



Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja Kelas VIII Di SMPN 27 Bandar Lampung

The Relationship between Fast Food Consumption and Nutritional Status in Class VIII Adolescents at SMPN 27 Bandar Lampung

Muhammad Yosa Agusni^{1*}, Yesi Nurmalasari², Zulhafis Mandala³,
Devita Febriani Putri⁴

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

²⁻⁴ Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

e-mail: *Muhammadyosa074@gmail.com

ABSTRACT

Consuming fast food or junk food has become a trend that is increasingly popular among people, especially teenagers. However, a diet dominated by fast food can cause serious health problems, such as obesity and nutritional disorders. Studies show that excessive consumption of fast food is correlated with an increased risk of diseases such as hypertension, diabetes and obesity in adolescents. Seeing the increasing prevalence, this research aims to investigate the relationship between fast food consumption and nutritional status in class VIII adolescents at SMPN 27 Bandar Lampung. The aim of the research was to determine the relationship between fast food consumption and nutritional status in class VIII teenagers at SMPN 27 Bandar Lampung. This type of research is quantitative research and the research design is observational analytic with a cross sectional approach. The population in this study was class VIII teenagers at SMPN 27 Bandar Lampung. The sample used was 72 students selected using the simple random sampling method. Data collection was carried out by measuring the students' weight and height and filling out the Food Frequency Questionnaires questionnaire. Statistical tests use the Spearman test. The results of statistical tests show that there is a significant relationship between fast food and nutritional status in class VIII teenagers at SMPN 27 Bandar Lampung with a sig (2-tailed) value of 0.000 and an r value of 0.652. It is hoped that the school can create a healthy canteen and prohibit the sale of unhealthy food or similar types of fast food from circulating near the school.

Keywords : fast food; nutritional status; teenagers

PUBLISHED BY :

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Parepare
Address :
Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan
Kota Parepare, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnalmakes@gmail.com

Phone :

+62 853 3520 4999

Article history :

Received 5 Mei 2024
Received in revised form 20 Agustus 2024
Accepted 24 September 2024
Available online 27 September 2024

ABSTRAK

Konsumsi makanan cepat saji atau junk food telah menjadi tren yang semakin populer di kalangan masyarakat, terutama remaja. Namun, pola makan yang didominasi oleh *fast food* dapat menyebabkan masalah kesehatan serius, seperti obesitas dan gangguan gizi. Studi menunjukkan bahwa konsumsi *fast food* secara berlebihan berkorelasi dengan peningkatan risiko penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas pada remaja. Melihat prevalensi yang semakin meningkat, Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan antara konsumsi *fast food* dan status gizi pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung. Tujuan Penelitian untuk mengetahui hubungan antara konsumsi *fast food* dan status gizi pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan rancangan penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung. Sampel yang digunakan berjumlah 72 siswa yang dipilih dengan metode *simple random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan pengukuran berat dan tinggi badan siswa serta mengisi kuesioner *Food Frequency Questionnaires*. Uji statistik menggunakan uji *Spearman*. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *fast food* dengan status gizi pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung dengan nilai sig.(2-tailed) sebesar 0,000 dan nilai r 0,652. Diharapkan pihak sekolah dapat membuat kantin sehat dan melarang penjualan makanan yang tidak sehat atau sejenis *fast food* untuk beredar di dekat sekolah.

Kata kunci: *fast food*; status gizi; remaja

PENDAHULUAN

Makanan cepat saji atau yang lebih sering dikenal di masyarakat, *junk food* merupakan makanan yang langsung dimakan. Secara harfiah *junk food* ini juga dapat diartikan sebagai makanan tanpa gizi (Mandoura, 2017). Dengan kemajuan ilmu pengetahuan, teknologi, dan industri, gaya hidup masyarakat saat ini dapat diubah mulai dari kebiasaan makan, dan konsumsi makanan cepat saji juga menjadi populer di banyak masyarakat (Shabanian, 2018). *Junk food* terdapat beragam macam bentuk dan juga rasanya. Ada dua jenis *fast food* berdasarkan tempat asalnya yaitu *western food* dan *traditional food*. Untuk *western food* sendiri terdiri atas *burger*, *fried chicken*, *french fries*, *pizza*, *chicken nugget*, *hot dog*, *sandwich* dan *soft drink*, sedangkan untuk *traditional food* terdiri atas nasi goreng, bakso, mie ayam, soto dan sate (Rahayu, 2021). Selain beragam jenisnya *fast food* juga memiliki banyak kandungan di dalamnya.

Ada beberapa kandungan yang terdapat di dalam makanan cepat saji. Menurut Badjeber (2009) dalam 100 gram, *burger* mengandung 261 kkal, *french fries* 342 kkal, *fried chicken* pada bagian dada atau sayap 303 kkal, *pizza* mengandung 268 kkal, dan *hot dog* mengandung 247 kkal. Dalam 100 gram, *pizza* mengandung lemak 11,8 gram, gula 34,3 gram, natrium 0,479 gram, serta kalsium 0,118 gram, *burger* mengandung lemak 19,7 gram, natrium 0,8 gram, serta kalsium 0,35 gram, *fried chicken* mengandung lemak 23,1 gram, gula 3,7 gram, natrium 0,7 gram, serta kalsium 0,14 gram. Dari kandungan pada *fast food* tersebut apabila seseorang mengonsumsi *fast food* secara berlebihan akan berdampak buruk bagi kesehatan. Mengonsumsi *fast food* secara terus menerus dapat berdampak buruk bagi kesehatan anak-anak, remaja, maupun dewasa. *Fast food* yang dikonsumsi secara berlebihan oleh seseorang dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai jenis penyakit diantaranya yaitu hipertensi,

obesitas, diabetes, dan gangguan pada lemak darah. Mayoritas masyarakat di dunia lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibanding makanan yang dibuat sendiri secara sehat (Pamelia, 2018).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2020, 80% remaja di seluruh dunia lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji, dimana 50% memakannya pada siang hari, 15% memakannya pada malam hari, dan 15% memakannya untuk sarapan. Sebuah studi Nielsen melaporkan bahwa 69 persen penduduk perkotaan Indonesia rutin mengonsumsi makanan cepat saji, 33 persen mengatakan makan siang, 25 persen mengatakan makan malam, 9 persen mengatakan makanan ringan, dan 2 persen mengatakan sarapan. Di Lampung sebagian besar remaja mengonsumsi makanan cepat saji di restoran waralaba dengan frekuensi 1-10 kali per bulan (Kis et al., 2013). Hasil penelitian (Silvia & Jhonet, 2016) menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi makanan cepat saji di kalangan remaja di Bandar Lampung adalah 1-4 kali per bulan. Dari data tersebut dapat disimpulkan termasuk dalam pola makan yang buruk.

