

ABSTRAK

Kebiasaan mengonsumsi *fast food* saat ini tidak hanya dilakukan oleh masyarakat perkotaan saja, masyarakat pinggiran kota pun banyak yang menikmati *fast food* dengan alasan penyajiannya yang cepat dan praktis. Mengonsumsi *fast food* yang berlebihan dapat meningkatkan kadar kolesterol karena kandungan lemak yang terdapat dalam *fast food* yang cukup tinggi. Tujuan penelitian ini menganalisis hubungan konsumsi *fast food* dengan kadar kolesterol pada warga di Desa Jumputrejo RT.07 RW.02 Sukodono Sidoarjo.

Desain penelitian adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua warga di Desa Jumputrejo RT.07 RW.02 Sukodono Sidoarjo sebesar 62 warga dan besar sampel sebesar 54 responden dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen penelitian ini adalah konsumsi *fast food* dan variabel dependen adalah kadar kolesterol. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan pemeriksaan kadar kolesterol. Analisis data menggunakan uji *rank spearman* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 30 responden (55.6%) mengonsumsi *fast food* dengan frekuensi sedang dan 14 responden (25.9%) memiliki kadar kolesterol tinggi. Hasil uji *Rank Spearman* dengan nilai kemaknaan $\alpha = 0,05$. Didapatkan $p = 0,001$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kadar kolesterol pada Warga di Desa Jumputrejo RT.07 RW.02 Sukodono Sidoarjo.

Simpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi frekuensi konsumsi *fast food* maka akan semakin tinggi pula risiko peningkatan kadar kolesterol, untuk itu mengonsumsi *fast food* harus diimbangi dengan pola hidup sehat dengan cara olahraga yang teratur, mengonsumsi makanan yang bergizi seperti buah dan sayur, memperbanyak minum air putih.

Kata Kunci : *fast food*, kadar kolesterol