

# HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MENGGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA SMPN 15 BANJARMASIN TAHUN 2020

Ika Destrianti Rizki Warlina<sup>1\*</sup> Netty<sup>2\*</sup> Ari Widyarni<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NPM 16070297

<sup>2</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NIDN 4002116601

<sup>3</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NIDN 1127108603

\*Email : [Ikadestrianti15@gmail.com](mailto:Ikadestrianti15@gmail.com)

## ABSTRAK

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energy dengan energy yang digunakan dalam waktu lama. Prevelensi Obesitas menurut hasil (RISKEDES 2013) mengalami peningkatan usia 13-15 tahun 2,5%- 4,8%. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin 2020. Metode penelitian menggunakan metode *cross sectional*. Populasi penelitian seluruh siswa kelas VII SMPN 15 Banjarmasin sebanyak 183 orang pada tahun 2019. Sampel berjumlah 65 responden. Pengambilan sampel secara *Random Sampling*. Uji statistik menggunakan uji *Chi square test*. Hasil Sebagian besar responden mengalami obesitas sebanyak 41 responden(63%). Sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 31 responden(47,7%). Sebagian besar responden yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden(64,6%). Ada hubungan pengetahuan  $P\text{-value} = 0,004 < \alpha 0,05$ , ada hubungan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji  $P\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$  dengan kejadian obesitas. Di sarankan kepada siswa atau remaja untuk selalu mencari informasi tentang obesitas, bahaya makanan cepat saji dan menerapkan gaya hidup sehat .

Kata Kunci : Obesitas Pada Siswa; Pengetahuan; Kebiasaan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji.

## ABSTRACT

*Obesity is an excessive accumulation of fat due to an imbalance between energy intake and energy used for a long time. Obesity prevalence according to results (RISKEDES 2013) experienced an increase in the age of 13-15 years 2.5% - 4.8%. This study aims to determine the relationship between knowledge, the habit of consuming fast food and the incidence of obesity in students of SMPN 15 Banjarmasin 2020. The research method used the method cross sectional. The research population of all VII grade students of SMPN 15 Banjarmasin was 183 people in 2019. The sample was 65 respondents. Sampling Random Sampling. Statistical tests using the Chi square test. Results Most of the respondents were obese 41 respondents (63%). Most respondents who have lack of nutritional knowledge 31 respondents (47.7%). Most respondents who frequently consume fast food as much 42 respondents (64.6%). There is a relationship of knowledge  $P\text{-value} = 0.004 < \alpha 0.05$ , there is a relationship between the habit of consuming fast food  $P\text{-value} = 0.000 < \alpha 0.05$  with obesity events. It is recommended that students or teens always seek information about obesity, the dangers of fast food and adopt a healthy lifestyle.*

*Keywords : Obesity In Students; Knowledg; Fast Food Consumption Habits.*

## PENDAHULUAN

Menurut WHO dalam P2PTM Kemenkes RI (2018), Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energy (*energy intake*) dengan energy yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu lama (Kemenkes RI,2018). Penyebab obesitas sangat kompleks dalam arti banyak sekali faktor yang menyebabkan obesitas terjadi seperti faktor lingkungan, genetik, psikis, kesehatan, obat-obatan, perkembangan dan aktifitas fisik.

Prevelensi kejadian obesitas sendiri di Indonesia terjadi kenaikan, yaitu berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdes) tahun 2013 prevelensi obesitas sebesar 14,8% dan tahun 2018 prevelensi obesitas menjadi 21,8%. Obesitas sendiri mengacu pada kondisi dimana indeks masa tubuh diatas 27, begitu juga dengan prevelensi berat badan berlebih dengan IMT antara 25-27, juga meningkat dari 11,5% di 2013 ke 13,6% di 2018. Prevelensi Obesitas usia 5-12 tahun meningkat dari 8%-9,2%, Usia 13-15 tahun 2,5%- 4,8%, pada usia di atas 15 tahun 1,6- 4%. Angka obesitas paling tinggi yaitu di Sulawesi utara yakni sebanyak 30,2%, di posisi tertinggi selanjutnya berada di DKI Jakarta, Kalimantan Timur dan Papua Barat. Di Kalimantan Selatan Prevelensi obesitas mencapai 7,8% - 10,3% pada umur 5-12 tahun, Pada umur 13-15 tahun mencapai 2,8%-5,4%, pada umur 16-18 tahun 2,1% - 4,7%. Melihat data tersebut peningkatan paling tinggi terjadi pada anak usia remaja, pada periode usia tersebut anak lebih bebas memilih makanan terutama pada makanan cepat saji (Kemenkes RI,2018).