Pola konsumsi makanan yang buruk pada remaja dapat berimplikasi pada masalah gizi. Permasalahan gizi yang dapat dialami remaja pada umumnya dapat berupa kekurangan gizi/malnutrisi dan kelebihan berat badan/obesitas, sehingga remaja memerlukan asupan gizi seimbang pada masa pertumbuhannya (Hatta, 2019).

Malnutrisi merupakan suatu kondisi dimana tubuh kekurangan energi, protein, dan nutrisi lain yang berdampak buruk pada bentuk tubuh, fungsi tubuh, dan hasil klinis (Sari & Septiani, 2019). Orang yang kekurangan gizi tidak memiliki cadangan lemak dan sedikit otot. Remaja yang memiliki riwayat atau sedang mengalami malnutrisi dapat memiliki insiden penyakit yang tinggi karena ketidakmampuan tubuh melawan infeksi, sehingga memperlambat perkembangan otak. Remaja yang kekurangan gizi seringkali juga mengalami anemia. Gizi buruk dan anemia dapat menyebabkan kegagalan pertumbuhan, penurunan fungsi kognitif, psikomotorik, dan imunitas pada anak karena pada umumnya anak gizi buruk mengalami defisiensi berbagai zat gizi mikro selain energi dan protein. Selain malnutrisi terdapat permasalahan gizi lainnya yaitu kelebihan berat badan/obesitas.

Obesitas adalah suatu kondisi atau penyakit yang ditandai dengan penumpukan jaringan lemak yang berlebihan di dalam tubuh (Sumarni & Yane Bangkele, 2023). Obesitas pada masa remaja merupakan prediktor obesitas dan meningkatkan risiko kardiovaskular di masa dewasa. Obesitas pada remaja meningkatkan risiko berbagai masalah kardiovaskular. Peningkatan BMI merupakan faktor risiko peningkatan tekanan darah, sindrom metabolik, ketebalan dinding pembuluh darah yang tidak normal, disfungsi endotel, dan hipertrofi ventrikel kiri. Ketidakseimbangan energi positif akibat tingginya konsumsi makanan berkalori tinggi, berkurangnya pengeluaran energi, dan/atau kombinasi keduanya berkontribusi terhadap peningkatan rata-rata berat badan penduduk dan peningkatan jumlah kasus obesitas pada remaja (Asirah, 2020). Faktor utama penyebab terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan makanan berlebih baik dari makanan olahan siap saji, minuman bersoda maupun makanan ringan seperti *fast food* (*burger, fried chicken, french fries, pizza, hot dog*) dan makanan siap saji lainnya. Oleh karena itu, mengonsumsi *fast food* dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya gangguan status gizi pada remaja.

Menurut penelitian Marianingrum (2020), ada hubungan antara konsumsi *fast food* oleh remaja dengan status gizi mereka, remaja dengan status gizi kurus mengonsumsi *fast food* sebanyak 13,9% dan remaja dengan status gizi gemuk sebanyak 42,4%. Penelitian Nisa (2021) juga menemukan hubungan antara konsumsi *fast food* oleh remaja dengan status gizi mereka. Hasil penelitian Hafid (2019) menunjukkan bahwa remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji memiliki status gizi obesitas sebesar 98,9%, dan temuan ini menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara mengonsumsi makanan cepat saji dan kejadian obesitas di kalangan remaja. Ini sejalan dengan temuan penelitian Sugiatmi (2018), yang menemukan bahwa remaja yang sering mengonsumsi *fast food* memiliki risiko 2,74 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang jarang mengonsumsinya (Salsabila, 2022). Studi Handari (2017) juga menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara konsumsi *fast food* dan status gizi remaja, dengan tingkat resiko sebesar 18,93 kali mengalami kejadian status gizi lebih.

Berkaitan dengan hasil survey awal yang peneliti lakukan dimana melibatkan 30 peserta didik di SMPN 27 Bandar Lampung pada pengukuran status gizi menunjukan hasil Gizi Buruk: 3,3%, Gizi Kurang: 30%, Gizi Normal: 50%, Gizi Lebih: 13,4% dan Obesitas: 3,3%. Peneliti ingin melakukan penelitian pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi pada Remaja Kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung”

METODE

Jenis penelitian ini adalah *analitik observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini akan dilakukan di SMPN 27 Bandar Lampung bulan Januari 2024. Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMPN 27 Kota Bandar Lampung jumlah 237 siswa dengan sampel sebanyak 72 siswa dengan teknik *simple random sampling*.

Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Alat ukur yang digunakan untuk perhitungan status gizi pada remaja yaitu *aged based pediatric growth* dari *baylor college of medicine, children's nutrition research center, body composition laboratory*. Kalkulator ini mencakup tanggal tahun lahir, tanggal pengukuran, jenis kelamin, berat badan (kg), dan tinggi badan (cm). Hasil perhitungan mencakup indeks massa tubuh, z-score, dan percentile status gizi. Alat pengukuran yang digunakan mencakup timbangan digital, microtoise, lembar formulir pengisian antropometri anak remaja meliputi tanggal pengukuran, tanggal tahun lahir, nama lengkap, usia, jenis kelamin, berat badan (kg), tinggi badan (cm), indeks massa tubuh (IMT), z-score, dan status gizi dalam percentile. Hasil data yang terukur nantinya akan dihitung dengan Age-Based Pediatric Growth Reference Chart dari Baylor College of Medicine. Analisis data menggunakan uji univariat yaitu untuk mengetahui distribusi frekuensi serta persentase variabel penelitian dan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel independent dan variabel dependen menggunakan analisis uji “*Spearman's Rho*”.

HASIL**Hasil Penelitian**

Tabel 1. Karakteristik Responden

Usia	N	%
12 tahun	1	1.4
13 tahun	29	40.3
14 tahun	30	41.7
15 tahun	9	12.5
16 tahun	3	4.2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	45.8
Perempuan	39	54.2
Status Gizi		
Gizi Buruk	4	5.6
Gizi Kurang	16	22.2
Gizi Baik	42	58.4
Gizi lebih	5	6.9
Obesitas	5	6.9
Total	72	100.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan distribusi frekuensi karakteristik responden menurut usia diketahui dari 72 responden didapatkan sebanyak 1 responden (1,4%) berusia 12 tahun, sebanyak 29 responden (40,3%) berusia 13 tahun, sebanyak 30 responden (41,7%) berusia 14 tahun, sebanyak 9 responden (12,5%) berusia 15 tahun dan sebanyak 3 responden (4,2%) berusia 16 tahun. Kemudian pada tabel 4.1 juga memperlihatkan distribusi frekuensi menurut jenis kelamin pada siswa.

