



HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 10 KOTA BEKASI

Devina Diahtantri¹, Noerfitri Noerfitri^{2*}

^{1,2} Program Studi S1 Gizi STIKES Mitra Keluarga, Jl. Pengasinan Jl. Rw. Semut Raya, Kota Bekasi, 17113

*noerfitri@stikesmitrakeluarga.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Article history

Submitted: 15 – 01 – 2024

Accepted: 04 – 06 – 2024

Published: 28 – 06 – 2024

DOI :

<https://doi.org/10.47522/jmk.v6i2.316>

Kata Kunci:

Fast food; Obesitas; Pengetahuan; Perilaku; Remaja; Sikap

Keywords :

Fast food; Obesity; Knowledge; Behavior; Adolescents; Attitude

ABSTRAK

Pendahuluan: Remaja saat ini gemar mengonsumsi *fast food* yang kaya akan lemak jenuh, garam, dan kalori. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja. **Metode:** Pendekatan kuantitatif observasional analitik dengan desain *cross sectional* untuk melihat hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu timbangan, *microtoise* dan kuesioner. Subjek penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 10 Kota Bekasi. Metode pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* dengan besar sampel sebanyak 105 responden. Uji statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel-variabel tersebut adalah uji *Chi-Square*. **Hasil:** Didapatkan *p-value* untuk hubungan antara pengetahuan, sikap, perilaku konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas masing-masing sebesar 0,474; 0,406; 0,634. **Kesimpulan:** Tidak adanya hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi. Disarankan kepada responden untuk mempertahankan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku yang sudah baik dengan meningkatkan kesadaran terkait informasi mengenai konsumsi *fast food* dan kaitannya terhadap obesitas.

ABSTRACT

Introduction: Teenagers today like to eat fast food which is rich in saturated fat, salt and calories. This study analyzes the relationship between knowledge, attitudes and behavior of fast food consumption and adolescent obesity. **Method:** Quantitative analytical observational approach with a cross sectional design to examine the relationship between knowledge, attitudes and fast food consumption behavior and obesity. The research instruments used were scales, *microtoise* and questionnaires. The subjects of this research were students of SMA Negeri 10 Bekasi City. The sampling method used consecutive sampling with a sample size of 105 respondents. The statistical test used is the *Chi-Square* test. **Results:** The *p-value* obtained for the relationship between knowledge, attitudes, fast food consumption behavior and the

incidence of obesity respectively was 0.474; 0.406; 0.634. Conclusion: There is no relationship between knowledge, attitudes and fast food consumption behavior and obesity in adolescents at SMA Negeri 10 Bekasi City. Suggestion: It is recommended for respondents to maintain a good level of knowledge, attitude and behavior by increasing awareness related to information about fast food consumption and its relationship to obesity

Penulisan Sitasi

Diahtantri, D & Noerfitri, N (2024). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi *Fast Food* dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi. *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 6(2)129-138.
<https://doi.org/10.47522/jmk.v6i2.316>

PENDAHULUAN

Di Indonesia, didapatkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 bahwa prevalensi remaja usia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk 9,5%; sedangkan yang berstatus gizi obesitas 4,0% (Kemenkes RI, 2019a). Hasil data Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Jawa Barat, prevalensi remaja yang berusia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk 10,9%; sedangkan yang berstatus gizi obesitas 4,5% (Kemenkes RI, 2019a). Di Kota Bekasi, prevalensi remaja usia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk pada tahun 2018 sebesar 11,28%; dan berstatus gizi obesitas sebesar 6,15% (Kemenkes RI, 2019b). Prevalensi tersebut mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun 2013, yaitu remaja usia 16-18 tahun yang berstatus gizi gemuk sebesar 7,5%, dan berstatus gizi obesitas sebesar 4,5% (Kemenkes RI, 2013). Banyak sekali faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada remaja diantaranya faktor eksternal meliputi asupan makan yang dikonsumsi seorang individu, pengetahuan terkait gizi yang diketahui individu, tingkat pendidikan, faktor lingkungan, dan aktivitas fisik. Sedangkan, faktor internal diantaranya adalah usia dan jenis kelamin. Faktor eksternal berperan besar dalam menyebabkan obesitas itu terjadi, kebalikannya faktor internal hanya 10% (Setiawati et al., 2019).

