

HUBUNGAN FREKUENSI PENGGUNAAN APLIKASI PESAN ANTAR MAKANAN DAN KONSUMSI MAKANAN MINUMAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN BERAT BADAN LEBIH PADA MAHASISWA

Saffana Farikha Sani

Abstrak

Mahasiswa cenderung memiliki pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur, yang dipengaruhi oleh kesibukan akademik dan non-akademik. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi berat badan lebih di DKI Jakarta mencapai 16,2% dan obesitas 31,8%. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara Frekuensi Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan dan Makanan Minuman Berisiko dengan kejadian Berat Badan Lebih pada Mahasiswa Program Studi Gizi Program Sarjana UPN “Veteran” Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel *Stratified Random Sampling* dan jumlah sampel sebanyak 102 responden. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan dengan kejadian berat badan lebih pada mahasiswa jurusan gizi di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta ($p\text{-value}=0,000$). Namun, tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi makanan minuman berisiko dengan kejadian berat badan lebih pada mahasiswa jurusan gizi di UPN “Veteran” Jakarta dengan nilai ($p\text{-value}=0,514$) untuk kategori makanan cepat saji dan *snack* kemasan, nilai ($p\text{-value}=0,300$) untuk makanan manis dan nilai ($p\text{-value}=0,929$) untuk minuman manis. Berdasarkan penelitian ini, diharapkan agar mahasiswa lebih memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi.

Kata Kunci: Aplikasi Pesan Antar Makanan, Makanan Minuman Berisiko, Berat Badan Lebih, Mahasiswa

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FREQUENCY OF FOOD DELIVERY APPLICATION USAGE AND HIGH-RISK FOOD AND BEVERAGE CONSUMPTION WITH OVERNUTRITION INCIDENCE AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Saffana Farikha Sani

Abstract

University students tend to have unhealthy and irregular eating patterns, which are influenced by academic and non-academic activities. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), the prevalence of overnutrition in DKI Jakarta reached 16.2% and obesity 31.8%. This study aims to analyze the relationship between the frequency of food delivery application usage and the consumption of high-risk foods and beverage with the incidence of overnutrition among undergraduate nutrition students at UPN “Veteran” Jakarta. This study used a cross-sectional design with a Stratified Random Sampling technique, that involved 102 respondents. Data analysis included univariate and bivariate analyses using the Chi-Square. The bivariate analysis showed a significant relationship between the frequency of food delivery application usage and overnutrition among nutrition students at UPN “Veteran” Jakarta ($p\text{-value}=0.000$). However, there was no significant relationship between the frequency of high-risk food and beverage consumption and overnutrition, with ($p\text{-values}=0.514$) for fast food and packaged snacks, ($p\text{-value}=0.300$) for sweet foods, and ($p\text{-value}=0.929$) for sugary beverages. This study highlights the importance of encouraging students to be more mindful of both the quality and quantity of their dietary intake.

Keywords: Food Delivery Application, High-Risk Food and Beverage, Overnutrition, University Students