59.46 grams / day. This consumption has exceeded the limit recommended by the World Health Organization (WHO). Health education efforts and the wise use of technology are needed to increase the knowledge of the millennial generation about food sweeteners, fatty foods, and their consequences.