Berdasarkan tabel 4.1 memperlihatkan distribusi frekuensi karakteristik responden menurut jenis kelamin diketahui dari 72 responden didapatkan paling banyak pada jenis kelamin perempuan sebesar 39 responden (54,2%) diikuti oleh responden laki-laki sebesar 33 responden (45,8%). Selain itu pada tabel 4.1 juga memperlihatkan distribusi frekuensi menurut status gizi pada siswa.

Berdasarkan tabel 4.1 memperlihatkan distribusi frekuensi karakteristik responden menurut status gizi diketahui dari 72 responden didapatkan 5 orang responden (6,9%) obesitas, sebanyak 5 responden (6,9%) memiliki status gizi lebih, sebanyak 42 responden (58,4%) memiliki status gizi baik, sebanyak 16 responden (22,2%) memiliki status gizi kurang dan sebanyak 4 responden (5,6%) memiliki status gizi buruk.

Analisis UnivariatTabel.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Berdasarkan Konsumsi *Fast Food*

Jenis Kelamin	Konsumsi <i>Fast Food</i>							
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Laki-laki	26	36.1	6	8.3	1	1.4	33	45.8
Perempuan	26	36.1	5	6.9	8	11.1	39	54.2
Total							72	100.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin diketahui dari 72 Responden responden didapatkan pada responden perempuan dengan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 8 responden (11,1%) dan pada responden laki-laki dengan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 1 responden (1,4%). Kemudian dari 72 Responden responden didapatkan pada responden perempuan dengan konsumsi *fast food* sedang sebanyak

5 responden (6,9%) dan pada responden laki-laki dengan konsumsi *fast food* sedang sebanyak 6 responden (8,3%). Lalu dari 72 Responden responden didapatkan pada responden perempuan dengan konsumsi *fast food* rendah sebanyak 26 responden (36,1%) dan pada responden laki-laki dengan konsumsi *fast food* rendah sebanyak 26 responden (36,1%).

Tabel.3 Distribusi Frekuensi Usia Berdasarkan Konsumsi *Fast Food*

Usia	Konsumsi <i>Fast Food</i>							
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
12 tahun	0	0.0	0	0.0	1	1.4	1	1.4
13 tahun	23	31.9	5	6.9	1	1.4	29	40.3
14 tahun	20	27.8	4	5.6	6	8.3	31	41.7
15 tahun	6	8.3	2	2.8	1	1.4	9	12.5
16 tahun	3	4.2	0	0.0	0	0.0	3	4.2
Total							72	100.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia diketahui dari 72 Responden didapatkan tingkat konsumsi *fast food* tinggi pada responden usia 14 tahun sebanyak 6 responden (8,3%), usia 12 tahun sebanyak 1 responden (1,4%), usia 13 tahun sebanyak 1 responden (1,4%), usia 15 tahun sebanyak 1 responden (1,4%). Kemudian dari 72 Responden didapatkan tingkat konsumsi *fast food* sedang pada responden usia 14 tahun sebanyak 4 responden (5,6%), usia 13 tahun sebanyak 5 responden (6,9%), usia 15 tahun sebanyak 2 responden (2,8%). Lalu dari 72 Responden didapatkan tingkat konsumsi *fast food* rendah pada responden usia 14 tahun sebanyak 20 responden (27,8%), usia 13 tahun sebanyak 23 responden (31,9%), usia 15 tahun sebanyak 6 responden (8,3%) dan usia 16 tahun sebanyak 3 responden (4,2%).

Tabel.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Berdasarkan Konsumsi *Fast Food*

Status Gizi	Konsumsi <i>Fast Food</i>							
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Gizi Buruk	4	5.6	0	0.0	0	0.0	4	5.6
Gizi Kurang	16	22.2	0	0.0	0	0.0	16	22.2
Gizi Baik	32	44.4	10	13.9	0	0.0	42	58.3
Gizi Lebih	0	0.0	1	1.4	4	5.6	5	6.9
Obesitas	0	0.0	0	0.0	5	6.9	5	6.9
Total	52	72.2	11	15.3	9	12.5	72	100.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi diketahui dari 72 responden didapatkan konsumsi *fast food* tinggi pada obesitas sebanyak 5 responden (6,9%) dan status gizi lebih sebanyak 4 responden (5,6%). Kemudian

pada responden dengan konsumsi *fast food* sedang didapatkan pada gizi lebih sebanyak 1 responden (1,4%) dan pada gizi baik sebanyak 10 responden (13,9%). Lalu pada responden dengan konsumsi *fast food* rendah didapatkan pada gizi baik sebanyak 32 responden (44,4%), pada gizi kurang sebanyak 16 responden (22,2%) dan pada gizi buruk sebanyak 4 responden (5,6%).

Tabel.5 Distribusi Frekuensi Konsumsi Fast Food

Konsumsi Fast Food	Jumlah	Persentase
Rendah	52	72.2
Sedang	11	15.3
Tinggi	9	12.5
Total	72	100.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan Konsumsi *Fast Food* diketahui dari 72 Responden didapatkan responden terbanyak ialah pada responden yang konsumsi *fast food* rendah yaitu berjumlah 52 responden (72,3%), diikuti oleh konsumsi *fast food* sedang sebanyak 11 responden (15,3%) dan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 9 responden (12,5).

Tabel.6 Distribusi Frekuensi Konsumsi Fast Food Berdasarkan Pertanyaan Kuesioner

No	Item Pertanyaan	0. Tidak Pernah	1. Jarang (1-2x/Minggu)	2. Kadang-kadang (3-4x/Minggu)	3. Sering (5-7x/Minggu)	4. Selalu (2x/hari)
7	Seberapa sering mengonsumsi mie instan	1.4	12.5	38.9	20.8	26.4
4	Seberapa sering kamu mengonsumsi makanan dari daging berlemak dan jeroan (Fried chicken, KFC, MCD, burger, ati ampela, paru, jantung, dll)	0	50.0	20.8	19.4	9.7
No	Item Pertanyaan	0. Tidak Pernah	1. Jarang (1-2x/Minggu)	2. Kadang-kadang (3-4x/Minggu)	3. Sering (5-7x/Minggu)	4. Selalu (2x/hari)
5	Seberapa sering mengonsumsi makanan dari daging yang diproses (sosis, kornet, nugget, dll)	0	69.4	9.7	15.3	5.6
2	Seberapa sering kamu mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam (keripik, cemilan dan kemasan seperti chitato, lays, biskuit, dll)	0	44.4	37.5	15.3	2.8
6	Seberapa sering mengonsumsi olahan keju (pizza, cheese cake, cheddar, dll)	30.6	55.6	9.7	2.8	1.4
9	Seberapa sering mengonsumsi es krim	0	61.1	27.8	9.7	1.4

