

ABSTRAK

SHAFANADIA PUTRI WINARNO

**HUBUNGAN PERILAKU LAYANAN FOOD DELIVERY DAN KONSUMSI
JUNK FOOD TERHADAP KEJADIAN GIZI LEBIH REMAJA 15–18
TAHUN (Studi Observasional di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2026)**

Gizi lebih pada remaja merupakan masalah kesehatan yang semakin meningkat dan dipengaruhi oleh perubahan pola konsumsi serta gaya hidup, termasuk kemudahan akses makanan melalui layanan *food delivery* dan tingginya konsumsi *junk food*. Kondisi ini berpotensi menyebabkan ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi yang berdampak pada peningkatan risiko gizi lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan perilaku layanan *food delivery* dan konsumsi *junk food* dengan kejadian gizi lebih pada remaja usia 15–18 tahun di SMA Negeri 2 Ciamis Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik dan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 2 Ciamis sebanyak 869 siswa. Sampel penelitian berjumlah 99 responden yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner perilaku layanan *food delivery*, *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk konsumsi *junk food*, serta pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT/U z-score. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku layanan *food delivery* kategori rendah dan konsumsi *junk food* kategori rendah. Namun, masih ditemukan proporsi remaja dengan kejadian gizi lebih. Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku layanan *food delivery* dengan konsumsi *junk food* dengan P-value sebesar 0,004, serta terdapat hubungan antara perilaku layanan *food delivery* dengan kejadian gizi lebih pada remaja dengan P-value sebesar 0,010, dan terdapat hubungan antara konsumsi *junk food* dengan kejadian gizi lebih pada remaja dengan P-value sebesar 0,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah perilaku layanan *food delivery* dan konsumsi *junk food* memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi lebih pada remaja usia 15–18 tahun di SMA Negeri 2 Ciamis. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi gizi dan pengendalian perilaku konsumsi makanan tidak sehat pada remaja.

Kata Kunci: *Food delivery*, *Junk Food*, Gizi Lebih, Remaja.

ABSTRACT

SHAFa NADIA PUTRI WINARNO

***THE RELATIONSHIP BETWEEN FOOD DELIVERY SERVICE BEHAVIOR
AND JUNK FOOD CONSUMPTION WITH THE INCIDENCE OF
OVERNUTRITION AMONG ADOLESCENTS AGED 15–18 YEARS (An
Observational Study at SMA Negeri 2 Ciamis in 2026)***

Overnutrition among adolescents has become an increasingly prevalent public health problem and is influenced by changes in dietary patterns and lifestyle, including easy access to food through food delivery services and high junk food consumption. These conditions may lead to an imbalance between energy intake and energy expenditure, thereby increasing the risk of overnutrition. This study aimed to analyze the relationship between food delivery service behavior, junk food consumption, and the incidence of overnutrition among adolescents aged 15–18 years at SMA Negeri 2 Ciamis in 2026. This study employed a quantitative method with an analytical observational design using a cross-sectional approach. The population consisted of all tenth- and eleventh-grade students at SMA Negeri 2 Ciamis, totaling 869 students. A total of 99 respondents were selected using a stratified random sampling technique. Data were collected using a food delivery service behavior questionnaire, a Food Frequency Questionnaire (FFQ) to assess junk food consumption, and anthropometric measurements to determine nutritional status based on BMI-for-age z-scores. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses. The results showed that most respondents had low levels of food delivery service behavior and low junk food consumption. However, a proportion of adolescents were still classified as having overnutrition. Bivariate analysis revealed a significant relationship between food delivery service behavior and junk food consumption ($p = 0.004$). In addition, food delivery service behavior was significantly associated with the incidence of overnutrition among adolescents ($p = 0.010$), and junk food consumption was also significantly associated with the incidence of overnutrition ($p < 0.001$). In conclusion, food delivery service behavior and junk food consumption were significantly associated with the incidence of overnutrition among adolescents aged 15–18 years at SMA Negeri 2 Ciamis. Therefore, nutrition education and interventions to reduce unhealthy eating behaviors among adolescents are needed.

Keywords: Food delivery, junk food, overnutrition, adolescents