

Abstrak

ANALISIS FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 PATIKRAJA

Arina Mayang Fa'ani, Lu'Lu Nafisah, Leni Maryati

Latar belakang: Menurut Riskesdas 2018, prevalensi *overweight* pada remaja usia 13–18 tahun di Indonesia meningkat dari 10% pada 2013 menjadi 16% pada 2018. Di Kabupaten Banyumas prevalensi kegemukan pada remaja usia 16-18 tahun pada tahun 2018 sebesar 11,91%, (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kasus kelebihan berat badan di Kecamatan Patikraja berdasarkan data Puskesmas Patikraja tahun 2024 mencapai 343 orang, termasuk di antaranya remaja. Selain itu didapatkan data dari hasil penjarangan SMAN 1 Patikraja ditemukan 9,4% remaja pada tahun 2023 mengalami *overweight* (Puskesmas Patikraja, 2024).

Tujuan: Mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kejadian *overweight* pada Remaja di SMA Negeri 1 Patikraja.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Dari total 878 populasi siswa SMA Negeri 1 Patikraja, 97 responden dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan timbangan berat badan, microtoise, dan kuesioner. Tahap analisis data meliputi univariat, bivariat menggunakan uji *chi-square*, dan multivariat menggunakan uji regresi logistik berganda model determinan.

Hasil: Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel yang memiliki hubungan sekaligus paling berpengaruh terhadap kejadian *overweight* pada remaja adalah aktivitas fisik ($p\text{-value}=0,026$; OR=3,369). Sementara itu, variabel konsumsi *junk food* ($p\text{-value}=0,117$) durasi tidur ($p\text{-value}=0,808$), pengaruh teman sebaya ($p\text{-value}=1,000$), dan paparan *food vlogger* ($p\text{-value}=1,000$) tidak memiliki hubungan dan pengaruh terhadap kejadian *overweight* pada remaja.

Kesimpulan: Faktor yang mempengaruhi kejadian *overweight* pada Remaja di SMA Negeri 1 Patikraja adalah aktivitas fisik. Oleh karena itu, perlu mengadakan kegiatan fisik secara rutin di sekolah serta menjadwalkan sesi edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan kegiatan belajar mengajar.

Kata Kunci: *Overweight*, Remaja, Aktivitas Fisik, Konsumsi *Junk food*

Abstract

ANALYSIS OF FACTORS THAT AFFECT THE INCIDENCE OF *OVERWEIGHT* IN ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 1 PATIKRAJA

Arina Mayang Fa'ani, Lu'Lu Nafisah, Leni Maryati

Background: According to Riskesdas 2018, the prevalence of overweight among adolescents aged 13–18 years in Indonesia increased from 10% in 2013 to 16% in 2018. In Banyumas Regency, the prevalence of obesity among adolescents aged 16-18 years in 2018 was 11.91% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). The number of overweight cases in Patikraja District based on data from Patikraja Community Health Center in 2024 reached 343 people, including adolescents. Additionally, data from the screening at SMAN 1 Patikraja found that 9.4% of adolescents in 2023 were overweight (Puskesmas Patikraja, 2024).

Objective: To find out the factors that affect the incidence of overweight in adolescents at SMA Negeri 1 Patikraja.

Methods: This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. From a total of 878 students of SMA Negeri 1 Patikraja, 97 respondents were selected using a stratified random sampling technique. The research instrument used a scale, a microtoise, and a questionnaire. The data analysis stage includes univariate, bivariate using chi-square test, and multivariate using multiple logistic regression determinant model.

Results: The analysis results show that the variable that has both a relationship and the most influence on the occurrence of overweight in adolescents is physical activity (p-value=0,026; OR=3,369). Meanwhile, the variables of junk food consumption (p-value=0,117), sleep duration (p-value=0,808), peer influence (p-value=1,000), and exposure to food vloggers (p-value=1,000) do not have any relationship or influence on the occurrence of overweight in adolescents.

Conclusion: The factor influencing the occurrence of overweight among teenagers at State High School 1 Patikraja is physical activity. Therefore, it is necessary to hold physical activities regularly in school and to schedule health education sessions that are integrated with teaching and learning activities.

Keywords: Overweight, Adolescent, Physical Activity, Junk food Consumption