

ABSTRAK

Nama : Evi Heryanti
Program Studi : Gizi Kesehatan Masyarakat
Judul : Kebiasaan Makan Cepat Saji (*Fast Food Modern*), Aktivitas Fisik dan Faktor Lainnya Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Penghuni Asrama UI Depok Tahun 2009

Dewasa ini makanan cepat saji (*fast food modern*) seperti *burger*, *pizza*, *fried chicken*, *french fries*, dan sejenisnya sangat digemari terutama oleh para remaja. Makanan tersebut biasanya mengandung tinggi kalori, tinggi lemak, tinggi natrium dan rendah serat. Konsumsi sering terhadap makanan cepat saji (*fast food*) akan berdampak pada meningkatnya kecenderungan kelebihan berat badan. Kelebihan berat badan merupakan salah satu faktor resiko terjadinya penyakit degeneratif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan makan cepat saji (*fast food modern*), aktivitas fisik dan faktor lainnya dengan status gizi pada mahasiswa penghuni Asrama UI Depok Tahun 2009. Penelitian ini dilaksanakan di Asrama Mahasiswa UI Depok pada bulan April-Mei 2009. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan rancangan *cross sectional*. Data yang dikumpulkan berupa data primer dan data sekunder. Data primer diambil melalui kuesioner dan wawancara sedangkan data sekunder adalah gambaran umum Asrama UI Depok.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 17,9% responden mempunyai kebiasaan makan cepat saji (*fast food morning*) frekuensi sering dan 89,7% responden berstatus gizi normal. Kebiasaan makan cepat saji (*fast food*), pengetahuan gizi, pola konsumsi, aktivitas fisik dan karakteristik orangtua tidak berhubungan dengan status gizi. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan status gizi ($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan cepat saji (*fast food modern*), pengetahuan gizi, pola konsumsi, aktivitas fisik dan karakteristik keluarga dengan status gizi berdasarkan IMT, tetapi terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan status gizi berdasarkan IMT pada mahasiswa penghuni asrama UI Depok.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan Cepat Saji, gaya hidup, status gizi