

# Perbedaan Proporsi Konsumsi Jajanan Gorengan Berdasarkan Tingkat Stres, Aktivitas Fisik, dan Faktor Lainnya pada Siswa SMAN 2 Cibinong Tahun 2024 = The Differences of Fried Snacks Consumption Based on Stress Level, Physical Activity, and Other Factors Among Students of SMAN 2 Cibinong 2024

Nurlistiani Syafrida, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920548655&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Jajanan gorengan merupakan salah satu makanan yang digemari remaja. Karakteristiknya yang berlemak dan padat energi membuat konsumsi secara berlebihan dapat berakibat pada risiko kegemukan dan obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perbedaan proporsi konsumsi jajanan gorengan berdasarkan tingkat stres, aktivitas fisik, kualitas tidur, faktor individu dan faktor sosioekonomi pada siswa-siswi SMAN 2 Cibinong Tahun 2024. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain studi *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 130 orang yang dipilih menggunakan metode *consecutive sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui pengisian *google form* dan lembar FFQ secara mandiri oleh responden. Data kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat (*chi-square*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 77,7% responden mengonsumsi jajanan gorengan tingkat tinggi (7x/minggu), jenis jajanan gorengan yang paling sering dikonsumsi secara berurutan adalah olahan ayam digoreng, sosis/nugget/otak-otak, dan gorengan tempe. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya perbedaan proporsi yang signifikan pada konsumsi jajanan gorengan berdasarkan tingkat stres (*p-value* 0,002), pengetahuan gizi (*p-value* 0,009), kebiasaan sarapan (*p-value* 0,025), dan pengaruh teman sebaya (*p-value* 0,039).

.....Fried snacks are one of the foods favored by teenagers. With its energy-dense and high-fat characteristics, consumption excessively can lead to overweight and obesity. The purpose of this study is to determine the differences of fried snack consumption based on stress levels, physical activity, sleep quality, individual factors, and socioeconomic factors among students of SMAN 2 Cibinong 2024. This research is a quantitative study with a cross-sectional design, involving a sample size of 130 individuals selected through consecutive sampling. Data collection was conducted through self-administered questionnaires completed by the respondents. Data were analyzed using univariate and bivariate (*chi-square*) methods. The results showed that 77.7% of respondents consumed high levels of fried snacks (7 times per week), the most frequently consumed types of fried snacks, in descending order, were fried chicken, sausage/nugget/otak-otak, and fried tempeh. The bivariate analysis showed different levels of fried snacks consumption based on stress levels (*p-value* 0,002), nutritional knowledge (*p-value* 0,009), breakfast habits (*p-value* 0,025), and peer influence (*p-value* 0,039).