

ABSTRAK

Seiring dengan perkembangan zaman, manusia cenderung menganut gaya hidup modern, salah satunya minuman ready to drink (RTD). Konsumsi minuman RTD secara berlebihan dapat mempengaruhi kejadian gizi lebih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan gula dalam minuman RTD terhadap gizi lebih pada remaja di SMKN 30 Jakarta. Penelitian merupakan penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional dan dianalisis menggunakan uji spearman yang dilakukan di SMKN 30 Jakarta dengan jumlah 86 remaja yang berusia 16-18 tahun. Hasil analisis uji korelasi rank spearman menunjukkan asupan gula dalam minuman kopi, teh dan jus RTD dengan gizi lebih IMT/U ($p=0.430$) menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan. Hasil analisis asupan gula dalam minuman kopi, teh dan jus RTD terhadap obesitas sentral dengan lingkar pinggang ($p=0.551$), dengan lingkar panggul ($p=0.812$) dan dengan rasio lingkar pinggang panggul (RLPP) ($p=0.313$) menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan. Kesimpulan tidak terdapat hubungan asupan gula dalam minuman kopi, teh dan jus RTD dengan gizi lebih remaja dengan IMT/U, lingkar pinggang, lingkar panggul dan rasio lingkar pinggang panggul. Hal ini disebabkan karena banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Salah satu faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik

Kata kunci: minuman ready to drink (RTD), asupan gula, remaja, gizi lebih, obesitas sentral

ABSTRACT

Along with the times, people tend to embrace modern lifestyles, one of which is ready to drink (RTD) drinks. Excessive consumption of RTD drinks can affect the incidence of overnutrition. This study aims to determine the relationship of sugar intake in RTD drinks to overnutrition in adolescents at SMKN 30 Jakarta. The study

was an analytical observational study with a cross sectional design and analyzed using the spearman test conducted at SMKN 30 Jakarta with a total of 86 adolescents aged 16-18 years. The results of the spearman rank correlation test analysis showed sugar intake in coffee drinks, tea and RTD juice with overweight IMT / U ($p = 0.430$) showed no significant relationship. The results of the analysis of sugar intake in coffee, tea and RTD juice drinks on central obesity with waist circumference ($p=0.551$), with pelvic circumference ($p=0.812$) and with waist hip circumference ratio (RLPP) ($p=0.313$) showed no significant relationship. Conclusion There is no association of sugar intake in coffee, tea and RTD juice drinks with adolescent overnutrition by IMT/U, waist circumference, hip circumference and waist hip ratio. This is because many other factors can affect a person's nutritional status. One of the other factors that can affect nutritional status is physical activity.

Keyword: ready-to-drink drinks (RTD), sugar intake, adolescents, overnutrition, central obesity