

**DETERMINAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI
SMA N 1 BANGUNTAPAN BANTUL YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



Oleh:

HERLINDA DWI ISTIANI

KM1900632

**PEMINATAN EPIDEMIOLOGI DAN PENYAKIT TROPIK
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT S1
SEKOLAH TINGGI KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA
2023**

SKRIPSI

DETERMINAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI
SMA N 1 BANGUNTAPAN BANTUL YOGYAKARTA

Disusun oleh:

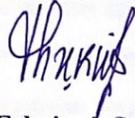
Herlinda Dwi Istiani

KM1900632

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27 Juli 2023

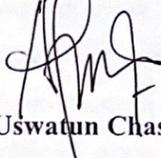
Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



Heni Febriani, S.Si., M.P.H

Penguji I / Pembimbing Utama



Siti Uswatun Chasanah, S.KM., M.Kes

Penguji II / Pembimbing Pendamping



Prastiwi Putri Basuki, S.KM., M.Si

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk

Memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Mengetahui

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat S1




Dewi Ariyani Wulandari, S.KM., M.P.H

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Herlinda Dwi Istiani
NIM : KM1900632
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Judul Penelitian : Determinan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA N 1
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 27 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,



Herlinda Dwi Istiani
NIM. KM1900632

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Determinan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta”. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Program Studi Kesehatan Masyarakat S1 STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M., M.P.H., selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat S1 yang telah memberikan ijin terselenggaranya penelitian ini.
3. Siti Uswatun Chasanah, S.KM., M.Kes., selaku dosen pembimbing I yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Prastiwi Putri Basuki, S.KM., M.Si., selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi serta meluangkan waktu untuk berdiskusi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Heni Febriani, S.Si., M.P.H., selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Dra. Yati Utami Purwaningsih, M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMA N 1 Banguntapan yang telah memberikan ijin terselenggaranya penelitian ini.
7. Dra. Nurul Supriyanti, selaku koordinator dan asisten penelitian dari SMA N 1 Banguntapan yang telah membantu jalannya penelitian.
8. Umi Sa'diyah, S.Pd., selaku asisten penelitian dari SMA N 1 Banguntapan yang telah membantu dalam proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

9. Bapak Amin dan Ibu Istikhamah, selaku orang tua yang sangat saya cintai, mereka yang selalu memberikan doa restu dan dukungan berupa materi dan *support* kepada saya sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.
10. Sahabat-sahabat saya yaitu Afni Rufaidah, Lathifah Khairunnisa, Maelina Ilma Nur, Mellyana Ari Maharani, Qorri Nur Aini, dan Zahra Wajdini Amigunani yang selalu memberikan doa dan *support* walaupun jarak memisahkan. Sahabat saya Tika Febri Anggraeni, Virginia S. Wangge, Angganeta Risna Pelmelay, Apriyanda Prihartanti Jannah, dan Puji Rohmawati yang selalu menemani dan memotivasi saya setiap hari untuk mengerjakan skripsi ini. Mereka yang selalu menemani saya dalam suka maupun duka dan selalu mendengarkan semua keluh kesah saya selama ini.
11. Teman-teman seperjuangan Angkatan 2019 dan Lintas Jalur Angkatan 2021 yang selalu memberikan dukungan, motivasi, selalu mengingatkan untuk tetap semangat, dan setia menemani saya selama jalannya penelitian ini.
12. Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah berperan serta dalam membantu penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diperlukan untuk dijadikan sebagai bahan evaluasi.

Yogyakarta, 27 Juli 2023

Herlinda Dwi Istiani

DETERMINAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA N 1 BANGUNTAPAN BANTUL YOGYAKARTA

Herlinda Dwi Istiani¹, Siti Uswatun Chasanah², Prastiwi Putri Basuki³

INTISARI

Latar Belakang : Obesitas merupakan masalah kesehatan kompleks yang saat ini tidak hanya diderita oleh kelompok dewasa tetapi juga diderita kelompok remaja. WHO menyatakan bahwa obesitas merupakan salah satu kondisi (dari 10 kondisi) yang beresiko di seluruh dunia dan salah satu dari 5 kondisi yang beresiko di negara-negara berkembang. Kejadian obesitas pada remaja juga merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Obesitas menjadi faktor risiko utama penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, kanker, diabetes mellitus tipe 2, dan lain sebagainya.

