

HUBUNGAN FREKUENSI PENGGUNAAN PEMESANAN MAKANAN *ONLINE*, KEBIASAAN *SCREEN TIME*, KONSUMSI JENIS MAKANAN BERISIKO, DAN TINGKAT STRES AKADEMIK TERHADAP KEJADIAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMA NEGERI 2 BOGOR

Najla Azzahra Padmadini

Abstrak

Menurut Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, terdapat 12,1% remaja usia 16-18 tahun yang mengalami masalah gizi lebih. Status gizi remaja merupakan aspek yang sangat penting untuk dipahami, karena kondisi gizi ini dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mencegah potensi masalah gizi yang mungkin muncul. Berbagai faktor memengaruhi status gizi remaja, termasuk kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti seringnya mengonsumsi makanan yang dipesan secara *online*. Selain itu, kebiasaan *screen time*, konsumsi makanan yang berisiko, dan tingkat stres akibat tuntutan akademik juga berkontribusi terhadap masalah gizi yang dihadapi oleh remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan frekuensi penggunaan pemesanan makanan *online*, kebiasaan *screen time*, konsumsi jenis makanan berisiko, dan tingkat stres akademik terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMA Negeri 2 Bogor. Penelitian ini merupakan jenis observasional analitik dengan desain *cross sectional*, yang melibatkan 109 siswa-siswi berusia 16 hingga 18 tahun dari SMA Negeri 2 Bogor. Analisis data yang digunakan adalah uji *Spearman's rho*. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa penggunaan pemesanan makanan online dan tingkat stres akademik berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja ($p = 0,021$; $p = 0,033$), sedangkan kebiasaan *screen time* dan konsumsi jenis makanan berisiko tidak berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja ($p = 0,387$; $p = 0,335$).

Kata Kunci: Penggunaan Pemesanan Makanan *Online*, Kebiasaan *Screen Time*, Konsumsi Jenis Makanan Berisiko, Tingkat Stres Akademik, Kejadian Gizi Lebih

THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE FOOD ORDERING FREQUENCY, SCREEN TIME HABITS, RISKY FOOD CONSUMPTION, AND ACADEMIC STRESS LEVELS WITH OVERNUTRITION AMONG ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 2 BOGOR

Najla Azzahra Padmadini

Abstract

According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI) data, 12.1% of adolescents aged 16-18 years old are overweight. The nutritional status of adolescents is a very important aspect to understand, as this nutritional condition can help identify and prevent potential nutritional problems that may arise. Various factors influence adolescents' nutritional status, including unhealthy eating habits, such as frequently consuming food ordered online. Additionally, screen time habits, consumption of risky foods, and stress levels due to academic demands also contribute to the nutritional problems faced by adolescents. This study aims to analyze the relationship between the frequency of online food ordering, screen time habits, consumption of risky food types, and academic stress levels on overweight among adolescents at SMA Negeri 2 Bogor. This study is an observational analytical study with a cross-sectional design, involving 109 students aged 16 to 18 years from SMA Negeri 2 Bogor. The data analysis used was Spearman's rho test. Based on the analysis results, it was found that the use of online food ordering and academic stress levels were associated with overweight among adolescents ($p = 0.021$; $p = 0.033$), while screen time habits and consumption of risky food types were not associated with overweight among adolescents ($p = 0.387$; $p = 0.335$).

Keywords: Use of Online Food Ordering, Screen Time Habits, Consumption of Risky Food Types, Academic Stress Levels, Overweight