Berdasarkan data Provinsi Kalimantan Selatan (2017) obesitas pada remaja di Kalimantan Selatan 9,3% dengan persentase tertinggi pada kota Banjarmasin (15,4%), Kabupaten Tapin (14,8%), Kota Banjarbaru (14,3%), Hulu Sungai Selatan (11,3%), Tanah Laut (10,9%), Kota Baru (9,1%), Tanah Bumbu (8%), Balangan (7,9%), Barito Kuala (7,5%), Tabalong (6,7%), Hulu Sungai Tengah (5,6%), dan Hulu Sungai Utara (4,9%). Dari data tersebut Kota Banjarmasin menempati urutan ke-1 persentase obesitas dalam beberapa Kabupaten (Propinsi Kalimantan selatan 2017).

Remaja obesitas pada sepanjang hidupnya mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita sejumlah kesehatan yang sangat serius seperti diabetes, penyakit jantung, stroke, dan lain-lain. Penyebab kematian nomor 5 dan Indonesia menempati urutan ke 10 dengan tingkat obesitas tertinggi di dunia, sedikitnya 2,8 juta penduduk meninggal pertahun akibat kelebihan berat badan atau obesitas dan memiliki angka kematian yang tinggi di

dunia di bandingkan dengan *underweight*. (BBC,2014). Selain dapat menimbulkan beberapa penyakit, obesitas juga menimbulkan dampak psikososial yaitu seperti anak menjadi minder, kesulitan gerak, dan beresiko mendapat perlakuan bully baik verbal, maupun fisik di sekolah dan dapat mempengaruhi kualitas hidup anak (IDAI,2016).

Berdasarkan data penjarangan peserta didik wilayah Puskesmas Alalak Selatan Prevalensi obesitas Sekolah Menengah Pertama Sederajat tertinggi di SMPN 21 Banjarmasin dengan jumlah 10 siswa yang obesitas 14,9% dengan sampel 149 siswa yang ditimbang, urutan ke-2 SMPN 15 Banjarmasin dengan jumlah 6 siswa yang obesitas 2,4% dengan sampel 40 siswa yang ditimbang, MTS Arrahmatul Abadriyah 0% dengan sampel 8 siswa yang ditimbang dan MTS Sultan Suriyansyah 0% dengan sampel 22 siswa yang ditimbang (Puskesmas Alalak Selatan,2019).

## ALAT DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMPN 15 Banjarmasin sebanyak 183 orang pada tahun 2019. Sampel berjumlah 65 responden. Instrumen pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner (*google form*). Uji statistik yang dilakukan adalah *Uji Chi Square*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Umur Responden

Karakteristik menurut umur responden menunjukkan dari 65 responden, Sebagian besar responden berumur 13 tahun sebanyak 37 responden (56,9%).

#### b. Jenis Kelamin Responden

Karakteristik menurut Janis kelamin menunjukan dari 65 responden, Sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 41 responden (63,1%).

### 2. Analisis Univariat

#### a. Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Tabel 1  
Distribusi Jumlah Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

No	Kejadian Obesitas	n	%
1	Obesitas	41	63
2	Tidak Obesitas	24	37
Jumlah		65	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1. Dari 65 responden, didapatkan sebagian besar

responden mengalami obesitas sebanyak 41 responden (63%).

b. Pengetahuan Gizi Responden SMPN 15 Banjarmasin

Tabel. 2  
Distribusi Jumlah Pengetahuan Gizi Responden SMPN 15 Banjarmasin

No	Pengetahuan Gizi	n	%
1	Kurang	31	47,7
2	Cukup	19	29,2
3	Baik	15	23,1
Jumlah		65	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel.2. Dari 65 responden, sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 31 responden (47,7%).

c. Kebiasaan Responden Mengonsumsi Makanan Cepat Saji SMPN 15 Banjarmasin

Tabel.3  
Distribusi Jumlah Kebiasaan Responden Mengonsumsi Makanan Cepat Saji SMPN 15 Banjarmasin

No	Kebiasaan	n	%
1	Sering	42	64,6
2	Kadang-kadang	14	21,5
3	Tidak Pernah	9	13,8
Jumlah		65	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 3. Menunjukkan dari 65 responden, sebagian besar responden yang sering mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden (64,6%).

