

LAMPIRAN

Konsumsi *fast food* dan *soft drink* sebagai faktor risiko obesitas pada remaja

Fast food and soft drink consumption as obesity risk factor adolescents

Ayu Rafiony¹, Martalena Br Purba², I Dewa Putu Pramantara³

ABSTRACT

Background: Recently, obesity has become health problem which was frequently associated with an increased occurrence of non-communicable diseases. The increasing prevalence of obesity was marked by a shift in eating pattern composition containing high fat, cholesterol, but low in fiber such as consumption of fast food and soft drinks. The imbalance of nutrient intake was one of the risk factors for the emergence of obesity in adolescents. **Objective:** This study aimed to find out the prevalence of obesity and risk factors for energy intake and frequency of consumption of fast food and soft drinks on the incidence of obesity in high school students in Pontianak. **Method:** This research was an observational study which involves case-control design. The samples in this study are 160 students consisting of 80 obese high school teenagers and 80 non-obese high school teenagers. The choice for subject of research used proportional stratified random sampling. Measurement of obesity status subject was taken by the measurement of weight and height based on the reference standard WHO / NCHS. It also involves data intake of fast food and soft drinks based on interviews with SQFFQ. Data were analyzed by Chi-Square test, t-test, and logistic regression. **Results:** The prevalence of obesity in high school teenagers in Pontianak was 9.29%. Bivariate test result showed no association between total energy intake of fast food and obesity ($p < 0.05$; OR=2.27; 95% CI=1.12-4.64). The relationship between the consumption of modern energy intake of fast food, fast food and soft drink with the local obesity was not statistically significant ($p > 0.05$). There was a relationship between the frequency of total fast food and of the local fast food consumption with obesity ($p < 0.05$; OR=2.03; 95% CI=1.03-4.00 and $p < 0.05$; OR=2.63; 95% CI=1.33-5.25). The relationship between the frequency of fast food consumption in total modern fast food and soft drinks and obesity was not statistically significant ($p > 0.05$). The total energy intake was the most dominant factor to the onset of obesity ($p < 0.05$; OR=5.27; 95% CI=1.64-16.97). **Conclusion:** Consumption of fast food was a risk factor for obesity. On the other hand, soft drink consumption did not become the risk factor for obesity in high school teenagers in Pontianak.

KEY WORDS: fast food; obesity; soft drink

ABSTRAK

Latar belakang: Obesitas pada saat ini telah menjadi masalah kesehatan dan berhubungan dengan terjadinya peningkatan penyakit tidak menular. Peningkatan prevalensi obesitas disertai pergeseran pola makan yang komposisinya mengandung tinggi lemak, kolesterol, tetapi rendah serat seperti konsumsi *fast food* dan *soft drink*. Ketidakseimbangan asupan gizi merupakan salah satu faktor risiko terhadap munculnya obesitas pada remaja. **Tujuan:** Mengetahui prevalensi obesitas dan faktor risiko asupan energi dan frekuensi konsumsi *fast food* dan *soft drink* terhadap kejadian obesitas pada remaja sekolah menengah atas (SMA) di Kota Pontianak. **Metode:** Penelitian observasional dengan rancangan kasus kontrol. Besar sampel sebanyak 160 orang, terdiri atas 80 orang remaja SMA obes dan 80 orang remaja SMA tidak obes. Pemilihan subjek penelitian dengan cara *proportional stratified random sampling*. Penentuan status obesitas subjek dengan cara pengukuran berat badan dan tinggi badan berdasarkan standar rujukan WHO/NCHS. Data asupan konsumsi *fast food* dan *soft drink* berdasarkan wawancara dengan SQFFQ. Data dianalisis dengan uji *Chi-Square*, uji t, dan regresi logistik. **Hasil:** Prevalensi obesitas pada remaja SMA di Kota Pontianak sebesar 9,29%. Adanya hubungan antara asupan energi *fast food* total dengan obesitas ($p < 0,05$; OR=2,27; 95% CI=1,12-4,64). Konsumsi asupan energi *fast food* modern, *fast food* lokal, dan *soft drink* dengan obesitas tidak berhubungan bermakna ($p > 0,05$). Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* total dan *fast food* lokal dengan obesitas ($p < 0,05$; OR=2,03; 95 CI=1,03-4,00 dan $p < 0,05$; OR=2,63; 95% CI=1,33-5,25). Frekuensi konsumsi *fast food* modern dan *soft drink* dengan obesitas tidak menunjukkan hubungan bermakna ($p > 0,05$). Asupan energi total merupakan faktor yang paling dominan terhadap terjadinya obesitas ($p < 0,05$; OR=5,27; 95% CI=1,64-16,97). **Simpulan:** Konsumsi *fast food* merupakan faktor risiko terjadinya obesitas sedangkan konsumsi *soft drink* bukan merupakan faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja SMA di Kota Pontianak.