10	Seberapa sering mengonsumsi makanan kering (nastar, putri salju, kue sagu, kacang tanah, dll)	0	72.6	12.5	12.5	1.4
1	Seberapa sering kamu mengonsumsi makanan yang digoreng dengan minyak (tahu goreng, bakwan, sosis goreng, pisang goreng, dll)	0	55.6	33.3	11.1	0
8	Seberapa sering mengonsumsi makanan yang dipanggang atau dibakar (steak, ayam bakar, sosis bakar)	5.6	66.7	20.8	6.9	0
3	Seberapa sering kamu mengonsumsi makanan kaleng (sarden kaleng, tuna kaleng, dll)	16.7	68.1	13.9	1.4	0.0

Berdasarkan tabel di atas memperlihatkan Distribusi frekuensi persentase gambaran konsumsi *fast food* siswa berdasarkan item pertanyaan Kuesioner *Food Frequency Questionnaires* (FFQ) diketahui dari 72 responden didapatkan responden yang menjawab Selalu (2x/hari) pada item pertanyaan nomor 7 sebanyak 19 responden (26,4%), nomor 4 sebanyak 7 responden (9,7%), nomor 5 sebanyak 4 responden (5,6%), nomor 2 sebanyak 2 responden (2,8%), nomor 6 sebanyak 0, nomor 9 sebanyak 1 responden (1,4%) dan nomor 10 sebanyak 1 responden (1,4%) dan tidak ada responden yang menjawab Selalu (2x/hari) pada item pertanyaan nomor 1, 8 dan 3.

Diketahui dari 72 responden didapatkan responden yang menjawab Sering (5-7x/Minggu) pada item pertanyaan nomor 7 sebanyak 15 responden (20,8%), nomor 4 sebanyak 14 responden (19,4%), nomor 5 sebanyak 11 responden (15,3%), nomor 2 sebanyak 11 responden (15,3%), nomor 10 sebanyak 9 responden (12,5%), nomor 1 sebanyak 8 responden (11,1%), nomor 9 sebanyak 7 responden (9,7%), nomor 8 sebanyak 5 responden (6,9%), nomor 6 sebanyak 2 responden (2,8%) dan nomor 3 sebanyak 2 responden (2,8%). Dapat disimpulkan dari setiap item pertanyaan terdapat responden yang menjawab Sering (5-7x/Minggu).

Diketahui dari 72 responden didapatkan responden yang menjawab Kadang-kadang (3-4x/Minggu) pada item pertanyaan nomor 7 sebanyak 28 responden (38,9%), nomor 2 sebanyak 27 responden (37,5%), nomor 1 sebanyak 24 responden (33,3%), nomor 9 sebanyak 20 responden (27,8%), nomor 4 sebanyak 15 responden (20,8%), nomor 8 sebanyak 15 responden (20,8%), nomor 3 sebanyak 10 responden (13,9%), nomor 10 sebanyak 9 responden (12,5%), nomor 5 sebanyak 7 responden (9,7%) dan nomor 6 sebanyak 7 responden (9,7%). Dapat disimpulkan dari setiap item pertanyaan terdapat responden yang menjawab Kadang-kadang (3-4x/Minggu).

Diketahui dari 72 responden didapatkan responden yang menjawab Jarang (1-2x/Minggu) pada item pertanyaan nomor 10 sebanyak 53 responden (73,6%), nomor 5 sebanyak 50 responden (69,4%), nomor 3 sebanyak 49 responden (68,1%), nomor 8 sebanyak 48 responden (66,7%), nomor 9 sebanyak

44 responden (61,1%), nomor 1 sebanyak 40 responden (55,6%), nomor 6 sebanyak 40 responden (55,6%), nomor 4 sebanyak 36 responden (50%), nomor 2 sebanyak 32 responden (44,4%) dan nomor 7 sebanyak 9 responden (12,5%). Dapat disimpulkan dari setiap item pertanyaan terdapat responden yang menjawab Jarang (1-2x/Minggu).

Diketahui dari 72 responden didapatkan responden yang menjawab Tidak Pernah pada item pertanyaan nomor 6 sebanyak 22 responden (30,6%), nomor 3 sebanyak 12 responden (16,7%), nomor 8 sebanyak 4 responden (5,6%), nomor 9 sebanyak 44 responden (61,1%), nomor 7 sebanyak 1 responden (1,4%), dan tidak ada jawaban Tidak Pernah pada item pertanyaan nomor 1, 2, 4, 5 dan 10.

Analisis Bivariat

Tabel.7 Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dengan Status Gizi Pada Remaja Kelas VIII

Spearman's rho (Variabel)	N	Sig (p)	r
Konsumsi <i>Fast Food</i> Status Gizi	72	0,000	0,652

Tabel diatas menunjukkan bahwa hasil uji statistika dengan uji Rank *Spearman* perolehan nilai p atau Sig. (2 tailed) sebesar 0,000 yang berarti H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja di SMPN 27 Bandar Lampung Tahun 2024. Kekuatan korelasi yang terjadi dapat diamati dari nilai r atau koefisien relasi yaitu 0,652 dimana ini mengartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa apabila terjadi peningkatan konsumsi *fast food* akan terjadi peningkatan status gizi pada remaja, dan sebaliknya.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Jenis Kelamin

Responden pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII E, VIII G dan VIII H di SMPN 27 Bandar Lampung yang berjumlah 72 siswa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan pada tahun 2024 bahwa di SMPN 27 Bandar Lampung memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin diketahui dari 72 responden didapatkan pada responden perempuan dengan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 8 responden (11,1%) dan pada responden laki-laki dengan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 1 responden (1,4%). Didapatkan pada perempuan dengan konsumsi *fast food* sedang sebanyak 5 responden (6,9%) dan pada laki-laki dengan konsumsi *fast food* Sedang sebanyak 6 responden (8,3%). Didapatkan pada perempuan dengan konsumsi *fast food* rendah sebanyak 26 responden (36,1%) dan pada laki-laki dengan konsumsi *fast food* rendah sebanyak 26 responden (36,1%). Hal ini menunjukan bahwa remaja perempuan kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan remaja laki-laki.

Remaja perempuan cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji

dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan bahwa pada dasarnya remaja perempuan lebih cenderung mudah dipengaruhi oleh lingkungan dan perubahan gaya hidup (Laowo, 2018). Banyak remaja perempuan yang cenderung sering makan di luar rumah dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan (Yulianingsih, 2017). Remaja perempuan cenderung lebih sering mencoba makanan baru, salah satunya adalah *fast food*. Menurut (Mazwan et al., 2022) remaja perempuan cenderung mudah dipengaruhi oleh ajakan dari temannya dalam mencoba tempat-tempat makanan baru yang tidak mereka ketahui gizi yang ada di dalamnya, hal itulah yang membuat perempuan cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji atau *fast food*.

