



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI
SMA NEGERI 9 PADANG**



Pembimbing I : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM

Pembimbing II : dr. Desmawati, M.Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG 2018

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Agustus 2018

SINDY GUSTANTIA, No.BP. 1411222043

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 9 PADANG
TAHUN 2018**

x + 59 halaman, 19 tabel, 2 gambar, 6 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Obesitas pada remaja menjadi masalah kesehatan saat ini karena melebihi prevalensi nasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 9 Padang tahun 2018.

Metode

Desain penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Juli 2018 di SMA Negeri 9 Padang. Populasi penelitian ini siswa kelas XI dan XII sebanyak 615 orang dan sampel sebanyak 128 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling*. Pengambilan data pola makan menggunakan SQ-FFQ, aktivitas fisik dan tingkat sosial ekonomi menggunakan kuesioner. Penentuan obesitas didapat dari IMT/U. Analisis data dilakukan uji *chi-square* dengan 95% CI ($\alpha=0,05$) dan analisis stratifikasi menggunakan uji *Mantel-Haenszel*.

Hasil

Sebagian kecil remaja mengalami obesitas (14,8%). Hasil analisis diperoleh tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian obesitas ($p=0,129$) dan terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas ($p=0,004$). Analisis stratifikasi didapatkan tingkat sosial ekonomi berpengaruh terhadap hubungan variabel pola makan ($POR_{crude}=3,092$) dan ($POR_{adjustment}=2,343$) tetapi tidak berpengaruh terhadap variabel aktivitas fisik ($POR_{crude}=6,531$) dan ($POR_{adjustment}=6,851$).

Kesimpulan

Pola makan tidak berhubungan dengan kejadian obesitas tetapi terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Tingkat sosial ekonomi merupakan variabel *confounding* terhadap pola makan dengan obesitas namun bukan *confounding* terhadap aktivitas fisik dengan obesitas. Bagi pihak sekolah perlu diadakannya program kesehatan melalui unit kesehatan sekolah dan memberikan edukasi terkait pencegahan obesitas.

Daftar Pustaka : 100 (2000-2017)

Kata Kunci : obesitas, pola makan, aktivitas fisik, tingkat sosial ekonomi

FACULTY OF PUBLIC HEALTH

ANDALAS UNIVERSITY

Undergraduate Thesis, August 2018

SINDY GUSTANTIA, No.BP. 1411222043

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND PHYSICAL ACTIVITY WITH THE INCIDENCE OF OBESITY IN TEENAGERS AT SMA 9 PADANG ON 2018

x + 59 pages, 19 tables, 2 images, 6 appendices

ABSTRACT

Objectives

Obesity in teenagers is a current health problem because it exceeds national prevalence. This research aims to find out the relationship between diet and physical activity with obesity in teenagers at SMA Negeri 9 Padang on 2018.

Methods

This research used cross sectional design performed on July 2018 in SMA Negeri 9 Padang. The populations of this research is grade XI and XII, that as much as 615 people and sample as many as 128 people. The sampling was taken by a simple random sampling method. Intake of dietary data using SQ-FFQ, Physical activity data and socioeconomic level using questionnaire. Obesity determination obtained from IMT/U. Data were analysed by chi-square test with a 95% CI ($\alpha = 0.05$) and the analysis of stratification using test coat-Haenszel.

Results

A small percentage of teenagers are obese (14,8%). Analysis results obtained there was no significant relationship between diet with obesity ($p = 0,129$) and there was no significant relationship between physical activity with incidence of obesity ($p = 0,004$). The analysis of the socio-economic level obtained stratification effect on dietary variables relationship ($POR_{crude} = 3,092$) and ($POR_{adjustment} = 2,343$) but there are no effect towards the variables physical activity ($POR_{crude} = 6,531$) and ($POR_{adjustment} = 6,851$).

Conclusions

There is no significant relationship between diet and obesity but there is a significant relationship between physical activity with the incidence of obesity. The socio-economic level is the confounding variable of diet with obesity but not on physical activity with obesity. School needs to held a program through Medical School Unit by giving education related to obesity prevention.

References : 100 (2000-2017)

Keywords : obesity, diet, physical activity, socio-economic level