Tingginya asupan karbohidrat yang merupakan sumber energi utama bagi tubuh manusia juga salah satu faktor risikonya obesitas. Apabila seringnya mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi tetapi tidak melakukan aktivitas fisik sebagai pengeluaran energi, hal tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya seseorang mengalami kegemukan (Setiawati et al., 2019). Pada saat ini, sebagian besar masyarakat khususnya remaja lebih menyukai makanan yang proses penyajiannya cepat. Anak-anak atau remaja yang mengalami kegemukan dapat disebabkan oleh gaya hidup zaman sekarang yang serba modern seperti mengonsumsi *fast food* yang di dalamnya terkandung lemak dan kalori yang tinggi (Pamelia, 2018).

Berdasarkan penelitian di Universitas Negeri Yogyakarta tingkat pengetahuan yang tinggi dimiliki oleh hampir seluruh mahasiswa boga, serta pada variabel sikap dan tindakan mahasiswa memiliki tingkatan yang rendah (Widyastuti, 2017). Dapat diartikan bahwa yang memiliki pengetahuan tinggi, sikap dan tindakan yang tidak

berkeinginan mengonsumsi makanan cepat saji dikarenakan telah mengetahui bahaya jika mengonsumsinya terlalu sering.

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 10 Kota Bekasi dan dikhususkan kepada siswa yang menduduki kelas X dan kelas XI yang berada di sekolah. Hal ini menarik untuk diteliti yaitu untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi *fast food* dari suatu individu yaitu setiap siswa di SMA Negeri 10 Kota Bekasi dan untuk mengetahui hubungan dari ketiga variabel tersebut dengan obesitas. Selain itu, SMA Negeri 10 berada di Kota Harapan Indah, di mana sangat banyak pedagang atau restoran makanan cepat saji dan anak sekolah sering kali mengunjungi tempat tersebut. Remaja saat ini sangat gemar mengonsumsi *fast food* karena praktis dan penyajian hanya membutuhkan waktu yang singkat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif observasional analitik menggunakan desain *cross sectional study* untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diteliti secara serentak atau satu waktu dalam suatu populasi.

Lokasi penelitian dilakukan di SMA Negeri 10 Kota Bekasi, Harapan Indah, Bekasi, Jawa Barat dan dilaksanakan pada bulan Maret hingga Agustus tahun 2023. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu metode *consecutive sampling*, teknik penentuan sampel dimana subjek yang memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian hingga jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja SMA Negeri 10 Kota Bekasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu berusia 15-18 tahun dan bersedia ikut serta menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi yaitu sedang menjalani diet khusus seperti diet penurunan berat badan dan tidak bersedia mengisi kuesioner hingga akhir. Diperoleh jumlah besar sampel yaitu kelas X dan kelas XI di SMA Negeri 10 Kota Bekasi sebanyak 105 responden.

Data diperoleh menggunakan timbangan dan *microtoise* untuk mengukur berat badan dan tinggi badan responden serta instrumen penelitian yang akan digunakan adalah timbangan dan *microtoise* yang telah dikalibrasi di Unit Pelaksana Teknis Daerah (UPTD) Metrologi Legal Kota Bekasi untuk mengukur berat badan dan tinggi badan, kuesioner data karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, uang saku, dan kelas yang ditempuh. Kuesioner pengetahuan terkait *fast food*, kuesioner sikap mengenai tingkat kesetujuan atau ketidaksetujuan, dan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) mengenai frekuensi mengonsumsi *fast food* yang diadopsi dari penelitian Widyastuti (2017).

Uji validitas pada kuesioner pengetahuan konsumsi *fast food* diperoleh dengan menggunakan metode korelasi pearson. Dari 20 pertanyaan, terdapat 2 pertanyaan yang tidak terdeteksi karena jawaban yang homogen yaitu semua responden menjawab kode 1 sehingga kedua pertanyaan tersebut dikeluarkan, sedangkan untuk 18 pertanyaan

dapat dinyatakan valid karena dengan tingkat signifikansi 5% maka didapatkan r hitung $>$ r tabel (0,273). Uji validitas pada kuesioner sikap konsumsi *fast food* diperoleh 30 pernyataan, terdapat 7 pernyataan yang tidak valid karena nilai r hitung lebih rendah dari r tabel (0,273), sedangkan untuk 23 pernyataan dapat dinyatakan valid karena r hitung $>$ r tabel (0,273). Selanjutnya untuk uji reliabilitas menggunakan rumus alpha cronbach dengan metode statistik yaitu jika nilai Cronbach Alpha \geq 0,6 maka pernyataan secara keseluruhan adalah reliabel (Noerfitri et al., 2023). Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa kuesioner dinyatakan reliabel dengan nilai cronbach alpha \geq 0,6.