Lebih dari sebagian remaja perempuan kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung memiliki tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi dibandingkan remaja laki-laki yaitu 8 responden (11,9%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Utami, 2020) yang meneliti konsumsi *fast food* remaja di SMPN 27 Surabaya, bahwa mayoritas remaja laki-laki lebih sering mengonsumsi *fast food*, yaitu sebanyak 58 responden (58%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Nandila & Puspawati, 2023) yang meneliti konsumsi *fast food* di SMPN 1 Surakarta, dimana didapatkan remaja laki-laki lebih sering mengonsumsi *fast food*, yaitu sebesar (54,8%) dibanding remaja perempuan.

Remaja perempuan cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan bahwa laju pertumbuhan badan berbeda antara perempuan dan laki-laki. Remaja perempuan cenderung mengalami percepatan lebih dulu dibandingkan laki-laki, karena tubuh perempuan dipersiapkan untuk reproduksi, sementara laki-laki baru dapat menyusul dua tahun kemudian (Rahmi, 2023). Menurut (Rahmi, 2023) pertumbuhan ini sangat berhubungan dengan kebutuhan zat gizi yang tinggi untuk tubuh, yang dimana akan memengaruhi nafsu makan pada remaja perempuan. Nafsu makan yang besar dapat memengaruhi pola makan seseorang, termasuk juga pola konsumsi *fast food* yang terjadi pada remaja perempuan.

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat perbandingan antara tingkat konsumsi *fast food* antara remaja perempuan dengan remaja laki-laki, yang dimana remaja perempuan lebih cenderung sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan pada remaja laki-laki. Hal ini dapat terjadi dikarenakan berbagai faktor internal maupun faktor eksternal. Salah satu contoh dari faktor internal yang dapat dilihat ialah laju pertumbuhan badan yang berbeda antara remaja perempuan dan remaja laki-laki. Sedangkan salah satu contoh dari faktor eksternal yang dapat dilihat ialah faktor lingkungan sekitar seperti teman sekolah ataupun teman sebaya.

2. Usia

Pengelompokan usia pada responden menggunakan kuesioner. Responden pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII E, VIII G dan VIII H di SMPN 27 Bandar Lampung yang

berjumlah 72 siswa. Pada penelitian ini usia responden dari 12 sampai 16 tahun, hal ini sesuai dengan (Widyawati, 2022) yang mengatakan bahwa remaja dapat dikelompokkan menjadi remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun) dan remaja terakhir (18-21 tahun). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan pada tahun 2024 bahwa di SMPN 27 Bandar Lampung memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia diketahui dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* tinggi berusia 12 tahun sebanyak 1 responden (1,4%), berusia 13 tahun sebanyak 1 responden (1,4%), berusia 14 tahun sebanyak 6 responden (8,3%), berusia 15 tahun sebanyak 1 responden (1,4%) dan tidak ada remaja berusia 16 tahun dengan konsumsi *fast food* tinggi. Dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* sedang berusia 13 tahun sebanyak 5 responden (6,9%), berusia 14 tahun sebanyak 5 responden (5,6%), berusia 15 tahun sebanyak 2 responden (2,8%) dan tidak ada remaja berusia 12 dan 16 tahun dengan konsumsi *fast food* sedang. Dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* rendah berusia 13 tahun sebanyak 23 responden (31,9%), berusia 14 tahun sebanyak 20 responden (27,8%), berusia 15 tahun sebanyak 6 responden (8,3%), berusia 16 tahun sebanyak 3 responden (4,2%) dan tidak ada remaja berusia 12 dengan konsumsi *fast food* rendah. Hal ini menunjukkan bahwa remaja berusia 14 tahun kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan remaja berusia 12, 13, 15 dan 16 tahun.

Menurut (Bonita, 2016), remaja 14 tahun belum dapat memahami terkait kandungan gizi didalam *fast food* ataupun aspek gizi seimbang sehingga tidak dapat memperhitungkan asupan gizi yang masuk kedalam tubuh dan biasanya mudah dipengaruhi oleh ajakan teman sebayanya untuk membeli makanan ataupun minuman yang tidak diketahui kandungan gizi didalamnya. Menurut (Utami, 2020) faktor lainnya seperti nominal uang jajan berpengaruh terhadap perilaku remaja dalam mengonsumsi *fast food*. Hal inilah yang membuat semakin besar kemungkinan para remaja untuk membeli makanan apapun yang mereka inginkan termasuk *fast food*. Hal inilah yang menyebabkan dirinya rentan untuk mengonsumsi *fast food* secara berlebihan, tanpa mengetahui dampak negatif yang akan terjadi.

Beberapa remaja kelas VIII yang berusia 14 tahun di SMPN 27 Bandar Lampung memiliki tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi dibandingkan remaja berusia 12, 15 dan 16 tahun yaitu sebanyak 6 responden (8,3%) yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya ialah kurangnya pengetahuan terkait *fast food* ataupun asupan gizi seimbang. Hal ini sejalan dengan penelitian (Laowo, 2018) yang meneliti di SMP Muhammadiyah Lubuk Pakam, dimana di dapatkan konsumsi *fast food* tinggi pada remaja usia 14 tahun sebanyak 52 responden (55,9%).

Kurangnya pengetahuan terkait *fast food* ataupun asupan gizi yang seimbang menjadi salah satu faktor yang memengaruhi status gizi (Nandila & Puspowati, 2023). Hal ini dapat menyebabkan remaja tidak dapat memperhitungkan asupan gizi seimbang, sehingga pola

konsumsi *fast food* tidak dapat dikontrol dengan baik. Hal inilah yang dapat menyebabkan remaja rentan mengonsumsi *fast food* secara berlebihan tanpa mempertimbangkan kandungan gizi yang ada di dalamnya.

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa remaja berusia 14 tahun rentan mengonsumsi *fast food* secara berlebihan dibanding remaja berusia 12, 13, 15 dan 16 tahun. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor pencetus seperti kurangnya pemahaman terkait *fast food* ataupun asupan gizi yang seimbang. Faktor lainnya dapat memengaruhi tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi pada remaja ialah seperti besarnya nominal uang jajan dan pengaruh dari teman sebaya. Oleh karena itu, peran dari orang tua sangat penting dalam melakukan pengawasan terkait asupan gizi yang dikonsumsi anaknya.

3. Status Gizi

Pengukuran status gizi pada responden menggunakan indeks antropometri. Alat pengukuran yang digunakan mencakup timbangan digital, microtoise, lembar formulir pengisian antropometri anak remaja meliputi tanggal pengukuran, tanggal tahun lahir, nama lengkap, usia, jenis kelamin, berat badan (kg), tinggi badan (cm), indeks massa tubuh (IMT), z-score, dan status gizi dalam percentile.

