



HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

Anatasya Heryani

Universitas Safin Pati

Feri Catur Yuliani

Universitas Safin Pati

Rizal Fajri

Universitas Safin Pati

Jl. Raya Pati - Tayu No.Km 13, Ketanen, Kec. Trangkil, Kabupaten Pati, Jawa Tengah 59153

Korespondensi penulis: anatasyaheryani531@gmail.com

Background: Data from RISKESDAS 2018 Indonesian adolescents aged 15-20 years, found that adolescents consume instant noodles or other instant foods with a prevalence of more than 1 time per day 11.2%, more than 1 to 6 times per week 67.6%, and less than 3 times per month 21.2%. This can cause health problems

Objective: This study aims to determine the relationship of fast food consumption patterns with nutritional status in adolescents at SMP N 1 Ngawen.

Research method: This research is a type of quantitative correlation. With a cross sectional approach. Sampling using simple random sampling obtained 89 respondents. The instrument used ffq questionnaire and tools using scales and microtoice. Data were analysed using spearman rank.

Results: Characteristics of respondents in this study the majority of 14 years (36.0%), female gender 44 (49.4%), male 45 (50.6%), the majority of patterns 45 (50.6%) and consumption of the majority of nutritional status 57 (64.0%). Spearman rank results obtained a value of 0.772 (> 0.05).

Conclusion: There is no relationship between fast food consumption patterns and nutritional status in adolescents at SMP N 1 Ngawen.

Keywords: Fast food, Adolescents, Nutritional status.

Latar belakang : Data dari RISKESDAS 2018 remaja Indonesia usia 15-20 tahun, ditemukan bahwa remaja mengonsumsi mie instan atau makanan instan lainnya dengan prevalensi lebih dari 1 kali per hari 11,2 %, lebih dari 1 hingga 6 kali per minggu 67,6%, dan kurang dari 3 kali per bulan 21,2%. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi pada remaja di SMP N 1 Ngawen.

Metode penelitian : Penelitian ini merupakan jenis korelasi kuantitatif. Dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan simple random sampling didapatkan 89 responden. Instrument yang digunakan kuesioner ffq dan alat menggunakan timbangan dan microtoice. Data dianalisis menggunakan spearman rank.

Hasil : Karakteristik responden pada penelitian ini mayoritas 14 tahun (36.0 %), berjenis kelamin perempuan 44 (49.4 %), laki – laki 45 (50.6 %), mayoritas pola 45 (50.6 %) dan konsumsi mayoritas status gizi 57 (64.0 %). Hasil spearman rank diperoleh nilai sebesar 0,772 ($> 0,05$).

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi pada remaja di SMP N 1 Ngawen.

Kata kunci : Makanan cepat saji, Remaja, Status gizi.

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) menerbitkan data laporan pada tahun 2014 bahwa lebih dari 1,9 miliar remaja di seluruh dunia mengalami kelebihan berat badan dan 600 juta remaja mengalami obesitas (Alfora et al., 2023). Jutaan anak - anak dan remaja Indonesia berada dalam resiko, akibat tingginya jumlah anak - anak yang mengalami stunting dan wasting seperti beban ganda malnutrisi, yang meliputi kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Pada tahun 2018 hampir 3 dari setiap 10 anak dibawah usia 5 tahun mengalami stunting dan 1 dari setiap 10 anak mengalami wasting. 1 dari 5 (20%) anak usia sekolah dasar dan sekitar 15 % remaja mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Dua juta anak dibawah usia 5 tahun menderita malnutrisi akut yang parah, sebuah penyakit yang bisa berakibat fatal jika tidak ditangani (UNICEF, 2014).

Menurut RISKESDAS (2018), prevalensi status gizi (IMT/U) pada remaja berusia 13-15 tahun di Indonesia pada tahun 2018 adalah sangat kurus 1,9%, kurus 6,8%, normal 75,3%, gemuk 11,2%, dan obesitas 4,8%. Di kota klaten pada tahun 2018, prevalensi status gizi (IMT/U) pada remaja berusia 13-15 tahun adalah sangat kurus 0,71%, kurus 5,15%, normal 82,18%, gemuk 9,92%, dan obesitas 2,04% (Riskesdas Jawa Tengah, 2018).

