

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD*, AKTIVITAS FISIK, SOSIAL EKONOMI, DAN PENGETAHUAN GIZI TERHADAP STATUS GIZI SISWA SMAN 10 KOTA TANGERANG

Farah Febrina Hapsari

Abstrak

Masalah gizi pada remaja mengalami peningkatan dari tahun ke-tahun terutama obesitas. Obesitas biasanya dipengaruhi oleh kebiasaan konsumsi *junk food*, aktivitas fisik, sosial ekonomi, dan pengetahuan gizi. Mudahnya akses dan murahya jenis makanan *junk food* membuat remaja gemar mengkonsumsi jenis makanan ini. Selain itu, terjadinya pandemi COVID-19 membuat aktivitas fisik remaja menurun menjadi lebih sering duduk, bermain *handphone*, dan tiduran. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *junk food*, aktivitas fisik, sosial ekonomi dan pengetahuan gizi terhadap status gizi siswa SMAN 10 Kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional*, dengan menggunakan uji chi square. Responden dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 10 Kota Tangerang sebanyak 56 responden yang diambil menggunakan Teknik *cluster random sampling*. Hasil menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food*, sosial ekonomi, dan pengetahuan gizi terhadap status gizi siswa SMAN 10 Kota Tangerang ($P > 0,05$). Namun, terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi siswa SMAN 10 Kota Tangerang ($P < 0,05$).

Kata Kunci : *Junk Food*, Aktivitas Fisik, Sosial Ekonomi, Pengetahuan Gizi, Obesitas

THE RELATIONSHIP OF JUNK FOOD CONSUMPTION HABITS, PHYSICAL ACTIVITIES, SOCIAL ECONOMIC, AND NUTRITIONAL KNOWLEDGE TO THE NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS OF SMAN 10 CITY OF TANGERANG

Farah Febrina Hapsari

Abstract

Nutritional problems in adolescents are increasing from year to year, especially obesity. Obesity is often impacted by junk food consumption, physical activity, socioeconomic status, and nutritional knowledge. Easy access and cheap types of junk food make teenagers like to consume this type of food. In addition, the COVID-19 pandemic has reduced teenagers' physical activity to sitting, playing on mobile phones, and lying down more often. This study aimed to determine the relationship between junk food consumption habits, physical activity, socioeconomic status, and knowledge of the nutritional status of SMAN 10 Tangerang students. This study used a cross-sectional research design by using the chi-square test. Respondents in this study were students of SMAN 10 Tangerang. As many as 56 respondents took using the cluster random sampling technique. The results showed no relationship between junk food consumption habits, socioeconomic, and nutritional knowledge on the nutritional status of SMAN 10 Tangerang students ($P > 0.05$). However, there was a relationship between physical activity and the nutritional status of SMAN 10 Tangerang City students ($P < 0.05$).

Keywords: Junk Food, Physical Activity, Social Economic, Nutritional Knowledge, Obesity