### 3. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Tabel 4  
Hubungan Pengetahuan Responden Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin

Pengetahuan	Obesitas		Tidak Obesitas		Total		p-value
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	26	83,9	5	16,1	31	100	0,004
Cukup	9	47,4	10	52,6	19	100	
Baik	6	40,0	9	60,0	15	100	
Jumlah	41	63,1	24	36,9	65	100	

Sumber: data primer 2020

Pada tabel 4. Diketahui bahwa dari 31 responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang lebih banyak mengalami obesitas 26 responden (83,9%), dibandingkan responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang mengalami tidak

obesitas 5 responden (16,1%). Dan dari 19 responden yang memiliki pengetahuan gizi cukup lebih banyak mengalami tidak obesitas 10 responden (52,6%), dibandingkan yang mengalami obesitas 9 responden (47,4%), dan dari 15 responden yang memiliki pengetahuan gizi baik lebih banyak mengalami tidak obesitas 9 responden (60,0%) dibandingkan yang mengalami obesitas 6 responden (40,0%).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan Uji Chi Square didapat nilai  $pvalue = 0,004 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin.

b. Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin

Tabel. 5  
Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin

Kebiasaan	Obesitas		Tidak Obesitas		Total		p-value
	n	%	n	%	n	%	
Sering	35	83,3	5	16,7	42	100	0,000
Kadang-Kadang	4	28,6	10	71,4	14	100	
Tidak Pernah	2	22,2	7	77,8	9	100	
Jumlah	41	63,1	24	36,9	65	100	

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa 42 responden yang sering melakukan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan mengalami obesitas lebih banyak 35 responden (83,3%) di bandingkan responden yang mengalami tidak obesitas 7 responden (16,7%) , dan yang kadang-kadang melakukan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji mengalami tidak obesitas lebih banyak 10 responden (71,4%) dibandingkan responden mengalami obesitas 4 responden (28,6%), dan tidak pernah melakukan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji mengalami tidak obesitas lebih banyak 7 responden (77,8%), dibandingkan responden yang mengalami obesitas 2 responden (22,2%).

Hasil uji statistik dengan uji personal chi square di dapatkan nilai nilai  $pvalue = 0,000 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima artinya ada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis univariat

#### a. Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 15 Banjarmasin ditemukan dari 65 responden sebagian besar mengalami obesitas sebanyak 41 responden 63%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Atika Maulida Sari,dkk (2017) kejadian obesitas pada siswa SMPN di Pekanbaru. Ditemukan sebanyak 156 (55,9%) responden mengalami obesitas.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ryan P. Sakti,dkk (2019) di SMPN 1 Manado ditemukan sebanyak 52 (55,9%) responden mengalami obesitas.

Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018, sebanyak 16,0% remaja usia 13-15 tahun di Indonesia mengalami obesitas. Obesitas pada remaja terjadi disebabkan banyak factor, salah satu faktor utamanya adalah ketidak seimbangan asupan energi dan keluaran energi (Mahdiah 2004).

Kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin pada penelitian ini di pengaruhi oleh factor kurangnya aktifitas fisik. Responden sebagian besar banyak menghabiskan waktunya dengan gadget untuk bermain online atau menikmati aplikasi-aplikasi yang disediakan smartphone pada saat ini. karena kebiasaan bermain gadget para remaja kurang bergerak dan duduk terlalu lama atau berbaring dan menjadi malas untuk melakukan aktifitas fisik, padatnya jam sekolah membuat mereka kekurangan waktu berolahraga kecuali pada saat pelajaran kesehatan jasmani namun kegiatan tersebut berjalan tidak dengan semestinya dikarenakan guru pengajarnya yang sering tidak hadir.

#### b. Pengetahuan Gizi Responden SMPN 15 Banjarmasin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 15 Banjarmasin dari 65 responden, sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 31 responden (47,7%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sri Karolina Laowo (2018) di SMP Muhammadiyah Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang. didapatkan hasil terkait pengetahuan gizi responden dengan kategori kurang sebesar 44 responden (47,3%), kategori cukup 35 responden (37,6%) dan kategori baik 14 orang (15,1%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian penelitian Fajar Setyawan,dkk (2019) menemukan bahwa responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang 159 responden (61%) lebih tinggi dari responden yang memiliki pengetahuan

gizi baik 34 responden (13%) dan cukup 69 responden (26%).

Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi gaya hidup dan pola makan seseorang. (Bonaccio et al.,2013). Pengetahuan gizi dapat diartikan sebagai pengetahuan tentang makanan dan zat gizi. Pengetahuan gizi mempengaruhi seseorang dalam pemilihan makanan sehat dalam kehidupan sehari-hari semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya.

