

INTISARI

Preferensi Makanan Manis dan Berlemak terhadap Kejadian Gizi Lebih pada Remaja SMP di Kota Yogyakarta

Latar belakang: Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2013 di Yogyakarta terdapat 10,9% remaja usia 13-15 tahun mengalami kegemukan. Kejadian kegemukan atau yang termasuk sebagai gizi lebih tersebut dapat menyebabkan berbagai penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, hipertensi, hiperlipidemia, penyakit empedu, dan kanker. Pada usia remaja, gizi lebih juga dapat menimbulkan masalah psikososial seperti depresi dan berkurangnya rasa percaya diri dalam pergaulan. Kejadian gizi lebih disebut berkaitan erat dengan tingginya tingkat kesukaan (preferensi) terhadap makanan manis dan berlemak.

Tujuan: Mengetahui hubungan preferensi makanan manis dan berlemak terhadap kejadian gizi lebih pada remaja SMP di Kota Yogyakarta

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah 110 siswa SMP di Kota Yogyakarta. Data diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat, dilanjutkan dengan wawancara menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. Data yang diperoleh kemudian diuji menggunakan *chi-square test*.

Hasil: Hasil pengukuran preferensi, tercatat 85% remaja SMP menyukai makanan manis dan 80% remaja SMP menyukai makanan berlemak. Dari pengukuran frekuensi konsumsinya, tercatat 71% remaja SMP sering mengonsumsi makanan manis dan 55% remaja SMP sering mengonsumsi makanan berlemak. Hasil uji menggunakan *chi-square test* diperoleh nilai $P > 0,05$ pada uji hubungan preferensi makanan manis dan berlemak dengan status gizi; frekuensi konsumsi makanan manis dan berlemak dengan status gizi; serta preferensi makanan manis dengan frekuensi konsumsi makanan manis. Sedangkan diperoleh nilai $P < 0,05$ pada uji hubungan preferensi makanan berlemak dengan frekuensi konsumsi makanan berlemak.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara preferensi makanan manis dan berlemak dengan status gizi.

Kata kunci: Preferensi makanan, makanan manis, makanan berlemak, gizi lebih, remaja

ABSTRACT

The Sweet and Fatty Food Preferences of Overnutrition on Junior High School Adolescents in Yogyakarta

Background: Based on the results of Basic Health Research (Riskesmas) 2013 in Yogyakarta, there are 10.9% of adolescents aged 13-15 years are overnutrition. Incidence of overnutrition can cause a variety of chronic diseases such as diabetes, heart disease, hypertension, hyperlipidemia, biliary disease, and cancer. In adolescents, overnutrition can also lead to psychosocial problems such as depression and loss of confidence in the society. So, we need examine factor that related to overnutrition. Overnutrition allegedly related to the high preference of sweet and fatty foods.

Objective: To determine the relationship of sweet and fatty food preferences on the incidence of overnutrition in junior high school adolescents in Yogyakarta

Methods: This study was an observational study with cross sectional design. The subjects were 110 junior high school students in Yogyakarta. Data collected through the measurement of height and weighing, followed by interview using a validated questionnaire. Then, the data were tested using the chi-square test.

Results: The results of the measurement of preferences, carrying 85% of junior high school adolescents like sweet foods and 80% of junior high school adolescents like fatty foods. From measurements of the frequency of consumption, carrying 71% of junior high school adolescents often consume sweet foods and 55% of junior high school adolescents often consume fatty foods. The results showed $P > 0.05$ on the relationship between sweets and fatty foods with nutritional status; frequency of sweet food and fatty food consumption and nutritional status; also preferences of sweet food with the frequency. While the result showed $P < 0.05$ on the relationship between preference of fatty foods and its frequency.

Conclusion: There is no significant relationship between sweet food and fatty food preferences and nutritional status.

Keywords: Food preference, sweet food, fatty food, overnutrition, adolescent