

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI  
SMPN 1 MUARAGEMBONG BEKASI  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Dilas Yuanita Salsa**

**225401446124**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI  
SMPN 1 MUARAGEMBONG BEKASI  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan  
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**Dilas Yuanita Salsa**

**225401446124**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI  
SMPN 1 MUARAGEMBONG BEKASI  
TAHUN 2024**



Megesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

**Prof, Dr. Retno Widiowati, M.Si.**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian  
Obesitas Pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Bekasi  
Tahun 2024.

Nama Mahasiswa : Dilas Yuanita Salsa

NPM : 225401446124



Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes

Dr. Siti Syaqsiah, S.Keb, Bdn., M.Keb

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian  
Obesitas Pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Bekasi  
Tahun 2024.

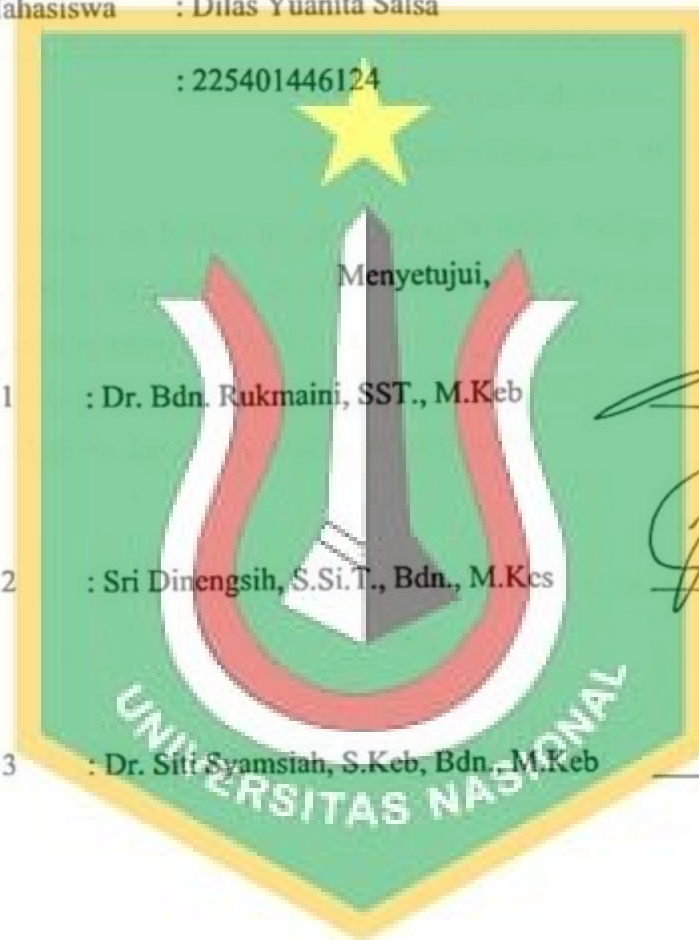
Nama Mahasiswa : Dilas Yuanita Salsa

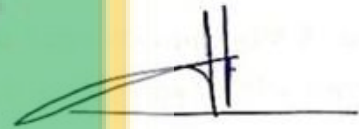
NPM : 225401446124

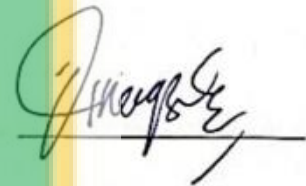
Penguji 1 : Dr. Bdn. Rukmaini, SST., M.Keb

Penguji 2 : Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes

Penguji 3 : Dr. Siti Syamsiah, S.Keb, Bdn., M.Keb









## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dilas Yuanita Salsa

NPM : 225401446124

Judul Penelitian : Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan  
Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1  
Muaragembong Bekasi Tahun 2024.

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 14 Februari 2024



(Dilas Yuanita Salsa)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah SWT yang maha sempurna, dengan limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Bekasi Tahun 2024“. Adapun tujuan pembuatan Skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional.

Penulis menyadari selama pembuatan Skripsi ini, banyak menemukan hambatan dan kesulitan. Namun, atas segala dukungan, bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini kami menyampaikan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya sehingga Skripsi ini dapat penulis selesaikan.
2. Dr. Drs. El Amry Bermawi Putera, M.A., selaku Rektor Universitas Nasional.
3. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof, Dr. Retno Widiowati, M.Si.
4. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes.
5. Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
6. Dr. Siti Syamsiah, S.Keb, Bdn., M.Keb selaku Pembimbing 2 yang telah memberikan dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.

