

ABSTRAK

DAMARA LEYLANI SAKASISWARA, 2023. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Densitas Energi, Status Gizi Makro dan Mikro Dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 1 Tanjunganom Kabupaten Nganjuk. Pembimbing : Endang Widajati, SST., M.Kes dan Dr. Etik Sulistyowati, S.Gz., M.Kes.

Latar belakang: Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Selain itu terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus, sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16% pada remaja usia 13-15% tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Hal ini disebabkan karena konsumsi makanan dengan nilai densitas energi tinggi dalam jangka waktu lama akan berhubungan dengan status gizi. Penelitian yang dilakukan oleh Rachmanida di menunjukkan ada hubungan densitas energi makanan yang tinggi dengan status gizi pada wanita usia subur.

Metode: Populasi siswa MIPA SMAN 1 Tanjunganom kelas XI. Sampel pada penelitian adalah menurut kriteria inklusi yaitu remaja siswa-siswi kelas XI berusia 15 – 18 tahun di SMA Negeri 1 Tanjunganom. Kebiasaan konsumsi fast food, densitas energi, zat gizi makro dan mikro termasuk dalam variabel independen sedangkan variabel dependennya adalah status gizi. Pengolahan data menggunakan uji univariat untuk mengetahui nilai rata-rata yang diperlakukan secara kontinyu dan data yang diperlukan secara kategorik untuk mengetahui frekuensinya. Dilakukan untuk variabel yang diteliti yaitu kebiasaan konsumsi *fast food*, densitas energi, zat gizi makro dan mikro, dan status gizi. Analisis bivariate dilakukan untuk mengetahui hubungan antar kedua variabel. Hubungan kedua variabel variabel dianalisis menggunakan Uji *Chi Square*.

Hasil: Pada remaja usia 15 – 18 tahun yang mengkonsumsi makanan *fast food* dengan densitas normal memiliki status gizi overweight. Pada remaja usia 15 – 18 tahun yang mengkonsumsi makanan *fast food* dengan densitas energi tinggi memiliki status gizi obese. Terdapat hubungan antara konsumsi *fast food*, densitas energi, dan zat gizi makro dan mikro dengan status gizi remaja di SMA Negeri 1 Tanjunganom dengan nilai *p-value* yaitu 0,047.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi fast food, densitas energi, zat gizi makro dan mikro dengan status gizi remaja. Pada remaja yang mengkonsumsi *fast food* berlebih dapat mencapai status gizi lebih.

Kata kunci: Konsumsi *Fast Food*, Densitas Energi, Zat Gizi Makro dan Mikro, Status Gizi.