

ABSTRAK

GAMBARAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI (*JUNK FOOD*) PADA REMAJA DI RW 07 KELURAHAN GRENDENG KECEMATAN PURWOKERTO UTARA

Fitrah Tulrrizqiah¹, Wastu Adi Mulyono², Akhyarul Anam³

Latar Belakang: Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi juga telah mendorong hadirnya berbagai jenis makanan salah satunya adalah makanan siap saji atau disebut sebagai *junk food*. Konsumsi makanan siap saji yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan terutama pada remaja seperti penyakit obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden, gambaran jenis dan frekuensi konsumsi makanan *junk food* pada remaja.

Metodologi: Desain Jenis penelitian yang digunakan penulis bersifat deskriptif dan kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini menggunakan *cross sectional design*. Responden penelitian yaitu remaja usia 13-21 tahun di RW 07 Kelurahan Grendeng, Purwokerto Utara. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisisioner dan lembar makanan (*food list*). Data dianalisis dengan analisis univariat.

Hasil Penelitian: Responden penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan (81%), kategori IMT normal (71%), usia 16 sampai 18 tahun (40%), frekuensi konsumsi tinggi (64.29%), dan dengan kebutuhan kalori rendah (38.57%). Terdapat 5 jenis *junk food* yang digunakan pada penelitian ini yaitu gorengan, olahan daging, *fast food*, manisan, dan minuman. Sepuluh makanan yang paling sering dikonsumsi yaitu tempe goreng (12.914), sosis goreng saos (7.343), mie instan (7.043), bakwan (5.443), tahu isi (4.543), nugget goreng (4.129), risol (3.886), batagor (3.329), es krim (3.071), siomay (2.786). Mayoritas responden memiliki pengetahuan sedang (67.143%), persepsi tinggi (54.286), dan sikap yang negative (50%).

Kesimpulan: Gambaran frekuensi konsumsi *junk food* remaja di Kelurahan grendeng tinggi dengan jenis *junk food* yang sering di konsumsi adalah gorengan, olahan daging, *fast food*, dan minuman.

Kata Kunci: *junk food*, konsumsi, obesitas

ABSTRACT

DESCRIPTION OF THE FREQUENCY OF *JUNK FOOD* CONSUMPTION IN YOUTH IN RW 07 KELURAHAN GRENDENG KECEMATAN PURWOKERTO UTARA

*Fitrah Tulrrizqiah*¹, *Wastu Adi Mulyono*², *Akhyarul Anam*³

Background: The times and technological advances have also encouraged the presence of various types of food, one of which is fast food or referred to as *junk food*. Consumption of fast food can cause health problems, especially in adolescents such as obesity. This study aims to determine the characteristics of respondents, describe the type and frequency of consumption of *junk food* in adolescents.

Methodology: Design The type of research used by the author is descriptive and quantitative. This associative quantitative research uses a cross sectional design. Research respondents are teenagers aged 13-21 years in RW 07, Grendeng Village, North Purwokerto. Instruments The instruments used in this study were questionnaires and food lists. Data were analyzed by univariate analysis.

Research Results: The majority of respondents in this study were female (81%), normal BMI category (71%), age 16 to 18 years (40%), high consumption frequency (64.29%), and low calorie needs (38.57%) . There are 5 types of *junk food* used in this study, namely fried foods, processed meats, fast food, sweets, and drinks. The ten most frequently consumed foods were fried tempeh (12,914), fried sausage with sauce (7,343), instant noodles (7,043), bakwan (5,443), stuffed tofu (4,543), fried nuggets (4,129), risol (3,886), batagor (3,329), ice cream (3,071), dumplings (2,786). The majority of respondents have moderate knowledge (67,143%), high perception (54,286), and negative attitude (50%).

Conclusion: The description of the frequency of adolescent *junk food* consumption in Grendeng Village is high with the types of *junk food* that are often consumed are fried foods, processed meats, fast food, and drinks.

Keywords: *junk food*, consumption, obesity