Tujuan Penelitian : Mengetahui determinan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

Metode : Penelitian dilaksanakan di SMA N 1 Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu semua siswa kelas 11 di SMA N 1 Banguntapan berjumlah 246 siswa. Sampel diambil dengan metode *Proporsionate Stratified Random Sampling* dan *Simple Random Sampling* yang berjumlah 71 siswa. Alat ukur menggunakan kuesioner. Data diolah dan dianalisis menggunakan Uji *Spearman Rank* dengan tingkat kemaknaan $p < 0.05$.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan dari 71 siswa yang menjadi responden, terdapat 17 (23,9%) siswa yang mengalami obesitas dan 54 (76,1%) siswa tidak mengalami obesitas. Analisis menggunakan Uji *Spearman Rank* mendapatkan hasil yaitu aktivitas fisik ($p = 0,040$), pola konsumsi *fast food* ($p = 0,026$), jenis kelamin ($p = 0,898$), dan uang saku ($p = 0,116$).

Kesimpulan : Ada hubungan antara aktivitas fisik dan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja, dan tidak ada hubungan antara jenis kelamin dan uang saku dengan kejadian obesitas pada remaja.

Kata Kunci : *aktivitas fisik, jenis kelamin, konsumsi fast food, uang saku, obesitas*

¹ Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat S1 STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

DETERMINANTS OF OBESITY IN ADOLESCENTS IN SMA N 1 BANGUNTAPAN, BANTUL, YOGYAKARTA

Herlinda Dwi Istiani¹, Siti Uswatun Chasanah², Prastiwi Putri Basuki³

ABSTRACT

Background : Obesity is a complex health problem that currently affects not only adults but also adolescents. WHO states that obesity is one of the conditions (out of 10 conditions) that are at risk worldwide and one of the 5 conditions that are at risk in developing countries. The incidence of obesity in adolescents is also a serious problem because it will continue into adulthood. Obesity is a major risk factor for non-communicable diseases such as heart disease, stroke, cancer, diabetes mellitus type 2, etc.

Research purposes : Knowing the determinants of the incidence of obesity in adolescents at SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

Method : The research was conducted at SMA N 1 Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. This study uses an observational analytic design approach *cross-sectional*. The population in this study were all 11th grade students at SMA N 1 Banguntapan totaling 246 students. Samples were taken by method *Proporsionate Stratified Random Sampling* and *Simple Random Sampling* which totaled 71 students. Measuring tool using a questionnaire. Data is processed and analyzed using Test *Spearman Rank* with a level of significance $p < 0.05$.

Results : This study showed that of the 71 students who were respondents, there were 17 (23.9%) students who were obese and 54 (76.1%) students who were not obese. Analysis using Test *Spearman Rank* get results, namely physical activity ($p = 0.040$), consumption of *fast food* ($p = 0.026$), gender ($p = 0.898$), and pocket money ($p = 0,116$)

Conclusion : There is a relationship between physical activity and consumption of fast food with the incidence of obesity in adolescents, and there is no relationship between gender and pocket money with the incidence of obesity in adolescents.

Keywords : *consumption of fast food, gender, obesity, physical activity, pocket money*

¹ Student of Public Health Study Program S1 STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
INTISARI.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Remaja.....	8
B. Obesitas.....	10
C. Dampak Obesitas	18
D. Pencegahan Obesitas	20
E. Pengobatan Obesitas.....	21
F. Penilaian Status Gizi.....	22
G. Food Frequency Questionnaire (FFQ).....	23
H. Global Physical Activity Quesioner (QPAG).....	24
I. Kerangka Teori	26
J. Kerangka Konsep.....	26
K. Hipotesis	27

