



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4504>

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 15 MAKASSAR

^KRiska Nur Afifah¹, Sumiaty², Andi Nurlinda³, Nurgahayu⁴, Septiyanti⁵

^{1,2,3,5}Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

⁴Peminatan Administrasi Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi/penulis pertama (^K): nurafifahr26@gmail.com
nurafifahr26@gmail.com¹, sumiatisudirman@gmail.com², andi.nurlinda@umi.ac.id³,
nurgahayu.nurgahayu@umi.ac.id⁴, septiyanti.septiyanti@umi.ac.id⁵

ABSTRAK

Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak tubuh yang abnormal atau kelebihan berat badan yang diakibatkan oleh pemasukan energi (kalori) secara berlebih dibandingkan dengan energi yang digunakan sehingga dapat menimbulkan gangguan kesehatan seperti : diabetes, penyakit jantung dan hipertensi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA negeri 15 makassar. Metode penelitian yang digunakan adalah rancangan kuantitatif dengan desain *cross sectionl study*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas xi. Pengambilan sampel menggunakan rumus slovin, dari hasil perhitungan didapatkan 75 responden. Analisis data menggunakan uji chi-square dimana nilai alpha yang digunakan dalam penelitian sebesar 0.05 dengan nilai signifikan sebesar 0.05 dan tingkat kepercayaan 95%. Instrument yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai obesitas. Hasil penelitian tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada remaja dengan $p=0.100>0.05$. diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan tentang masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja yaitu obesitas dan responden yang mengalami obesitas dapat menurunkan berat badan dengan melakukan aktivitas fisik, menjaga pola makan serta menjaga pola tidur.

Kata kunci : Obesitas; remaja; pengetahuan

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 16 Juni 2023

Received in revised form : 10 Juli 2023

Accepted : 4 September 2023

Available online : 30 Oktober 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Obesity is defined as abnormal accumulation of body fat or excess body weight caused by excess energy intake (calories) compared to the energy used, which can cause health problems such as: diabetes, heart disease and hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and the incidence of obesity in adolescents at SMA Negeri 15 Makassar. The research method used is a quantitative design with a cross-sectional study design. The population in this study were class xi students. Sampling using the slovin formula, from the calculation results obtained 75 respondents. Data analysis used the chi-square test where the alpha value used in the study was 0.05 with a significant value of 0.05 and a 95% confidence level. The instrument used was a questionnaire containing questions about obesity. The results of the study found no relationship between knowledge and the incidence of obesity in adolescents with $p=0.100>0.05$. It is hoped that the results of this study will provide information and input on nutritional problems that can occur in adolescents, namely obesity and respondents who are obese can lose weight by doing physical activity, maintaining diet and maintaining sleep patterns.

Keywords : Obesity; teenager; knowledge.

PENDAHULUAN

Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak yang abnormal atau kelebihan yang diakibatkan oleh pemasukan energi (kalori) secara berlebihan dibandingkan dengan energi yang digunakan sehingga dapat menimbulkan gangguan kesehatan.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa tahun 2015, sekitar 2,3 miliar remaja usia 15 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dari jumlah tersebut lebih dari 700 juta mengalami obesitas. Dengan prevalensi sebesar 11% pada pria, dan 12% pada wanita. Prevelensi tinggi terjadi di negara maju seperti Amerika Serikat maupun Eropa yang mengalami overweight sebesar 62% dan 26% obesitas. Di Asia tenggara angka overweight mencapai 14% dan 3% obesitas.⁽¹⁾

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian obesitas di negara maju seperti di Amerika Serikat, Australia dan di negara-negara Eropa sangat tinggi. WHO memperkirakan sekitar 1,6 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita kelebihan berat badan, dan setidaknya 400 juta orang dewasa menderita obesitas (kegemukan). Prevalensi overweight dan obesitas pada anak usia 6- 18 tahun di Rusia adalah 6% dan 10%, di Cina adalah 3,6% dan 3,4% 2 dan Inggris adalah 23-31% dan 10-17%, bergantung pada umur dan jenis kelamin.⁽²⁾

Di negara berkembang, jumlah anak remaja dengan obesitas terbanyak berada di kawasan Asia yaitu 60% populasi atau sekitar 10,6 juta jiwa. Di Indonesia sendiri prevalensi kelebihan berat badan pada penduduk di atas usia 18 tahun 2010 menunjukkan angka cukup tinggi. Terdapat 21,7% penduduk di atas usia 18 tahun yang masuk golongan gemuk dan obesitas. Prevalensi obesitas lebih banyak diderita oleh perempuan dengan prevalensi 26,9 sedangkan laki-laki memiliki prevalensi 16,3.⁽³⁾

