

ABSTRAK

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 DENPASAR

Maria Kristina Natalia Jalla¹, Ni Wayan Suniyadewi², Moh. Fairuz Abadi³

Mahasiswa STIKES Wira Medika Bali¹, Dosen STIKES Wira Medika Bali^{2,3}

E-mail: nataliajalla02@gmail.com

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami perubahan pola makan akibat gaya hidup. Meningkatnya konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) berdampak pada nilai status gizi dan Indeks Massa Tubuh (IMT). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan IMT pada remaja putri di SMA Negeri 4 Denpasar. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* pada 218 responden yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner frekuensi konsumsi *fast food* dan pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) untuk menentukan IMT. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki frekuensi konsumsi *fast food* kategori sedang (58,7%) dan IMT normal (66,5%), namun terdapat hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi *fast food* dan IMT ($p = 0,000$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin sering remaja mengonsumsi *fast food*, semakin tinggi nilai IMT yang dimiliki. Saran dalam penelitian ini adalah diperlukan edukasi gizi berkelanjutan dan pengawasan terhadap jenis makanan di sekolah untuk mencegah peningkatan risiko gizi lebih pada remaja.

Kata Kunci: *Fast Food*, Indeks Massa Tubuh, Remaja Putri

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION FREQUENCY AND BODY MASS INDEX (BMI) AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 4 DENPASAR

Maria Kristina Natalia Jalla¹, Ni Wayan Suniyadewi², Moh. Fairuz Abadi³

Mahasiswa STIKES Wira Medika Bali¹, Dosen STIKES Wira Medika Bali²³

E-mail: nataliajalla02@gmail.com

Adolescents are a group vulnerable to changes in eating patterns due to lifestyle. Increased consumption of fast food has an impact on nutritional status and Body Mass Index (BMI). This study aims to determine the relationship between the frequency of fast food consumption and BMI in female adolescents at SMA Negeri 4 Denpasar. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach on 218 respondents selected through a simple random sampling technique. Data were collected using a fast food consumption frequency questionnaire and anthropometric measurements (weight and height) to determine BMI. Data analysis was performed univariately and bivariately using the Spearman Rank test. The results showed that most respondents had a moderate fast food consumption frequency (58.7%) and a normal BMI (66.5%), but there was a significant relationship between fast food consumption frequency and BMI ($p = 0.000$). These results indicate that the more frequently adolescents consume fast food, the higher their BMI. Suggestions in this study are the need for continuous nutrition education and monitoring of food types in schools to prevent an increased risk of overnutrition in adolescents.

Keywords: Fast Food, Body Mass Index, Female Adolescents