

ABSTRAK

Desfhira Altafania. Gambaran Jenis Kudapan Pada Remaja Obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru. Dibimbing oleh Dr. Aslis Wirda Hayati, SP, M.Si dan Fitri, SP, MKM

Masalah kesehatan terkhusus masalah obesitas yaitu masalah yang sangat kompleks dan sebenarnya bukan masalah yang baru. Angka kejadian obesitas di Kota Pekanbaru tinggi dari tahun sebelumnya dan mayoritas ditemukan pada anak sekolah. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui jenis kudapan yang dikonsumsi oleh remaja obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif kualitatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Sampel dari penelitian ini adalah siswa obesitas kelas X dan XI sebanyak 57 orang. Data jenis kudapan dan kandungan gizi diperoleh dari kuesioner semi FFQ lalu di analisa menggunakan analisa univariat. Hasil penelitian di dapatkan frekuensi konsumsi kudapan pada anak obesitas di SMA Negeri 5 Pekanbaru pada kategori sering (50,9%) mengonsumsi kudapan atau jananan. Jenis kudapan yang banyak di konsumsi siswa yaitu makanan goreng – gorengan seperti bakwan, tempe goreng, bakso goreng dan nugget goreng. Kontribusi energi terhadap makanan kudapan yang dikonsumsi oleh siswa yaitu termasuk dalam kategori lebih (66,7%). Disarankan bagi remaja agar lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi dalam sehari-hari dan mengurangi konsumsi kudapan atau cemilan untuk menjaga kesehatan tubuhnya.

Kata Kunci : kudapan, asupan energi, obesitas, semi-ffq

ABSTRAK

Desfhira Altafania. Description of Types of Snacks in Obese Adolescents at SMA Negeri 5 Pekanbaru. Supervised by Dr.Asli Wirda Hayati, SP, M.Si and Fitri, SP, MKM

Health problems, especially obesity, are very complex problems and are actually not a new problem. The incidence of obesity in Pekanbaru City is higher than the previous year and the majority is found in school children. The aim of this research was to determine the types of snacks consumed by obese teenagers at SMA Negeri 5 Pekanbaru. This research is a qualitative descriptive study with a cross sectional approach. The sampling technique is total sampling. The sample from this research was 57 obese students in class X and XI. Data on snack types and nutritional content were obtained from the semi-FFQ questionnaire and then analyzed using univariate analysis. The research results showed that the frequency of snack consumption in obese children at SMA Negeri 5 Pekanbaru was in the category of frequently (50.9%) consuming snacks or snacks. The types of snacks that many students consume are fried foods such as bakwan, fried tempeh, fried meatballs and fried nuggets. The energy contribution to snacks consumed by students is included in the more category (66.7%). It is recommended that teenagers pay more attention to the food they consume every day and reduce their consumption of snacks or snacks to maintain their body health.

Keywords: snacks, energy intake, obesity, semi-ffq