Dari hasil penelitian di SMPN 15 Banjarmasin menggunakan koisioner pertanyaan mengenai pengetahuan tentang gizi sebagian besar responden memilih jawaban yang salah pada pertanyaan nomor 2, 5 dan 6. Itu artinya responden banyak tidak mengetahui tentang pemilihan makanan yang bergizi dan sesuai dengan kebutuhannya. Disebabkan kurangnya minat menerapkan informasi-informasi tentang pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari.

#### c. Kebiasaan Responden Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji SMPN 15 Banjarmasin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 15 Banjarmasin ditemukan dari 65 responden, Sebagian besar responden yang sering mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden (64,6%).

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Muhammad Ilham Yusuf Bachtiar (2020) Ambarawa, ditemukan remaja *overweight* 64 responden (64,0%) sering melakukan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji.

Penelitian ini juga sejalan dengan Ice Israwati (2017) menunjukkan bahwa terdapat remaja 26 (56,5%) sering mengonsumsi makanan cepat saji, 20 remaja (43,5%) yang jarang mengonsumsi makanan cepat saji, sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja di SLTP 1 Konowe Selatan

Makanan cepat saji identik dengan makanan yang tinggi kalori dan rendah mikronutrien seperti vitamin, mineral, asam amino, dan serat. Kandungan kalori dan gula yang tinggi dapat memberikan kontribusi terhadap kejadian obesitas (Pipit septiana,dkk 2016).

Sebagian besar responden di SMPN 15 Banjarmasin sering mengonsumsi makanan cepat saji dikarenakan banyak yang mengabaikan sarapan pagi tentu saat siang hari merasa lapar sehingga mereka lebih memilih jajanan makanan yang lebih cepat dan praktis seperti kebab, gorengan, dan mi instan, seringnya responden mengonsumsi makanan cepat saji bervariasi ada yang 3 hari berturut-turut dalam 1 minggu, dan 1 hari 3x. Penyebab lainnya memilih makanan

cepat saji karena kebanyakan responden bertempat tinggal dekat dengan tempat-tempat yang menyediakan aneka jenis *fast food* sehingga ketika mengerjakan tugas sekolah, lebih memilih tempat tersebut untuk berkumpul. Selain itu, disekitar sekolah juga banyak menjajakan makanan jenis *fast food* baik itu di kantin atau di luar lingkungan sekolah seperti pedagang kaki lima.

## 2. Analisis Bivariat

### a. Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Hasil analisis statistik dengan menggunakan *Uji Chi Square* didapat nilai  $pvalue = 0,004 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jufri sineke,dkk (2019) terdapat hubungan yang sangat kuat antara tingkat pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada siswa SMKN 1 Biaro dimana nilai  $p=0,042 (p<0,05)$ .

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Susilo Rahayu (2017) menunjukkan adanya hubungan tingkat pengetahuan gizi usia remaja usia 16-18 tahun dengan kejadian obesitas di SMUN 5 Kediri yaitu  $p=0,02 (p<0,05)$ .

Penelitian ini tidak sejalan dengan Juli Susanti Pardede, (2017) diperoleh nilai  $p= 0,45 (>0,05)$  tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja putri di SMA kabupaten Bantul.

Menurut Baron (2004), sikap tumbuh diawali dari pengetahuan yang dipersiapkan sebagai suatu hal yang baik maupun tidak baik, kemudian diinternalisasikan kedalam dirinya. Hal ini dapat diartikan bahwa sikap yang baik dan kurang terbentuk dari komponen pengetahuan dan hal ini akan mempengaruhi perilaku seseorang dalam hal ini adalah pemilihan makanan yang seimbang.

Hal ini berkaitan dengan teori yang mengatakan bahwa tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang dalam memahami manfaat kandungan gizi, dari makanan yang dikonsumsi (Sediaoetama,2000). Artinya dimana masa remaja membutuhkan asupan gizi yang berlebih untuk proses pertumbuhan dan perkembangan,namun karena kurangnya pengetahuan akan asupan gizi yang optimal, mengakibatkan banyak remaja mengkonsumsi makanan yang berlebihan dan tidak sesuai dengan kebutuhannya.

### b. Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Hasil uji statistik dengan uji *personal chi square* di dapatkan nilai nilai  $pvalue = 0,000 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima artinya ada hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suji Ainda Mardatila (2019) Di SMA 13 Kota Padang, terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi fast food dengan kejadian obesitas  $p=0,01 (<0,05)$ .