7. Dr. Bdn.Rukmaini, SST., M.Keb selaku Penguji 1 atas segala masukan, saran, motivasi, bantuan dan doa yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.
8. Yenny Aulya, S.ST., M.Keb selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Sarjana Kebidanan FIKES UNAS.
9. SMPN 1 Muaragembong yang telah memberikan izin tempat dan waktu kepada penulis untuk pengambilan data Skripsi.
10. Kedua orang tua, adik, dan kakak yang tiada hentinya memberi dukungan baik secara moril maupun materil.
11. Alwi Kurnia Azhari, yang senantiasa mendengarkan keluh kesah peneliti, memberi dukungan, motivasi, pengingat dan menemani peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Teman-teman Program Studi S1 Kebidanan Kelas B3 yang sudah memberikan support dan membantu dalam pelaksanaan Skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam pembuatan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik materi maupun teknik penulisannya, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penelitian selanjutnya.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga Skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan khususnya bagi pembaca pada umumnya. Akhir kata kami ucapkan terimakasih.

Jakarta, 16 Februari 2024



(Dilas Yuanita Salsa)



## ABSTRAK

### ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMPN 1 MUARAGEMBONG BEKASI TAHUN 2024

*Dilas Yuanita Salsa, Sri Dinengsih, Siti Syamsiah*

**Latar Belakang:** Obesitas merupakan kondisi medis yang ditandai oleh penumpukan lemak tubuh yang berlebihan, sehingga dapat menyebabkan dampak negatif terhadap kesehatan. Prevalensi obesitas pada remaja di Indonesia mengalami peningkatan pertahunnya, dari 23,6% ditahun 2013 meningkat menjadi 31% ditahun 2018. Beberapa faktor yang mempengaruhi obesitas pada remaja di Indonesia diantaranya yaitu genetik, lingkungan, psikososial dan faktor perilaku seperti aktivitas fisik dan pola makan.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMPN 1 Muaragembong Bekasi Tahun 2024.

**Metodologi:** Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengalami obesitas sebanyak 64 responden dengan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Pengumpulan data menggunakan pengukuran antropometri dan wawancara dengan kuesioner FFG *Semi Kuantitatif*, IPAQ, PSQI, PSS-10 dan SONTUS. Data dianalisis secara *univariat* dan *bivariat* dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* ( $p=0,030$ ), aktivitas fisik ( $p=0,010$ ), tingkat stress ( $p=0,006$ ) dan penggunaan media social ( $p=0,012$ ) dengan obesitas pada remaja serta tidak terdapat hubungan antara pola tidur ( $p=0,081$ ) dengan obesitas pada remaja.

**Kesimpulan:** Faktor yang berhubungan dengan obesitas pada remaja adalah konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, tingkat stress, dan penggunaan media social. Sedangkan faktor yang tidak berhubungan dengan obesitas pada remaja adalah pola tidur.

**Saran:** Disarankan untuk diadakannya program kesehatan pada penderita obesitas melalui UKS atau bimbingan konseling seperti: diet sehat remaja, melakukan senam pagi, melakukan kegiatan rutin jalan santai bersama seluruh siswa dan guru agar menumbuhkan kesadaran untuk hidup sehat.

**Kata Kunci** : Aktivitas Fisik, *Fast Food*, Media social, Obesitas, Pola Tidur, Remaja, Tingkat Stres.

**Kepustakaan** : 44 pustaka (2016-2023)

## ABSTRACT

### FACTORS ASSOCIATED WITH OBESITY INCIDENCE IN STUDENTS AT MURAGEMBONG JUNIOR HIGH SCHOOL 1 BEKASI IN 2024

*Dilas Yuanita Salsa, Sri Dinengsih, Siti Syamsiah*

**Background:** Obesity is excessive fat accumulation due to an imbalance of energy in and energy expended over a long period of time. The prevalence of obesity in teenagers in Indonesia has increased every year, from 23.6% in 2013 to 31% in 2018. Several factors influence obesity in teenagers in Indonesia, including genetic, environmental, psychosocial and behavioral factors such as physical activity and eating patterns.

**Aim:** This study aimed to determine the factors associated with the incidence of obesity in adolescents at SMPN 1 Muaragembong Bekasi in 2024.

**Methods:** This type of research uses quantitative research with a cross sectional approach. The sample in this study was all 64 students who were obese using the Total Sampling sampling technique. Data were collected using anthropometric measurements and interviews with FFQ Semi Quantitative, IPAQ, PSQI, PSS-10 and SONTUS questionnaires. Data were analyzed univariately and bivariately using the Chi Square statistical test.

