

HUBUNGAN FAKTOR GENETIK, KONSUMSI *FAST FOOD*, KONSUMSI MINUMAN MANIS DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMK EKONOMIKA DEPOK

Indri Mariyani

Abstrak

Gizi lebih adalah keadaan peningkatan berat badan akibat adanya penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Kecenderungan terjadinya gizi lebih berkaitan dengan pola konsumsi makan, faktor genetik dan ketidakseimbangan aktivitas tubuh. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara faktor genetik, frekuensi konsumsi *fast food*, konsumsi minuman manis dan aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMK Ekonomika Depok. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 110 siswa/siswi SMK Ekonomika Depok. Data yang dikumpulkan berupa status gizi, riwayat obesitas orang tua, konsumsi *fast food*, konsumsi minuman manis dan aktivitas fisik. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *rank spearman*. Hasil uji bivariat menunjukkan ada hubungan signifikan antara faktor genetik dengan gizi lebih ($p=0,031$, $r=0,206$); ada hubungan antara konsumsi minuman manis dengan gizi lebih ($p=0,000$, $r=0,615$), dan ada hubungan antara aktivitas fisik dengan gizi lebih ($p=0,000$, $r=-0,402$); tidak ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan gizi lebih ($p=0,836$, $r=0,20$). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara faktor genetik, konsumsi minuman manis dan aktivitas fisik dengan gizi lebih namun tidak terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan gizi lebih pada remaja di SMK Ekonomika Depok.

Kata Kunci : Gizi lebih, Remaja, Faktor Genetik, Konsumsi *Fast Food*, Konsumsi Minuman Manis, Aktivitas Fisik

THE RELATIONSHIP BETWEEN GENETIC FACTOR, FAST FOOD CONSUMPTION, SUGAR-SWEETENED BEVERAGES CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY WITH OVERWEIGHT IN ADOLESCENTS AT SMK EKONOMIKA DEPOK

Indri Mariyani

Abstract

Obesity is a condition of body weight increased due to excessive body fat accumulation. The obesity tendency is related to dietary consumption patterns, genetics and imbalances of body activities. The purpose of this study was to determine the relationship between genetic factor, frequency of fast food consumption, consumption of sugar-sweetened beverages and physical activity with the incidence of overweight in adolescents at SMK Ekonomika Depok. This study used a cross-sectional design with stratified random sampling technique. The sample in this study was 110 students of SMK Ekonomika Depok. Data collected in the form of nutritional status, the history of obesity in parents, frequency of fast food consumption, consumption of sugar-sweetened beverages and physical activity. Bivariate analysis in this study used the spearman rank test. The results of the bivariate test showed that there was a significant relationship between genetic factor and overweight ($p=0.031$, $r=0.206$); there was a relationship between consumption of sugar-sweetened beverages and overweight ($p=0.000$, $r=0.615$), and there was a relationship between physical activity and overweight ($p=0.000$, $r=-0.402$); there was no relationship between fast food consumption and overweight ($p=0.836$, $r=0.20$). The conclusion of this study is that there is a relationship between genetic factor, consumption of sugar-sweetened beverages and physical activity with overnutrition but there is no relationship between fast food consumption and overweight in adolescents at SMK Ekonomika Depok.

Keywords: Overweight, Adolescents, Genetic Factor, Fast Food Consumption, Sugar-Sweetened Beverage Consumption, Physical Activity.