

HUBUNGAN KEBIASAAN MENGGONSUMSI MINUMAN MANIS  
DENGAN STATUS KEHEMUKAN (*OVERWEIGHT* DAN *OBESITAS*) PADA  
MAHASISWA GIZI POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

Oleh

Laras Sakti

**ABSTRAK**

**Latar Belakang,** Kegemukan (*overweight* dan *obesitas*) menjadi permasalahan yang tersebar di berbagai kalangan usia, termasuk pada anak dan remaja. Ditandai dengan prevalensi kegemukan (*overweight* dan *obesitas*) tahun 2018 pada remaja yang berusia (>18 tahun) mencapai 21,8%. Salah satu penyebab gemuk karena asupan makan dan minum tidak sesuai. **Tujuan Penelitian,** mengetahui hubungan kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status kegemukan (*overweight* dan *obesitas*) pada Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya. **Metode Penelitian,** ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan pendekatan cross sectional, dan untuk pengumpulan data dengan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengisian kuesioner kebiasaan mengonsumsi minuman manis, dan wawancara secara daring. Jumlah sampel penelitian adalah 56 responden dari Mahasiswa Jurusan Gizi, dengan teknik pengambilan sampel acak sederhana. Teknik penilaian status gizi menggunakan indeks BB/TB, dan teknik penilaian form kuisisioner rata-rata kebiasaan mengonsumsi minuman manis dilihat dari Q1, Q2, dan Q3. **Hasil penelitian,** menunjukkan frekuensi tertinggi kebiasaan mengonsumsi minuman manis dan status kegemukan sebesar 17,9%. **Kesimpulan penelitian** menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan mengonsumsi minuman manis dengan status kegemukan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya dibuktikan dengan *p value* < 0,1.

Kata Kunci : Kebiasaan Minuman Manis, Gemuk

HUBUNGAN KEBIASAAN MENGGONSUMSI MINUMAN MANIS  
DENGAN STATUS KEGEMUKAN (*OVERWEIGHT* DAN *OBESITAS*) PADA  
MAHASISWA GIZI POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

Oleh

Laras Sakti

**ABSTRAK**

Background, Obesity (overweight and obesity) is a problem that spreads in various age groups, including children and adolescents. Marked by the prevalence of obesity (overweight and obesity) in 2018 in adolescents aged (> 18 years) reaching 21.8%. One of the causes of obesity is because the intake of food and drink is not appropriate. The purpose of the study was to determine the relationship between the habit of consuming sweet drinks with obesity status in Nutrition Students of the Health Polytechnic of the Ministry of Health Surabaya. Research method, this is an analytic observational study using a cross sectional approach, and for data collection by weighing, measuring height, filling out questionnaires on the habit of consuming sweet drinks, and interviewing boldly. The number of research samples was 56 respondents from students of the Department of Nutrition, with a simple random sampling technique. The technique for assessing nutritional status uses the BB/TB index, and the quality of the average assessment of the habit of consuming sugary drinks is seen from Q1, Q2, and Q3. The results showed that the highest frequency of consumption of sugary drinks and obesity status was 17.9%. The conclusion of the study shows that there is no relationship between the habit of consuming sugary drinks with obesity status in the Department of Nutrition, Poltekkes, Ministry of Health, Surabaya, so it is recommended that researchers continue to add several variables that obesity status is not only influenced by drinking habits.

Keywords: Sweet Drink Habits, Fat