KATA KUNCI: *fast food*; obesitas; *soft drink*

¹Korespondensi: Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Pontianak, Jl. 28 Oktober Siantan Hulu, Pontianak, e-mail:

²Instalasi Gizi RSUD Dr Sardjito, Jl Kesehatan, Yogyakarta

³Bagian Penyakit Dalam RSUD Dr Sardjito, Jl Kesehatan, Yogyakarta



HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP OBESITAS REMAJA DI BANDA ACEH

The Relationship of Junk Food Consumption and Physical Activity With Obesity of Adolescents in Banda Aceh

Thesa Ananda Prima*, Hafni Andayani, Mars Nashrah Abdullah

Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh-Indonesia

*Email: thesaanandaprimaa@gmail.com

ABSTRAK

Obesitas merupakan suatu keadaan kelebihan lemak tubuh yang ditandai dengan adanya 25% lemak tubuh total atau lebih pada pria dan sebanyak 35 % atau lebih pada wanita. Kurangnya aktivitas fisik atau gaya hidup tidak aktif dan perilaku makan yang tidak baik seperti konsumsi *junk food* merupakan penyebab penting dan utama dari obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dan aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja di Banda Aceh. Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 1-9 November 2016. Penelitian ini menggunakan kuesioner *The Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)*, *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* dan grafik IMT CDC 2000. Sampel penelitian sebanyak 175 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 175 responden didapatkan 33 responden (18,1%) mengalami obesitas. Responden dengan aktivitas fisik ringan sejumlah 106 orang (41,7%), mengalami obesitas sebanyak 22 orang (12,6%), dan tidak ada responden obesitas yang melakukan aktivitas fisik berat. Responden dengan konsumsi *junk food* tingkat sedang sebanyak 19 orang (10,9%), dan didapatkan 10 orang (5,7%) diantaranya mengalami obesitas. Hasil analisis data menggunakan uji chi-square ($\chi^2=0,05$) menunjukkan terdapatnya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas (p value = 0,000) dan terdapatnya hubungan antara konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas (p value = 0,000) pada remaja di Banda Aceh.

Kata Kunci: aktivitas fisik, konsumsi *junk food*, obesitas, PAQ-A, FFQ

ABSTRACT

Obesity is a state of excess body fat which is characterized by 25% or more total body fat in men and by 35% or more in women. Lack of physical activity or inactive lifestyle and bad eating habits such as junk food consumption is an important and main cause of obesity. The purpose of this research was to determine the relationship of junk food consumption and physical activity with obesity of adolescents in Banda Aceh. This type of research is an analytic study with cross sectional design. This research was conducted on November 1st to 9th, 2016. This research use *The Physical Activity Questionnaire for Adolescent (PAQ-A)*, *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* and the CDC 2000 charts. The total of samples is 175 respondents. The results showed that, from 175 respondents obtained 33 respondents (18.1%) are obese. Respondents with light physical activity a total of 106 people (41.7%) were obese as many as 22 people (12.6%), and no obesity respondent did strenuous physical activity. Respondent with mid level of junk food consumption are 19 people, and 10 of them are obese. The results of data analysis using chi-square ($\chi^2 = 0.05$) showed the presence of the relationship between physical activity and obesity (p value = 0.000) and the presence of the relationship between junk food consumption with obesity (p value = 0.000) in adolescents in Banda Aceh.

