

## HUBUNGAN POLA KONSUMSI MINUMAN MANIS DAN BERAT BADAN BERLEBIH TERHADAP KEKUATAN GENGAMAN TANGAN DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

### INTISARI

**Latar Belakang:** *Overweight* dan obesitas adalah masalah global yang memengaruhi berbagai kelompok usia yang disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya konsumsi minuman manis. Prevalensi konsumsi minuman manis telah meningkat pesat dan berkontribusi pada peningkatan angka kematian serta penyakit yang berkaitan dengan berat badan berlebih. Oleh karena itu perlu untuk dilakukan pemantauan status kesehatan secara berkala. Pengukuran kekuatan genggaman tangan dapat digunakan sebagai indikator kesehatan umum.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui apakah terdapat hubungan antara pola konsumsi minuman manis dan berat badan berlebih terhadap kekuatan genggaman tangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross-sectional* pada 87 subjek penelitian berusia 18 – 65 di Daerah Istimewa Yogyakarta. Pola konsumsi minuman manis dinilai menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), berat badan berlebih dihitung dengan indeks massa badan (IMB) dan kekuatan genggaman tangan dihitung menggunakan handgrip dinamometer.

**Hasil:** Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) dengan korelasi positif antara pola konsumsi minuman manis dan berat badan berlebih ( $p = 0,041$ ;  $r = 0,219$ ). Sedangkan, hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan ( $p > 0,05$ ) antara berat badan berlebih dan kekuatan genggaman tangan ( $p = 0,429$ ;  $r = 0,086$ ) serta pola konsumsi minuman manis dan kekuatan genggaman tangan ( $p = 0,271$ ;  $r = -0,119$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi minuman manis dan berat badan berlebih dengan koefisien korelasi positif. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konsumsi minuman manis, maka semakin tinggi risiko terjadi berat badan berlebih.

**Kata Kunci:** Pola konsumsi minuman manis, berat badan berlebih, kekuatan genggaman tangan.

## CORRELATION BETWEEN SWEET DRINK CONSUMPTION PATTERNS AND OVERWEIGHT ON HANDGRIP STRENGTH IN THE SPECIAL REGION OF YOGYAKARTA

### ABSTRACT

**Background:** *Overweight* and obesity are global issues affecting various age groups, caused by various factors including the consumption of sweetened beverages. The prevalence of sweetened beverage consumption has rapidly increased and contributes to increased mortality and weight-related diseases. Therefore, regular monitoring of health status is necessary. Handgrip strength measurement can be used as a general health indicator.

**Objective:** To determine the relationship between the consumption pattern of sweetened beverages and *overweight* on handgrip strength in the Special Region of Yogyakarta.

**Methods:** This study employed a cross-sectional design with 87 subjects aged 18-65 in the Yogyakarta Special Region. The consumption pattern of sweetened beverages was assessed using the Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), *overweight* was calculated using body mass index (BMI), and handgrip strength was measured using a handgrip dynamometer.

**Results:** Statistical analysis revealed a significant relationship ( $p < 0.05$ ) with a positive correlation between the consumption pattern of sweetened beverages and *overweight* ( $p = 0.041$ ;  $r = 0.219$ ). However, the statistical analysis showed no significant relationship ( $p > 0.05$ ) between *overweight* and handgrip strength ( $p = 0.429$ ;  $r = 0.086$ ), as well as between the consumption pattern of sweetened beverages and handgrip strength ( $p = 0.271$ ;  $r = -0.119$ ).

**Conclusion:** There is a significant relationship between the pattern of consumption of sugary drinks and *overweight* with a positive correlation coefficient. This relationship shows that the higher the consumption of sugary drinks, the higher the risk of *overweight*.

**Keywords:** Consumption pattern of sweetened beverages, *overweight*, handgrip strength.