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Jenis Rancangan Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat.....	28
C. Populasi dan Sampel.....	28
D. Variabel Penelitian.....	30
E. Definisi Operasional	30
F. Instrumen Penelitian	32
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	34
H. Pengolahan dan Analisis Data	35
I. Etika Penelitian	38
J. Jalan Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	41
B. Hasil Penelitian.....	42
1. Karakteristik Responden	42
2. Uji Univariat	43
3. Uji Bivariat.....	44
C. Pembahasan	46
1. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Obesitas	46
2. Hubungan Uang Saku dengan Kejadian Obesitas	47
3. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas	49
4. Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Kejadian Obesitas	52
D. Keterbatasan Penelitian	54
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas adalah akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang bisa menyebabkan keadaan berat badan seseorang melebihi dari standar kesehatan yang telah ditentukan sehingga dapat mengganggu kesehatan (WHO, 2018). Obesitas merupakan masalah kesehatan kompleks yang saat ini tidak hanya diderita oleh kelompok dewasa tetapi juga diderita kelompok remaja. Obesitas pada masa remaja merupakan masalah serius karena prevalensinya yang terus meningkat baik di negara maju maupun di negara berkembang. Kejadian obesitas pada remaja juga merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa obesitas merupakan salah satu kondisi (dari 10 kondisi) yang beresiko di seluruh dunia dan salah satu dari 5 kondisi yang beresiko di negara-negara berkembang. WHO memperkirakan terdapat 340 juta anak dan remaja umur 5-19 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas di seluruh dunia pada tahun 2016. Pada tahun 2016 obesitas pada perempuan didapatkan sebanyak 18% sedangkan obesitas pada laki-laki sebanyak 19% (WHO, 2018). Di Indonesia, obesitas merupakan salah satu permasalahan gizi yang cukup besar. Berdasarkan Laporan Riskesdas tahun 2018, menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada remaja umur 16-18 tahun dengan kategori (IMT/U) sebesar 4,0% meningkat dari pada sebelumnya pada tahun 2013 yaitu sebesar 1,6%. Sedangkan untuk Provinsi Yogyakarta sendiri, prevalensi obesitas (IMT/U) pada remaja umur 16-18 tahun yaitu sebesar 6,2% (Riskesdas, 2018).

Yogyakarta menjadi salah satu provinsi dengan potensi obesitas yang tinggi, hal tersebut disebabkan oleh gaya hidup masyarakatnya yang mewah dan kemudahan masyarakat terhadap fasilitas yang serba ada. Berdasarkan studi pendahuluan pada Dinas Kesehatan Propinsi DIY tahun 2022, data penilaian status gizi remaja pada 2021 di Kabupaten Bantul menunjukkan

bahwa dari 89,14% remaja yang ikut penjarangan status gizi, terdapat 10% remaja yang mengalami obesitas.

Obesitas menjadi faktor risiko utama penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, kanker, diabetes mellitus tipe 2, dan lain sebagainya. Penyakit tersebut disebabkan beberapa faktor seperti merokok, aktivitas fisik, obesitas, dan masih banyak faktor lain yang memperparah penyakit tidak menular tersebut (Oroh, 2018). Menurut (WHO, 2018) obesitas pada masa remaja dapat meningkatkan risiko kematian dini dan kecacatan pada usia dewasa. Penyebab terjadinya obesitas berkaitan dengan berbagai faktor, baik faktor yang dapat dimodifikasi maupun faktor yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya obesitas yang tidak dapat dimodifikasi yaitu genetik, etnik, jenis kelamin, dan umur. Sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi yaitu konsumsi makanan, gaya hidup, dan aktivitas fisik.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, terjadi peningkatan prevalensi obesitas dilihat dari jenis kelamin. Prevalensi obesitas pada wanita ada di angka 32,9 %, jauh lebih tinggi daripada pria di angka 19,7 % (Kemenkes RI, 2013). Menurut penelitian (Lubis et al., 2020) menunjukkan dari 35 mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan yang mengalami obesitas sebanyak 25 orang (71,4%). Sedangkan dari 25 mahasiswa laki-laki yang mengalami obesitas sebanyak 5 orang (20%). Tingginya prevalensi obesitas pada perempuan menunjukkan bahwa kelebihan lemak lebih banyak terdapat pada perempuan. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan tingkat aktivitas fisik dan konsumsi makanan antara laki-laki dan perempuan. Apalagi pada remaja perempuan, mereka cenderung lebih banyak jajan sedangkan tingkat aktivitas fisiknya kurang.