Keyword: physical activity, junk food consumption, obesity, PAQ-A, FFQ

Aktivitas fisik dan konsumsi camilan pada remaja obesitas di pedesaan dan perkotaan Kabupaten Bantul

Physical activities and snack consumption of rural and urban obese adolescents in Bantul

Mellia Silvy Irdianty¹, Toto Sudargo², Mohammad Hakimi¹

Abstract

Dikirim: 28 Desember 2015
Diterbitkan: 1 Juli 2016

Purpose: This study aimed to determine the difference of physical activity and snack consumption of obese adolescents in urban and rural areas in Bantul. **Methods:** A case control study was conducted, involving 124 adolescents. Cases were obese adolescents diagnosed at screening, while the controls were not obese adolescents. Chi-square, t-test and logistic regression tests were used in the statistical analysis. **Results:** Adolescents who do light physical activities had 5 times greater risk of being obese than those who do normal physical activity. The kinds of snacks and obesity had a significant correlation. There were differences of means in snack weight and snack intake in obese adolescents. **Conclusion:** The low physical activity, high snack frequency, type of fried foods, snack weight, and snack intake were the most likely factors to increase the incidence of obesity.

Keywords: physical activity; consumption of snacks; obesity; teenagers

Pengaruh Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen

Effect Of Food Habits And Physical Activities On Obesity Events In Adolescents In Medium School The State 1 Sub-District Kota Juang Bireuen 2018

Ferinawati¹, Sulis Mayanti²

^{1,2}Akademi Kebidanan Munawarah, Jalan Sultan Iskandar Muda, No. 18 Kota Juang, Bireuen

*Korespondensi Penulis: Ferinabireuen88@gmail.com

Abstrak

Obesitas kini dinyatakan oleh *World Health Organization (WHO)* sebagai *epidemi global*, serta menjadi suatu masalah kesehatan yang harus segera ditangani. Obesitas menjadi masalah diseluruh dunia karena prevalensinya yang meningkat pada orang dewasa dan anak baik di negara maju maupun negara berkembang. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis kebiasaan makan dan aktivitas fisik pada remaja di SMA Negeri 1 Bireuen Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Tahun 2017. Jenis penelitian adalah kasus-kontrol dengan sampel penelitian adalah remaja SMA Negeri 1 Bireuen Kelas XI dan XII sebanyak 82 sampel masing-masing 41 kasus dan 41 kontrol. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *simple random sampling*, analisa data dilakukan dengan uji statistik univariat, bivariat dan multivariat menggunakan regresi logistik. Hasil penelitian pada analisa bivariat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengkonsumsi sumber energi, kebiasaan mengkonsumsi minuman manis atau *soft drink*, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik, dengan kejadian obesitas pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bireuen. Hasil uji regresi logistik sebagai variabel yang paling dominan yang berpengaruh terhadap kejadian obesitas adalah variabel aktivitas fisik (OR = 26,725). Berdasarkan analisa yang dilakukan ternyata aktivitas fisik memiliki pengaruh paling besar terhadap kejadian obesitas pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen.

Kata Kunci : Kejadian Obesitas, Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik

Abstract

Obesity is now declared by the World Health Organization (WHO) as a global epidemic, as well as being a health problem that must be addressed. Obesity is a problem throughout the world because of its prevalence is increasing in both adults and children in both the developed and developing countries. This study aimed to analyze the eating habits and physical activity in adolescent in SMAN 1 Bireuen District of Kota Juang, Bireuen Year 2018. The study was a case-control study sample was a teenager with SMAN 1 Bireuen Class XI and XII as many as 82 samples each 41 cases and 41 controls. The sampling is done by simple random sampling, data analysis conducted with statistical test univariate, bivariate and