Prevalensi obesitas Provinsi Sulawesi Selatan berdasarkan umur (13-15) tahun (6,3% BB lebih dan 2,6% obese), terutama di Kota Makassar sebanyak 7,3% BB lebih dan 7,4% obese. Angka obesitas umum masih lebih rendah dibanding angka nasional yang mencapai 19,1% (8,8% BB lebih dan 10,3% obese). Seluruh kabupaten di Kota Makassar memiliki prevalensi obesitas umum di bawah angka nasional, sedangkan prevalensi obesitas umum berdasarkan jenis kelamin (11,5%) yaitu pada laki-laki lebih rendah daripada perempuan masing-masing yaitu 15,7% dan 18,4%.⁽⁴⁾ (

Prevalensi obesitas semakin meningkat dengan kecepatan yang mengkhawatirkan bagi kesehatan

masyarakat, termasuk untuk negara berkembang. WHO memperkirakan penduduk yang akan menderita obesitas ditahun 2030 sebesar 58%. Survey secara global baik overweight ataupun obesitas pada kedua gender bervariasi menurut wilayah/negara.⁽¹⁾

Faktor utama pada kejadian obesitas karena ketidakseimbangan asupan energi dengan energi yang dikeluarkan dan terdapat beberapa faktor pengaruh lainnya yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas. Aktivitas fisik merupakan salah satu aktivitas yang membutuhkan banyak energi tetapi akan menjadi masalah jika aktivitas yang dilakukan tidak membutuhkan kalori sama sekali. Di Kanada menunjukkan bahwa 82% anak perempuan dan 86% anak laki-laki berada di depan televisi dan komputer selama ≥ 2 jam/hari, di Amerika 22% anak menonton televisi selama ≥ 2 jam/hari dan di Indonesia sendiri jumlah anak yang kurang aktif sebesar 57,3%. Sedangkan Prevalensi anak yang beraktivitas fisik tidak cukup di Brazil adalah 69,8%. Di Indonesia, prevalensi anak yang tidak rutin berolahraga sebesar 39,4%.⁽⁵⁾

METODE

Jenis penelitian adalah rancangan kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 15 Makassar, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas xi yang berjumlah 314. Penentuan jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus slovin, dari hasil perhitungan maka didapatkan 75 responden.

HASIL

Karakteristik Responden

1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar Tahun 2022

Umur	n	%
15 Tahun	16	21.3
16 Tahun	41	54.7
17 Tahun	18	24.0
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i SMA Negeri 15 Makassar kelas XI dengan kelompok umur 16 tahun yaitu sebanyak 41 (54.7%) responden. Sedangkan sebagian kecil 49 siswa/i dengan kelompok umur 15 tahun yaitu sebanyak 16 (21.3%) responden.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	28	37.3
Perempuan	47	62.7
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i SMA Negeri 15 Makassar kelas XI yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 (62.7%) responden.

3. Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Berat Badan
Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Berat Badan (kg)	n	%
31-40	7	9.3
41-50	31	41.3
51-60	23	30.7
61-70	11	14.7
71-80	3	4.0
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i SMA Negeri 15 Makassar kelas XI dengan berat badan 41-50 yaitu sebanyak 31 (41.3%) responden. Sedangkan yang paling sedikit dengan berat badan 71-80 yaitu sebanyak 3 (4.0%) responden.

4. Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Tinggi Badan
Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Berat Badan (kg)	n	%
141-150	11	14.7
151-160	43	57.3
161-170	18	24.0
171-180	3	4.0
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i SMA Negeri 15 Makassar kelas XI dengan tinggi badan 151-160 yaitu sebanyak 43 (57.3%) responden. Sedangkan yang paling sedikit dengan tinggi badan 171-180 yaitu sebanyak 3 (4.0%) responden.

Analisis Univariat

1. Kejadian Obesitas

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Obesitas
Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Kejadian Obesitas	n	%
Tidak Obesitas	60	80.0
Obesitas	15	20.0
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i kelas XI dengan tidak obesitas yaitu sebanyak 60 (80.0%) responden dan obesitas yaitu sebanyak 15 (13,8%) responden.

2. Pengetahuan

Tabel 6
Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan
Siswa/i Kelas XI di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Kejadian Obesitas	n	%
Baik	72	96.0
Cukup	3	4.0
Total	75	100

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i kelas XI dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 72 (96.0%) responden. Sedangkan sebagian kecil siswa/i kelas XI dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 3 (4.0%) responden.

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Obesitas

Tabel 7
Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Obesitas Pada
Remaja di SMA Negeri 15 Makassar
Tahun 2022

Pengetahuan	Kejadian Obesitas				Total		Uji Statistik
	Obesitas		Tidak Obesitas		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	15	20.8	57	79.2	72	100	$p = 0,100$
Cukup	0	0	3	100	3	100	
Total	15	20.0	60	80.0	75	100	

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari 75 responden diperoleh sebagian besar siswa/i kelas XI dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 72 (96.0%) responden. Sedangkan sebagian kecil siswa/i kelas XI dengan pengetahuan cukup yaitu sebanyak 3 (4.0%) responden.

