

Faktor-faktor Yang Berhubungan Terhadap Kejadian Berat Badan Berlebih Pada Siswa Usia Remaja di SMP Negeri 3 Kota Depok Tahun 2025

Wicaksono, Ferriandra Henry

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138449&lokasi=lokal>

Abstrak

Fase remaja merupakan periode penting dalam membentuk pola hidup sehat jangka panjang. Permasalahan akibat pola hidup tidak sehat, seperti pola makan berlebihan hingga kurangnya aktivitas fisik, berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian berat badan berlebih (overweight dan obesitas), yang dapat memicu penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes melitus tipe 2, penyakit kardiovaskular, sindrom metabolik, dll. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, Provinsi Jawa Barat merupakan salah satu provinsi dengan angka prevalensi overweight dan obesitas pada kelompok usia remaja 13-15 tahun tertinggi di Indonesia, yaitu sebesar 11,8% untuk kategori overweight dan 5,2% untuk obesitas. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, Kota Depok adalah salah satu kabupaten/kota dengan prevalensi overweight dan obesitas tertinggi, yaitu 11,27% untuk overweight dan 4,86% untuk obesitas. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian berat badan berlebih pada SMP Negeri 3 Kota Depok tahun 2025. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 3 Kota Depok dengan pengambilan sampel secara purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara aktivitas fisik, screen on time, dan night eating syndrome dengan kejadian berat badan berlebih. Tetapi, terdapat hubungan yang signifikan antara asupan kalori dengan kejadian berat badan berlebih. Dengan demikian, kegiatan edukasi serta implementasi pola hidup sehat perlu dilakukan di lingkungan sekolah sebagai tindakan preventif terhadap kejadian berat badan berlebih pada siswa usia remaja.

The adolescent phase is an important period in shaping a long-term healthy lifestyle. Problems due to unhealthy lifestyles, such as overeating and physical inactivity, contribute to the increasing incidence of overweight and obesity, which can lead to non-communicable diseases such as hypertension, type 2 diabetes mellitus, cardiovascular diseases, metabolic syndrome, etc. According to the 2023 Indonesian Health Survey (IHS), West Java Province is one of the provinces with the highest prevalence rates of overweight and obesity in the adolescent age group of 13-15 years in Indonesia, which amounted to 11.8% for the overweight category and 5.2% for obesity. Based on the 2018 Riskesdas, Depok City is one of the districts/cities with the highest prevalence of overweight and obesity, which is 11.27% for overweight and 4.86% for obesity. This research design is quantitative using a cross-sectional approach that aims to determine the factors associated with the incidence of overweight at SMP Negeri 3 Depok City in 2025. The population of this study were all students of SMP Negeri 3 Depok City with purposive sampling. The results showed that there was no significant relationship between physical activity, screen on time, and night eating syndrome with the incidence of excess weight. However, there is a significant relationship between calorie intake and the incidence of overweight. Thus, educational activities and implementation of a healthy lifestyle need to be carried out in the school environment as a preventive measure against the incidence of overweight in adolescent students.