



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI STATUS GIZI
LEBIH (*OVERWEIGHT* DAN OBESITAS) PADA REMAJA
USIA 13–15 TAHUN DI DKI JAKARTA
(ANALISIS DATA SKI 2023)**

SKRIPSI

ANINDITA CHANDRA KIRANA

2110714031

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PRAGRAM SARJANA
2026**



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI STATUS GIZI
LEBIH (OVERWEIGHT DAN OBESITAS) PADA REMAJA
USIA 13–15 TAHUN DI DKI JAKARTA
(ANALISIS DATA SKI 2023)**

SKRIPSI

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

ANINDITA CHANDRA KIRANA

2110714031

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Anindita Chandra Kirana

NIM : 2110714031

Tanggal : 19 Januari 2026

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

Jakarta, 19 Januari 2026

Yang Menyatakan,



(Anindita Chandra Kirana)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Anindita Chandra Kirana
NIM : 2110714031
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 yang Memengaruhi Status Gizi Lebih (Overweight dan Obesitas) pada Remaja 13–15 Tahun 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 sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 19 Januari 2026

Yang menyatakan,



(Anindita Chandra Kirana)

PENGESAHAN

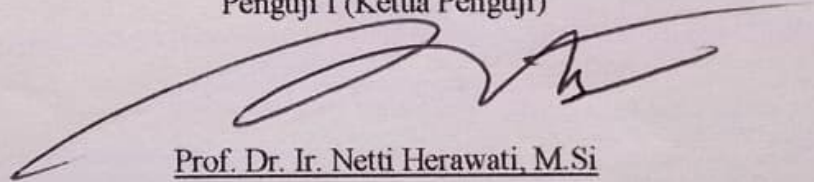
Skripsi diajukan oleh:

Nama : Anindita Chandra Kirana
NIM : 2110714031
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Faktor-Faktor yang Memengaruhi Status Gizi Lebih (*Overweight* dan *Obesitas*) pada Remaja Usia 13-15 Tahun di DKI Jakarta (Analisis Data SKI 2023)

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

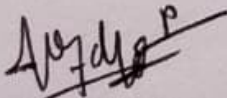
Jakarta, 19 Januari 2026

Penguji I (Ketua Penguji)



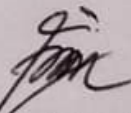
Prof. Dr. Ir. Netti Herawati, M.Si
NIP. 196501011990102001

Penguji II




Dian Widya Putri, S.Gz, M.Sc
NIP. 199210042025062007

Penguji III



Dr. Firlia Ayu Arini, SKM, MKM
NIP. 198501022021212004

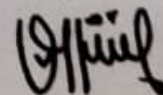
Mengetahui



Plt. Dekan
FIKES UPN Veteran Jakarta

Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T.
NIP. 197212191999031002

Koordinator Program Studi
Gizi Program Sarjana



Utami Wahyuningsih S.Gz, M.Si
NIP. 199109042019032017

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI STATUS GIZI LEBIH (*OVERWEIGHT* DAN *OBESITAS*) PADA REMAJA 13–15 TAHUN DI DKI JAKARTA (ANALISIS DATA SKI 2023)

Anindita Chandra Kirana

Abstrak

Istilah “remaja” menggambarkan kondisi perkembangan fisik dan mental yang cepat pada seseorang antara usia 10 dan 19 tahun. Penting untuk memenuhi kebutuhan gizi remaja saat ini guna mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat serta memastikan kesehatan yang berkelanjutan bagi generasi mendatang. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja (usia 13–15 tahun) di DKI Jakarta. Analisis kuantitatif *cross-sectional* ini menggunakan data sekunder dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Sampel penelitian terdiri dari 464 remaja (usia 13–15 tahun) dari wilayah DKI Jakarta yang terdaftar sebagai responden dalam SKI 2023. Peneliti menggunakan SPSS untuk melakukan analisis regresi logistik multivariat dan uji *Chi-square* untuk analisis bivariat. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa makanan panggang ($p\text{-value} = 0.012$) dan minuman manis ($p\text{-value} = 0.048$) secara signifikan terkait dengan prevalensi kelebihan berat badan pada remaja. Tidak ada penyebab tunggal yang mendasari kelebihan berat badan pada remaja (usia 13–15 tahun) di DKI Jakarta. Untuk mengurangi jumlah remaja yang kelebihan berat badan, penting untuk mendorong mereka untuk mengonsumsi lebih banyak buah dan sayuran serta mengurangi konsumsi SSB dan *junk food*.

Kata Kunci : Remaja, Gizi Lebih, Minuman Manis, Konsumsi Sayur

**FACTORS THAT INFLUENCE OVERWEIGHT AND OBESITY
STATUS IN ADOLESCENTS AGED 13-15 YEARS IN DKI
JAKARTA
(2023 SKI DATA ANALYSIS)**

Anindita Chandra Kirana

Abstract

The term “adolescent” describes the rapid physical and mental development of a person between the ages of 10 and 19. It is important to meet the nutritional needs of adolescents today in order to promote healthy growth and development and ensure the continued health of future generations. The main objective of this study was to determine the factors that influence the nutritional status of adolescents (aged 13–15 years) in DKI Jakarta. This quantitative cross-sectional analysis used secondary data from the 2023 Indonesian Health Survey (SKI). The study sample consisted of 464 adolescents (aged 13–15 years) from the DKI Jakarta area who were registered as respondents in the 2023 SKI. Researcher used SPSS to perform multivariate logistic regression analysis and the Chi-square test for bivariate analysis. The bivariate test results showed that baked goods (p-value = 0.012) and sweetened beverages (p-value = 0.048) were significantly associated with the prevalence of overweight adolescents. There is no single cause underlying overweight among adolescents (aged 13–15 years) in DKI Jakarta. To reduce the number of overweight adolescents, it is important to encourage them to consume more fruits and vegetables and reduce their consumption of SSB and junk food.