Berdasarkan kebiasaan makan remaja, makanan cepat saji dipilih karena mereka memiliki jadwal belajar atau beraktivitas yang padat, bangun kesiangan (kesiangan), dan malas makan siang dalam porsi kecil. Mereka memilih makanan cepat saji karena disajikan dengan cepat, hemat waktu dan dapat disajikan kapanpun, dimanapun dengan lokasi pelayanan yang nyaman. Makanan yang higienis, terjangkau, lezat, dianggap sebagai hidangan bergengsi, hidangan modern, dan juga hidangan yang disukai anak

muda (Lutfi, 2015). Remaja juga seringkali untuk mencoba makanan baru, termasuk makanan cepat saji (Nurnaini & Asthiningsih, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Oktober 2023 dengan menggunakan lembar kuisisioner dan pengamatan dari 10 remaja pola konsumsi makanan cepat saji lebih dari 2 kali per minggu 9 orang dan status gizi remaja 6 orang kurus, 2 orang gemuk dan 2 orang ideal, sehingga peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul hubungan pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 1 Ngawen Klaten.

KAJIAN TEORITIS

Pola Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi

Pola konsumsi merupakan informasi mengenai jenis, jumlah, dan frekuensi konsumsi pangan yang dapat dijadikan dasar dalam menentukan asupan gizi harian suatu kelompok (Adu & Boeky, 2021).

Pola konsumsi masyarakat dapat menunjukkan tingkat keberagaman pangan masyarakat, pola konsumsi ini mencakup berbagai informasi tentang jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh individu dan merupakan ciri khas untuk kelompok masyarakat tertentu. Kebiasaan, kesenangan, budaya, agama, ekonomi, lingkungan alam, dan faktor lain semuanya mempengaruhi pola konsumsi masyarakat (Kunci & Jajanan, 2023).

Makanan cepat saji adalah jenis makanan yang disiapkan dan disajikan dengan cepat dan memiliki lebih banyak lemak jenuh, gula, garam, dan energi daripada jenis makanan lain, tetapi lebih sedikit serat (Vira Yuliana Suprayitno et al., 2023).

Kondisi tubuh yang disebabkan oleh makanan yang dikonsumsi, penyerapan, dan penggunaan makanan oleh tubuh dikenal sebagai status gizi (Firdausia Ismi Nurhayati et al., 2021). Status gizi dapat didefinisikan sebagai perwakilan dari keadaan keseimbangan atau representasi nutrisi dalam bentuk variabel tertentu. Kebutuhan gizi seperti energi, asam amino, protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral (Fatmawati & Munawaroh, 2023).

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian kuantitatif Analitik observasional penelitian yang menganalisis hubungan antara dua atau lebih variabel, dan hanya dilakukan pengamatan tanpa dilakukan intervensi pada subjek penelitian (Sugiyono, 2020). Desain penelitian ini menggunakan survey analitik menurut (Sugiyono, 2020) survey analitik adalah penelitian yang bertujuan untuk mempelajari cara dan mengapa fenomena terjadi. Selanjutnya, dilakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena, baik antara faktor resiko maupun faktor efek. Dengan metode pendekatan *cross-sectional*, kajian dilakukan secara bersamaan dengan pengumpulan data untuk variabel bebas dan terikat (Sugiyono, 2020). Variabel adalah dalam teori, variabel dapat didefinisikan sebagai sifat individu atau objek yang berbeda antara individu dan objek atau antara satu objek dan objek lainnya (Sugiyono, 2020). Terdapat 2 variabel yaitu variabel bebas (pola konsumsi makanan cepat saji) dan variabel terikat (status gizi).

Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini di laksanakan pada bulan Oktober s.d Juni 2024 di SMP N 1 Ngawen.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah siswa siswi kelas VII, VIII, IX di SMP N 1 Ngawen Klaten dengan berjumlah 762. Pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling* yaitu metode ini digunakan dalam kasus di mana populasi memiliki anggota atau komponen yang tidak homogen dan berstrata secara proposional (Sugiyono, 2020). Penentuan jumlah sampel penelitian menggunakan rumus slovin didapatkan 89 sampel.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, metode frekuensi makanan (*food frequency questionnaire*) digunakan untuk melakukan penilaian konsumsi pangan sebagai cara untuk mengukur keadaan konsumsi pangan, yang kadang-kadang digunakan untuk menilai status gizi. Metode frekuensi makan digunakan untuk mengumpulkan data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau mengkonsumsinya jadi selama periode

tertentu, seperti hari, minggu, bulan, atau tahun. Kuesioner berisi berupa 10 pertanyaan dengan 6 pilihan jawaban alat ukur instrument ini dapat digunakan karena sudah diuji melalui uji validitas dan uji reabilitas. Pada status gizi untuk menjaga agar angka yang di dapatkan valid maka menggunakan alat timbangan dan microtoice yang berstandar SNI.

Analisis Data

Analisis univariat adalah analisis data yang menganalisis satu variabel secara mandiri, artinya tiap variabel dianalisis sendiri tanpa mempertimbangkan variabel lain (Sugiyono, 2020). Analisis univariat bertujuan untuk untuk mengetahui karakteristik responden distribusi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, kategori pola konsumsi, kategori gizi.

Analisis bivariat digunakan untuk mengevaluasi bagaimana variabel *independent* (pola konsumsi makanan cepat saji) dan variabel *dependent* (status gizi pada remaja) berkorelasi satu sama lain. Uji statistik yang digunakan pada penelitian adalah *Spearman Rank* dengan menggunakan program bantuan IBM SPSS 26. Uji korelasi *Spearman Rank* yaitu untuk mencari hubungan atau menguji signifikansi hipotesis asosiatif bila masing - masing variabel yang dihubungkan berbentuk ordinal (Sugiyono, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Meliputi : usia dan jenis kelamin

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi usia responden

USIA		
Usia	Frequency	Percent
Valid 12	8	9.0
13	30	33.7
14	32	36.0
15	19	21.3
Total	89	100.0

Sumber : Data primer, 2024.

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

Berdasarkan tabel 4. 1 bahwa mayoritas responden berusia 14 tahun sebanyak 32 responden (36.0 %) dan Sebagian kecil responden berusia 12 tahun sebanyak 8 responden (9.0 %).

Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

JENIS KELAMIN		
Jenis Kelamin	Frequency	Percent
Valid Perempuan	44	49.4
Laki – laki	45	50.6
Total	89	100.0

Sumber : Data Primer, 2024.

Berdasarkan tabel 4. 2 bahwa responden mayoritas berjenis kelamin laki – laki sebanyak 45 reponden (50.6 %).

2. Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Tabel 4.3 distribusi frekuensi pola konsumsi responden

POLA KONSUMSI			
	Pola konsumsi	Frequency	Percent
Valid	KONSUMTIF	44	49.4
	TIDAK KONSUMTIF	45	50.6
	Total	89	100.0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4. 3 bahwa responden dengan kategori konsumtif sebanyak 44 reponden (49.4 %) dan responden dengan kategori tidak konsumtif sebanyak 45 responden (50.6 %).

3. Status Gizi

Tabel 4. 4 Diatribusi frekuensi status gizi responden

STATUS GIZI			
Status gizi	Frequency	Percent	
Valid	THINNES	6	6.7
	NORMAL	57	64.0
	OVERWEIGHT	14	15.7
	OBESSE	12	13.5
	Total	89	100.0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4. 4 bahwa mayoritas responden dengan status gizi normal sebanyak 57 responden (64.0 %) dan Sebagian kecil responden dengan status gizi thinnes 6 responden (6.7 %).

4. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMP N 1 Ngawen.

Tabel 4.5 Hubungan pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi

Correlations				
			Pola Konsumsi	Status Gizi
Spearman's rho	Pola Konsumsi	Correlation	1.000	.031
		Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.	.772	
		N	89	89
	Status Gizi	Correlation	.031	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.772	.
		N	89	89

Sumber : Data Primer, 2024

Dari tabel 4. 5 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi karena nilai sig. (2-tailed) $0,772 > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi yang dialami responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pola konsumsi makanan cepat saji remaja di SMP N 1 Ngawen mayoritas tidak konsumtif sebanyak 45 sampel (50.6 %) dan kategori konsumtif sebanyak 44 sampel (49.4 %) sehingga dapat dikatakan mayoritas pada penelitian ini tidak konsumtif.
2. status gizi remaja di SMP N 1 Ngawen sebagian besar tergolong normal sebanyak 57 responden (64.0 %).
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi pada remaja di SMP N 1 Ngawen ditunjukkan pada hasil nilai sig. (2-tailed) $0,772 > 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya bisa mengembangkan atau menambahkan faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi.

