

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI
LEBIH ANAK REMAJA AWAL DI SD
MARDI YUANA DEPOK
TAHUN 2015**

Astrid Sant Roosafira

Abstrak

Gizi lebih adalah keadaan yang terjadi akibat jumlah zat gizi di dalam tubuh berlebih sehingga menyebabkan berat badan berlebih dan membahayakan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah melihat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dan konsumsi jajanan dengan status gizi lebih anak remaja awal di Sekolah Dasar Mardi Yuana Depok tahun 2015. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel berjumlah 103 responden diambil dengan *Stratified random sampling* pada Mei 2015. Instrumen penelitian menggunakan timbangan seca dan *microtoise*, kuesioner gizi seimbang, *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* dan *Food Recall 24 jam*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 45,6% siswa mengalami gizi lebih. Variabel yang berhubungan dengan status gizi lebih adalah jenis kelamin ($p=0,010$) yaitu pada laki-laki (57,9%) dan perempuan (30,4%). Hubungan lain yaitu kontribusi energi jajanan ($p=0,011$) dengan responden gizi lebih 61,9% memiliki asupan energi jajanan yang besar sedangkan 34,4% memiliki asupan energi jajanan yang kecil. Terdapat hubungan bermakna antara karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan kontribusi energi makanan jajanan dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok. Peneliti menyarankan pelayanan kesehatan untuk melakukan penyuluhan berkala guna meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan menimbang berat badan serta mengukur tinggi badan secara rutin.

Kata kunci : gizi seimbang, jajanan, gizi lebih

**CORRELATION BETWEEN BALANCE NUTRITION
KNOWLEDGE AND STREET FOOD CONSUMPTION
WITH OVER WEIGHT IN EARLY ADOLESCENCE
AT MARDI YUANA ELEMENTARY SCHOOL
DEPOK IN 2015**

Astrid Sant Roosafira

Abstract

Over nutrition is a condition that occurs due to the excessive amount of nutrients in the body, causing excess weight and increase the risk of degeneration disease. The purpose of this study was to get information about the correlation between balance nutrition knowledge and street food consumption with overweight in early adolescence at Mardi Yuana elementary school, Depok. This research used a cross sectional study design. Sample of this research was 103 response, taken with stratified random sampling on May 2015. Instrument had been used seca scales and microtoise, balanced nutrition questionnaire, Food Frequency Questionnaire (FFQ) and a 24-hour Food Recall. Results showed that 45,6% students had overweight. Variables had a significant correlation with overweight is sex ($p=0,010$) which in males (57,9%) and females (30,4%). Another correlation is contribution energy of street food ($p=0.011$) with 61.9% of overweight respondents have a big energy intake of street food, while 34.4% have a little one. There were a significant correlation between respondent characteristic based on sex and contribution energy of street food with overweight in early adolescents at Mardi Yuana elementary school Depok. Researchers suggest health services to perform periodic counseling to improve knowledge of balance nutrition and measure weight and height routinely.

Keywords : balance nutrition, street food, overweight