



**FAKTOR-FAKTOR RISIKO KEJADIAN OBESITAS PADA
KELOMPOK USIA DEWASA DI DKI JAKARTA (ANALISIS
DATA SKI 2023)**

SKRIPSI

TIARA ZAHRA KHAIRUNNISA

2110714045

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2025**



**FAKTOR-FAKTOR RISIKO KEJADIAN OBESITAS PADA
KELOMPOK USIA DEWASA DI DKI JAKARTA (ANALISIS
DATA SKI 2023)**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

TIARA ZAHRA KHAIRUNNISA

2110714045

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dan yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Tiara Zahra Khairunnisa

NRP : 2110714045

Tanggal : 7 Juli 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 7 Juli 2025

Yang Menyatakan



(Tiara Zahra Khairunnisa)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiara Zahra Khairunnisa

NRP : 2110714045

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Faktor - Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Kelompok Usia Dewasa Di DKI Jakarta : Analisis Data SKI 2023".

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 7 Juli 2025

Yang Menyatakan,



(Tiara Zahra Khairunnisa)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Tiara Zahra Khairunnisa

NIM : 2110714045

Program Studi : Program Studi Gizi Program Sarjana

Judul : Faktor-Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Kelompok Usia
Dewasa di DKI Jakarta (Analisis Data SKI 2023)

Telah berhasil dipertahankan di depan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Sintha Fransiske Simanungkalit S.Gz., MKM

Ketua Penguji

Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz., M.Si

Penguji 1 (Pembimbing)



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., PhD

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPNVJ

Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si

Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 7 Juli 2025

FAKTOR-FAKTOR RISIKO KEJADIAN OBESITAS PADA KELOMPOK USIA DEWASA DI DKI JAKARTA (ANALISIS DATA SKI 2023)

Tiara Zahra Khairunnisa

ABSTRAK

Obesitas merupakan akumulasi lemak tubuh yang berlebihan akibat ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi obesitas di DKI Jakarta mencapai 31,8%, melebihi rata-rata nasional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada individu usia 19–44 tahun di DKI Jakarta. Penelitian menggunakan desain potong lintang dengan data SKI 2023 dan melibatkan 4.390 responden. Analisis dilakukan secara univariat, bivariat (uji *chi-square*), serta multivariat dengan regresi logistik berganda berbasis *complex samples*. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa lingkar perut merupakan faktor paling dominan. Individu dengan lingkar perut tidak normal memiliki risiko obesitas yang secara signifikan lebih tinggi (AOR = 0,048; 95% CI: 0,033–0,069; $p < 0,001$). Aktivitas fisik rendah juga meningkatkan risiko obesitas (AOR = 1,561; 95% CI: 1,270–1,919; $p < 0,001$). Perokok aktif cenderung memiliki risiko obesitas yang lebih rendah dibandingkan yang tidak merokok (AOR = 0,529; 95% CI: 0,426–0,658; $p < 0,001$). Selain itu, konsumsi minuman manis dan minuman berenergi yang jarang juga berhubungan dengan penurunan risiko obesitas (masing-masing AOR = 0,617; $p = 0,004$ dan AOR = 0,545; $p = 0,004$). Berdasarkan temuan ini, lingkar perut perlu diprioritaskan sebagai indikator utama dalam deteksi dini dan pencegahan obesitas sentral. Intervensi kesehatan masyarakat sebaiknya difokuskan pada skrining rutin, edukasi, serta strategi perubahan perilaku untuk menjaga lingkar perut tetap normal melalui gaya hidup aktif dan pola makan seimbang.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, DKI Jakarta, Faktor Risiko, Konsumsi Makanan Berisiko, Lingkar Perut, Obesitas.

RISK FACTORS ASSOCIATED WITH OBESITY AMONG ADULTS IN JAKARTA: ANALYSIS OF THE 2023 INDONESIAN HEALTH SURVEY (SKI)

Tiara Zahra Khairunnisa

ABSTRACT

Obesity is the excessive accumulation of body fat resulting from an imbalance between energy intake and expenditure. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), the prevalence of obesity in DKI Jakarta reached 31.8%, exceeding the national average. This study aimed to analyze factors associated with obesity among individuals aged 19–44 years in DKI Jakarta. A cross-sectional design was employed using SKI 2023 data, involving a total of 4,390 respondents. Data were analyzed through univariate, bivariate (chi-square test), and multivariate analyses using complex sample-based multiple logistic regression. Multivariate analysis identified waist circumference as the most dominant factor. Individuals with abnormal waist circumference had a significantly higher risk of obesity (AOR = 0.048; 95% CI: 0.033–0.069; $p < 0.001$). Low physical activity was also associated with an increased risk (AOR = 1.561; 95% CI: 1.270–1.919; $p < 0.001$). Smoking showed a significant association, with active smokers having a lower risk of obesity compared to non-smokers (AOR = 0.529; 95% CI: 0.426–0.658; $p < 0.001$). Moreover, infrequent consumption of sugary drinks (AOR = 0.617; $p = 0.004$) and energy drinks (AOR = 0.545; $p = 0.004$) was associated with a lower risk of obesity. Based on these findings, waist circumference should be prioritized as a key indicator for early detection and prevention of central obesity. Public health interventions should focus on regular screening, education, and behavioral strategies to maintain a healthy waist circumference through active lifestyles and balanced nutrition.