Konsumsi makanan menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja, dimana konsumsi makanan ini dipengaruhi oleh pendapatan orang tua. Pendapatan orang tua juga menjadi salah satu penyebab kejadian kelebihan berat badan karena orang tua dengan penghasilan tinggi cenderung memberikan uang saku lebih besar kepada anaknya. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Rahma & Noerfitri, 2022) menunjukkan

hasil yang signifikan antara tingkat pendapatan orang tua terhadap kejadian kelebihan berat badan. Pada remaja yang memiliki uang saku lebih, cenderung akan memilih makanan yang cepat saji atau *fast food* dengan alasan lebih enak dan makanan yang berkelas. Remaja yang diberi uang saku cukup besar, biasanya sering mengonsumsi makan-makanan modern dengan pertimbangan dan harapan akan diterima dikalangan teman sebayanya. Adanya kebebasan untuk memilih sendiri makanannya, akan membuat remaja cenderung untuk membeli apapun yang disukainya atau yang menarik menurutnya tanpa memperhatikan apakah makanan tersebut bergizi seimbang atau tidak.

Pada saat ini remaja banyak mengalami obesitas karena gaya hidup yang sudah sangat modern, salah satunya dilihat dari kebiasaan konsumsi *fast food*. Remaja lebih senang mengonsumsi *fast food* dengan alasan lebih praktis, mengikuti tren, dan lebih enak. Padahal seperti yang kita ketahui *fast food* mengandung tinggi kalori, tinggi lemak, dan rendah serat sehingga dapat menyebabkan gizi berlebih. Jika dilihat dari lingkungan sosial khususnya di Yogyakarta, *fast food* sangat mudah ditemukan dimana saja dan bisa dibeli kapan saja. Sehingga *fast food* ini menjadi salah satu faktor risiko yang tidak boleh diabaikan.

Selanjutnya perubahan gaya hidup yang signifikan lainnya adalah aktivitas fisik yang cenderung menurun di masyarakat. Penurunan aktivitas fisik ini juga merupakan dampak dari pandemi Covid-19 yang berlangsung lebih dari 2 tahun, sehingga masyarakat lebih terbatas ruang geraknya dan terbatas aktivitas fisik yang dilakukan. Aktivitas fisik yang ringan menyebabkan keluaran energi menjadi rendah sehingga terjadi ketidakseimbangan antara masukan energi yang lebih banyak dibandingkan dengan energi yang keluar. Akibat dari sedikitnya energi yang keluar dari tubuh, maka sisa dari energi tersebut akan tersimpan menjadi lemak dan kemudian menjadi *overweight* hingga berlanjut menjadi obesitas (Putra, 2017).

Dari hasil analisis, salah satu SMA di Bantul yang mempunyai risiko obesitas tinggi yaitu SMA N 1 Banguntapan. Jika dilihat dari letak geografisnya, SMA N 1 Banguntapan merupakan sekolah yang dekat dengan

kota, sehingga gaya hidup siswanya juga berbeda dengan siswa sekolah lain yang jauh dari kota. Berdasarkan studi pendahuluan di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta, dengan membagikan link *google form* kepada seluruh siswa baik dari kelas 10, kelas 11, maupun kelas 12. Link tersebut ditujukan untuk mengetahui jumlah kejadian obesitas di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan menanyakan data tinggi badan dan berat badan saja. Dari studi pendahuluan yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa dari 321 siswa yang mengisi data terdapat 34 siswa (10,5 %) yang mengalami *overweight* dan obesitas. Berdasarkan jenis kelamin, *overweight* dan obesitas yang dialami oleh siswa perempuan sebanyak 20 siswa (58,8%) dan siswa laki-laki sebanyak 14 siswa (41,2%).

