

“The Relationship Between Fast Food Consumption and Nutritional Status Of Adolescents in a Pendoworejo Village, Kulon Progo Regency”

Kesia Natalia Simanjuntak¹, Slamet Iskandar², Tri Siswati^{3 1,2,3} Department of Nutrition Poltekkes
Kemenkes Yogyakarta Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : kesianatalia045@gmail.com

ABSTRACT

Background : This study investigates the relationship between fast food consumption and the nutritional status of adolescents in Pendoworejo Village, Kulon Progo Regency. Adolescent nutritional status is a critical indicator for future human resource quality, with this age group being particularly vulnerable to nutritional problems, including obesity. Obesity, characterized by excessive fat accumulation due to an imbalance between energy intake and expenditure, is a growing global concern, with a 5.8% prevalence among Indonesian adolescents aged 16-18 years, increasing annually. Fast food, known for its high calorie, fat, and sugar content, and low fiber, is a significant factor influencing adolescent nutritional status. The research aims to analyze the consumption patterns of fast food and the nutritional status of adolescents in Pendoworejo.

Objective : This analytical observational study uses a cross-sectional design, collecting data on fast food consumption and nutritional status simultaneously [4]. The population consists of 60 female adolescents aged 12-18 years residing in Pendoworejo, with total sampling employed.

Methods : Data collection involves anthropometric measurements (weight and height) and a Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQFFQ) to assess fast food intake. Preliminary findings indicate that 45% of respondents frequently consume fast food (more than 3 times a week), primarily instant noodles, packaged snacks, and local commercial foods [9]. While 68.33% of adolescents have normal nutritional status, 16.67% are underweight, and 15.00% are overweight or obese [10]. A clear correlation was observed: among frequent fast food consumers, 29.6% were overweight/obese, compared to only 3.03% among those who rarely consumed fast food.

Results : This suggests that high-calorie, high-fat, and low-fiber fast food, coupled with sedentary lifestyles prevalent in modern rural areas, contributes significantly to fat accumulation and overweight/obesity among adolescents.

Conclusion : There is a statistically significant relationship between the frequency of fast food consumption and the nutritional status of female adolescents. Adolescents who frequently consume fast food have a higher risk of being overweight or obese compared to those who rarely consume it.

Keywords: Fast Food Consumption, Nutritional Status, Adolescents.

“HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI KALURAHAN PENDOWOREJO, KABUPATEN KULON PROGO”

Kesia Natalia Simanjuntak¹, Slamet Iskandar², Tri Siswati^{3 1,2,3} Department of Nutrition Poltekkes
Kemenkes Yogyakarta Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : kesianatalia045@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Status gizi remaja merupakan indikator penting kualitas sumber daya manusia di masa depan. Remaja rentan terhadap masalah gizi, termasuk obesitas, yang merupakan kekhawatiran global yang berkembang. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022), remaja berusia 10-19 tahun mengalami pertumbuhan yang cepat, membutuhkan asupan nutrisi yang optimal. Konsumsi makanan cepat saji merupakan faktor signifikan yang mempengaruhi status gizi remaja, ditandai dengan kalori tinggi, lemak, dan gula, dan serat rendah, yang menyebabkan asupan energi berlebih dan peningkatan berat badan. Penelitian sebelumnya menunjukkan risiko obesitas yang lebih tinggi di kalangan remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi remaja di sebuah desa di Kabupaten Kulon Progo. Secara khusus, ia berusaha untuk menentukan tingkat konsumsi makanan cepat saji dan status gizi di kalangan remaja di bidang studi, dan untuk menyelidiki korelasi antara kedua variabel ini.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Pengumpulan data akan melibatkan 60 remaja perempuan berusia 12-18 tahun yang tinggal di Pendoworejo, Kulon Progo, dipilih melalui total sampling. Data akan dikumpulkan menggunakan Kuesioner Frekuensi Makanan Semi Kuantitatif (*SQFFQ*) untuk konsumsi makanan cepat saji dan pengukuran antropometrik (berat dan tinggi badan) untuk menentukan status gizi (IMT/U). Hubungan antar variabel akan dianalisis menggunakan uji Chi-Square.

Hasil : Temuan awal menunjukkan bahwa 45% gadis remaja sering mengonsumsi makanan cepat saji, terutama makanan instan dan makanan ringan lokal komersial. Sementara mayoritas (68,33%) memiliki status gizi normal, 16,67% kekurangan berat badan, dan 15,00% kelebihan berat badan/obesitas. Hubungan yang jelas diamati, di mana konsumsi makanan cepat saji yang sering merupakan pemicu utama akumulasi lemak, yang menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi remaja putri. Remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji memiliki risiko lebih tinggi mengalami status gizi lebih atau obesitas dibandingkan yang jarang mengonsumsinya.

Kata kunci : Konsumsi Makanan Cepat Saji, Status Gizi, Remaja