KAMPURUI JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT

Jurnal Hasil Penelitian

<https://www.ejournal.lppmunidayan.ac.id/index.php/kesmas>

e-ISSN: 2549-6654
P-ISSN: 2338-610x

Keywords: *Obesity, Physical activity, Fast food consumption*

Kata kunci: *Obesitas, Aktivitas fisik, Konsumsi fast food*

Korespondensi Penulis:
wahyunihafid292@gmail.com



PENERBIT

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas
Dayanu Ikhsanuddin

Alamat: Jl. Sultan Dayanu Ikhsanuddin No. 124,
Baubau 93724

Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja

Wahyuni Hafid¹⁾, Sunarti Hanapi²⁾

¹⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat,
Universitas Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

²⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat,
Universitas Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

Dikirim: 1/11/2019
Direvisi: 22/11/2019;
Disetujui: 5/12/2019

ABSTRACT

Factors causing obesity in adolescents are multifactorial. Increased consumption of fast food (fast food), low physical activity, genetic factors, the influence of advertising, psychological factors, socioeconomic status, diet programs, age, and gender are some of the factors that contribute to changes in energy balance and lead to obesity. This study aims to determine the relationship of physical activities and fast food consumption with the incidence of obesity in adolescents in Gorontalo Regency. This type of research is observational analytic with cross sectional research design. This research was carried out in several high schools in the Gorontalo District region including SMAN 1 Telaga, SMAN 1 Bongomeme, and SMAN 1 Pulubala. The population is all high school teenagers in Gorontalo Regency. The sample in this study were 275 people, selected by simple random sampling technique. Analysis of the data used is univariate and bivariate data analysis. This research was conducted in April to May 2019. The results showed that physical activity ($p = 0.027$) and fast food consumption ($p = 0.002$) were related to the incidence of obesity in adolescents in Gorontalo District in 2019. Thus it can be concluded that physical activity and diet are factors that are associated with the incidence of obesity in adolescents. It is recommended to adolescents to better regulate eating patterns, especially regulating the frequency of eating and reducing consumption of fast food.

ASUPAN LEMAK, AKTIVITAS FISIK DAN KEGEMUKAN PADA REMAJA PUTRI DI SMP BINA INSANI SURABAYA

Fat Intake, Physical Activity and Obesity among Adolescent Girls in SMP Bina Insani Surabaya

Jayanti Ayu Praditasari^{1*}, Sri Sumarmi²

¹Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kota Surabaya

²Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Kota Surabaya

E-mail: jayanti.ayupraditasari@gmail.com

ABSTRAK

Kegemukan (*overweight* dan obesitas) merupakan penimbunan lemak berlebih yang menyebabkan kelebihan berat badan. Penyakit yang berhubungan dengan kegemukan adalah Diabetes, dislipidemia, hipertensi dan penyakit degeneratif lainnya. Faktor yang memengaruhi kegemukan yaitu pola makan, riwayat keturunan, pola hidup, faktor psikis, lingkungan, individu, serta biologis yang dapat memengaruhi asupan dan pengeluaran energi. Konsumsi makanan dengan tinggi lemak dalam jangka waktu yang panjang dan tanpa ada aktivitas untuk pengeluaran energi dapat meningkatkan risiko terjadinya kegemukan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan asupan lemak dan aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja putri di SMP Bina Insani Surabaya. Desain studi penelitian menggunakan *case control* dengan pendekatan *retrospective*. Sampel remaja putri di SMP Bina Insani Surabaya yang diambil sebanyak 32 siswi (16 sampel kontrol dan 16 sampel kasus). Asupan lemak total memiliki tergolong kurang. Asupan *Monounsaturated Fatty Acids* (MUFA) dan *Polyunsaturated Fatty Acids* (PUFA) tergolong rendah sedangkan *Saturated Fatty Acids* (SFA) tergolong tinggi. Hasil analisis hubungan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kegemukan ($p=0,240$), namun terdapat hubungan antara aktivitas fisik $p=0,006$ (OR= 9,533, 95% CI: 1,847–49,204) dengan kegemukan pada remaja. Aktivitas fisik yang sangat ringan memiliki faktor risiko 9,533 kali lebih besar untuk menyebabkan terjadinya kegemukan dibandingkan dengan aktivitas fisik ringan. Oleh sebab itu, diperlukan peningkatan aktivitas fisik pada remaja putri dengan melakukan olahraga untuk mengurangi risiko kegemukan.