**Results:** The results of the study showed that there was a relationship between fast food consumption ( $p=0.030$ ), physical activity ( $p=0.010$ ), stress levels ( $p=0.006$ ) and social media use ( $p=0.012$ ) with obesity in adolescents and there was no relationship between sleep patterns. ( $p=0.081$ ) with obesity in adolescents.

**Conclusion:** Factors associated with obesity in adolescents are fast food consumption, physical activity, stress levels, and use of social media. Meanwhile, factors that are not related to obesity in adolescents are sleep patterns.

**Recommendation:** It is recommended that health programs be held for obesity sufferers through UKS or counseling such as: healthy diet for teenagers, doing morning exercises, carrying out regular leisure walks with all students and teachers to raise awareness of healthy living.

**Key words** : physical activity, *Fast Food*, social media, obesity,

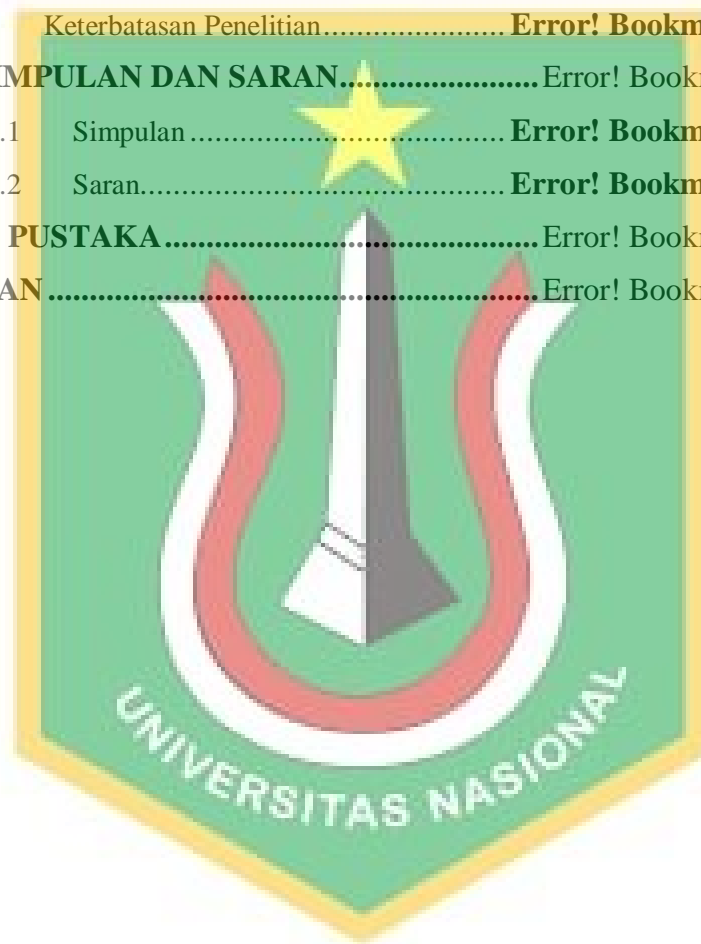
**Bibliography** : 44 references (2016-2023)



## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Kajian Teori .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Remaja .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Obesitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Obesitas ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Kerangka Teori .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Kerangka Konsep .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Hipotesis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Lokasi Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Variabel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6 Definisi Operasional .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.7	Instrumen Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.8	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.9	Prosedur Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.10	Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.11	Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.12	Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2	Pembahasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1	Simpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2	Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Angka Kecukupan Gizi Per Orang Per Hari .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2. 2 Klasifikasi Obesitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2. 3 Klasifikasi IMT .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2. 4 Status Gizi anak 5-18 tahun berdasarkan Z-score	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2. 5 Skor Konsumsi Pangan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2. 6 Cara Penilaian Kuisisioner PSQI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 3. 2 Pemberian Kode ( <i>Coding</i> ) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Usia pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	46
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Konsumsi Fast Food pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Pola Tidur pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial pada Remaja di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 9 Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 10 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 11 Hubungan Pola Tidur Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 12 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024 .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4. 13 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 Muaragembong Tahun 2024.	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Tumpeng Gizi Seimbang ..... **Error! Bookmark not defined.**  
Gambar 2. 2 Kerangka Teori Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**  
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 4 Uji Etik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 5 Informed Consent.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 6 Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 7 Master Tabel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 8 Hasil Output Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 9 Hasil Output Skor FFQ .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 10 Bukti Foto Kegiatan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Lampiran 11 Biodata Penulis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