Keywords: DKI Jakarta, High-Risk Food Consumption, Obesity, Physical Activity, Risk Factors, Waist Circumference.

KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan puji dan terima kasih kepada Allah SWT atas rahmat dan izin-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Faktor-faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Usia Dewasa di DKI Jakarta (Analisis Data SKI 2023)”. Penulis menyampaikan apresiasi kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana atas dukungan yang diberikan selama proses studi. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ibu Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz., M.Si selaku dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini, serta kepada Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM selaku dosen penguji atas saran dan masukan konstruktif yang sangat membantu. Penulis juga berterima kasih kepada Ibu Dr. Firlia Ayu Arini, S.K.M., M.K.M selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dan memberikan arahan selama masa perkuliahan. Selain itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia atas penyediaan data SKI 2023 yang menjadi dasar dalam pelaksanaan penelitian ini.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tidak lupa, penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Jakarta, 7 Juli 2025

Penulis



Tiara Zahra Khairunnisa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
II.1 Usia Dewasa	8
II.2 Status Gizi.....	9
II.3 Obesitas.....	10
II.4 Makanan Berisiko	16
II.5 Lingkar Perut	17
II.6 Aktivitas Fisik.....	19
II.7 Perilaku Merokok	20
II.7 Matriks Penelitian Terdahulu.....	22
II.9 Kerangka Konsep.....	34
II.10 Hipotesis	35
 BAB III METODE PENELITIAN	 36
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	36
III.2 Desain Penelitian	36
III.3 Populasi dan Sampel.....	36
III.4 Pengumpulan Data.....	42
III.5 Etik Penelitian	42
III.6 Definisi Operasional	43
III.7 Analisis Data	49
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 50
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	50
IV.2 Analisis Univariat.....	51
IV.3 Analisis Bivariat.....	61
IV.4 Analisis Multivariat.....	84
IV.5 Keterbatasan Penelitian	89

BAB V PENUTUP	90
V.1 Kesimpulan.....	90
V.2. Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Status Gizi.....	9
Tabel 2	Cut-off Lingkar Perut.....	18
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu.....	22
Tabel 4	Hasil Perhitungan Sampel.....	37
Tabel 5	Instrumen Penelitian	40
Tabel 6	Definisi Operasional	43
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas.....	51
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	52
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Lingkar Perut	55
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Perilaku Kesehatan	57
Tabel 11	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas	61
Tabel 12	Hubungan Konsumsi Makanan Manis dengan Kejadian Obesitas ...	65
Tabel 13	Hubungan Konsumsi Minuman Manis dengan Kejadian Obesitas ...	66
Tabel 14	Hubungan Konsumsi Makanan Asin dengan Kejadian Obesitas.....	68
Tabel 15	Hubungan Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kejadian Obesitas	70
Tabel 16	Hubungan Konsumsi Makanan Dibakar dengan Kejadian Obesitas .	71
Tabel 17	Hubungan Konsumsi Makanan Daging Olahan dengan Kejadian Obesitas	73
Tabel 18	Hubungan Konsumsi Bumbu Penyedap dengan Kejadian Obesitas..	75
Tabel 19	Hubungan Konsumsi Soft drinks dengan Kejadian Obesitas	77
Tabel 20	Hubungan Konsumsi Minuman Berenergi dengan Obesitas	79
Tabel 2	Hubungan Konsumsi Mie instant/ Makanan Instant Lainnya dengan Kejadian Obesitas.....	81
Tabel 22	Hubungan Lingkar Perut dengan Kejadian Obesitas	82
Tabel 23	Model Akhir Analisis Multivariat.....	84
Tabel 24	Model Awal Analisis Multivariat	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	33
Gambar 2	Kerangka Konsep	34
Gambar 3	Seleksi Sampel	39
Gambar 4	Prosedur Pengambilan Data	41
Gambar 5	Peta DKI Jakarta.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Ethical Approval Letter</i>
Lampiran 2	Permohonan Izin Penelitian dan Penggunaan Data
Lampiran 3	Kuesioner SKI 2023
Lampiran 4	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 5	Formulir Pendaftaran Sidang
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Sidang Akhir
Lampiran 7	Hasil Olah Data
Lampiran 8	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 9	Hasil Bebas Plagiarisme