

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIV KEPERAWATAN
SKRIPSI, APRIL 2020**

ASMAH LAILA

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN KONSUMSI JUNK FOOD
DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMAN 2
PEKANBARU
XV + 46 Halaman + 13 Tabel + 1 Skema + 16 Lampiran**

ABSTRAK

***Latar Belakang:** Remaja pada usia sekolah dapat berisiko menjadi remaja obesitas. Kejadian overweight dan obesitas pada remaja disebabkan karena adanya perubahan pola makan dan aktifitas fisik. Konsumsi junk food lebih dari 6 kali perbulan dan aktivitas fisik yang rendah cenderung meningkatkan kejadian overweight dan obesitas pada remaja. **Tujuan:** mengetahui hubungan aktifitas fisik dan Konsumsi Junk Food terhadap obesitas remaja di SMAN 2 Pekanbaru. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional desain cross sectional. Pengambilan sampel dilakukan dengan purposive sampling. Subjek penelitian terdiri dari 89 responden. sedangkan kriteria normal, overweight dan obesitas menggunakan indikator IMT. Data frekuensi aktivitas dan konsumsi makanan dengan menggunakan kuesioner. **Hasil:** Hasil penelitian diketahui bahwa obesitas pada remaja sebanyak 21 siswa (21%), kebiasaan sering konsumsi junk food sebanyak 0 orang (0%) dan aktivitas fisik kurang sebanyak 31 orang (22.5 %). Ada hubungan secara signifikan kebiasaan konsumsi junk food ($p=0,003$) dan aktivitas fisik ($p=0,003$) dengan obesitas pada siswa SMA Kelas XI. **Simpulan:** bahwa kebiasaan sering konsumsi junk food dan aktivitas fisik sedang berhubungan secara signifikan terhadap obesitas pada siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 2 pekanbaru. Disarankan siswa dapat mempertahankan pola makan yang seimbang dan mengatur aktifitas fisik yang baik.*

Kata kunci : **Aktivitas Fisik, konsumsi Junk Food, Obesitas**
Daftar pustaka : **24 Referensi (2011-2020)**

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
SIA POLYTECHNIC OF HEALTH MINISTRY OF HEALTH RIAU
NURSING DIV STUCY PROGRAM
SCIENTECNIC PAPER, APRIL 2020**

ASMAH LAILA

**RELATIONSHIPS PHYSICAL ACTIVITY AND JUNK FOOD
CONSUMPTION OF STUDENTS WITH OBESITY IN SMAN 2
PEKANBARU**

Xv+ 46 Pages+ 13 Tables + 1 Schemes + 16 Attachment

ABSTRACT

Background: Teenagers at school age can risk being obese teenagers. The incidence of overweight and obesity in adolescents is caused by changes in diet and physical activity. Consumption of junk food more than 6 times a week and low physical activity tends to increase the incidence of overweight and obesity in adolescents. **Method :** find out the relationship between physical activity and Junk Food Consumption on adolescent obesity at SMAN 2 Pekanbaru. **Results :** Overall analysis using statistical analysis software to test significance level of $p < 0.05$. The survey results revealed that the obesity of children as many as 21 students (21%), the habit of frequent consumption of junk food as much as 0 people (0%) and physical activity were as many as 31 people (22.5%). There was a significant relationship habit of junk food consumption ($p=0,003$) and physical activity ($p=0,003$) with the obesity of high school students Class XI. **Conclusion :** That the habit of frequent consumption of junk food and physical activity is significantly related to obesity in class XI students of SMA Negeri 2 Pekanbaru.. It is suggested students are expected to maintain a balanced diet and physical activity are well set.

Keywords : Physical Activity, Junk Food Consumption, Obesity

References : 24 References (2011-2020)