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Determinan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta” karena SMA N 1 Banguntapan merupakan sekolah yang berada di daerah yang sedang mengalami transisi dari desa ke kota. Daerah dengan transisi dari desa ke kota ini dapat menyebabkan transisi kebiasaan masyarakat dan remajanya juga, mulai dari transisi gaya hidup hingga transisi pola makan yang mereka terapkan. Selain itu SMA N 1 Banguntapan juga pernah mendapat predikat SMA kesehatan, sehingga apabila jumlah kejadian obesitas di sekolah ini bisa diturunkan, maka SMA N 1 Banguntapan bisa menjadi contoh yang baik bagi sekolah lain dalam menurunkan angka kejadian obesitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti ingin mengetahui “Apa saja determinan yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui determinan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.
- b. Mengetahui hubungan uang saku dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.
- c. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.
- d. Mengetahui hubungan pola konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi SMA N 1 Banguntapan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah mengenai indeks massa tubuh yang dimiliki siswanya. Pihak sekolah dapat menunjang agar siswanya mampu membatasi konsumsi *fast food* secara berlebihan dan menunjang agar siswanya aktif dalam melakukan aktivitas fisik khususnya dalam pelajaran olahraga. Dengan begitu, diharapkan para siswa lebih menjaga kesehatannya dan fokus dalam belajar.

2. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah referensi kepustakaan di Perpustakaan STIKES Wira Husada Yogyakarta.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau sumber tambahan informasi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kejadian obesitas.

E. Keaslian Penelitian

1. Telisa et al. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja di SMA Xaverius 3 dan Xaverius 2 Palembang. Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan desain *cross sectional* dan teknik sampel yang digunakan yaitu *proporsional stratified random sampling*. Variabel yang diteliti yaitu asupan zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat), frekuensi konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, jumlah uang saku, riwayat obesitas orangtua, dan pengetahuan gizi. Persamaan yang dilakukan peneliti yaitu sama-sama menggunakan pendekatan *cross sectional* dan teknik sampel yang digunakan yaitu *proporsional stratified random sampling*. Variabel bebas yang sama digunakan untuk penelitian yaitu variabel konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, dan jumlah uang saku. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel asupan zat gizi makro, riwayat obesitas, dan pengetahuan gizi.
2. Inayah et al. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Obesitas Pada Remaja Akhir SMA X di Sidoarjo. Variabel yang diteliti yaitu sikap, aktivitas fisik, dan dukungan orang tua. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja akhir di SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*, sampel diambil menggunakan teknik sampling total responden obesitas. Persamaan penelitian yaitu terdapat pada variabel aktivitas fisik dan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel sikap dan dukungan. Perbedaannya juga terdapat pada teknik sampling yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan teknik sampling total responden obesitas.
3. Pratiwi et al. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMPN 12 Kota Bogor Tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* dan teknik

sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Variabel yang diteliti yaitu keturunan, pola makan, aktivitas fisik, konsumsi *fast food*, pengaruh teman sebaya, dan faktor pengetahuan. Persamaan penelitian terdapat pada desain penelitian yang digunakan yaitu desain *cross sectional* namun teknik sampling yang digunakan berbeda yaitu *simple random sampling*. Persamaan variabelnya yaitu terdapat pada variabel aktivitas fisik dan konsumsi *fast food*. Sedangkan perbedaannya terdapat pada populasi dan sampel yang diteliti, serta variabel bebas seperti keturunan, pengaruh teman sebaya, dan faktor pengetahuan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan $p\ value = 0,898$
2. Tidak ada hubungan antara uang saku dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan $p\ value = 0,116$
3. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan $p\ value = 0,040$
4. Ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA N 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan $p\ value = 0,026$

B. Saran

1. Bagi SMA N 1 Banguntapan
 - a. Pihak sekolah memberikan edukasi kepada para siswa untuk sering melakukan aktivitas fisik dan mengurangi konsumsi *fast food*.
 - b. Pihak sekolah berkolaborasi dengan Puskesmas sehingga ada pemantauan dan edukasi dari Puskesmas secara rutin.
 - c. Selain jam pelajaran olahraga, pihak sekolah juga bisa mengadakan kegiatan olahraga bersama seperti senam. Selain itu, dalam mengurangi konsumsi *fast food*, pihak sekolah bisa membentuk kantin sehat.
2. Bagi Siswa di SMA N 1 Banguntapan

