

## ABSTRAK

**Christma Sari Bastiaan, 2024.** Hubungan Persepsi Berat Badan, Asupan Energi dan Zat Gizi, serta Pola Konsumsi *Fast Food* terhadap Kejadian Obesitas Remaja di SMA Negeri 1 Singosari. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. (Di bawah bimbingan: **Endang Widajati, SST., M.Kes., RD,** dan **Fitria Dhenok Palupi., SST., M.Gz**)

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Berbagai masalah muncul selama periode ini, seperti persepsi berat badan dan obesitas. Pengaruh budaya, media sosial, dan tekanan teman sebaya dapat memengaruhi persepsi berat badan pada remaja, yang mengarah pada kekhawatiran tentang bentuk tubuh dan kepercayaan diri. Persepsi berat badan yang negatif dapat berdampak pada masalah gizi individu, karena mereka mungkin terlibat dalam perilaku makan yang tidak teratur untuk mencapai berat badan yang mereka inginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi berat badan, asupan energi dan zat gizi, dan pola konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja, khususnya pada remaja di SMA Negeri 1 Singosari. Penelitian ini menggunakan pendekatan observasional analitik, dengan fokus pada analisis hubungan antar variabel. Desain yang digunakan adalah *cross sectional*, dengan data yang dikumpulkan dari 33 remaja berusia 15-18 tahun dengan IMT > 25 kg/m<sup>2</sup>. Data karakteristik responden, persepsi berat badan, asupan energi dan zat gizi, serta pola konsumsi *fast food* dikumpulkan melalui wawancara dan kuesioner. Penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara persepsi berat badan, asupan zat gizi, dan pola konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 1 Singosari. Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dan obesitas. Sebagian besar remaja yang mengalami obesitas adalah laki-laki, berusia 16 tahun, dengan persepsi berat badan yang negatif dan asupan nutrisi yang defisit. Mayoritas dari mereka jarang mengonsumsi *fast food*.

**Kata kunci:** Asupan Energi, Asupan Zat Gizi, Obesitas, Persepsi Berat Badan, Pola Konsumsi *Fast Food*, Remaja.