

**HUBUNGAN FAKTOR PERILAKU, FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD*, DIET DAN GENETIK DENGAN TINGKAT KELEBIHAN BERAT  
BADAN**

**(Studi di SMA Negeri 5 Surabaya)**

**ADISTI FITRIYANA ANDAR NUSA**

Prof. Kuntoro, dr., M.PH., Dr.PH

KKC KK FKM 155 / 11 Nus h

**ABSTRACT**

Obesity in Indonesia is increasingly rising number of events, include obesity in adolescence. Increasing obesity in adolescence frequently occur in urban adolescents caused by fast food proliferation. The imbalance nutritional content of fast food, if these continue and already become diet or consumption will have negative impact on nutritional state of adolescence. This study analyzed the relations between behavioral factors, frequency of fast food consumption, diet , and genetics with overweight grade in adolescents. This study was observational analytic study used cross-sectional design. The samples were 70 composed of male and female high school students (class X and class XI) aged 15 - 17. The technique sampling used random sampling, data analyzed by *Chi Square test and Fisher's exact test*. The results showed there was significant relation between dietary variables to the overweight grade ( $p = 0,041$ ) whereas there were no significant relations between with the genetic variables, behavioral factors, and frequency of *fast food* consumption with overweight grade ( $p > 0,05$ ). In addition, the results showed a relation between attitudes to the frequency of fast food consumption ( $p = 0,05$ ), whereas for other behavioral factors variable (predisposing factors (knowledge), enabling (distance and how to purchase fast food) and reinforcing (family support and friends)) there were no significant relations with frequency of *fast food* consumption ( $p > 0,5$ ). The conclusion showed significant relations between dietary variables to the overweight grade and attitude variables to frequency of fast food consumption. It is recommended to provide counseling for adolescents about fast food leading to in excessive food consumption and the school role to empower students who suffer from

overweight and obesity to join extracurricular activities that increase physical activity such as sports and extracurricular Paskibra.

Key words: Obesity, fast food, behavioral factors, diet, genetic.



## ABSTRAK

Obesitas di Indonesia semakin tinggi angka kejadiannya. Salah satunya adalah obesitas pada masa remaja. Peningkatan obesitas pada masa remaja banyak terjadi di remaja perkotaan yang disebabkan oleh maraknya makanan cepat saji (*fast food*). Kandungan gizi *fast food* yang tidak seimbang ini apabila terus berlanjut dan terlanjur menjadi pola makan atau konsumsi akan berdampak negatif pada keadaan gizi remaja. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara faktor perilaku, frekuensi konsumsi *fast food*, diet, dan genetik dengan tingkat kelebihan berat badan pada remaja. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan rancangan *cross sectional* dengan sampel penelitian adalah siswa dan siswi sekolah menengah atas (kelas X dan kelas XI) yang berusia 15 - 17 tahun sebanyak 70 sampel. Pengambilan sampel dengan cara random, analisis data dengan uji *Chi Square test* dan *Fisher's exact test*.

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan bermakna antara variabel diet dengan tingkat kelebihan berat badan ( $p = 0,041$ ) sedangkan untuk variabel genetik, faktor perilaku, dan frekuensi konsumsi *fast food* tidak ada hubungan bermakna dengan tingkat kelebihan berat badan ( $p > 0,05$ ). Selain itu, hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sikap dengan frekuensi konsumsi *fast food* ( $p = 0,05$ ) sedangkan untuk variabel penelitian faktor perilaku lain (faktor predisposing (pengetahuan), pemungkin (jarak dan cara pembelian *fast food*) dan penguat (dukungan keluarga dan teman) tidak ada hubungan bermakna dengan frekuensi konsumsi *fast food* ( $p > 0,05$ ). Kesimpulannya adalah adanya hubungan bermakna antara variabel diet dengan variabel tingkat kelebihan berat badan serta adanya hubungan bermakna antara variabel sikap dengan frekuensi konsumsi *fast food*. Disarankan untuk memberikan penyuluhan kepada remaja mengenai *fast food* sehingga konsumsinya tidak berlebihan serta adanya peran serta sekolah untuk menggerakkan siswa-siswinya yang menderita *overweight* dan obesitas untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang meningkatkan aktivitas fisik seperti ekstrakurikuler olahraga dan paskibra.

Kata kunci : Obesitas, *fast food*, faktor perilaku, diet, genetik