2. Bagi universitas safin pati

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan serta dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa.

3. SMP Negeri 1 Ngawen

Diharapkan pihak sekolah memberikan penyuluhan pengetahuan mengenai pola konsumsi menu seimbang dan status gizi normal secara rutin kepada remaja.

DAFTAR REFERENSI

adica. (2022). *informasi pendidikan dan kebudayaan*. Adica.
<https://www.silabus.web.id/teori-pola-konsumsi-pola-makan/>

Adimin, A. N., Arrijani, & Tengker, A. C. C. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Biologi Universitas Negeri Manado. *Jurnal Sains Pendidikan Biologi*, 3(1), 27–34.

Adu, A. A., & Boeky, D. (2021). Pola Konsumsi Pasien Covid-19 yang Melakukan Isolasi Mandiri Selama PPKM Level 4. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 214–221.
<https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2918>

Aghnia, S., & Setyaningsih, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Status Gizi terhadap Pola Konsumsi Fast Food dan Soft Drink pada Siswa SMKN 1 Kota Tegal. *Era Klinis: Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan*, 1(1), 13–18.

Alfiani, D., Putri, M. P., & Widayanti, W. (2022). Literature Study: Obesitas sebagai Faktor Risiko pada Kanker Payudara Triple Negative. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1), 326–329. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v2i1.760>

Alfora, D., Saori, E., & Fajriah, L. N. (2023). Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 43–49.

Arlus, A., Sudargo, T., & Subejo, S. (2017). Hubungan Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Ketahanan Nasional*, 23(3), 359.

Astrida Budiarti, M. P. P. U. (2021). *konsumsi makanan cepat saji pada remaja surabaya*. *11*(2), 8–14.

Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, *April*, 197–204.

Chaterina, R., Supriyadi, & Kurniawan, A. (2019). Hubungan Pola Konsumsi , Aktivitas Fisik dan Jumlah Uang Saku dengan Status Gizi pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang Tahun 2019. *Sport Science and Health*, *1*(1), 22–27. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/download/9984/4488>

Cono, E. G., Nahak, M. P. M., & Gatum, A. M. (2021). Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Status Gizi pada Balita Usia 12-59 Bulan di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Chmk Health Journal*, *5*(1), 16.

Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, *1*(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>

DR.Rusdin Djibu, M. P. (2023). *PERKEMBANGAN REMAJA*. [https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=0fTLEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA155&dq=Remaja,+A.+H.+P.+\(2023\).+Perkembangan+Remaja.+Psikologi+Perkembangan,+155.&ots=I5oNHaasJw&sig=oixescD7mlwEqDVynQUKQ0TSzhk](https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=0fTLEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA155&dq=Remaja,+A.+H.+P.+(2023).+Perkembangan+Remaja.+Psikologi+Perkembangan,+155.&ots=I5oNHaasJw&sig=oixescD7mlwEqDVynQUKQ0TSzhk)

Dwi Pratiwi, T., Masrul, M., & Yerizel, E. (2016). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *5*(3), 661–665. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.595>

Fatmawati, F., & Munawaroh, M. (2023). Hubungan Pengetahuan, Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil Di Upt Puskesmas Bojonegara Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *2*(6), 1873–1882. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i6.977>

Fatmawaty Suaib, Retno Sri Lestari, Agustian Ipa, R. M. (2023). Fast food. *Engineering*, *247*(1), 26–28. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1695-2_366

Fauna, J., & Karangmalang, N. (2021). Peranan Transforming Growth Factor β -1 (TGF β -1) dalam Perkembangan Penyakit Jantung Akibat Induksi Diet Lemak Tinggi. *30*(1), 8–13.