Analisis univariat menggunakan metode statistik deskriptif untuk menggambarkan parameter dari masing-masing variabel. Data univariat yang akan dianalisis pada penelitian ini adalah karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin, uang saku dan kelas yang ditempuh siswa. Analisis bivariat antara variabel pengetahuan terkait konsumsi *fast food*, sikap mengenai konsumsi *fast food*, dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas menggunakan uji *Chi-Square* yaitu untuk menguji apakah terdapat perbedaan proporsi dua atau lebih kelompok sampel tersebut (Noerfitri et al., 2023). Hasil uji *Chi-Square* berupa *p-value* dan *Odds Ratio* (OR) beserta 95% *Confidence Interval* (CI) dari nilai OR tersebut.

Penelitian ini telah lolos kaji etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka (KEPK-UHAMKA) Jakarta dan telah disetujui pada tanggal 16 Maret 2023 dengan nomor persetujuan etik: 03/23.03/02350.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden di SMA Negeri 10 Kota Bekasi yaitu remaja yang berusia 16 tahun sebanyak 59 responden (56,2%), remaja berjenis kelamin perempuan sebanyak 58 responden (55,2%) sedangkan laki-laki sebanyak 47 responden (44,8%). Berdasarkan data uang saku sebagian besar responden yaitu remaja yang memiliki uang saku berjumlah kisaran $>$ Rp15.000 sebanyak 61 responden (58%). Berdasarkan data kelas yang ditempuh sebagian besar responden merupakan remaja yang sedang menduduki kelas X sebanyak 59 responden (56,2%).

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=105)

Karakteristik	n	Persentase (%)
Usia		
- 15 tahun	23	21,9
- 16 tahun	59	56,2
- 17 tahun	23	21,9
Jenis Kelamin:		
- Perempuan	58	55,2
- Laki-laki	47	44,8
Uang Saku:		
- <Rp5.000	2	1,9
- Rp5.000 – Rp15.000	42	40,0
- >Rp15.000	61	58,1
Kelas:		

- Kelas X	59	56,2
- Kelas XI	46	43,8
Total	105	100,0

Masa remaja dalam tumbuh kembangnya menuju dewasa akan melewati tiga tahap diantaranya masa remaja awal, pertengahan dan akhir. Remaja yang berusia 16 tahun dapat diklasifikasikan sebagai remaja pertengahan (*middle adolescence*). Munculnya kesadaran akan kepribadian terjadi pada masa remaja pertengahan yang disertai dengan kesadaran akan kehidupan sendiri. Remaja mulai menemukan jati dirinya sendiri untuk menilai tingkah laku yang dilakukan oleh pribadi remaja itu sendiri (Nurhidayati dkk., 2021). Pola hidup sehari-hari remaja perempuan memiliki dampak yang signifikan akan kebiasaan makan mereka yang membuat remaja perempuan menjadi lebih banyak meluangkan waktu di luar rumah seperti makan di tempat selain rumah dan akan mendapat pengaruh dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya juga remaja perempuan sering mencoba hal baru atau makanan baru (Adriani dan Wirjatmadi, 2017).

