

BEBAN GLIKEMIK MAKANAN DAN AKTIVITAS FISIK SEBAGAI FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTED OBESITY PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI KOTA CIREBON

Diah Yashinta

Abstrak

Remaja usia 16-18 tahun merupakan usia produktif dan aktif serta masih bisa dilakukan upaya pencegahan obesitas dengan memantau pola makan dan melakukan aktivitas fisik. Kenaikan berat badan dapat disebabkan oleh konsumsi makanan tinggi eban glikemik dan tingkat aktivitas fisik yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bebanglikemik dan aktivitas fisik sebagai factor risiko kejadian stunted obesity pada remaja usia 16-18 tahun di Kota Cirebon. Metode penelitian yang digunakan adalah case control. Responden penelitian berjumlah 106, terdiri dari 53 kelompok kasus (remaja stunted obesity) dan 53 kelompok control (remaja stunted non-obesity) yang tinggal di Kota Cirebon dan memenuhi kriteria inklusi. Nilai beban glikemik diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir food recal 24 hours dan tingkat aktivitas fisik diperoleh dengan melakukan wawancara menggunakan formulir IPAQ (International Physical Activity Questionnaire). Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data diperoleh hasil beban glikemik sebagai faktor risiko kejadian stunted obesity (OR = 4,0 ; 1,75 : 9,19) dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko kejadian stunted obesity (OR = 3,0 ; 1,36 : 6,70).

Kata Kunci : *Stunted Obesity*, Beban Glikemik, Aktivitas Fisik, Remaja

GLYCHEMIC LOAD AND PHYSICAL ACTIVITIES AS RISK FACTORS FOR STUNTED OBESITY EVENTS IN ADOLESCENTS 16-18 YEARS OLD IN CIREBON

Diah Yashinta

Abstract

Adolescents aged 16-18 years are of productive and active age and efforts to prevent obesity can still be done by monitoring diet and doing physical activity. Weight gain can be caused by the consumption of foods high on glycemic load and low levels of physical activity. This study aims to analyze glycemic load and physical activity as risk factors for the incidence of stunted obesity in adolescents aged 16-18 years in Cirebon City. The research method used was case control. There were 106 research respondents, consisting of 53 case groups (stunted obesity adolescents) and 53 control groups (stunted non-obesity adolescents) who lived in Cirebon City and met the inclusion criteria. The value of the glycemic load was obtained through interviews using the 24-hour food recall form and the level of physical activity was obtained by conducting interviews using the IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) form. After processing and analyzing the data, the results obtained from the glycemic load as a risk factor for the incidence of stunted obesity (OR = 4.0; 1.75: 9.19) and physical activity as a risk factor for the incidence of stunted obesity (OR = 3.0; 1.36) : 6,70).

Keywords : Stunted Obesity, Glycemic Load, Physical Activity, Adolescents