Kata kunci: aktivitas fisik, asupan lemak, obesitas, remaja putri, status gizi

ABSTRACT

Obesity is defined as excessive fat accumulation that causes excess weight. Diseases that related with obesity are diabetes, dyslipidemia, hypertension and other degenerative diseases. Factors that affect obesity are dietary factors, history of hereditary, lifestyle, psychological factors, environment, individual, and biological which may influence energy intake and expenditure. Consumption of high fat in a long period without any activity for energy expenditure can increase the risk of obesity. This study was aimed to analyse the correlation between fat intake and physical activity with obesity among adolescent girls in SMP Bina Insani junior high school Surabaya. This study employed a case control study design with a retrospective approach. The research participants were 32 female students in Bina Insani junior high school Surabaya (16 control and 16 case samples). Total fat intake was relatively low. The intake of Monounsaturated Fatty Acids (MUFA) and Polyunsaturated Fatty Acids (PUFA) were low while Saturated Fatty Acids (SFA) were high. There was no correlation between fat intake and obesity ($p=0.240$), but there was a significant correlation between physical activity $p=0.006$ (OR= 9.533, 95% CI: 1.847-49.204) with adolescent obesity. The very mild physical activity give a risk as much as 9.533 times greater for developing obesity than the mild physical. Therefore, it is necessary to increase physical activity among adolescent girls by doing sports to reduce the risk of obesity.

Keywords: physical activity, fat intake, obesity, female adolescent, nutritional status

SOSIAL EKONOMI, KONSUMSI *FAST FOOD* DAN RIWAYAT OBESITAS SEBAGAI FAKTOR RISIKO OBESITAS REMAJA

Socio-Economic, Fast Food Consumption and Obesity History as A Risk Factors of Adolescent Obesity

Rifai Ali¹, Nuryani^{2*}

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Gorontalo, Jl. AA Wahab Eks (Jenderal Sudirman) No 247, Limboto, Gorontalo, Indonesia

²Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Gorontalo, Jl. AA Wahab Eks (Jenderal Sudirman) No 247, Limboto, Gorontalo, Indonesia
E-mail: nuryanigz@gmail.com

ABSTRAK

Obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat yang melingkupi hampir seluruh siklus kehidupan termasuk kalangan remaja. Obesitas remaja akan berdampak terhadap peningkatan kejadian obesitas pada masa dewasa serta merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif. Untuk menganalisis risiko sosial ekonomi, riwayat obesitas orang tua, pengetahuan remaja dan kebiasaan konsumsi *fast food* terhadap kejadian obesitas pada remaja. Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah *case control study*. Penelitian dilaksanakan di beberapa SMA/SMK Kota Gorontalo, dengan jumlah sampel 670 orang remaja, terdiri dari 335 kelompok kasus dan 335 kelompok kontrol. Analisis data dilakukan untuk menilai besar risiko dari variabel independen terhadap kejadian obesitas remaja. Didapatkan bahwa besar risiko pendidikan ayah (OR= 2,724; 95% CI; 1,970 – 3,767) dan pendidikan ibu yang rendah (OR= 4,727; 95% CI; 3,357 – 6,657), adanya riwayat obesitas orang tua (OR= 2,016; 95% CI; 1,482 – 2,743), pengetahuan remaja yang kurang (OR= 6,673; 95% CI; 2,296 – 19,393) dan konsumsi *fast food* lebih dari 3 kali per minggu (OR= 1,829; 95% CI; 1,337 – 2,502) menjadi faktor risiko obesitas remaja, sedangkan pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga (OR= 0,338; 95% CI; 0,224 – 0,468) merupakan faktor protektif obesitas. Uang saku (OR= 1,015; 95% CI; 0,724 – 1,423) tidak menjadi faktor risiko obesitas remaja. analisis multivariat menunjukkan pekerjaan ibu merupakan faktor risiko paling dominan dalam memengaruhi kejadian obesitas. Pendidikan orang tua, riwayat obesitas, pengetahuan dan konsumsi *fast food* merupakan faktor risiko bermakna terhadap kejadian obesitas pada remaja.

