

HUBUNGAN KONSUMSI *SUGAR SWEETENED BEVERAGES* DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA DI SMKN 32 JAKARTA

Novtia Ristiana Khalda¹, Khoirul Anwar²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Teknologi Pangan dan Kesehatan, Universitas Sahid, Jakarta

Abstrak: Kegemukan dan obesitas menjadi salah satu masalah kesehatan yang meningkat setiap tahun di seluruh belahan dunia. Peningkatan status gizi lebih menjadi

masalah kesehatan seseorang dipengaruhi oleh jumlah asupan energi yang berlebih

selama 10 tahun terakhir yang terfokus pada asupan *junk food* dan minuman berpemanis. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan konsumsi *sugar sweetened beverages* dengan status gizi lebih pada remaja di SMKN 32 Jakarta.

Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain penelitian *cross sectional*.

Subjek penelitian adalah siswa dan siswi berusia 16–18 tahun yang bersekolah di

SMKN 32 Jakarta sebanyak 80 orang yang dipilih secara *consecutive sampling*.

Data

konsumsi *sugar sweetened beverages* diperoleh dari kuesioner BEVQ-15 (*Beverage Questionnaire*) selama satu bulan terakhir. Analisis uji hubungan menggunakan uji

Rank Spearman. Status gizi lebih pada remaja sebanyak 35 responden terdiri dari 8

responden (22.2%) laki-laki dan 27 responden (77.1%) perempuan dan frekuensi konsumsi *sugar sweetened beverages* pada jenis minuman *softdrink* sebesar 54,3%.

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara frekuensi konsumsi *sugar sweetened beverages* dengan status gizi responden yang mengonsumsi *softdrink*

($p=0,010$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara konsumsi *sugar sweetened beverages* dengan status gizi lebih pada remaja di SMKN 32

Jakarta.

Kata Kunci: Konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, Remaja, Status Gizi

Abstract: *Overweight and obesity is a health problem that is increasing every year in all parts of the world. An increase in nutritional status is more a health problem for a person influenced by the amount of excess energy intake over the past 10 years which has been included in the intake of junk food and sweetened drinks. This study aims to identify the relationship between consumption of sugar-sweetened beverages and overweight status in adolescents at SMKN 32 Jakarta. This research is an observational study with a cross sectional research design. The research subjects were students aged 16-18 years who attended SMKN 32 Jakarta as many as 80 people who were selected by consecutive sampling. Data on consumption of sugar-sweetened drinks was obtained from the BEVQ-15 (Beverage Questionnaire) questionnaire for the past month. Relationship test analysis using Spearman's Rank test. Overnutrition status in adolescents as many as 35 respondents consisting of 8 respondents (22.2%) male and 27 respondents (77.1%) female and the frequency of consumption of sweet and sweet drinks in the soft drink type was 54.3%. The results showed that there was a relationship between the frequency of sugar-sweetened drink consumption and the nutritional status of respondents who consumed soft drinks ($p=0.010$). The conclusion in this study is that there is a relationship between consumption of sugary sweet drinks and overweight status in adolescents at SMKN 32 Jakarta.*

Keywords: Adolescents, Consumption of Sugar Sweetened Beverages, Nutritional Status