Keywords : *Adolescents, Overweight, Obesity, Sweetened Beverages, Junk food*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Memengaruhi Status Gizi Lebih (*Overweight* dan *Obesitas*) pada Remaja 13–15 Tahun di DKI Jakarta (Analisis Data SKI 2023)” dalam rangka menyelesaikan pendidikan Sarjana Gizi di Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana UPN “Veteran” Jakarta atas dukungan yang diberikan; Ibu Firlia Ayu Arini, SKM, MKM selaku dosen pembimbing yang sudah bersedia meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan saran dan motivasi untuk penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini; Prof. Dr. Ir. Netti Herawati, M.Si dan Dian Widya Putri, S.Gz, M.Sc selaku dosen penguji yang telah bersedia memberikan saran dan masukan dalam perbaikan skripsi; seluruh dosen Program Studi Gizi Program Sarjana UPN “Veteran” Jakarta atas pembelajaran, ilmu, serta pengalaman yang telah diberikan selama 4 tahun; kepada orang tua penulis atas seluruh dukungan moral, finansial, dan emosional yang berhasil membawa penulis hingga di titik ini; dan teman-teman seperjuangan dari Program Studi Gizi Angkatan 2021 dan PSM Gita Advayatva atas seluruh memori keluh kesah dan canda tawanya selama penulis menjadi mahasiswa aktif di UPN “Veteran” Jakarta. Semoga ilmu yang penulis capai dapat menjadi manfaat bagi penulis sebagai seorang calon ahli gizi dan memberikan kontribusi kepada masyarakat dan negara.

Jakarta, 22 September 2025

Penulis

Anindita Chandra Kirana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang Masalah.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	4
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Remaja.....	7
II.2 Status Gizi.....	10
II.3 Status Gizi Lebih.....	11
II.4 Makanan Berisiko.....	14
II.5 Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko dengan Status Gizi Lebih.....	17
II.6 Konsumsi Buah dan Sayur.....	18
II.7 Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur dengan Status Gizi Lebih.....	19
II.8 Aktivitas Fisik.....	19
II.9 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lebih.....	21
II.10 Matriks Penelitian Terdahulu.....	23

II.11	Kerangka Teori.....	29
II.12	Kerangka Konsep.....	29
II.13	Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
III.1	Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
III.2	Desain Penelitian.....	31
III.3	Populasi dan Sampel.....	31
III.4	Pengumpulan Data.....	34
III.5	Etik Penelitian.....	35
III.6	Definisi Operasional.....	36
III.7	Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		40
IV.1	Gambaran Umum Lokasi.....	40
IV.2	Pengolahan Sampel Data.....	41
IV.3	Hasil Analisis Univariat.....	41
IV.4	Hasil Analisis Bivariat.....	45
IV.5	Hasil Analisis Multivariat.....	52
IV.6	Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB V PENUTUP.....		58
V.1	Kesimpulan.....	58
V.2	Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....		61
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Interpretasi Status Gizi Berdasarkan Nilai Z-Score IMT/U	11
Tabel 2 Matriks Penelitian Terdahulu.....	23
Tabel 3 Perhitungan Sampel.....	32
Tabel 4 Definisi Operasional.....	36
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	42
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden.....	42
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Berisiko.....	43
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Konsumsi Buah dan Sayur.....	44
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik.....	45
Tabel 10 Hasil Analisis Bivariat Karakteristik Responden dengan Status Gizi....	45
Tabel 11 Hasil Analisis Bivariat Konsumsi SSB dengan Status Gizi Lebih.....	46
Tabel 12 Hasil Analisis Bivariat Konsumsi Junk food dengan Status Gizi.....	48
Tabel 13 Hasil Analisis Bivariat Konsumsi Buah dan Sayur dengan Status.....	49
Tabel 14 Hasil Analisis Bivariat Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lebih.....	51
Tabel 15 Pemodelan Awal Uji Regresi Logistik.....	52
Tabel 16 Pemodelan Akhir Uji Regresi Logistik.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	29
Gambar 3 Peta Administrasi DKI Jakarta.....	40
Gambar 4 Bagan Seleksi Sampel.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Persetujuan Etik
Lampiran 2	Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Surat <i>Non-Disclosure Agreement</i> (NDA) Balitbangkes
Lampiran 4	Kuesioner Rumah Tangga Survei Kesehatan Indonesia 2023
Lampiran 5	Kuesioner Individu Survei Kesehatan Indonesia 2023
Lampiran 6	Perhitungan Besar Sampel dengan Aplikasi <i>Sample Size WHO</i>
Lampiran 7	Kartu Monitoring Bimbingan Skripsi
Lampiran 8	Formulir Pendaftaran Sidang Skripsi
Lampiran 9	Hasil Analisis Univariat SPSS
Lampiran 10	Hasil Analisis Bivariat SPSS
Lampiran 11	Hasil SPSS Analisis Multivariat
Lampiran 12	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 13	Hasil Pemeriksaan Turnitin