Semua siswa di SMA N 1 Banguntapan mengurangi risiko terjadinya obesitas khususnya dengan mengurangi konsumsi *fast food*, menambah aktivitas fisik, dan lebih bijak dalam menggunakan uang sakunya.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja dengan sampel dan variabel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam Desyi, dkk. (2016). *Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA N 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango*. 1 (4), 118–129.
- Adriani, M. (2012). *Peranan Gizi Dalam Status Kehidupan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Ainsworth, B. E., Haskell, W. L., Whitt, M. C., Irwin, M. L., Swartz, A. M., Strath, S. J., O'Brien, W. L., Bassett, J., Schmitz, K. H., Emplainscourt, P. O., Jacobs, J., & Leon, A. S. (2011). Compendium of physical activities: An update of activity codes and MET intensities. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(9 SUPPL.).
- Arikunto, S. (2006). *Produser Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. (2018). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Brown, J. . (2005). *Nutrition Through Life Circle*. Thomson Wadsworth.
- Bull, F. C., Maslin, T. S., & Armstrong, T. (2009). Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Nine Country Reliability and Validity Study. *Journal of Physical Activity and Health*, 6(6), 790–804.
- Choudhary, K., Mathur, P., Garg, M., & Gupta, P. P. (2017). Prevalence of overweight and obesity amongst adolescents and identification of risk factors. *International Journal of Contemporary Pediatrics*, 4(4), 1153.
- Christianto, D. A., Barus, A. M. B., Ramadhanti, A. N. D., Puspitasari, A. R., Pramudito, P. A., & Fenty. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Di Desa Banjaroyo. *Berkala Ilmiah Kedokteran Duta Wacana*, 3(2), 78.
- Cleland, C. L., Hunter, R. F., Kee, F., Cupples, M. E., Sallis, J. F., & Tully, M. A. (2014). Validity of the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) in assessing levels and change in moderate-vigorous physical activity and sedentary behaviour. *BMC Public Health*, 14, 1–11.
- Demerath, E. W., Sun, S. S., Rogers, N., Lee, M., Reed, D., Choh, A. C., Couch, W., Czerwinski, S. A., Chumlea, W. C., Siervogel, R. M., Towne, B., Ellen, W., Sun, S. S., Lee, M., Reed, D., Choh, C., Couch, W., Stefan, A., Chumlea, W. C., ... Anatomical, B. T. (2007). Anatomical Patterning of Visceral Adipose Tissue : Race , Sex , and Age Variation. *Obesity*, 15(12), 2984–2993.
- Effendy, S., Gunawan, M. F., Lintang, D., Argoputra, A., Anggraeni, P. D., & Abraham, Y. B. (2018). the Relationship Between Physical Activity and Obesity Based on Body Fat Percentage in Banjaroyo Village. *International*

Physical Activity Jurnal Farmasi Sains Dan Komunitas, 15(1), 29–36.