Responden pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII E, VIII G dan VIII H di SMPN 27 Bandar Lampung yang berjumlah 72 siswa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan pada tahun 2024 bahwa di SMPN 27 Bandar Lampung memperlihatkan distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi diketahui dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* tinggi pada obesitas sebanyak 5 responden (6,9%), gizi lebih sebanyak 4 responden (5,6%) dan tidak ada konsumsi *fast food* tinggi pada responden dengan status gizi buruk, gizi kurang dan gizi baik. Dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* sedang pada gizi lebih sebanyak 1 responden (1,4%), gizi baik sebanyak 10 responden (23,9%) dan tidak ada konsumsi *fast food* sedang pada responden dengan status gizi buruk dan gizi kurang. Dari 72 responden didapatkan pada responden dengan konsumsi *fast food* rendah pada gizi buruk sebanyak 4 responden (5,6%), gizi kurang sebanyak 16 responden (22,2%), gizi baik sebanyak 32 responden (44,4%) dan tidak ada konsumsi *fast food* rendah pada responden dengan status obesitas dan gizi lebih. Hal ini menunjukkan bahwa pada remaja yang memiliki status obesitas dan gizi lebih pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan dengan remaja yang memiliki status gizi baik, gizi kurang dan gizi buruk.

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat masih banyak responden yang memiliki status gizi baik, hal ini berarti menunjukkan adanya keseimbangan energi. Keseimbangan energi mengacu pada keseimbangan antara asupan energi dari makanan dan pengeluaran energi melalui aktivitas fisik (Hardiansyah & Supariasa, 2016). Banyak faktor yang memengaruhi keseimbangan energi

dalam status gizi tersebut. Jenis kelamin, usia, dan jumlah makanan yang dikonsumsi remaja adalah komponen yang dapat memengaruhi status gizi remaja (Rahmi, 2023).

Lebih dari sebagian remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung yang memiliki status gizi lebih dan obesitas memiliki tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi, yaitu sebanyak 9 responden (12,5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Nandila & Puspawati, 2023) di SMPN 1 Surakarta, yaitu sebanyak 43 responden (65,2%) dengan status gizi lebih dan obesitas cenderung memiliki konsumsi *fast food* yang tinggi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Utami, 2020) di SMPN 27 Surabaya, yaitu sebanyak 140 responden (84,3%) dengan status gizi lebih dan obesitas cenderung memiliki konsumsi *fast food* yang tinggi.

Menurut (Hardiansyah & Supariasa, 2016) usia adalah faktor lain yang dapat memengaruhi status gizi pada remaja. Remaja mengalami pertumbuhan fisik dan psikis yang cepat, yang membawa peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi. Jika asupan energi dan zat gizi remaja tidak memenuhi kebutuhan mereka, status gizi mereka dapat terpengaruh. Pada remaja, status gizi mereka berkaitan erat dengan makanan yang mereka konsumsi untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi. Ketika tubuh mendapatkan jumlah gizi yang cukup dan digunakan secara efektif untuk metabolisme tubuh, status gizi yang baik akan dapat dicapai, hal ini yang dapat memastikan bahwa tubuh tetap sehat (Rahmawati & Marfuah, 2016).

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa remaja dengan status gizi lebih dan obesitas cenderung memiliki tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi dibanding remaja dengan status gizi baik, gizi kurang dan gizi buruk. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi dapat memengaruhi status gizi seseorang.

4. Konsumsi Fast Food

Pengukuran konsumsi *fast food* pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pengisian kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan dari 72 responden didapatkan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 9 responden (12,5%), konsumsi *fast food* sedang sebanyak 11 responden (15,3%), dan konsumsi *fast food* rendah sebanyak 52 responden (72,2%). *Fast food* sendiri sudah banyak beredar di industri makanan dunia sejak lama, termasuk Indonesia. Yang dimana kehadiran *fast food* sendiri semakin banyak beredar di seluruh daerah yang ada di Indonesia.

Kehadiran *fast food* di industri makanan Indonesia dapat memengaruhi pola makan remaja kota, terutama remaja tingkat menengah ke atas yang percaya bahwa restoran yang menyajikan *junk food* adalah tempat yang tepat untuk bersantai, dimana jenis makanannya memenuhi selera dan harganya terjangkau untuk kantong mereka (Sitoayu et al., 2021). Mengonsumsi *fast food* sendiri sudah menjadi salah satu gaya hidup masyarakat di Indonesia khususnya di kalangan remaja.

Konsumsi makanan *fast food* saat ini menjadi gaya hidup bagi remaja hingga merubah

pola asupan makan (Utami, 2020). Selama tiga puluh tahun terakhir, jumlah remaja yang mengonsumsi *fast food* telah meningkat. Beberapa alasan untuk peningkatan ini termasuk kenyamanan, harga, pilihan menu, dan rasa. Salah satu komponen utama yang dapat memengaruhi status gizi seseorang adalah peningkatan kebiasaan konsumsi makan makanan cepat saji (Utami, 2020).

Peningkatan konsumsi makanan yang sudah menjadi kebiasaan merupakan faktor penting yang memengaruhi status gizi seseorang (Harjijatmo et al., 2017). Seorang remaja biasanya memiliki pilihan sendiri tentang makanan apa yang ia sukai. Banyak remaja cenderung memiliki kebiasaan makan yang tidak teratur, tidak makan di rumah, dan jajan bersama teman sebaya, yang sering kali tidak menguntungkan (Handari & Loka, 2016). Jajanan sendiri apabila dikonsumsi dalam jumlah banyak tentunya dapat membuat kenyang sehingga remaja yang lebih banyak mengonsumsi jajanan cenderung tidak akan memakan yang lebih bergizi.

Remaja yang cenderung lebih banyak mengonsumsi makanan jajanan akan merasa kenyang karena padatnya kalori yang terkandung dalam makanan jajanan, sementara kandungan zat gizi lain seperti protein, vitamin dan mineral masih sangat kurang di dalamnya. Konsumsi makanan *fast food* saat ini menjadi gaya hidup bagi remaja hingga merubah pola asupan makan (Yetmi et al., 2021).

Dari penelitian ini didapatkan pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung terdapat konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 9 responden (12,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Utami, 2020) di SMPN 1 Surakarta, yaitu terdapat tingkat konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 37 responden (56,1%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Pratiwi, 2017) di SMPN 21 Makassar, yaitu terdapat tingkat konsumsi *fast food* tinggi pada remaja yaitu sebanyak 29 responden (58%).

Fast food jadi pilihan utama orang tua yang sibuk atau konsumsi ketika menghabiskan waktu bersama keluarga pada masyarakat modern. Hal ini disebabkan karena pengolahannya yang cenderung cepat karena menggunakan tenaga mesin, terlihat bersih karena penjamahnya adalah mesin, restoran yang mudah ditemukan serta karena pelayanannya yang selalu sedia setiap saat, bagaimanapun cara pemesanannya (Pratiwi, 2017).

