

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) PADA ANAK SDN 01 SAMBIROTO KOTA SEMARANG

Dian Azmawati, Agus Sartono, Hapsari Sulistya K.

Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Semarang

asartono15@yahoo.com

ABSTRACT

School-aged children are children aged 6-12 years, have stronger physical, have individual character is also active and not dependent on parents. At this time the child is easily affected by the environment and lifestyle, one of which is the consumption pattern such as junk food consumption. Junk food is an unhealthy food and has little nutritional value. A person's consumption level can affect the Body Mass Index. Body Mass Index is a clue to determine the excess or underweight on a person's body. The purpose of this research is to know the relationship of junk food consumption habit with Body Mass Index (IMT) at SDN 01 Sambiroto Semarang.

Type of observational analytic study with cross sectional design. The number of research sample is 41 children taken by systematic random sampling method. The frequency of junk food consumption times in a month and the diversity of junk food consumption is measured by the Food Frequency (FFQ) method. The Body Mass Index is measured by $BB \text{ (kg)} / TB \text{ (m}^2\text{)}$. Weight is measured by weighing scales, while height is measured with microtoa. Standard Body Mass Index used is WHO AnthroPlus.

The results showed that respondents consumed junk food averaging 110.49 in a month ranging from 121 to 140 times. Level of diversity of junk food consumed by respondents, average 14.61 species ranged from 15 to 16 types of junk food in one month. 61.0% of respondents have normal nutritional status, as measured by Body Mass Index by age. Pearson correlation test results showed a relationship between the frequency of junk food consumption with body mass index ($p = 0.035$). There was no correlation between the diversity of junk food consumption and body mass index ($p = 0.119$). Frequency of consuming junk food is positively associated with overweight in children, so it needs to be controlled.

Keywords: Primary School Children, Junk Food, Body Mass Index

ABSTRACT

Anak usia sekolah adalah anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat, memiliki sifat individual juga aktif dan tidak bergantung pada orang tua. Pada masa ini anak mudah terpengaruh oleh lingkungan dan gaya hidup, salah satunya adalah pola konsumsi seperti konsumsi *junk food*. *Junk food* adalah makanan yang tidak sehat dan memiliki sedikit nilai gizi. Tingkat konsumsi seseorang dapat berpengaruh pada Indeks Masa Tubuh. Indeks Masa Tubuh adalah petunjuk untuk menentukan kelebihan atau kekurangan berat badan pada tubuh seseorang. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) pada anak SDN 01 Sambiroto Semarang.

Jenis penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian 41 anak yang diambil dengan metode *sistematis random sampling*. Frekuensi konsumsi *junk food* dalam kali perbulan dan keragaman konsumsi *junk food* diukur dengan metode Food Frequency (FFQ). Indeks Masa Tubuh diukur dengan BB (kg) /TB (m²). Berat badan diukur dengan timbangan injak, sedang tinggi badan diukur dengan mikrotua. Standar Indeks Masa Tubuh yang dipakai adalah WHO AnthroPlus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mengkonsumsi *junk food* rata-rata 110,49 kali dalam satu bulan dengan berkisar antara 121 – 140 kali. Tingkat keragaman *junk food* yang dikonsumsi responden, rata rata 14,61 jenis berkisar antara 15 – 16 jenis *junk food* dalam satu bulan. 61,0 % responden berstatus gizi normal, diukur dengan Indeks Masa Tubuh menurut umur. Hasil analisis uji Korelasi *Pearson* menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan Indeks Masa Tubuh ($p=0,035$). Tidak ditemukan adanya hubungan antara keragaman konsumsi *junk food* dengan Indeks Masa Tubuh ($p=0,119$). Frekuensi mengkonsumsi *junk food* berhubungan positif dengan kelebihan berat badan pada anak, sehingga perlu dikendalikan.

Kata Kunci : Anak SD, *Junk Food*, Indeks Masa Tubuh