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebanyak 20 responden (19%) mengalami obesitas, 72 responden memiliki pengetahuan konsumsi *fast food* yang baik (68,6%), 56 responden memiliki sikap konsumsi *fast food* yang baik (53,3%), 58 responden memiliki perilaku yang sering dalam mengonsumsi *fast food* (55,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Variabel Independen dan Variabel Dependen pada Remaja SMA Negeri 10 Kota Bekasi (n=105)

Karakteristik	n	%
Obesitas		
Ya	20	19,0
Tidak	85	81,0
Pengetahuan Konsumsi <i>Fast Food</i>		
Baik	72	68,6
Kurang	33	31,4
Sikap Konsumsi <i>Fast Food</i>		
Baik	56	53,3
Kurang	49	46,7
Perilaku Konsumsi <i>Fast Food</i>		
Sering	58	55,2
Jarang	47	44,8
Total	105	100,0

Hasil analisis data pengetahuan konsumsi *fast food* sejalan dengan penelitian di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Al-Manar Medan didapatkan hasil yang dapat dinyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai makanan cepat saji (*fast food*) yaitu sebanyak 33 responden dengan persentase sebesar 47,8% (Anshari, 2019). Pengetahuan merupakan proses belajar, yang sebelumnya tidak diketahui menjadi tahu, menghasilkan pengetahuan. Hal ini dapat dipelajari melalui

berbagai pendekatan dan gagasan, baik melalui pendidikan formal maupun pengalaman. Manusia secara alami memiliki rasa keingintahuan, yang dapat diperoleh dengan mengajukan pertanyaan yang ditujukan untuk menemukan kebenaran (Ridwan et al., 2021).

Hasil analisis data sikap konsumsi *fast food* juga sejalan dengan penelitian di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Al-Manar Medan didapatkan hasil yang dapat dinyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang baik mengenai makanan cepat saji (*fast food*) yaitu sebanyak 38 responden dengan persentase sebesar 55,1% (Anshari, 2019). Sikap mengenai makanan dapat dipengaruhi dari pengalaman yang telah dialami sehingga membentuk dan mempengaruhi seseorang dalam memilih suatu makanan (Mulyati, 2018).

Hasil analisis data perilaku konsumsi *fast food* sejalan dengan penelitian di SMPN 15 Banjarmasin didapatkan hasil yang dapat dinyatakan bahwa jumlah kebiasaan responden mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 42 responden (64,6%) sering mengonsumsi makanan cepat saji (Destrianti dkk., 2020).

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 72 responden yang berpengetahuan konsumsi *fast food* baik terdapat 15 responden (20,8%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 33 responden berpengetahuan konsumsi *fast food* kurang, terdapat 5 responden (15,2%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok pengetahuan konsumsi *fast food* baik lebih tinggi daripada kelompok pengetahuan konsumsi *fast food* kurang. Hasil analisis dengan uji statistik *Chi-Square* menghasilkan nilai *p-value* 0,474 (*p-value* > α 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara pengetahuan mengenai konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi *Fast Food* dengan Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi (n=105)

	Obesitas				Total		OR (95% CI)	<i>P-value</i>
	Obesitas		Tidak Obesitas		n	%		
	n	%	n	%				
Pengetahuan Konsumsi <i>Fast Food</i>								
Baik	15	20,8	57	79,2	72	100,0	1,474 (0,486- 4,465)	0,474
Kurang	5	15,2	28	84,8	33	100,0		
Total	20	19	85	81	105	100,0		
Sikap Konsumsi <i>Fast Food</i>								
Baik	9	16,1	47	83,9	56	100,0	0,662 (0,248- 1,761)	0,406
Kurang	11	22,4	38	77,6	49	100,0		
Total	20	19	85	81	105	100,0		
Perilaku Konsumsi <i>Fast Food</i>								
Sering	12	20,7	46	79,3	58	100,0	1,272 (0,472- 3,426)	0,634
Jarang	8	17,0	39	83,0	47	100,0		
Total	20	19	85	81	105	100,0		

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di SMP Negeri 2 Brebes yang menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna diantara pengetahuan dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas ($p\text{-value} > 0,05$) karena pengetahuan responden yang bersifat homogen yaitu sebanyak 63 responden (95,5%) memiliki pengetahuan yang baik (Sukma, 2014). Hasil yang didapatkan pada penelitian ini menunjukkan bahwa 72 responden memiliki hasil pengetahuan baik yang dapat dilihat pada kuesioner, banyak remaja telah mengetahui informasi tentang *fast food*.

Seseorang yang berpengetahuan baik tidak cukup untuk mengubah kebiasaan makan dirinya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan baik belum tentu dapat menerapkannya ke dalam kehidupan sehari-hari. Ketika mereka lapar dan butuh makanan yang cepat, praktis dan mudah ditemukan untuk membantu mengganjal lapar, mereka akan memilih untuk mengonsumsi *fast food* walaupun mereka telah mengetahui dampak dari konsumsi *fast food* berlebih tidak baik untuk kesehatan tubuh jika terlalu sering mengonsumsinya (Yetmi et al., 2021). Berdasarkan hasil yang terjadi di lapangan, masih terdapat responden yang mengisi lembar kuesioner dengan bertanya kepada teman dan melihat informasi di internet sebagai acuan jawaban dan belum menggunakan kemampuannya sendiri dalam menjawab pertanyaan mengenai pengetahuan. Hal tersebut dapat menyebabkan pengetahuan konsumsi *fast food* tidak berhubungan dengan obesitas pada remaja.

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui pula bahwa dari 56 responden yang memiliki sikap konsumsi *fast food* baik terdapat 9 responden (16,1%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 49 responden yang memiliki sikap konsumsi *fast food* kurang, terdapat 11 responden (22,4%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi *fast food* kurang lebih tinggi daripada kelompok sikap konsumsi *fast food* baik. Hasil analisis dengan uji statistik *Chi-Square* menghasilkan nilai $p\text{-value}$ 0,406 ($p\text{-value} > \alpha$ 0,05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara sikap konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di SMP Negeri 2 Brebes tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja ($p\text{-value} > 0,05$) (Sukma, 2014). Sikap merupakan suatu pendukung dari dalam diri seseorang dalam melakukan sesuatu. Suatu penilaian terhadap suatu hal yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Seseorang akan lebih memilih makanan yang mereka makan jika mereka memiliki sikap positif terhadap gizi dari makanan tersebut (Maswati et al., 2018). Pada penelitian ini terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi *fast food* kurang lebih tinggi dari kelompok sikap konsumsi *fast food* baik. Pada pernyataan "saya tetap mengonsumsi *fast food* meskipun gizi yang terkandung di dalamnya sedikit" yang tertera di kuesioner sebagian besar responden menjawab setuju pada pernyataan tersebut. Hal tersebut yang dapat menyebabkan sikap konsumsi *fast food* tidak berhubungan dengan obesitas pada remaja.

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui pula bahwa dari 58 responden yang berperilaku konsumsi *fast food* sering terdapat 12 responden (20%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 47 responden yang berperilaku konsumsi *fast food* jarang, terdapat 8 responden (17%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok perilaku konsumsi *fast food* sering lebih tinggi daripada kelompok perilaku konsumsi *fast food* jarang. Hasil analisis dengan uji statistik *Chi-Square* menghasilkan nilai *p-value* 0,634 ($p\text{-value} > \alpha 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian pada remaja di RT 15 Dusun 3 Desa Loa Kulu Kota, Kalimantan Timur tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara konsumsi makanan cepat saji dengan obesitas pada remaja ($p\text{-value} > 0,05$) (Mardiana dkk, 2020). Hasil serupa pada penelitian di STIKes Mitra Keluarga yang menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian gizi lebih di STIKes Mitra Keluarga tahun 2020 (Noerfitri, Putri and Febriati, 2021).

Berdasarkan analisis data dapat dilihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok perilaku konsumsi *fast food* sering lebih tinggi daripada kelompok perilaku konsumsi *fast food* jarang. Namun, remaja yang memiliki perilaku konsumsi *fast food* sering bukan hanya salah satu yang dapat dijadikan acuan dalam menentukan apakah remaja mengalami obesitas. Selain asupan energi tinggi, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian obesitas, yaitu tidak melakukan olahraga yang seimbang. Mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi energi, tinggi lemak seperti *fast food* tanpa dibarengi dengan olahraga, akan berdampak pada kesehatan tubuh seseorang dan bisa mengakibatkan obesitas pada remaja (Kurdanti et al., 2015). Obesitas dapat terjadi pada seseorang jika lemak yang didapat dari makanan cepat saji tidak didampingi dengan melakukan olahraga, sehingga lemak tersebut akan tersimpan dan menumpuk di dalam tubuh (Budiarti, 2021).

