

RINGKASAN

Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Peminatan Gizi
Skripsi, September 2022

Putri Dwi Maulidina
141 2018 0033

“Pengaruh Konsumsi Makanan atau Minuman *Ultra Processed* Terhadap Kejadian Kegemukan Pada Remaja Putri Di Smk-Smak Makassar”

(Muhammad Khidri Alwi dan Sitti Patimah)

(xii + 42 Halaman + 11 tabel + 7 Lampiran)

Kegemukan merupakan keadaan dimana terjadi penumpukan atau penimbunan lemak tubuh yang berlebihan akibat terjadinya ketidakseimbangan dalam asupan nutrisi (*intake*) dengan pemakaian (*Expenditure*) energi oleh seseorang, sehingga berat badan tubuh seseorang jauh diatas normal. Pola konsumsi makan remaja ditandai dengan rendahnya asupan buah dan sayuran, serta seringnya mengkonsumsi makanan yang tidak sehat, seperti *Ultra Processed food* makanan *Ultra Processed* menyumbang 57,9% dari asupan energi dan sekitar 90% berasal dari gula tambahan. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui pengaruh konsumsi makanan atau minuman *Ultra Processed Food* terhadap kejadian kegemukan pada remaja putri di SMK-SMAK Makassar.

Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswi SMK-SMAK Makassar kelas XI yang berjumlah 130 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *total populasi* dimana semua populasi dijadikan sampel. Metode analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariate dengan menggunakan uji regresi logistik.

Dari hasil penelitian konsumsi makanan *Ultra Processed* dalam kategori sering dan mengalami kegemukan sebanyak 27,0%. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji regresi logistik di peroleh nilai *p value* = 0,418 ($p > 0,05$), jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara konsumsi makanan *Ultra Processed* terhadap kejadian kegemukan pada siswi kelas XI di SMK-SMAK Makassar. Hasil penelitian konsumsi minuman *Ultra Processed* dalam kategori sering dan mengalami kegemukan sebanyak 28,6%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji regresi logistik diperoleh nilai *p value* 0,634 ($p > 0,05$). Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara konsumsi minuman *Ultra Processed* terhadap kejadian kegemukan pada siswi kelas XI di SMK-SMAK Makassar.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan untuk remaja putri agar mengurangi konsumsi makanan dan minuman *Ultra Processed*. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji variabel lain seperti

aktivitas fisik, faktor lingkungan, dan faktor genetika (keturunan) yang mempengaruhi kegemukan remaja putri di SMK-SMAK Makassar.

Daftar Pustaka :13 (2017-2022)

Kata Kunci : Kegemukan, Remaja Putri, *Ultra Processed*