

lingkungan dan mengalami pembentukan perilaku, yang menjadikan remaja lebih aktif, lebih banyak makan di luar rumah, dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan yang akan dimakannya, remaja juga lebih sering termotivasi mencoba-coba makanan baru, salah satunya adalah fast food, dimana hal tersebut dapat mempengaruhi status gizi remaja (Imtihani, 2013).

Masalah gizi yang dialami remaja umumnya seperti kelebihan berat badan/obesitas atau kekurangan zat gizi. Status gizi dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik dan lebih. Status gizi normal merupakan suatu ukuran status gizi dimana terdapat keseimbangan antara jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan dari luar tubuh sesuai dengan kebutuhan individu (Munthofiah, 2019).

Berdasarkan ketentuan IMT (Indeks Massa Tubuh) pada WHO 2000, status gizi dikatakan normal jika batas nilai $18,50 - 22,99 \text{ kg/m}^2$, dikatakan kurang jika nilai $<18,50 \text{ kg/m}^2$, dan dikatakan lebih jika nilai $>23,00 \text{ kg/m}^2$ (Saufani *et al.*, 2022).

Fast food merupakan makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori dan lemak namun rendah serat. Konsumsi fast food yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya berbagai masalah gizi yang salah satunya yaitu status gizi lebih karena kandungan dari fast food yang dikonsumsi (Sulistiyowati *et al.*, 2019).

Secara umum banyak faktor yang mempengaruhi remaja mengonsumsi *fast food*, seperti pengetahuan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmojo, 2010). Berdasar teori yang ada, pengetahuan berpengaruh terhadap asupan makanan seseorang ini, yang hasil akhirnya asupan makanan akan berpengaruh pada status gizi

seseorang. Konsumsi makanan yang baik akan berdampak pada status gizi yang baik pula.

Di sekolah di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam pada saat jam istirahat siswa dan siswi diberi kebebasan untuk membeli makanan jajanan yang siap saji di kantin, seperti : mie instan, sosis tanpa merek, bakso sambal, roti bakar, saus tanpa merek, nasi goreng dengan porsi kecil yang murah, burger, makanan kemasan (snack).

Namun diketahui siswa dan siswi selain membeli makanan jajanan kantin sekolah, mereka juga membeli makanan jajanan diluar pagar sekolah pada saat pulang sekolah. Disamping itu makanan jajanan sebagian besar diduga mengandung energi dan lemak yang tinggi seperti, burger dengan roti yang tidak ada label, bakso sambal dengan saus yang tidak berlabel, sosis tidak berlabel, roti bakar yang dengan menggunakan margarin yang tidak bermerek, mie instant, bakso bakar, stick kentang goreng, mie ayam, gorengan, siomay, pangsit, donat, sosis, ayam goreng, dan lainnya.

Dari survey pendahuluan yang sudah dilakukan di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam pada sampel yang berjumlah 30 orang, telah dilakukan pengukuran status gizi menggunakan indikator tinggi badan dan berat badan. Dari hasil penimbangan tersebut terdapat 6,6% (2 orang) siswa berstatus gizi overweight, serta 43,4% (13 orang) siswa berstatus gizi underweight, dan 50% (15 orang) siswa berstatus gizi normal. Dari hasil wawancara serta pembagian kusioner untuk mendapatkan informasi awal tentang konsumsi *fast food*, umumnya siswa sangat menggemari fast food yang tersedia di kantin sekolah maupun diluar gerbang sekolah.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang, “Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi *Fast food* dengan Status Gizi Siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam”

B. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan pengetahuan dan konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan gizi dan pengetahuan *fast food* siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
- b. Menilai konsumsi *fast food* siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
- c. Menilai status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
- d. Menganalisa hubungan pengetahuan dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
- e. Menganalisa hubungan konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan peneliti dalam melakukan penelitian.

2. Bagi Sampel Peneliti

Dapat memberikan informasi tentang hubungan pengetahuan dan konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

3. Bagi Instansi Terkait

Sebagai referensi tentang hubungan pengetahuan dan konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.