KESIMPULAN

Hasil uji *Chi-Square* didapatkan *p-value* pengetahuan konsumsi *fast food* (0,474), sikap konsumsi *fast food* (0,406), perilaku konsumsi *fast food* (0,634) dan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi *fast food* dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi. Disarankan kepada responden untuk mempertahankan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku yang sudah baik dengan meningkatkan kesadaran terkait informasi mengenai konsumsi *fast food* dan kaitannya terhadap obesitas. Lalu kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk memperhatikan waktu pengambilan data FFQ saat periode Ramadhan, di mana pada bulan ini seluruh umat Muslim diwajibkan untuk berpuasa selama satu bulan penuh sehingga dapat mempengaruhi konsumsi makan responden selama satu bulan terakhir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Izinkanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada responden yang telah berkenan untuk mengikuti penelitian ini dari awal hingga akhir. Selain itu, penulis ucapkan terima kasih kepada institusi STIKes Mitra Keluarga serta seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian ini dari awal sampai akhir sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan* (Ed. 1). Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Anshari, Z. (2019). Gambaran Pengetahuan , Sikap, dan Tindakan Pelajar Tentang Makanan Cepat Saji (Fast Food) di Mts Al-Manar Medan. *Best Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 2(1), 46–52. <https://doi.org/10.30743/best.v2i1.1776>
- Budiarti, A. (2021). *KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA DI SURABAYA*. 11(2), 8–14.
- Destrianti, I., Warlina, R., Netty, & Widyarni, A. (2020). *HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN MENGGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA SMPN 15 BANJARMASIN TAHUN 2020*. 1–6.
- Kemendes RI. (2013). *Risikesdas dalam Angka Provinsi Jawa Barat 2013*.
- Kemendes RI. (2019a). *Laporan Nasional Risikesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemendes RI. (2019b). Laporan Provinsi Jawa Barat Risikesdas 2018. In *Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan*. <https://litbang.kemkes.go.id>
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179–190. <https://doi.org/10.1016/j.gendis.2020.11.005>
- Mardiana, M., Titania, D., Dirgandiana, M., Fahrizal, M. F., & Sari, P. A. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Obesitas pada Remaja di RT 15 Dusun 3 Desa Loa Kulu Kota Kecamatan Loa Kulu Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur 2019. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(4), 279–283. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.4.279-283>
- Maswati, M., Syarif, W., & Gusnita, W. (2018). Perilaku Konsumen Remaja Dalam Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Di Pizza Hut Basko Grand Mall Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Keluarga*, 9(2), 38. <https://doi.org/10.24036/jpk/vol9-iss2/59>
- Mulyati, S. (2018). *PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG MAKANAN SERTA POLA MAKAN PADA SISWA KELAS XI SMK N 4 YOGYAKARTA*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Noerfitri, N., Anindita, R., Sianturi, R., & Pradana, A. A. (2023). *Manajemen Analisis Data*. Matematika.
- Noerfitri, Putri, T. W., & Febriati, R. U. (2021). Hubungan antara Kebiasaan Melewatkan Sarapan, Konsumsi Sayur Buah dan Fast Food, Aktivitas Fisik, Aktivitas Sedentary dengan Kejadian Gizi Lebih. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 56–63. <https://doi.org/10.52022/jikm.v13i2.205>
- Nurhidayati, T., Purwanto, H., Atmojo, L. K., & Nasyikin, M. (2021). Karakteristik Jiwa Remaja Dan Penerapannya Menurut Islam. *Angewandte Chemie International*

- Edition, 6(11), 951–952., 09(02), 5–24.*
- Pamelia, I. (2018). Fast Food Consumption Behavior in Adolescent and ITS Impact for Health. *Jurnal IKESMA, 14(2)*, 144–153.
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthè: Penelitian Multidisiplin, 4(1)*, 31. <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>
- Setiawati, F. S., Mahmudiono, T., Ramadhani, N., & Hidayati, K. F. (2019). Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019. *Amerta Nutrition, 3(3)*, 142. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.142-148>
- Sukma, D. C. (2014). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dalam Memilih Makanan Jajanan dengan Obesitas pada Remaja di SMP Negeri 2 Brebes.* 1–2.
- Yetmi, F., Harahap, F. S. D., & Lestari, W. (2021). Analisis Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Fast Food pada Siswa di SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa, 6 no 1(1)*, 1–23.