

# UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG BAHAYA *JUNK FOOD* MELALUI MEDIA POSTER

Reza Alfiansyah Putra, Tri Susilowati

[Alfiansyahreza8@gmail.com](mailto:Alfiansyahreza8@gmail.com)

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

## INTISARI

**Latar belakang:** Kasus junk food di Indonesia menyebabkan hipertensi naik menjadi 34,1%, penyakit jantung tercatat rata – rata ada 2 juta kasus, stroke mampu merenggut nyawa 64 orang per 100 ribu jiwa dan obesitas mengalami peningkatan sebesar 31,0%. Remaja berusia 11 – 13 tahun mengalami obesitas sebesar 2,5% sedangkan remaja berusia 14 – 17 tahun mengalami obesitas sebesar 1,6%. Kasus obesitas ini juga mengakibatkan kematian hingga 5% dikarenakan obesitas merupakan salah satu akibatnya meingkatnya risiko penyakit diabetes, jantung, kanker, stroke dan hipertensi. Beberapa faktor yang mempengaruhi remaja mengkonsumsi junk food diantaranya kemajuan teknologi, kenaikan penghasilan keluarga, pengaruh teman sebaya, rasa yang enak, potongan harga dan media masa, baik media cetak maupun media elektronik dikatakan juga salah satu faktor yang dapat menyebabkan timbulnya kebiasaan remaja mengkonsumsi junk food **Tujuan :** Membantu masyarakat khususnya remaja untuk mengetahui tentang bahaya *junk food* dan menghindari makanan *junk food*. **Metode:** Memanfaatkan aplikasi *corel draw* untuk membuat *lay out* desain gambar pada *poster*. **Hasil:** Project akhir ini adalah media *poster*. **Kesimpulan:** Media *Poster* “*Awas Bahaya Junk Food*” dapat digunakan masyarakat khususnya para remaja agar mengetahui bahaya dari mengkonsumsi makanan *junk food* dan menghindari makanan *junk food*.

**Kata Kunci:** Remaja, *Junk Food*, Poster