Mengonsumsi *fast food* yang berlebihan secara teratur dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas karena *fast food* termasuk makanan yang tinggi energi, yang berkontribusi pada kenaikan berat badan (Widyawati, 2022). Selain dapat menaikkan berat badan mengonsumsi *fast food* secara berlebihan juga dapat menimbulkan dampak negatif lainnya. Menurut (Yulianingsih, 2017), ada beberapa dampak negatif yang dapat terjadi apabila mengonsumsi *fast food* secara berlebihan seperti meningkatkan risiko serangan jantung, meningkatkan risiko kanker, meningkatkan risiko diabetes dan meningkatkan tekanan darah tinggi.

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa mayoritas remaja sering mengonsumsi *fast food* secara berlebihan. Hal ini di dukung oleh tidak terlaksananya sikap orang tua yang

memberikan pengawasan serta memberikan edukasi kepada anaknya terkait *fast food*, oleh karena itu tingkat konsumsi *fast food* di kalangan remaja relatif tinggi. Para orang tua harus dapat memberikan teladan yang baik bagi anaknya, karena anak akan menyerap lalu menerapkan apa yang dilakukan orang tuanya. Selain itu, pihak sekolah memiliki peran penting terkait status gizi siswa di sekolahnya. Pihak sekolah perlu memberikan edukasi kepada siswa terkait gizi yang seimbang dan dapat membantu membuat kantin dengan makanan yang sehat.

Analisis Bivariat

a. Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi

Menurut data penelitian dari 72 responden menunjukkan bahwa sebanyak 52 responden (72,2%) remaja yang konsumsi *fast food* rendah memiliki status gizi buruk sebanyak 4 responden (5,6%), gizi kurang sebanyak 16 responden (22,2%), gizi baik sebanyak 32 responden (44,4%) dan tidak ada yang mempunyai status gizi lebih dan obesitas. Sedangkan remaja yang mengonsumsi *fast food* Sedang sebanyak 11 responden (15,3%) diantaranya 10 responden (13,9%) memiliki status gizi baik, 1 orang responden (1,4%) memiliki status gizi lebih dan tidak ada yang memiliki status gizi buruk, gizi kurang dan obesitas. Lalu sebanyak 9 responden (12,5%) yang mengonsumsi *fast food* tinggi diantaranya 5 responden (6,9%) memiliki status obesitas, 4 responden (5,6%) memiliki status gizi lebih dan tidak ada yang memiliki status gizi buruk, gizi kurang dan gizi baik.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang sering mengonsumsi *fast food* lebih cenderung memiliki status gizi lebih dan obesitas, dibandingkan responden yang jarang mengonsumsi *fast food*. Hal ini dikarenakan kandungan kalori lemak, kalori, gula, garam, yang tinggi di dalam *fast food*, selain itu juga *fast food* mengandung berbagai bahan makanan tambahan (zat aditif) seperti, tartrazine dan monosodium glutamat (MSG) (Widyawati, 2022). Selain berpengaruh terhadap status gizi, rendahnya kandungan seperti serat, mineral dan vitamin di dalam *fast food* juga dapat menyebabkan berbagai dampak negatif seperti dapat meningkatkan risiko serangan jantung, meningkatkan resiko kanker, meningkatkan risiko diabetes dan meningkatkan tekanan darah tinggi (Yulianingsih, 2017).

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi responden dengan kebiasaan mengonsumsi *fast food*, yaitu seperti besarnya uang saku yang memungkinkan mereka membeli jajanan apa pun yang mereka inginkan, pengaruh lingkungan sekitar seperti ajakan dari teman untuk membeli makanan-makanan yang dapat berpengaruh buruk terhadap status gizi siswa serta kurangnya peran dari orang tua atau wali siswa dalam melakukan pengawasan terkait asupan yang dikonsumsi oleh siswa (Gulo, 2020).

Berdasarkan hasil uji statistika dengan uji Rank *Spearman* perolehan nilai p atau Sig. (2 tailed) sebesar 0,000 yang berarti H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja di SMPN 27 Bandar Lampung Tahun 2024.

Kekuatan korelasi yang terjadi dapat diamati dari nilai r atau koefisien relasi yaitu 0,652 dimana ini mengartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja.

Karakteristik hubungan dapat dijelaskan berdasarkan koefisien korelasi. Nilai koefisien menyatakan tingkat keeratan atau kekuatan hubungan sedangkan tanda koefisien menyatakan arah atau bentuk hubungan. Koefisien hubungan korelasi sebesar 0,652 menunjukkan bahwa tingkat keeratan atau kekuatan hubungan kedua variabel termasuk kuat. Tanda positif menunjukkan bahwa arah atau bentuk hubungan kedua variabel adalah berbanding lurus, artinya semakin sering mengonsumsi *fast food* maka status gizi remaja akan semakin gemuk bahkan obesitas. Hal ini menunjukkan bahwa apabila terjadi peningkatan konsumsi *fast food* akan terjadi peningkatan status gizi pada remaja, dan sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Widyawati, 2022) yang menemukan bahwa ada korelasi terkait kebiasaan konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja ($p < 0,001$). Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin sering seseorang mengonsumsi *fast food*, maka akan semakin berpengaruh terhadap status gizi orang tersebut. Penelitian yang dilakukan (Yulianingsih, 2017) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dengan status gizi yang ditunjukkan dengan nilai $p = 0,001$.