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nur Annisa Resky,dkk (2019), Bahwa ada hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada mahasiswa yang tinggal di sekitar Universitas Muhammadiyah Parepare ( $p value=0,000$ ). Menunjukkan bahwa remaja yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji beresiko 3,64 kali lebih besar mengalami kejadian obesitas dibandingkan remaja yang jarang mengkonsumsi makanan cepat saji.

Sering konsumsi *fast food* dapat menyebabkan kegemukan dikarenakan jenis makanan cepat saji yang mengandung tinggi energi, banyak mengandung gula, tinggi lemak, dan rendah serat, Kandungan natrium dan lemak jenuh cenderung tinggi yang dapat berdampak buruk terhadap status Kesehatan (Sachithananthan,2015).

Hasil penelitian diatas juga sesuai dengan pendapat Chang (2010), bahwa konsumsi makanan-makanan cepat saji secara berlebihan akan menimbulkan permasalahan gizi berlebih (obesitas) yang merupakan factor resiko dari beberapa penyakit degenerative yang mana sampai saat ini merupakan penyebab utama kematian.

## KESIMPULAN

Sebagian besar responden mengalami obesitas sebanyak 41 responden (63%). Sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 31 responden (47,7%). Sebagian besar responden yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden (64,6%). Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin dengan nilai  $pvalue = 0,004 < \alpha 0,05$ . Ada hubungan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN 15 Banjarmasin, dengan nilai  $pvalue = 0,000 < \alpha 0,05$ .

## SARAN

Hasil Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan informasi bahwa adanya hubungan pengetahuan, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada remaja, melakukan edukasi masalah kesehatan remaja dan gaya hidup sehat kepada siswanya dengan

menyediakan makanan sehat dikantin sekolah.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Achmad Djaeni Sediaoetama. (2000). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid I*. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
2. Baron, R. A., Byrne, D. E. (2004). *Sosial Psychology*. Pearson. USA
3. Chang H. H., Rodolfo M.N Jr. (2010). *Childhood Obesity and Unhappiness: The Influence of Soft Drink and Fast Food Consumption*. *Jurnal of happiness Studies* Volume 11.
4. Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin.(2018).*Rekapitulasi Status Obesitas (Profil kesehatan) Kota Banjarmasin*.
5. Direktorat P2PTM, (2018). *Apa itu obesitas ?*. (<http://p2ptm.kemkes.go.id>)
6. Hasil Pemantauan Status Gizi.,(2017). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi*.
7. Hatta, Herman.(2019). *Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Siswa di SMPN 1Limboto Barat*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol.4 No.2, Agustus 2019*. (<http://afiasi.unwir.ac.id>)
8. Ice. I (2017). *Hubungan Makanan Cepat Saji dan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Usia 13-15 Tahun di SLTP 1 Konowe Selatan*. Skripsi.
9. Mardatila, Suji. Ainda. (2019). *Hubungan kebiasaan Mengonsumsi Fast Food, Sarapan Pagi, Dan Tingkat Pendapatan Keluarga Terhadap Obesitas Pada Remaja Di SMA 13 Kota Padang* .
10. Mahdiah,(2004). *Prevelensi Obesitas dan Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta*.
11. Notoatmodjo, S.(2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
12. Permenkes. No. 2 (2020). *Standar Antropometri Anak*. Jakarta.
13. Puskesmas Alalak selatan Banjarmasin.(2018) *Rekapan gizi Tahunan Puskesmas Alalak selatan Banjarmasin* .
14. Rekomendasi Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2014). *Diagnosis, Tata Laksana, dan Pencegahan Obesitas pada Anak dan Remaja*. UKK Nutrisi dan Penyakit Metabolik Ikatan Dokter Anak Indonesia.
15. Sakti, Rian P., Kalesaran, A. F., & Asrifuddin, A. (2019). *Hubungan Antara Obesitas Dengan Kualitas Hidup Pada Pelajar Di SMP Negri 1 Manado*. *Jurnal Kesmas, Vol 8, No.6 Oktober 2019*. (<http://ejournal.unsart.ac.id>). Diakses 17 oktober 2019.
16. Shaciatnathan, V.(2015). *Effect Of Fast Food Consumption Of The Body Mass Index Status Of Adolescents Girls-A Review*. *International Jurnal Of Advanced Research In Biological Sciences*.
17. Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Banjarmasin.(2019). *Laporan Tahunan 2019*.
18. Sineke , Jufri., Kowulusan, M., Purba, R. P., & Dolang, A. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMKN 1 Biaoero*. *GIZIDO Volume 11 No 1 Mei 2019*. (<https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id>). Diakses 1 november 2019