

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, FEBRUARI 2015

CHRISTINE LEHOT

### **HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN BERESIKO YANG DIAWETKAN, AKTIFITAS FISIK, KONSUMSI SAYUR BUAH DAN STATUS GIZI PADA REMAJA PERKOTAAN DI PULAU JAWA (RISKESDAS 2007)**

Xiv, VI Bab, 106 Halaman, 10 Tabel, 4 Grafik

**Latar Belakang:** Kesehatan menjadi hal yang paling penting dalam mendukung kehidupan manusia. Obesitas adalah keadaan akumulasi lemak dalam tubuh yang abnormal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan. Beberapa factor yang mempengaruhi seperti kebiasaan konsumsi makanan beresiko yang diawetkan, aktifitas fisik dan konsumsi sayur buah.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi makanan beresiko yang diawetkan, aktifitas fisik, konsumsi sayur buah, dan status gizi pada remaja usia 15-18 tahun di perkotaan Pulau Jawa.

**Metode Penelitian:** Data yang digunakan data sekunder RISKESDAS 2007, dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah seluruh sampel remaja usia 15-18 tahun yang diteliti (n=7.418). Pengujian statistik menggunakan *uji t-test independent dan uji one-way annova*.

**Hasil:** Jumlah responden remaja usia 15-18 tahun dengan status gizi normal dan lebih berjumlah 7.418, dengan presentase konsumsi makanan beresiko yang diawetkan 59,5%, melakukan aktifitas fisik berat 12,4%, aktifitas fisik sedang 79%, dan yang melakukan aktifitas fisik ringan 8,6%, konsumsi sayur 13,1% dan yang konsumsi buah 26,1%. Hasil uji statistik mengatakan tidak ada hubungan kebiasaan konsumsi makanan beresiko yang diawetkan, aktifitas fisik, maupun konsumsi sayur terhadap status gizi dan terdapat hubungan konsumsi buah dan status gizi pada remaja usia 15-18 tahun diperkotaan Pulau Jawa

**Kesimpulan:** Perlu dilakukan upaya pendidikan gizi bagi anak remaja untuk menghindari konsumsi makanan diawetkan, dan menyesuaikan asupan dengan aktifitas fisik dan perbanyak konsumsi sayur buah agar status gizi tetap terjaga.

Kata kunci : Konsumsi makanan yang diawetkan, Aktifitas Fisik, Konsumsi sayur buah, Status Gizi.

Daftar Pustaka : 30 (1996-2013)