

ABSTRAK

Nisa, Zeani. 2021. Hubungan Pola Makan, Variasi Makan, Aktivitas Fisik, Konsumsi Energi Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Cimahi. Skripsi. Program Studi Diploma 4, Jurusan Gizi, Politeknkk Kesehatan Kemenkes Bandung.

Pembimbing : Dr. Ir. H. R Osman Syarief, MKM

Masalah gizi khususnya masalah kelebihan berat badan atau obesitas masih menjadi masalah kesehatan masyarakat Indonesia. Kondisi ini banyak dialami oleh remaja karena pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan, variasi makan, aktivitas fisik, dan konsumsi energi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Cimahi.

Desain penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 142 orang siswi putri yang berada di SMA Negeri 1 Cimahi. Hasil uji statistik hubungan pola makan dengan kejadian obesitas ($p > \alpha$) $p = 0,494$, $OR = 0,538$, $95\% CI = 0,053-5,427$ dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas. Hasil uji statistik hubungan variasi makan dengan kejadian obesitas ($p > \alpha$) $p = 0,620$, $OR = 0,970$, $95\% CI = 0,942-0,999$ dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara variasi makan dengan kejadian obesitas. Hasil uji statistik hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas ($p > \alpha$) $p = 0,683$, $OR = 0,663$, $95\% CI = 0,091-4,845$ dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Hasil uji statistik hubungan konsumsi energi dengan kejadian obesitas ($p < \alpha$) $p = 0,006$, $OR = 45,000$, $95\% CI = 4,652-4785$.dapat diartikan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi energi dengan kejadian obesitas.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan, Obesitas, Pola Makan, Variasi Makan.