

HUBUNGAN PENGGUNAAN APLIKASI PESAN-ANTAR MAKANAN, ASUPAN LEMAK, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA SISWA SMAN 63 JAKARTA

Aurelia Gracia Chiquita Sony

Abstrak

Latar Belakang : Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, sebanyak 13,5% remaja berusia 16-18 tahun mengalami berat badan lebih dan obesitas. Perubahan pola makan seiring perkembangan zaman menjadi faktor penyebab perubahan status gizi. **Tujuan :** Mengetahui hubungan antara penggunaan aplikasi pesan-antar makanan, asupan lemak, serta aktivitas fisik dengan status gizi lebih pada siswa SMAN 63 Jakarta. **Metode :** Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *cross-sectional* yang melibatkan 77 siswa kelas X dan XI. **Hasil :** Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan aplikasi pesan-antar memiliki hubungan dengan status gizi lebih pada remaja ($p = 0,000$). Tidak terdapat hubungan antara jenis makanan yang dipesan dengan status gizi lebih pada remaja ($p = 0,467$). Tidak terdapat hubungan antara jumlah makanan yang dipesan melalui aplikasi pesan-antar makanan dengan status gizi lebih pada remaja ($p = 0,655$). Terdapat hubungan antara asupan lemak dari makanan yang dipesan melalui aplikasi pesan-antar makanan dengan status gizi lebih pada remaja ($p = 0,000$). Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi lebih pada remaja ($p = 0,006$). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara frekuensi penggunaan aplikasi pesan-antar, asupan lemak, dan aktivitas fisik dengan status gizi lebih, tidak terdapat hubungan antara jenis dan jumlah makanan yang dipesan dengan status gizi lebih.

Kata kunci : Aplikasi Pesan-antar Makanan, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik, Gizi Lebih

RELATIONSHIP BETWEEN DELIVERY APPLICATIONS USAGE, FAT INTAKE, AND PHYSICAL ACTIVITY WITH OVERWEIGHT STATUS IN STUDENTS OF SMAN 63 JAKARTA

Aurelia Gracia Chiquita Sony

Abstract

Background: Based on Riskesdas data in 2018, there are 13,5% of adolescents aged 16-18 years are overweight and obese. Dietary changes along with the times are a factor causing changes in nutritional status. **Objective:** To find the relationship between the usage of food delivery applications, fat intake, and physical activity with overweight status of students at SMAN 63 Jakarta. **Methods:** The research design used a cross-sectional study involving 77 students in grades X and XI. **Results:** Chi-square analysis results showed that the frequency of delivery application usage had a relationship with overweight status in adolescents ($p = 0.000$). There is no relationship between the type of food ordered and overweight status of adolescents ($p = 0.467$). There is no relationship between the amount of food ordered and overweight status of adolescents ($p = 0.655$). There is a relationship between fat intake and overweight status in adolescents ($p = 0.000$). There is a relationship between physical activity and overweight status in adolescents ($p = 0.006$). **Conclusion:** There is a relationship between the frequency of delivery application usage, fat intake, and physical activity with overweight status, there is no relationship between the type and amount of food ordered and overweight status.

Keywords : Food Delivery Application, Fat Intake, Physical Activity, Overweight Status