PEMBAHASAN**Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Obesitas**

Pengetahuan (kognitif) merupakan domain yang sangat penting untuk tindakan seseorang di mana pengetahuan tersebut mengandung enam tingkatan domain kognitif yang mendominasi pengetahuan, pemahaman, penerapan, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi. Pengetahuan muncul ketika seseorang menggunakan akal budinya untuk mengenali benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dilihat atau dirasakan sebelumnya. Misalnya ketika seseorang mencicipi masakan yang baru dikenalnya, ia akan mendapatkan pengetahuan tentang bentuk, rasa, dan aroma masakan tersebut.

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal saja, akan tetapi dapat di peroleh melalui pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang suatu obyek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan obyek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap obyek tertentu.

Obesitas pada remaja sering menimbulkan resiko kesehatan lainnya yang lebih serius. Dalam masa pencarian identitas, remaja cepat sekali terpengaruh oleh lingkungan. Kesibukan menyebabkan mereka memilih makan di luar rumah atau hanya menyantap kudapan. Asupan kalori dan protein tercukupi tapi zat-zat gizi lainnya masih kurang. Kebiasaan makan yang kurang baik semasa remaja akan berdampak buruk pada kesehatan pada usia dewasa karena kurangnya pengetahuan remaja mengenai obesitas pada remaja. Remaja yang memiliki pengetahuan rendah akan memiliki kebiasaan makan makanan yang menimbulkan kegemukan sehingga terdapatnya penumpukan lemak. Remaja yang memiliki pengetahuan

tinggi akan menjaga pola makan, olahraga dengan teratur agar mendapatkan berat badan yang ideal, sehingga bisa tampil dengan menarik, tanpa kegemukan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis faktor determinan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 15 Makassar diperoleh hasil uji statistik yaitu chi square diperoleh nilai p value = $0.100 > 0.05$ yang berarti tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas. Hasil analisis diperoleh responden dengan obesitas yang mengalami pengetahuan baik sebanyak 15 (20.8%) responden dan pengetahuan cukup sebanyak 0 (0%) responden. Sedangkan responden dengan tidak obesitas dengan pengetahuan baik sebanyak 57 (79.2%) responden dan pengetahuan cukup sebanyak 3 (100%) responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pardede et al. (2017) yang mengemukakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian obesitas pada remaja putri ($0.45 > 0.05$).⁽⁶⁾ Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, termasuk pengetahuan tentang gizi yang dapat mempengaruhi perilaku mengkonsumsi makanan. Pengetahuan remaja berhubungan dengan adanya fasilitas informasi, seperti perpustakaan di sekolah, laboratorium komputer dan ruang multimedia untuk mencari informasi terkini. Pengetahuan gizi yang kurang serta mengonsumsi makanan yang tidak bergizi dapat menimbulkan masalah rendahnya zat gizi dalam tubuh.⁽⁷⁾

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil Perhitungan dengan uji chi-square diperoleh $p = 0.100 > 0.05$. Hal ini membuktikan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 15 Makassar.

Bagi sekolah, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan tentang masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja yaitu obesitas. Bagi responden, diharapkan responden yang mengalami obesitas dapat diturunkan dengan melakukan aktivitas fisik, menjaga pola makan serta menjaga pola tidur. Dan bagi peneliti selanjutnya disarankan sebaiknya dilakukan penelitian lanjutan untuk melihat variabel-variabel lain yang berhubungan dengan Obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hafid, W., & Hanapi, S. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 6–10.
2. Rambe, N. (2018). UNIVERSITAS SUMATERA UTARA Poliklinik UNIVERSITAS SUMATERA UTARA. *Jurnal Pembangunan Wilayah & Kota*, 1(3), 82–91.
3. Resky, N. A., Haniarti, & Usman. (2019). 1, 2, 3 1. Vol. 1, No. 1 Januari 2 Vol. 2, No. 3 September 2019 PISSN 2614-5073, EISSN 2614-3151 Telp. +62 853-3520-4999, Email: Jurnalmakes@gmail.Com Online Jurnal: <http://Jurnal.Umpar.Ac.Id/Index.Php/Makes> HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DAN ASUPAN , 1(1).
4. Hamalding, H., Rahma, R., & Susanti, S. (2018). Hubungan Gaya Hidup Terhadap Overweight Dan Obesitas Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 11 Makassar The Association Between Lifestyle With Overweight And Obesity Status Of Female Adolescents In High School No 11 Makassar. 1(11), 1–6. 73
5. Nirwana, R. (2019). No Title.

6. Pardede, J. S., Astiti, D., & Siswati, T. (2017). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri di SMA Kabupaten Bantul. Naskah Publikasi, 12.
7. Pamela, I. (2018). Fast Food Consumption Behavior in Adolescent and ITS Impact for Health. Jurnal IKESMA, 14(2), 144–153.