

## HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN KEMASAN DENGAN RISIKO KEJADIAN OBESITAS PADA PELAJARA SMA N 51 JAKARTA TIMUR

Nesya iryani<sup>1</sup>, Sri Wuryanti<sup>2</sup>,Zulmaizarna<sup>3</sup>

Mahasiswa kedokteran , Universitas YARSI<sup>1</sup>

Staff Pengajar Ilmu Kedokteran, Universitas YARSI<sup>2</sup>

Staff Pengajar Bagian Agama Islam, Universitas YARSI<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Masalah kegemukan dan obesitas di Indonesia terjadi pada semua kelompok umur dan pada semua strata sosial ekonomi. Pada anak sekolah, kejadian kegemukan dan obesitas merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Kegemukan dan obesitas pada anak berisiko berlanjut ke masa dewasa, dan merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif. Obesitas disebabkan karena beberapa faktor diantaranya kurangnya aktifitas fisik, faktor lingkungan dan mengkonsumsi makanan ringan dalam kemasan seperti : coklat, makan cepat saji, makanan berpemanis buatan dan mengkonsumsi minuman ringan atau *soft drink* (Mustofa,2010). Penyebab utama dari kegemukan adalah berlebihnya asupan makan dibandingkan dengan energi yang digunakan, Kelebihan asupan energi pada remaja selama 10 tahun terakhir ini terfokus pada asupan *junk food* dan minuman berpemanis. Adapun ketentuan makan dan minum Menurut Islam ketentuan minuman adalah halal dan baik dilarang untuk meminum minuman diantaranya seperti khamar, jika memakan atau meminum kemasan secara berlebihan akan memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan dan menjadi peluang risiko terjadinya penyakit .sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Al-A'raaf 7: 3 "*makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.*"

**Metode:** Penelitian ini berdasarkan cara pengumpulan data dengan mengukur berat badan dan tinggi badan serta pemberian kuisioner pada pelajar dngan IMT >2. Analisis yang digunakan adalaah analisis bivariat yaitu untuk mencari suatu hubungan antara 2 variabel.

**Hasil :** Pada penelitian ini didapatkan bahwa kelompok terbanyak responden berjenis kelamin laki-laki (75%) . menurut umur terbanyak pada usia 16tahun (55,3%) sedangkan untuk golongan obesitas terbanyak untuk kategori II (62,2%) .Dari hasil analisis statistik didapatkan semua data normal hasil nya nilai r sebesar 0,036 dan nilai signifikan sebesar 0,755 lebih besar dari 0,05 maka tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi minuman kemasan dengan obesitas, jadi tingkat konsumsi minuman kemasan tidak menyebabkan subjek menjadi lebih gemuk atau kurus.

**Kesimpulan:** Bedasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi minuman kemasan dengan tingkat kejadian obesitas.

**Kata Kunci :** Obesitas,minuman kemasan.

## RELATION OF PACKAGING DRINKING CONSUMPTION WITH THE RISK OF OBESITY IN SMA N 51 EAST JAKARTA STUDENTS

Nesya iryani<sup>1</sup>, Sri Wuryanti<sup>2</sup>,Zulmaizarna<sup>3</sup>

Medical student, YARSI University <sup>1</sup>

Teaching Staff of Medical Sciences, YARSI University <sup>2</sup>

Teaching Staff of the Islamic Religion Section, YARSI University <sup>3</sup>

### ABSTRACT

**Background:** The problem of obesity and obesity in Indonesia occurs in all age groups and in all socioeconomic strata. In school children, the incidence of obesity and obesity is a serious problem because it will continue until adulthood. Obesity and obesity in children are at risk of continuing into adulthood, and is a risk factor for metabolic and degenerative diseases.Obesitas caused by several factors such as lack of physical activity, environmental factors and consuming snacks in packaging such as: chocolate, fast food, artificial and consume soft drinks or soft drinks (Mustofa, 2010). The main cause of obesity is the excessive intake of food compared with energy used, Excess energy intake in adolescents over the last 10 years is focused on the intake of junk food and beverages sweeten. As for the provisions of eating and drinking Islamic drinking provisions of the drink is halal and well prohibited to drink drinks such as khamar, if eating or drinking the packaging excessively will have a bad impact on health and become an opportunity risk of disease is according to the word of Allah SWT in Surat Al - A'raaf 7: 3 "eat and drink, and do not overdo it. Allah loveth not the excess. "

**Method:** This study is based on data collection by measuring body weight and height and giving questionnaires to students with  $IMT > 2$ . The analysis used is bivariate analysis that is to find a relationship between 2 variables.

**Results:** In this study it was found that the most respondents were male (75%). according to the age of most at the age of 16tahun (55,3%) while for the category of obesity mostly for category II (62,2%). From result of statistical analysis got all normal data result its value r equal to 0,036 and significant value equal to 0,755 bigger than 0 , 05 then there is no relationship between the level of consumption of beverage packaging with obesity, so the consumption level of beverage packaging does not cause the subject to be more fat or thin.

**Conclusion:** Based on the result of the research, it can be concluded that there is no correlation between consumption of beverage packaging with the incidence of obesity.

**Keywords:** Obesity, beverage packaging.