- Fakih, M. (2016). *Analisis Gender dan Transformasi Sosial*. Yogyakarta: Insist Pres.
- Gunawan, A. (2011). *Remaja dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Hanggar Kreator.
- Hafid, W., & Hanafi, S. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat (The Journal of Public Health)*, 1(1), 6–10. <https://doi.org/10.55340/kjkm.v1i1.49>
- Hanum, T. S. L., Dewi, A. P., & Erwin. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(1), 750–758.
- Hayati, N. (2009). *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas di Kelas 4 dan 5 SD Pembangunan Jaya Bintaro, Tangerang Selatan*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia.
- Hidayah, N., & Bowo, P. A. (2019). Pengaruh Uang Saku, Locus of Control, Dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3), 1025–1039. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28337>
- Hidayat, & Alimul, A. A. (2018). *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hungu. (2016). *Pengertian Jenis Kelamin*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Inayah, I., Hidayati, N., Santoso, E. B., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, I., Surabaya, B., & Keperawatan, I. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Obesitas Pada Remaja Akhir SMA X di Sidoarjo. *Graha Medika Public Health Journal*, 1(2), 2829–1956.
- Irianto, K. (2014). *Balanced nutrition in reproductive health*. Bandung: Alfabeta.
- Kartini Kartono. (2013). *Perkembangan psikologi anak*. Jakarta: Erlangga.
- Kas, S. R., & Mustakim, M. (2023). Determinan Obesitas Remaja di SMAN 3 Watansoppeng pada Masa Pandemi Covid -19. *Jurnal Dinamika Kesehatan Masyarakat*, 9–15.
- Kemendes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2013*.
- Kemendes RI. (2020). Tertular Covid-19 gangguan kesehatan seperti overweight. *Obesitas Dan Kecenderungan Penyakit Degeneratif*.
- Kemendes RI. (2011). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2011*. Jakarta: Badan

Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

- Kemendes RI. (2014). *Pedoman Umum Gizi Seimbang Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kesuma, D. F. (2022). Determinan Obesitas Remaja di SMA N 7 Kota Bengkulu Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*, 8.5.2017.
- Khomarun, Wahyuni, E. ., & Nugroho, M. . (2013). *Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium I Di Posyandu Lansia Desa Makam Haji*. 2(2), 144–149.
- Kurniasari, N. A. D., & Dian, A. (2014). *Kunci Tepat Diet Sehat*. Yogyakarta: Trans Idea Publishing.
- Kusumajaya. (2007). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja (SLTP dan SLTA) di Wilayah DKI Jakarta*. FKM UI.
- Laowo, S. K. (2018). *Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Fast Food Terhadap Status Gizi Pada Anak SMP Muhammadiyah Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa di Universitas Malahayati Tahun 2020. *Human Care Journal*, 5(4), 891–900.
- Margawati, A., Wijayanti, H. S., Faizah, N. A., & Syaher, M. I. (2020). Hubungan Menonton Video Mukbang Autonomous Sensory Meridian Response, Keinginan Makan dan Uang Saku Dengan Asupan Makan dan Status Gizi Mahasiswa. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(2).
- Marianingrum, D. (2020). Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Statu Gizi Pada Siswa SMP Kartini II Batam Tahun 2019. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 9(24), 35–43.
- Meilana, A. S. B., Bachtiar, F., Condrowati, & Nazhira, F. (2022). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh pada Remaja. *Malahayati Nursing Journal*, 4(2), 503–514. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.7982>
- Misnadiarly. (2007). *Obesitas sebagai Faktor Risiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pusat Obor Populer.
- Notoatmodjo, S. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineta Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineta Cipta.

- Nugroho, P. S. (2020). Jenis Kelamin dan Umur Berisiko Terhadap Obesitas Pada Remaja di Indonesia. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7(2), 110–114.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaviani, D. T., & Nugroho, P. S. (2021). Hubungan Konsumsi Sayur dan Jumlah Uang Saku dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMPN 18 Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(3), 1915–1921.
- Oroh, W. (2018). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Diabetes Mellitus. *E-Journal Keperawatan*.
- Pakar Gizi Indonesia. (2016). *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Pamelia, I. (2018). Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *Jurnal IKESMA*, 14(2), 144–153.
- Pelealu, S. K., Moleong, M., Pongoh, L., Studi, P., Kesehatan, I., Keolahragaan, F. I., & Manado, U. N. (2021). *Hubungan Pola Makan dan Minum Dengan Kejadian Obesitas di SMA Negeri 1 Tomohon*. 02(02), 32–37.
- Permenkes RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak* (Issue 3). Jakarta: Menteri Kesehatan RI.
- Pratiwi, I., Arsyati, A. M., & Nasution, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja di SMP N 12 Kota Bogor Tahun 2021. *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 156–164.
- Purwati. (2011). *Perencanaan Menu Untuk Penderita Kegemukan* (7th ed.). Jakarta: Penebar Swadaya.
- Putra, W. N. (2017). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Aktivitas Sedentari Dengan Overweight di SMA Negeri 5 Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(3), 298–310. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i3.2017>.
- Putri, A. A., Elvandari, M., & Kurniasari, R. (2022). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(2), 109–114.
- Rahma, S. A., & Noerfitri. (2022). Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Uang Saku dengan Sikap dalam Memilih Makanan oleh Siswa SMA Islam PB Soedirman Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(1), 69–72.
- Rahman, J., Fatmawati, I., Nur, M., Syah, H., & Sufyan, D. L. (2021). Hubungan

