

HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMP MARDI YUANA DEPOK TAHUN 2016

FALIANNISAA DEFNIA

ABSTRAK

Obesitas merupakan masalah yang banyak terjadi pada remaja saat ini dikarenakan ketidakseimbangan pola konsumsi dengan aktivitas fisik remaja tersebut. Secara global, prevalensi obesitas meningkat 1,9% selama 6 tahun terakhir. Peningkatan obesitas pada remaja berpotensi menjadi penyakit degeneratif di masa mendatang, seperti PJK, stroke, DM tipe 2, dan hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan serat dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada siswa SMP Mardi Yuana Depok. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas 7 dan 8 yang memenuhi kriteria sebanyak 172 responden yang dipilih dengan metode *stratified random sampling*. Data penelitian didapatkan dengan cara pengukuran berat dan tinggi badan, kuesioner pengetahuan gizi dan aktivitas fisik serta *food recall 2x24 jam*. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 43% responden mengalami obesitas dan hasil bivariat menggunakan uji *chi square* menunjukkan tidak ada hubungan antara jenis kelamin ($p= 0,072$) dan pengetahuan gizi ($p= 1,000$) dengan kejadian obesitas serta terdapat hubungan signifikan antara asupan serat ($p= 0,000$) dan aktivitas fisik ($p= 0,000$) dengan kejadian obesitas. Hasil multivariat menggunakan regresi logistik ganda menunjukkan bahwa variabel aktivitas fisik merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kejadian obesitas (OR= 0,243).

Kata kunci : obesitas, remaja, pola konsumsi, aktivitas fisik

CORRELATION BETWEEN FIBER INTAKE AND PHYSICAL ACTIVITY OF OBESITY IN ADOLESCENTS OF MARDI YUANA JUNIOR HIGH SCHOOL DEPOK 2016

FALIANNISAA DEFNIA

ABSTRACT

Obesity is commonly occur in adolescent nowadays because of the imbalance consumption patterns and the adolescent sedentary living. Globally, the prevalence of obesity increased by 1,9% over the last 6 years. Increase in obesity in adolescents has the potential to be a future degenerative diseases such as coronary heart diseases, stroke, type 2 diabetes, and hypertension. The purpose of study was to determine correlation between fiber intake and physical activity of obesity in students of Mardi Yuana Junior High School Depok. This study used cross sectional design. Subjects for this study are 172 respondents of 7th and 8th grade students who met the criteria were selected using stratified random sampling method. The study data obtained by measuring the height and weight, questionnaires of nutrition and physical activity, and also food recall 2x24 hours. The results showed 43% of respondents are obese and bivariate results Chi-square test showed no correlation between gender ($p = 0.072$) and nutrition knowledge ($p = 1.000$) with obesity and there is a significant correlation between fiber intake ($p = 0.000$) and physical activity ($p = 0.000$) with obesity. Multivariate results using multiple logistic regression showed that the variables of physical activity are the factors that influence of obesity (OR= 0,243).

Keywords: obesity, adolescent, consumption patterns, physical activity