Kata kunci: *fast food*, obesitas, pengetahuan, remaja

ABSTRACT

Obesity is a public health problem that encompasses life cycle including adolescent. Adolescent obesity bring consequences to increase case of obesity in adult and the risk factors for degenerative diseases. This study analyze risk factor of socio-economic, parents history of obesity, nutrition knowledge and fast food consumption with the prevalence of adolescent obesity. The study was case control study and conducted at several high school in Gorontalo City, with 670 adolescent, consisting of 335 case groups and 335 control groups. Data analysis was performed to assess the risk of independent variables of obesity. Low father's education (OR= 2.724; 95% CI: 1.970 – 3.767), low mother education (OR= 4.727; 95% CI: 3.357 – 6.657), parents history of obesity (OR= 2.016; 95% CI: 1.482 – 2.743), low adolescent knowledge (OR= 6.673; 95% CI: 2.296 – 19.393) and fast food consumption more than 3 times per week (OR= 1.829; 95% CI: 1.337 – 2.502) increasing the risk of adolescent obesity. Mother occupation as a household mother (OR= 0.338; 95% CI: 0.224 – 0.468) become protective factor. Pocket money (OR= 1.015; 95% CI: 0.724 – 1.423) was not a risk factor of obesity. Multivariate analysis showed that mothers occupation was dominant factor that influence obesity. Parent education, history of obesity, nutrition knowledge and fast food consumption were risk factors for obesity.

Keywords: *fast food*, obesity, knowledge, adolescent

Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja

Risk factors for obesity in adolescent

Weni Kurdanti¹, Isti Suryani¹, Nurul Huda Syamsiatun¹, Listiana Purnaning Siwi¹, Mahardika Marta Adityanti¹, Diana Mustikaningsih¹, Kurnia Isnaini Sholihah¹

ABSTRACT

Background: *The cause of obesity in adolescents is multifactorial. Increased consumption of fast food (fast food), lack of physical activity, genetic factors, the influence of advertising, psychological factors, socioeconomic status, diet, age, and gender are all factors that contribute to changes in energy balance and lead to obesity. Objective: To determine the factors that affect the incidence of obesity in adolescents. Methods: A case-control study with a total of 144 subjects, cases are obese adolescents (BMI / u > + 2sd) and controls were non-obese adolescents. The independent variable is the macronutrient intake, fiber intake, the pattern of consumption of fast food, the consumption patterns of food / sugary beverages, physical activity, psychological factors (self-esteem), genetic factors, and intake of breakfast, while the dependent variable was the incidence of obesity. Data analysis using chi-square test and logistic regression. Results: Factors significantly associated (p < 0.05) and a risk factor for obesity in adolescent is energy intake (or = 4.69; ci: 2.12 to 10.35); fat (or = 2.34; ci: 1.19 to 4.57); carbohydrates (or = 2.64; ci: 1.34 to 5.20); the frequency of fast food (or = 2.47; ci: 1.26 to 4.83); and the morning breakfast intake (or = 5.24; ci: 2.56 to 10.71). Conclusions: Teens who have excessive macronutrient intake, the frequency of consumption of fast food often, physical activity is not active, has a mom and dad with obesity status, and no breakfast, greater risk of obesity.*

KEY WORDS: *breakfast; fast food; genetic; intake; obesity; physical activity; teenagers*