- Peer Group Support, Uang Saku dan Pola Konsumsi Pangan Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65–74.
- Ramdhani, T. (2012). Pengaruh Pemberian Diet Rendah Karbohidrat terhadap Perubahan Berat Badan, Indeks Massa Tubuh, dan Persentase Lemak Tubuh di Catering. *Jakarta : Jurnal Universitas Indonesia*.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Santoso, N. H. (2017). *Besar Risiko Faktor Pengetahuan, Aktivitas, dan Fisiologi pada Kejadian Obesitas Remaja di SMP N 40 Semarang*. Poltekes Kemenkes Semarang.
- Sembinging, B. A., Rosdewi, N. N., & Yuningrum, H. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta Cerdas Bangsa, Kecamatan Deli Tua, Kabupaten Deli Serdang, Medan. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(1), 87–95.
- Singh, A., & Purohit, B. (2011). Evaluation of Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals in Central India. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 3(1), 34–43.
- Siswanto. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Kedokteran*. Yogyakarta: Bursa Ilmu.
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 228–236.
- Strath, S. J., Kaminsky, L. A., Ainsworth, B. E., Ekelund, U., Freedson, P. S., Gary, R. A., Richardson, C. R., Smith, D. T., Swartz, A. M., Ainsworth, B. E., Ekelund, U., & Freedson, P. S. (2013). Scientific Statement From the American Heart Association Guide to the Assessment of Physical Activity: Clinical and Research Applications: A Scientific Statement From the American Heart Association. *Circulation*.
- Sugiatmi, & Handayani, D. R. (2018). Faktor Dominan Obesitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Tangerang Selatan Indonesia. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(1), 1–10.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit CV Alfabeta.
- Sulistyoningsih, H. (2012). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sumiyati, I., Anggriyani, & Mukhsin, A. (2022). Hubungan Antara Konsumsi Makanan Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *JUMANTI (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 7(3), 242–246.

- Supariasa, I. D. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Susanti, T. (2016). *Hubungan Pola Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta* [Universitas Alma Ata]. <http://elibrary.almaata.ac.id/id/eprint/716>
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamilu, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletahan Health Journal*, 7(3), 124–131.
- Thamaria, N. (2017). *Bahan Ajar Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ughude, R. U., Kapantow, N. H., & Amisi, M. D. (2021). Gambaran Pola Makan MahasiswaFKM UNSRAT Semester IV Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(2), 98–106.
- WHO. (2012). *Obesity and Overweight*.
- WHO. (2014). *Health for the World ' s Adolescents A second chance in the second decade*.
- WHO. (2017). *Adolescent*. <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- WHO. (2018). *Obesity and Overweight*. <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wijayanti, D. N. (2013). *Analisis Faktor Penyebab Obesitas dan Cara Mengatasi Obesitas Pada Remaja Putri*. Universitas Negeri Semarang.
- Wiklund, P. (2016). The role of physical activity and exercise in obesity and weight management : Time for critical appraisal. *Journal of Sport and Health Science*, 5(2), 151–154. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2016.04.001>
- Willy. (2011). *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Yuanita. (2011). *Fenomena dan tantangan remaja menjelang dewasa*. Yogyakarta: Brilliant Book.
- Yulianingsih, R. (2017). *Hubungan Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja SMA N 1 Baturetno Wonogiri*. STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Zulfa, F. (2011). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast food Modern dengan Status Gizi (BB/TB Z-Score) di SD Al-Muttaqin Tasikmalaya. *Universitas Siliwangi Tasikmalaya*.