Dari hasil penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang sering mengonsumsi *fast food* dapat memengaruhi status gizi mereka. Hal ini menyebabkan seseorang yang sering mengonsumsi *fast food* cenderung memiliki status gizi lebih ataupun obesitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa dari 72 siswa paling banyak dengan kategori rendah sebanyak 52 siswa (72,2%), diikuti oleh konsumsi *fast food* sedang sebanyak 11 siswa (15,3%) dan konsumsi *fast food* tinggi sebanyak 9 siswa (12,5%). Dari 72 siswa paling banyak kategori status gizi baik sebanyak 42 responden (58,3%), diikuti oleh status gizi kurang sebanyak 16 siswa (22,2%), lalu status gizi lebih sebanyak 5 siswa (6,9%), kemudian status gizi obesitas sebanyak 5 siswa (6,9%) dan status gizi buruk sebanyak 4 siswa (5,6%). Terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan status gizi pada remaja kelas VIII di SMPN 27 Bandar Lampung Kota Bandar Lampung Tahun 2024 pada uji *Spearman rho* didapatkan $p\text{-value} = 0,000$ (nilai $p < 0,05$) dan nilai r 0,652. Diharapkan pihak sekolah dapat membuat kantin sehat dan melarang penjualan makanan-makanan yang tidak sehat atau sejenis *fast food* untuk beredar di dekat sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kepala SMPN 27 Bandar Lampung Kota Bandar Lampung yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Sianturi, E., Suryana, Susilawaty, A., Lusiana, S. A., & Rahmiati, B. F. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (R. Watrianthos & J. Simarmata, Eds.). Yayasan Kita Menulis.
2. Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14, 15–31.
3. Asirah, N. (2020). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin. *Repository UNHAS*, 1–60.
4. Bagayayani, S. A., Nurmallasari, Y., Ladyani Mustofa, F., & Sina, M. I. (2023). Hubungan Status Gizi Terhadap Memori Jangka Pendek Anak Usia 6-12 Tahun Di SD Negeri 1 Srengsem. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(4), 1791–1798.
5. Bonita, I. A. (2016). Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Stunting SMP. *Eprints Undip*, 1–30.
6. Febriani, D. (2020). Hubungan Asupan Energi Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar. *Repository UNHAS*, 1–84.
7. Firdaus, A. M. Y. (2018). *Hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan NAPZA dan sikap remaja dengan penggunaan NAPZA di SMK Sepuluh November dan SMA Muhammadiyah 1 Semarang*. 30. <http://repository.unimus.ac.id>
8. Gulo, N. E. (2020). Hubungan Konsumsi Junk Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswi STIKES Santa Elisabeth Medan Tahun 2020. *STIKES Santa Elisabeth Medan*, 1–99.
9. Handari, S. R. T., & Loka, T. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Lebih Remaja SMA Labschool Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2016. *Jurnal UMJ*, 153–162.
10. Hardiansyah, & Supariasa, I. D. N. (2016). Ilmu Gizi : Teori & Aplikasi. In E. Rezkiana & M. Ester (Eds.), *Ilmu Gizi* (pp. 1–605). EGC.
11. Harjjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi Final Sc* (Widyasari, Ed.; 2017th ed.).
12. Hasibuan, M. (2016). Pengaruh Konflik Keluarga Terhadap Akhlak Remaja Di Desa Mompang Kecamatan Barumun Kabupaten Padanglawas. *ETD UIN Syahada*, 1–82. <https://etd.uinsyahada.ac.id/2460/1/12%20120%200053.pdf>
13. Kemenkes RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. 1–78.
14. Kis, W., R, Z., & A, W. (2013). *The Relation of Fast Food Eating Habits, Physical Activity And Nutrition Knowledge With The Nutritional Status of First Year Medical Student of University of Lampung 2013*.
15. Laowo, S. K. (2018). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Fast Food Terhadap Status Gizi Pada Anak Smp Muhammadiyah Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang. *Repository Poltekkes Medan*, 1–40.
16. Masitoh, D. (2017). Pola Makan Dan Status Gizi Siswa Program Keahlian Jasa Boga Di Smk Negeri 1 Kalasan. *Eprints UNY*, 1–92. <https://eprints.uny.ac.id/62173/1/13511241005.pdf>
17. Mazwan, M. Z., Imran, M. I., & Ningsih, G. M. (2022). Selera Penduduk Kota Terhadap Fast Food (Studi Kasus Konsumen 7sevenchicken Malang, Indonesia). *Jurnal Agribisnis Indonesia*, 10(2), 289–298.
18. Nandila, W., & Puspowati, S. D. (2023). Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Smp Negeri 1 Surakarta. *Eprints UMS*, 1–20.
19. Novian, A. (2014). Studi Pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013. *Unnes Journal of Public Health*, 3(3), 1–3.
20. Pamela, I. (2018). Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Dan Dampaknya Bagi Kesehatan Fast Food Consumption Behavior In Adolescent And Its Impact For Health. *IKESMA*, 14, 144–153.
21. Pratiwi, N. A. (2017). Gambaran Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food Dan Pola Aktivitas Sebagai Faktor Risiko Kejadian Overweight Pada Remaja Di Smp Negeri 21 Makassar. *Repository UIN Alaudin Makassar*, 1–69.

22. Rahayu, F. (2021). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah. *Politeknik Kesehatan Medan*, 1–52.
23. Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar. *PROFESI*, 14(1), 72–76.
24. Rahmi, A. (2023). Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Mahasiswa Pasca Pandemi Covid-19. *UIN Suska Riau*, 1–43.
25. Salsabila, F. Z. (2022). Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Kota Surakarta. *Eprints UMS*, 1–18.
26. Sanaky, M. M., Saleh, L. M., & Titaley, H. D. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Journal POLNAM*, 11, 432–439.
27. Sari, W., & Septiani, W. (2019). Malnutrisi pada Lansia di Kota Pekanbaru. *Jurnal HTP*, 5(1), 44–48. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol5.iss1.296>
28. Silvia, E., & Jhonet, A. (2016). Gizi Lebih Pada Remaja Di Smp Negeri 13 Bandar Lampung. *Ejournal Malahayati*, 1–9.
29. Sinaga, D. (2014). *Buku Ajar Statistika Dasar*. <http://repository.uki.ac.id/5482/1/BukuAjarStatistikaDasar.pdf>
30. Sitoayu, L., Aminatyas, I., Angkasa, D., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2021). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur terhadap Status Gizi pada Remaja Putra SMA DKI Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), 55–64.
31. Sumarni, & Yane Bangkele, E. (2023). Persepsi Orang Tua, Guru Dan Tenaga Kesehatan Tentang Obesitas Pada Anak Dan Remaja. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(1).
32. Suseno, M. N. (2018). Pengembangan Pengujian Validitas Isi Dan Validitas Konstrak: Interpretasi Hasil Pengujian Validitas. *Publikasi Ilmiah UMS*, 70–83.
33. Utami, M. P. P. (2020). Hubungan Frekuensi Konsumsi Junk Food Terhadap Status Gizi Remaja Di Smp Negeri 27 Surabaya. *Repository STIKES Hang Tuah*, 1–48.
34. Widyantari, P. R. W., Patni, G. A. P. L., & Paramurthi, I. A. P. (2023). Gambaran Pengetahuan Postur Tubuh yang Baik Pada Remaja di Desa Pelaga. *Journal APTIFI*, 4(1), 41–44.
35. Widyawati, P. C. (2022). Hubungan Penggunaan Gadget, Konsumsi Junk Food Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 15-17 Tahun Di SMA Negeri 2 Playen Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal UIN Walisongo*, 1–110.
36. Yetmi, F., Harahap, F. S. D., & Lestari, W. (2021). Analisis Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Fast Food pada Siswa di SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal LP2MSASBABEL*, 6, 25–47.
37. Yulianingsih, R. (2017). *Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Sma N 1 Baturetno Wonogiri*. 1–5