ABSTRAK

Latar belakang: Faktor penyebab obesitas pada remaja bersifat multifaktorial. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas. **Tujuan:** Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. **Metode:** Penelitian *case control* dengan total 144 subjek, kasus adalah remaja obesitas (IMT/U > +2SD) dan kontrol adalah remaja non-obesitas. Variabel bebas adalah asupan zat gizi makro, asupan serat, pola konsumsi *fast food*, pola konsumsi makanan/minuman manis, aktivitas fisik, faktor psikologis (harga diri), faktor genetik, dan asupan sarapan pagi, sedangkan variabel terikat adalah kejadian obesitas. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan regresi logistik. **Hasil:** Faktor yang secara bermakna berhubungan (p < 0,05) dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan energi (OR=4,69; CI: 2,12-10,35); lemak (OR=2,34; CI: 1,19-4,57); karbohidrat (OR=2,64; CI: 1,34-5,20); frekuensi *fast food* (OR=2,47; CI: 1,26-4,83); dan asupan sarapan pagi (OR=5,24; CI: 2,56-10,71). **Simpulan:** Remaja yang memiliki asupan zat gizi makro berlebih, frekuensi konsumsi *fast food* sering, aktivitas fisik tidak aktif, memiliki ibu dan ayah dengan status obesitas, serta tidak sarapan, berisiko lebih terhadap terjadinya obesitas.

KATA KUNCI: *sarapan; fast food; genetik; asupan; obesitas; aktivitas fisik; remaja*



Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA

Imelda Telisa^{1*}, Yuli Hartati¹, Arif Dwisetyo Haripamilu²

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

²Instalasi Gizi RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang, Indonesia

*Corresponding Author: imeldatelisa@poltekkespalembang.ac.id

Abstrak

Jumlah remaja dengan status gizi obesitas di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja bersifat multifaktorial. Asupan zat gizi makro berlebih, peningkatan konsumsi *fast food*, kurangnya aktivitas fisik, faktor genetik, faktor psikologis, jumlah uang saku, pengaruh iklan, status sosial ekonomi, tidak sarapan pagi, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang menyebabkan perubahan pola makan dan gaya hidup sehingga menyebabkan ketidakseimbangan energi dan berakibat pada risiko obesitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja. Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 118 siswa kelas X dan XI, yang dihitung dengan teknik *proporsional stratified random sampling*. Hasil uji statistik menunjukkan faktor yang secara signifikan berhubungan dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan energi (p -value = 0.000; OR = 2.97); protein (p -value = 0.005; OR = 3.49); lemak (p -value = 0.000; OR = 6.57); karbohidrat (p -value = 0.050; OR = 2.00); konsumsi *fast food* (p -value = 0.000; OR = 4.41); aktivitas fisik (p -value = 0.007; OR = 3.08); uang saku (p -value = 0.032; OR = 2.38); dan keturunan (p -value = 0.001; OR = 3.98). Remaja dengan asupan zat gizi makro berlebih, konsumsi *fast food* yang sering, aktivitas fisik rendah, uang saku tinggi dan memiliki riwayat orang tua yang gemuk, memiliki risiko lebih terhadap terjadinya obesitas.

Kata Kunci: Faktor Risiko, Obesitas, Remaja

Risk Factors of Obesity among Adolescents in Senior High School

Abstract

Adolescents with the nutritional status of obesity in Indonesia have increased in number each year. Factors causing obesity in adolescent is multifactorial. Excessive intake of macro-nutrient, increased consumption of fast food, lack of physical activity, genetic factors, psychological factors, the amount of pocket money, the influence of advertising, socioeconomic status, no breakfast, age, and gender are the factors of diet and lifestyle change. They may cause energy imbalance which results on obesity risk. The study aims to determine the factors that influence the risk of obesity in adolescent. This study is analytical observational with cross sectional design. 118 10th and 11th graders were taken as samples by proportional stratified random sampling technique. Statistical analysis showed that the factors significantly associate and become the risk factors are energy intake (p -value 0.000; OR = 2.97); protein (p -value 0.005; OR = 3.49); fat (p -value 0.000; OR = 6.57); carbohydrates (p -value 0.050; OR = 2.00); consumption of fast food (p -value 0.000; OR = 4.41); physical activity (p -value 0.007; OR = 3.08); pocket money (p -value 0.032; OR = 2.38); and genetic (p -value 0.001; OR = 3.98). Adolescents with excessive macro nutrient intake, frequent consumption of fast food, low physical activity, high pocket money and a history of obese parents have a greater occurrence risk of obesity.

Keywords: Risk Factors, Obesity, Adolescents