

HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU GIZI SEIMBANG DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 SAWANGAN KOTA DEPOK

Sylvianis Widyastuti

Abstrak

Pada tahun 2018, prevalensi obesitas pada remaja di Depok adalah 4,86% untuk usia 13-15 tahun dan 5,75% untuk usia 16-18 tahun. Prevalensi obesitas yang tinggi ini bisa dikatakan sebagai salah satu indikator kurangnya pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi dibutuhkan untuk menggabungkan informasi gizi dengan perilaku makan, supaya pengetahuan yang baik mengenai gizi dan kesehatan dapat dikembangkan. Selain itu, komponen penting lainnya yang mempengaruhi obesitas adalah sikap dan perilaku terhadap pola hidup sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi seimbang dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 5 Kota Depok. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel sebanyak 110 responden yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap dan perilaku gizi seimbang. Hasil menunjukkan sebanyak 11,8% remaja mengalami obesitas, 16,0% pengetahuan baik mengalami obesitas, 13,0% sikap positif mengalami obesitas, dan 15,3% perilaku positif mengalami obesitas. Analisis hubungan dilakukan menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang ($p=0,215$), sikap gizi seimbang ($p=0,715$), dan perilaku gizi seimbang ($p=0,230$) dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 5 Sawangan Kota Depok.

Kata Kunci: Obesitas, Pengetahuan Gizi Seimbang, Perilaku Pengetahuan Gizi Seimbang, Remaja. Sikap Pengetahuan Gizi Seimbang,

THE RELATIONSHIP OF BALANCED NUTRITION KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND BEHAVIOR WITH THE OBESITY IN ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 5 SAWANGAN, DEPOK CITY

Sylvianis Widyastuti

Abstract

In 2018, the prevalence of obesity in adolescents in Depok is 4.86% at aged 13-15 years and 5.75% at aged 16-18 years. This high prevalence of obesity can be regarded as an indicator of a lack of nutritional knowledge. Nutritional knowledge needed to combine nutritional information with eating behavior, so that a good knowledge about nutrition and health can be developed. Besides that, important components that affects obesity is attitudes and behavior towards a healthy lifestyle. This study aims to determine the relationship between knowledge, attitudes, and behavior of balanced nutrition with obesity in adolescents at SMA Negeri 5 Depok City. This study used a cross sectional design among 110 respondents determined by simple random sampling technique. Data collected using a balanced nutrition knowledge, attitude, and behavior questionnaire. The results shows that 11.8% of adolescents were obese, 16.0% had good knowledge of obesity, 13.0% had positive attitudes towards obesity, and 15.3% had positive behavior towards obesity. Relationship analysis performed using Chi Square test showed that there was no relationship between knowledge of balanced nutrition ($p = 0.215$), balanced nutrition attitude ($p = 0.715$), and balanced nutrition behavior ($p = 0.230$) with obesity in adolescents at SMA Negeri 5 Depok City.

Keywords: Adolescent, Balanced Nutrition Knowledge, Balanced Nutrition Knowledge Attitude, Balanced Nutrition Knowledge Behavior, Obesity