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

Fauziyyah, Z. R., & Solikhah, S. (2021). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Hipertensi. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 24(1), 31–37. <https://doi.org/10.22435/hsr.v24i1.2986>

Firdausia Ismi Nurhayati, Nugroho, B., & Yuniar Purbasari, I. (2021). Implementasi Metode Decision Tree Pada Identifikasi Status Gizi Balita. *Jurnal Informatika Dan Sistem Informasi*, 2(2), 204–213. <https://doi.org/10.33005/jifosi.v2i2.326>

Firdausiah, S., Karlina, N. H., & Maeni, P. (2023). Perancangan Motion Graphic Mengenai Pubertas Bagi Remaja di Kampung KB Gugunungan Kabupaten Bandung. *ArtComm : Jurnal Komunikasi Dan Desain*, 6(1), 45–53. <https://doi.org/10.37278/artcomm.v6i1.601>

Gannika, L. (2023). Hubungan Status Gizi dengan Tumbuh Kembang Pada Anak Usia 1-5 Tahun : Literature Review. *Jurnal Ners*, 7(1), 668–674. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.14198>

Gulo, N. E. (2020). *HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MAHASISWI STIKes SANTA ELISABETH MEDAN TAHUN 2020*. 1–78.

Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>

Hardiansyah, Rahman, A., & Nurlela. (2022). Pola Konsumsi Pada Bulan Ramadhan di Desa Mangepong Kecamatan Turatea Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Kajian Sosial Dan Budaya*, 6(2), 11–18.

Jazuli, L., & Fauzi, A. (2023). Analisis Tingkat Kepatuhan Siswi Remaja dalam Mengonsumsi Makanan Bergizi terhadap Pencegahan Stunting di Kabupaten Karawang. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3), 2039–2047. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1770>

Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1199>

Karolina, S. (n.d.). 2018. *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN FAST FOOD TERHADAP STATUS GIZI PADA ANAK SMP MUHAMMADIYAH LUBUK PAKAM KAB. DELI SERDANG*, 1–26.

KEMENKES RI. (2023a). *pengaruh makanan cepat saji terhadap remaja*. KEMENKES RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2182/pengaruh-makanan-cepat-saji-terhadap-kesehatan-remaja#:~:text=Makanan cepat saji dapat meningkatkan,juga akan mempengaruhi kesehatan gigi.

KEMENKES RI. (2023b). *USIA REMAJA*. KEMENKES RI. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=5dc7fe12675ecf58JmltdHM9MTY5ODEwNTYwMCZpZ3VpZD0xMWFjNDhmMS0zZjk3LTY1ZWYtMGI5Mi01Yjk2M2VjYTY0YmUmaW5zaWQ9NTE4Mg&pfn=3&hsh=3&fclid=11ac48f1-3f97-65ef-0b92-5b963eca64be&psq=usia+remaja+kemenkes+ri&u=a1aHR0cHM6Ly9heW9zZWVhdC5rZW>

Kunci, K., & Jajanan, P. K. (2023). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA SEKOLAH DI SD NEGERI 165 PEKANBARU*. 06(02), 41–54.

Kusuma, U., & Surakarta, H. (2023). *Hubungan Status Gizi Kurang Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Pada Anak Usia 3 – 4 Tahun*. 000, 1–9.

Lestari, D. F., Satriawan, D., Duya, N., Febrianti, E., & Wulansari, S. S. (2023). *Penilaian Status Gizi Secara Antropometri Fisik pada Siswa Perempuan di SMPIT Generasi Rabbani Kota Bengkulu*. *JPkMN*, 4(2), 1360–1366.

Makarim, dr. F. R. (2022). *4 Alasan Anak Menyukai Makanan Cepat Saji*. Halo Doc. <https://www.halodoc.com/artikel/4-alasan-anak-menyukai-makanan-cepat-saji>

Mulyani, N. S., Arnisam, A., Fitri, S. H., & Ardiansyah, A. (2020). *Faktor Penyebab Obesitas Pada Remaja Putri Di Aceh Besar*. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1), 44–47. <https://doi.org/10.31983/jrg.v8i1.5472>

Munawaroh, S. (2015). *Pola Asuh Mempengaruhi Status Gizi Balita Relationship of Parenting Pattern and Toddlers' Nutritional Status*. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 44–50.

Muthi'ah, Negara, T. D. W., Maharani, & Albadi, F. (n.d.). 2023. *EDUKASI PENILAIAN STATUS GIZI ANAK USIA DINI*.

HUBUNGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMP N 1 NGAWEN

Nasution*, F., Andilala*, & Ambali Azwar Siregar*. (n.d.). *FAKTOR RISIKO KEJADIAN DIABETES MELLITUS*. 9(2), 94–102.

Ningsih, I. D. (2017). Hubungan kesehatan lingkungan terhadap status gizi anak prasekolah di kelurahan semanggi dan sangkrah kecamatan pasar kliwon surakarta. *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–14. http://eprints.ums.ac.id/27228/11/2._NASKAH_PUBLIKASI.pdf

Nisa, H., Dwi Yuliana, A., Fauzia Salsabila, S., & Nur Fadhillah, A. (2022). Hubungan Karakteristik Individu Dan Gaya Hidup Sedentari Dengan Status Gizi Lebih Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 16(1), 55–63. <https://doi.org/10.36082/qjk.v16i1.519>

Nur Hasanah, M., & Tanziha, I. (2023). Pengetahuan Gizi, Konsumsi Fast Food, Asupan Serat, dan Status Gizi Siswa SMA KORNITA. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(2), 74–82. <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.2.74-82>

Nurnaini, I., & Asthiningsih, N. W. (2020). Hubungan Sikap dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1738–1742.

Pamelia, I. (2018). Fast Food Consumption Behavior in Adolescent and ITS Impact for Health. *Jurnal IKESMA*, 14(2), 144–153.

Putri, E. B. P., & Setyowati, A. (2021). Pengetahuan Gizi dan Sikap Remaja Dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji Selama Masa Study From Home (SFH). *Sport and Nutrition Journal*, 3(2), 25–33.

Putri, M. P., Dary, D., & Mangalik, G. (2022). Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 11(1), 6–17. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31645>

Ri, p2ptm kemkes. (2018). *klasifikasi obesitas setelah pengukuran IMT*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>

Riskesdas Jawa Tengah. (2018). Riskesdas provinsi jawa tengah. In *Kementerian Kesehatan RI*.

Rosita, E., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Perilaku Prosocial. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 279. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7413>

Sugiyono, P. D. (2020). *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D* (M. dr. ir. Sutopo. S.Pd (ed.)).

Sumilat, D. D., & Fayasari, A. (2020). Hubungan Aktivitas Sedentari Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa Universitas Nasional. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 01(01), 1–10.

Suryani, I. S., Sulastri, M., & Hasrinurhidayat. (2020). 2020. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan*, 4(1), 79–84.

Susanti, S. E., Indrawati, V., & Surabaya, U. N. (2023). *JGK-Vol.15, No.2 Juli 2023*. 15(2), 190–197.

Syampurma, H. (2018). 2018. *STUDI TENTANG TINGKAT PENGETAHUAN ILMU GIZI SISWA-SISWI SMP NEGERI 32 PADANG*, 3(1), 88. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i1.69>

UNICEF. (2014). *No Title. UNICEF INDONESIA*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/topics/gizi>

Utami, J. R. P. A., Shifa, N. A., & Rukiah, N. (n.d.). 2024. *Hubungan Kebiasaan Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Tahun*. <https://doi.org/10.62383/vimed.v1i2.112>

Vira Yuliana Suprayitno, Romadhona, N., Surialaga, S., & Hermawan, N. A. (2023). Kaitan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 262–266. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.5951>

Wahyuningsih, U., Anwar, F., & Kustiyah, L. (2020). Kualitas Konsumsi Pangan Kaitannya Dengan Status Gizi Anak Usia 2-5 Tahun Pada Masyarakat Adat Kesepuhan Ciptagelar Dan Sinar Resmi. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(1), 1–11.

Wantina, M., Rahayu, L. S., & Yuliana, I. (2017). Keragaman Konsumsi Pangan Sebagai Faktor Risiko Stunting pada Balita Usia 6-24 Bulan. *Journal ARGIPA*, 2(2), 89–96.

Widiastuti, A. O., & Widiyaningsih, E. N. (2022). 2022. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Sekolah Menengah Atas Di Kota Surakarta*, 66–74.

Yamin, M., Jufri, A., Jamaluddin, J., & Khairuddin, K. (2021). Makanan Siap Saji dan Dampaknya terhadap Kesehatan Manusia. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(3), 116–124.