

# Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Siswa SMA Negeri 13 Jakarta Tahun 2025

Anisa, Anisa

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138675&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

<div style="text-align: justify;">Status gizi lebih adalah kondisi penumpukan lemak yang berlebihan dan jika terjadi dalam jangka panjang dapat berdampak buruk pada kesehatan (WHO, 2024b). Berdasarkan data WHO, prevalensi overweight pada remaja usia 10–19 tahun di seluruh dunia mencapai 18,9%, naik dari 7,5% pada tahun 1990. Prevalensi obesitas juga melonjak dari 1,7% pada 1990 menjadi 7,2% pada 2022 (WHO, 2024c). Peningkatan prevalensi kejadian status gizi lebih pada siswa/i SMA juga terjadi di Jakarta Utara. Berdasarkan data Riskesdas 2013 dan 2018, prevalensi status gizi lebih pada usia 16-18 tahun naik dua kali lipat dari 6,9% menjadi 14,77% (Kemenkes RI, 2013, 2018b). Status gizi lebih pada remaja dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik, psikologis, dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian status gizi lebih pada siswa SMA Negeri 13 Jakarta. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi cross sectional. Pengambilan data dilakukan melalui pengukuran antropometri, pengisian formulir SQ-FFQ, serta pengisian kuesioner online. Penelitian dilakukan pada 132 responden dengan metode simple random sampling. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menemukan bahwa 22% responden mengalami status gizi lebih, dengan 15,2% gizi lebih dan 6,8% obesitas. Analisis uji chi-square menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara asupan energi (p-value 0,001; OR 14,4) dan asupan karbohidrat (p-value 0,001; OR 10,3) dengan status gizi lebih pada siswa SMA Negeri 13 Jakarta tahun 2025. Namun, tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan lemak, asupan protein, asupan serat, aktivitas fisik, durasi tidur, screen time, emotional eating (p-value > 0,05) dan pengetahuan status gizi lebih (p-value 0,046; OR 2,806; 95% CI 0,989-7,966) dengan status gizi lebih pada siswa SMA Negeri 13 Jakarta tahun 2025. Walaupun demikian, terdapat kecenderungan responden dengan asupan lemak berlebih, asupan protein berlebih, aktivitas fisik kurang, durasi tidur kurang, screen time tinggi, dan pengetahuan status gizi lebih yang kurang untuk mengalami status gizi lebih. Oleh karena itu, SMA Negeri 13 Jakarta disarankan untuk melakukan pemantauan status gizi siswa secara periodik disertai edukasi mengenai status gizi dan pedoman gizi seimbang.&nbsp;<br /><br />Overnutrition is a condition of excessive fat accumulation, and if it occurs over a long period, it can have negative impacts on health (WHO, 2024b). According to WHO data, the global prevalence of overweight among adolescents aged 10–19 years has reached 18.9%, up from 7.5% in 1990. The prevalence of obesity also surged from 1.7% in 1990 to 7.2% in 2022 (WHO, 2024c). An increase in the prevalence of overnutrition among senior high school students has also been observed in North Jakarta. Based on Riskesdas data from 2013 and 2018, the prevalence of overnutrition among those aged 16–18 years doubled from 6.9% to 14.77% (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2013, 2018b). Overnutrition in adolescents can negatively affect physical, psychological, and social health. This study aims to identify the factors associated with overnutrition among students of SMA Negeri 13 Jakarta. The results showed that 22% of respondents had overnutrition, with 15.2% classified as overweight and 6.8% as obese. Chi-square test analysis indicated a significant association between energy intake (p-

value 0.001; OR 14,4) and carbohydrate intake (p-value 0.001; OR 10.3 with overnutrition status among students at SMA Negeri 13 Jakarta in 2025. However, no significant relationship was found between fat intake, protein intake, fiber intake, physical activity, sleep duration, screen time, emotional eating (p-value > 0.05), and knowledge of overnutrition status (p-value 0.046; OR 2.806; 95% CI 0.989&ndash;7.966) with overnutrition status among the students. Nevertheless, there was a tendency for respondents with excessive fat intake, excessive protein intake, low physical activity, insufficient sleep duration, high screen time, and poor knowledge of overnutrition to experience overnutrition. Therefore, it is recommended that SMA Negeri 13 Jakarta conduct regular monitoring of students' nutritional status along with education on nutrition status and balanced nutrition guidelines.<hr /></div>