

Hubungan Efek Gabungan Pola Makan Fast Food dan Aktivitas Fisik dengan Gizi Lebih dan Obesitas pada Remaja di Indonesia (Analisis Data Global School Based Health Survey Indonesia 2015)

Rafitha, Hariani

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=134503&lokasi=lokal>

Abstrak

Obesitas menjadi salah satu masalah kesehatan yang penting dan cepat berkembang di negara maju maupun berkembang. Obesitas pada remaja menjadi penting untuk diperhatikan karena 80% remaja yang mengalami obesitas akan memiliki peluang mengalami obesitas saat dewasa. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara efek gabungan pola makan fast food dan aktivitas fisik dengan obesitas remaja pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia Tahun 2015. Desain studi Cross-sectional dari data sekunder Global School Based Student Health Survey Indonesia 2015 dengan total sampel 9932 pelajar SMP dan SMA di Indonesia.

Hasil penelitian menunjukkan proporsi obesitas pada pelajar SMP dan SMA sebesar 14,67%.

Sedangkan proporsi obesitas pada remaja dengan pola makan fast food sering dan aktivitas fisik rendah adalah 20,54%, proporsi ini lebih tinggi dari pada proporsi obesitas pada remaja dengan pola makan fast food jarang dan aktivitas fisik cukup yaitu 9%. Analisis multivariat dengan uji cox regression menunjukkan hubungan yang signifikan antara pola makan fast food dan aktivitas fisik dengan obesitas. Kebiasaan mengkonsumsi fast food sering dan pola aktivitas fisik rendah secara bersama meningkatkan risiko obesitas dibandingkan dengan remaja yang jarang mengkonsumsi fast food dan memiliki aktivitas fisik cukup pada remaja SMP dan SMA di Indonesia tahun 2015 (PR 2,165 CI 95% 1,657-2,826), artinya remaja yang sering mengkonsumsi fast food dan memiliki aktivitas fisik rendah memiliki risiko untuk kejadian obesitas sebesar 2 kali dibandingkan remaja yang jarang mengkonsumsi fast food dan memiliki aktivitas fisik yang cukup setelah dikontrol variabel wilayah tempat tinggal, variabel konsumsi buah, konsumsi sayur dan variabel konsumsi soft drinks. Peningkatan pencegahan obesitas berbasis program sekolah dapat dilakukan pada remaja SMP dan SMA di Indonesia dengan kegiatan mendukung perubahan perilaku (seperti penyuluhan pola makan dan aktivitas fisik yang baik), dan perbaikan lingkungan sekolah yang menunjang gaya hidup sehat (seperti penyediaan kantin yang bergizi, penyediaan fasilitas untuk olah raga yang memadai, serta meningkatkan fasilitas ekstrakurikuler di sekolah)