

## ABSTRAK

## ABSTRAK

Karima Nur Rahmatika, 2019 “**Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obeitaas Pada Remaja Di SK Cor Jesu Malang.**” Tugas Akhir, Program Studi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.(Dibawah Bimbingan : Ir. AAG. Anom Aswin, MPS)

Obesitas sering didefinisikan sebagai kondisi abnormal atau kelebihan lemak yang serius dalam jaringan adiposa sedemikian sehingga mengganggu kesehatan. Sering kali orang yang mengalami obesitas cenderung mempunyai aktivitas fisik ringan dan sering mengonsumsi *Fast Food*. Hal ini terjadi karena *Fast Food* mengandung tinggi kalori, tinggi lemak, tinggi natrium, tinggi gula dan rendah serat. Rendahnya aktivitas mengakibatkan sisa energi dalam tubuh disimpan dalam bentuk cadangan lemak. Berdasarkan data studi di SMK Cor Jesu Kota Malang pada 22 Mei 2019 siswa obesitas (17 %)

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian analitik dengan desain penelitian *cross sectional* dan menggunakan uji *chi-square*. Sampel penelitian sebanyak 19 responden siswa kelas 10 dan 11 pada masing-masing kelompok. Hubungan konsumsi *Fast Food* dan aktivitas dengan kejadian obesitas pada remaja dianalisis dengan *Chi-square* dengan  $\alpha = 0,05$

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan konsumsi fast food dengan kejadian obesitas ( $p\text{-value} = 0,036$ ) dan aktivitas fisik juga memiliki hubungan dengan kejadian obesitas ( $p\text{-value} = 0,01$ ). Saran bagi remaja lebih memperhatikan jenis dan variasi makanan dengan diimbangi aktivitas fisik agar terhindar dari obesitas. Saran bagi peneliti selanjutnya agar meneliti faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan kejadian obesitas pada remaja dengan jumlah subyek lebih banyak

Kata kunci : Obesitas, Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik