Available online: https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizidietetik *J. Gizi Dietetik, Juni, 2026,5(2):179-185*
E-ISSN 2830-0890 *DOI: doi.org/10.25182/jigd.2026.5.2.510-516*

Prevalensi dan Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan di UIN Jakarta

Prevalence and Correlates of Obesity Among Health Science Students at UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Ani Hanifatun Nisa, Aulia Shadiq Alghifari, Nur Anviyani Azlina Dwi Safira, Aidilla Tsa Fitri, Yustiyani Yustiyani*, dan Catur Rosidati

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Banten 15419, Indonesia

*Penulis koresponden: yustiyani@uinjkt.ac.id

Diterima: 26 Juli 2025 *Direvisi: 19 Juni 2026* *Disetujui: 29 Juni 2026*

ABSTRACT

Obesity is a major global public health problem, with its prevalence continuing to increase worldwide. This study aimed to analyze the associations of family history, junk food consumption, and sugar-sweetened beverage consumption with obesity among students of the Faculty of Health Sciences, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. This cross-sectional study was conducted in June 2025 and involved 201 students selected using probability proportional to size sampling. Primary data were collected using a self-administered questionnaire. Sugar-sweetened beverage consumption was assessed using the Beverage Intake Questionnaire (BEVQ-15) over the previous month, while junk food consumption was assessed using a Food Frequency Questionnaire (FFQ). Data were analyzed to determine the associations between the studied factors and obesity. The results showed no significant associations between junk food consumption or sugar-sweetened beverage consumption and obesity (p>0.05). However, a family history of obesity was significantly associated with obesity (p=0.018; OR=3.348; 95% CI=1.297–8.644). In conclusion, family history was significantly associated with obesity, whereas junk food and sugar-sweetened beverage consumption were not. Students with a family history of obesity are encouraged to maintain a healthy diet, engage in regular physical activity, and monitor their body weight regularly to reduce their risk of obesity. Future studies should include additional determinants, such as total energy intake, sleep quality, and physical activity, to provide a more comprehensive understanding of obesity.

***Keywords**: family history; junk food consumption; obesity; sugar-sweetened beverages; university students*

ABSTRAK

Obesitas merupakan salah satu masalah serius di dunia yang penderitanya bertambah dari tahun ke tahun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan riwayat keluarga, pola konsumsi *junk food,* dan pola konsumsi minuman manis dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UIN. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2025 di Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Jakarta pada 201 orang subjek dengan desain studi *cross-sectional*. Subjek dipilih secara *probability proportional to size* dengan pengumpulan data primer melalui *self administered questionnaire*. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur konsumsi minuman manis adalah kuesioner BEVQ-15 (*Beverage Questionnaire*) selama satu bulan terakhir dan pengukuran konsumsi *junk food* adalah kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi *junk food* dan minuman manis dengan kejadian obesitas (p>0,05). Namun, riwayat keluarga dengan kejadian obesitas menunjukkan hubungan yang signifikan (p=0,018; OR=3,348; CI 95%=1,297-8,644). Oleh karena itu, individu dengan riwayat keluarga obesitas disarankan menjaga pola makan, meningkatkan aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara rutin guna mencegah obesitas sejak dini. Penelitian lanjutan perlu melibatkan faktor lain yang berkontribusi memengaruhi obesitas, asupan energi total, kualitas tidur, dan aktivitas fisik untuk pemahaman obesitas yang lebih komprehensif.

Kata kunci: konsumsi *junk food; mahasiswa; minuman manis; obesitas; riwayat keluarga*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mendefinisikan obesitas sebagai kondisi akumulasi lemak secara berlebih atau tidak normal dalam sistem tubuh, yang dapat menghasilkan efek buruk dalam hal kesehatan (Noor *et al.* 2022). Obesitas atau kegemukan adalah keadaan saat tubuh menyimpan lemak secara berlebihan karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang dikonsumsi dan energi yang dikeluarkan selama periode yang panjang. Energi yang berlebihan tersebut akan disimpan sebagai lemak dalam jaringan adiposa (Jeki *et al.* 2023). Penggolongan kejadian obesitas didasarkan pada ukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) yang dapat ditentukan berdasarkan perhitungan nilai berat badan dalam kilogram dibandingkan dengan tinggi badan yang dikuadratkan dalam satuan meter (Noor *et al.* 2022).

Obesitas merupakan salah satu permasalahan krusial secara global dikarenakan jumlah kasus obesitas terus-menerus bertambah di berbagai penjuru dunia. Obesitas memicu timbulnya beberapa masalah kesehatan, yaitu penyakit kronis seperti diabetes, stroke, penyakit jantung koroner, dan batu empedu (Jeki *et al.* 2023). Selain itu, data dari National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) menunjukkan bahwa obesitas pada dewasa berkorelasi dengan peningkatan risiko penyakit lain, seperti diabetes, hipertensi, hiperkolesterolemia, arthritis, penyakit kardiovaskular, stroke, dan beberapa jenis kanker (Noor *et al.* 2022).

Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) mengindikasikan bahwa angka obesitas pada kelompok usia dewasa terus menunjukkan tren peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013, prevalensi obesitas tercatat sebesar 15,4%, prevalensi tersebut meningkat sebesar 21,8% di tahun 2018 (Kemenkes 2018), dan meningkat menjadi 23,4% pada tahun 2023 menurut data laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (Kemenkes 2023). Peningkatan tersebut juga mencerminkan tingginya angka obesitas di kalangan kelompok usia dewasa muda termasuk di dalamnya mahasiswa. Studi terdahulu di sebuah Universitas di Jakarta menunjukkan bahwa terdapat 33,3% mahasiswa mengalami obesitas (Sofyan dan Frisca 2023). Selain itu, penelitian Yuliana *et al.* (2022) setelah pandemi Covid-19, terdapat 32,4% mahasiswa FIKES UIN Jakarta mengalami obesitas. Penelitian ini hanya menunjukkan adanya hubungan *sedentary lifestyle* dengan obesitas, tetapi belum meneliti lebih lanjut mengenai konsumsi makanan dan minuman yang dapat berkontribusi terhadap peningkatan berat badan.

Berdasarkan tingginya prevalensi obesitas pada mahasiswa FIKES UIN Jakarta, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian terhadap prediktor yang berkontribusi terhadap kejadian obesitas. Beberapa faktor prediktor terjadinya obesitas diantaranya adalah pola konsumsi *junk food*, pola konsumsi minuman manis, dan riwayat keluarga obesitas. Perubahan gaya hidup masyarakat termasuk pola makan, menjadi pemicu meningkatkan konsumsi *junk food*. Makanan jenis ini umumnya mengandung kadar lemak, gula, dan natrium dalam jumlah yang tinggi sehingga berdampak buruk terhadap status gizi dan kesehatan (Alfora *et al.* 2023). Berdasarkan penelitian Amelia *et al.* (2025) risiko kegemukan 3,817 kali lebih tinggi pada kelompok yang sering mengonsumsi *junk food*. Aksesibilitas tinggi terhadap makanan rendah nutrisi dengan kalori tinggi, *junk food*, dan minuman berpemanis di lingkungan kampus berkontribusi terhadap pembentukan pola makan yang kurang sehat pada mahasiswa. Kondisi ini terjadi karena sebagian besar waktu mahasiswa dihabiskan di kampus sehingga pilihan terhadap makanan dan minuman yang tersedia di lingkungan kampus berperan terhadap perilaku konsumsi mereka. Berdasarkan hal tersebut, *junk food* dan minum berpemanis perlu diteliti sebagai faktor risiko obesitas mengingat mahasiswa memiliki paparan yang tinggi terhadap kedua jenis konsumsi tersebut (Tam *et al.* 2016; Li *et al.* 2022). Lingkungan kampus UIN Syarif Hidayatullah Jakarta memiliki aksesibilitas terhadap junk food yang tergolong tinggi karena kedekatan jarak minimarket, warung, dan toko kelontong yang menjual *junk food* di sekitar kampus (Mutawakillah *et al.* 2025)

Selain itu, konsumsi berlebihan minuman manis, seperti soda, minuman isotonik, jus buah dengan tambahan gula, minuman berenergi, serta minuman teh dan kopi yang diberi tambahan gula juga berkontribusi terhadap peningkatan berat badan karena tingginya kadar gula tambahan yang berdampak terhadap obesitas (Emiliana dan Setiarini 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dan Luhur (2024) menunjukkan hubungan signifikan antara konsumsi minuman manis dengan terjadinya obesitas. Selanjutnya, faktor riwayat keluarga obesitas berkontribusi sebesar 10-30% terhadap obesitas pada keturunanya. Faktor ini berperan dalam mengatur berat badan melalui mekanisme yang mempengaruhi sistem metabolisme dan hormon tubuh, termasuk proses pengaturan asupan makanan, pemanfaatan energi, dan pengeluarannya yang pada akhirnya akan berdampak terhadap obesitas (Nurliyati *et al.* 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Nurliyati *et al.* (2023) menunjukkan hubungan signifikan antara riwayat kegemukan orangtua terhadap kejadian obesitas dengan risiko 3,667 kali lebih tinggi pada subjek yang memiliki faktor keturunan obesitas dari orang tua. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus untuk mengkaji faktor-faktor prediktor yang meliputi konsumsi makanan cepat saji, asupan minuman manis, serta riwayat obesitas dalam keluarga terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa FIKES UIN Jakarta.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*, serta telah memperoleh persetujuan etik sebagaimana tercantum dalam dokumen Un.01/F.10/KP.01.1/KE.SP/06.08.088/2025. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni hingga Juli 2025 di Fakultas Ilmu Kesehatan, UIN Jakarta.

Jenis dan cara pengambilan subjek

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 di Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Jakarta yang berasal dari tiga program studi, yaitu Kesehatan Masyarakat, Farmasi, dan Keperawatan. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan pemilihan sampel berdasarkan metode *probability proportional to size*. Proses pengambilan sampel diawali dengan memperoleh kerangka sampel berupa daftar absensi mahasiswa dari masing-masing program studi. Selanjutnya, besar sampel minimal dihitung menggunakan rumus uji hipotesis beda dua proporsi menurut Lemeshow dan diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 201 responden. Setelah itu, jumlah sampel pada masing-masing program studi ditentukan menggunakan metode *probability proportional to size*, sehingga diperoleh 65 mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, 69 mahasiswa Program Studi Farmasi, 67 mahasiswa Program Studi Keperawatan. Pemilihan calon responden dilakukan secara *random* menggunakan aplikasi *spin wheel website* dengan memasukkan nomor urut responden. Selanjutnya, calon responden dihubungi melalui WhatsApp untuk diminta kesediaannya berpartisipasi melalui *informed consent* yang telah disediakan pada kuesioner. Responden yang bersedia kemudian diminta untuk melanjutkan pengisian kuesioner.

Jenis dan cara pengumpulan data

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah obesitas, yang diidentifikasi berdasarkan status gizi responden melalui perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT). Data berat badan dan tinggi badan diperoleh dari hasil pengukuran yang dilaporkan oleh subjek dalam satu bulan terakhir. Penentuan status obesitas merujuk pada cut off IMT yang mengikuti standar WHO untuk populasi Asia (Kemenkes 2021), yaitu obesitas (IMT>27,0) dan tidak obesitas (IMT≤27,0). Variabel independen dalam penelitian ini mencakup riwayat obesitas pada salah satu orang tuanya, baik Ayah maupun Ibu, asupan minuman manis, dan frekuensi konsumsi *junk food*. Asupan minuman manis diukur menggunakan kuesioner BEV-Q15 (Fausnacht *et al.* 2020), kemudian dikategorikan menjadi dua kelompok, yaitu normal (≤225 kkal) dan tidak normal (>225 kkal) (Mahadzir *et al.* 2020), sementara frekuensi konsumsi *junk food* diukur menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan dikategorikan menjadi jarang (< median) dan sering (≥ median) (Halimah 2023). Pengumpulan data dilakukan secara online selama dua minggu, yaitu pada periode 25 Juni hingga 6 Juli 2025, menggunakan *self administered questionnaire* melalui *Google Form* yang telah dilengkapi dengan petunjuk pengisian berdasarkan panduan kuesioner BEV-Q15 untuk memudahkan responden dalam mengisi kuesioner secara mandiri.

Pengolahan dan analisis data

Penelitian ini menggunakan analisis univariat guna menggambarkan distribusi frekuensi dan karakteristik masing-masing variabel. Analisis bivariat kemudian dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* pada tingkat signifikansi 5% untuk mengevaluasi hubungan antara riwayat obesitas keluarga, konsumsi minuman manis, serta *junk food* dengan kejadian obesitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

***Karakteristik Subjek*.** Berdasarkan Tabel 1 diperoleh informasi bahwa mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan (89,6%) dan sebagian besar berusia 21 tahun (64,2%), dengan program studi terbanyak berasal dari Farmasi (34,3%). Sebagian besar subjek memiliki pola konsumsi minuman manis dalam kategori normal (≤225 kkal) sebesar 93,5%, pola konsumsi *junk food* tergolong sering (53,2%), serta mayoritas tidak memiliki riwayat keluarga dengan obesitas (66,2%).

Hubungan Pola Konsumsi Minuman Manis dengan Prevalensi Obesitas. Berdasarkan Tabel 2 diperoleh hasil penelitian terhadap 201 subjek, ditemukan bahwa 15,4% subjek dengan pola konsumsi minuman manis tidak normal (>225 kkal) mengalami obesitas, sedangkan pada subjek dengan pola konsumsi minuman manis normal (≤225 kkal), hanya 9,6% yang mengalami obesitas. Analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh *p-value* sebesar 0,623 (OR=1,717; CI 95%=0,353-8,362) (p>0,05) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi minuman manis dengan kejadian obesitas. Hasil ini sejalan dengan penelitian Syafitri (2024) yang menunjukkan bahwa konsumsi minuman manis

menjadi faktor risiko obesitas (OR=1,647, CI 95%=0,942-2,881) walaupun tidak terdapat hubungan secara statistik (p=0,075). Minum minuman manis tidak membuat seseorang merasa kenyang sehingga mereka akan tetap makan makanan berkalori tinggi dalam jumlah yang sama. Ini terjadi karena minuman manis dicerna dengan sangat cepat oleh tubuh sehingga tidak memicu rasa kenyang seperti yang seharusnya (Suha dan Rosyada 2022). Selain itu, tidak ditemukannya hubungan antara konsumsi minuman manis dan obesitas dapat disebabkan oleh perubahan perilaku konsumsi pada individu yang telah mengalami obesitas atau sedang berupaya mengontrol berat badan, sehingga pola konsumsi yang diukur dalam penelitian tidak selalu menggambarkan pola konsumsi sebelum terjadinya obesitas (*reverse causality*) (Wu *et al.* 2022; Aji *et al.* 2026).

Tabel 1. Karakteristik subjek

Variabel	n	%
Jenis kelamin	21	10,4
Laki-laki	180	89,6
Perempuan		
Usia		
19	3	1,5
20	46	22,9
21	129	64,2
22	22	10,9
23	1	0,5
Program studi		
Kesehatan Masyarakat	65	32,3
Farmasi	69	34,3
Keperawatan	67	33,3
Pola konsumsi minuman manis		
Tidak normal (>225 kkal)	13	6,5
Normal (≤225 kkal)	188	93,5
Pola konsumsi *junk food*		
Sering (≥median)	107	53,2
Jarang (<median)	94	46,8
Riwayat keluarga		
Ada riwayat obesitas	68	33,8
Tdak ada riwayat obesitas	133	66,2

Tabel 2. Hubungan pola konsumsi minuman manis, pola konsumsi *junk food*, dan riwayat keluarga terhadap prevalensi obesitas

Variabel	Prevalensi Obesitas				*p-value*	OR (95% CI)
	Obesitas		Tidak Obesitas			
	n	%	n	%		
Pola konsumsi minuman manis						
Tidak normal (>225 kkal)	2	15,4	11	84,6	0,623	1,717
Normal (≤225 kkal)	18	9,6	170	90,4		(0,353 - 8,362)
Pola konsumsi *junk food*						
Sering (≥median)	12	11,2	95	88,8	0,687	1,358
Jarang (<median)	8	8,5	86	91,5		(0,530 - 3,480)
Riwayat keluarga						
Ada riwayat obesitas	12	17,6	56	82,4	0,018*	3,348
Tidak ada riwayat obesitas	8	6	125	94		(1,297 - 8,644)

*Signifikan pada $\alpha = 5\%$

American Heart Association merekomendasikan pembatasan asupan gula harian sebesar 100 kkal per hari untuk remaja perempuan dan 150 kkal per hari untuk remaja laki-laki, atau setara dengan 5% dari total kalori harian. World Health Organization (WHO) menganjurkan batas konsumsi gula tambahan adalah 10% dari total kebutuhan energi, khususnya untuk kelompok usia remaja awal (13-15 tahun). Menurut penelitian Ariani dalam Fahria dan Ruhana (2022) mengatakan bahwa rata-rata kebutuhan energi harian orang Indonesia sebesar 2250 kkal, sedangkan batas normal konsumsi minuman manis kemasan sebesar ≤ 10% dari total kebutuhan energi orang Indonesia.

Hubungan Pola Konsumsi Junk Food dengan Prevalensi Obesitas. Berdasarkan Tabel 2 diperoleh hasil analisis terhadap 201 subjek, ditemukan bahwa 11,2% subjek yang sering mengkonsumsi *junk food* mengalami obesitas, sedangkan pada subjek yang jarang mengonsumsi *junk food*, hanya 8,5% yang mengalami obesitas. Uji statistik *Chi-Square* yang digunakan menghasilkan nilai *p-value* sebesar 0,687 (OR=1,358; CI 95%=0,530-3,480). Dengan tingkat signifikansi 5% (α=0,05), maka berdasarkan kaidah pengambilan keputusan dalam pengujian statistik karena nilai p-value lebih besar dari α, maka tidak ada hubungan yang bermakna secara statistik antara pola konsumsi *junk food* dengan obesitas pada mahasiswa FIKES UIN Jakarta.

Junk food memang dikenal sebagai makanan dengan kandungan kalori, lemak, gula dan natrium yang tinggi (Simpatik *et al.* 2023). Namun, obesitas tidak semata-mata disebabkan oleh jenis makanan tertentu, melainkan hasil dari ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi (Kemenkes 2021). Penelitian oleh Dewi *et al.* (2023) menunjukkan bahwa pola hidup sedentari, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan makan secara keseluruhan turut menentukan status berat badan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan terhadap masalah obesitas tidak dapat hanya difokuskan pada jenis makanan, tetapi harus mempertimbangkan aspek perilaku dan gaya hidup secara menyeluruh.

Temuan ini bertentangan dengan hasil penelitian Nugraha dan Yunieswati (2024) pada remaja di SMK Negeri 39 Jakarta yang memperlihatkan adanya korelasi yang bermakna antara kebiasaan konsumsi *junk food* dan status gizi lebih (p<0,05), dimana 95% responden yang sering mengonsumsi *junk food* mengalami status gizi lebih. Secara umum, konsumsi *junk food* berlebihan dapat berdampak negatif terhadap status gizi, namun tidak cukup menjadi satu-satunya faktor penyebab obesitas. Beberapa literatur menyatakan bahwa obesitas juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti genetik, depresi, dan aktivitas fisik (Anriyani *et al.* 2024; Badriyah dan Ekaningrum 2022).

Hubungan Riwayat Keluarga dengan Prevalensi Obesitas. Berdasarkan Tabel 2 hasil penelitian terhadap 201 subjek, ditemukan prevalensi obesitas lebih tinggi pada subjek dengan riwayat obesitas sebesar 17,6%, dibandingkan dengan subjek tanpa riwayat tersebut sebesar 6%. Hasil penelitian menunjukkan hubungan signifikan (*p-value*=0,018; OR=3,348; CI 95%=1,297-8,644) pada tingkat kemaknaan 5% antara riwayat obesitas keluarga dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FIKES UIN Jakarta.

Faktor genetik atau riwayat keluarga memiliki kaitan erat dengan peningkatan berat badan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada seseorang. Seseorang yang memiliki ayah atau ibu dengan berat badan berlebih memiliki peluang sebesar 40–50% untuk mengalami obesitas dan akan lebih berisiko sebesar 70–80% apabila kedua orang tua memiliki riwayat obesitas (Herawati *et al.* 2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Sari *et al.* (2023) yang menunjukkan pengaruh signifikan antara faktor genetik dan kejadian obesitas pada mahasiswa (p=0,000). Hal ini menunjukkan bahwa faktor genetik memiliki peran penting dalam kejadian obesitas. Selain itu, orang tua dan anak juga berbagi lingkungan yang sama, seperti kebiasaan makan makanan yang sama dan melakukan aktivitas fisik yang serupa (Lee *et al.* 2021). Kebiasaan hidup dalam keluarga yang cenderung sama, seperti sering makan makanan berlemak dan manis, jarang bergerak, serta lebih banyak duduk atau berbaring, juga ikut memperbesar risiko obesitas. Oleh karena itu, upaya untuk mencegah obesitas akan lebih efektif jika melibatkan seluruh anggota keluarga, bukan hanya individu saja, agar perubahan gaya hidup sehat bisa dilakukan bersama-sama (Sari *et al.* 2023).

KESIMPULAN

Prevalensi obesitas mahasiswa FIKES UIN Jakarta mencapai 9,95%. Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian obesitas, sedangkan pola konsumsi *junk food* dan minuman manis tidak berhubungan signifikan. Temuan ini menegaskan bahwa faktor genetik berperan dalam memengaruhi risiko obesitas. Oleh karena itu, individu yang memiliki riwayat keluarga obesitas disarankan untuk menjaga pola makan seimbang, membatasi makanan tinggi lemak dan gula, meningkatkan aktivitas fisik secara rutin, serta memantau berat badan secara berkala guna mencegah obesitas sejak dini. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu belum mempertimbangkan faktor hormonal yang berpotensi memengaruhi obesitas, penggunaan data berat badan dan tinggi badan yang dilaporkan sendiri oleh responden, serta pengukuran frekuensi konsumsi menggunakan FFQ yang diisi secara mandiri sehingga berpotensi menimbulkan *recall bias*. Selain itu, desain *cross-sectional* yang digunakan tidak dapat memastikan hubungan temporal antara paparan dan kejadian obesitas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor yang berpotensi menjadi variabel perancu, seperti faktor hormonal, asupan energi total, kualitas tidur, dan tingkat stres yang tidak diukur dalam penelitian ini, melakukan pengukuran antropometri secara langsung, serta menggunakan desain longitudinal dan metode penilaian konsumsi yang lebih objektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan arahan selama pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aji AS, Rohana AJ, Alvitananda AA, Rachmah Q, Paramashanti BA, Sulistyoningrum DC, Pramono A. 2026. The sex differences of unhealthy food consumption and its association with metabolic profiles among Indonesian adults. Discover Food. 6(43):1-21. https://doi.org/10.1007/s44187-025-00782-z

Alfora D, Saori E, Fajriah LN. 2023. Pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap gizi remaja. FLORONA : Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2(1):43-49. https://doi.org/10.55904/florona.v2i1.688

Amelia IS, Rosmiati R, Mutiara E, Haryana NR, Pratiwi C. 2025. frekuensi konsumsi junk food berhubungan dengan kegemukan siswa di SMA Negeri 1 Kejuruan Muda. Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik. 4(1):65-73. https://doi.org/10.25182/jigd.2025.4.1.65-73

Anggraini NV, Luhur L. 2024. Hubungan konsumsi minuman berpemanis dengan risiko obesitas pada remaja di SMA Negeri 53 Jakarta, Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik (JIKA). 7(2):1-17.

Anriyani F, Syafei A, Dewi NS. 2024. Determinan kejadian obesitas pada remaja. INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research. 4(3):17154-17171.

Badriyah L, Ekaningrum AY. 2022. Perbedaan faktor risiko obesitas di pedesaan dan perkotaan pada orang dewasa di Indonesia; Analisis Data Riskesdas 2018. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. 14(4):185-192. https://doi.org/10.52022/jikm.v14i4.377

Dewi A, Sulrieni IN, Ningsih MS. 2023. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa MAN 1 Kota Padang. SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. 2(1):159-171. https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.1356

Emiliana N, Setiarini A. 2024. Hubungan konsumsi minuman berpemanis dengan kejadian obesitas pada anak dan remaja: A systematic literature review. Holistik Jurnal Kesehatan. 18(4):509-517. https://doi.org/10.33024/hjk.v18i4.161

Fahria S, Ruhana A. 2022. Konsumsi minuman manis kemasan pada mahasiswa Prodi Gizi Universitas Negeri Surabaya. Jurnal Gizi Unesa. 02(02):95-99.

Fausnacht AG, Myers EA, Hess EL, Davy BM, Hedrick VE. 2020. Update of the BEVQ-15, a beverage intake questionnaire for habitual beverage intake for adults: determining comparative validity and reproducibility. J Hum Nutr Diet. Oct;33(5):729-737. https://doi.org/10.1111/jhn.12749

Halimah, H. 2023. Hubungan frekuensi konsumsi makanan cepat saji (fast food) dan aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 17 Padang tahun 2023 [skripsi]. Padang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.

Herawati H, Putri U, Syahrir M, and Ar M. 2019. Status gizi remaja di Kota Luwuk: Adolescent Nutritional Status in Luwuk City. Jurnal Kesmas Untika Luwuk: Public Health Journal. 10(1):20-30. https://doi.org/10.51888/phj.v10i1.5

Jeki AG, Aprilia W, Ariesta I. 2023. Determinan kejadian kegemukan pada remaja Kota Jambi Jurnal Informatika Medis (J-INFORMED). 1(2):73-85. https://doi.org/10.52060/im.v1i2.1603

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional. Jakarta (ID). https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. (2), pp 1-13.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2021. Pedoman Pengelolaan Pencegahan Obesitas bagi Tenaga Kesehatan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

[Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2023. Laporan SKI 2023 Dalam Angka. Jakarta: Kemenkes RI.

Lee JS, Jin MH, Lee HJ. 2021. Global relationship between parent and child obesity: a systematic review and meta-analysis. Clin Exp Pediatr. 65(1):35-46. https://doi.org/10.3345/cep.2020.01620

Li, X., Braakhuis, A., Li, Z., Roy, R. 2022. How does the university food environment impact student dietary behaviors? A systematic review. Frontiers in Nutrition. 9(840818). https://doi.org/10.3389/fnut.2022.840818

Mahadzir MDA, Quek KF, Ramadas A. 2020. Nutrition and lifestyle behavior peer support program for adults with metabolic syndrome: Outcomes and lessons learned from a feasibility trial. Nutrients. 12(4):1091. https://doi.org/10.3390/nu12041091

Mutawakillah H, Sari R, Afiva N, Thahara AR. Nurchalizah RZ, Rosidati C, Yustiyani Y. 2025. Hubungan antara konsumsi ultra-processed food dengan status gizi: studi potong lintang pada mahasiswa kesehatan masyarakat UIN Jakarta. Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik,. 4(1):9-14. https://doi.org/10.25182/jigd.2025.4.1.9-14

Noor YEI, Sugiarto E, Fatimah AS. 2022. Studi kepustakaan gambaran obesitas pada ibu rumah tangga di dunia. Jurnal Gizi Dan Kesehatan. 14(1):34-42.https://doi.org/10.35473/jgk.v14i1.243

Nugraha P, Yunieswati W. 2024. Hubungan kebiasaan konsumsi junk food dan faktor lainnya dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMK Negeri 39 Jakarta. Jurnal Gizi Dietetik. 3(3):209-215. https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.3.209-215

Nurliyati I, Syamsiah S, Choirunissa R. 2023. Hubungan riwayat kegemukan orangtua, pola makan, dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen. MAHESA: Malahayati Health Student Journal. 3(3):622-637. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9353

Sari DK, Agustina W, Lumadi SA. 2023. Faktor-Faktor yang mempengaruhi obesitas pada seluruh mahasiswa keperawatan semester 1 sampai 8 tahun 2020. Professional Health Journal. 4(2sp):213-225. https://doi.org/10.54832/phj.v4i2sp.410

Simpatik RH, Purwaningtyas DR, Dhanny DR. 2023. Hubungan kualitas tidur, tingkat stres, dan konsumsi junk food dengan gizi lebih pada remaja As-Syafi'iyah 02 Jatiwaringin. Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF). 4(1):46-55. https://doi.org/10.24853/mjnf.4.1.46-55

Sofyan A, Frisca. 2023. Hubungan vitamin D dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Jurnal Kesehatan dan Kedokteran Tarumanegara. 1(2):66-72. https://doi.org/10.33096/fmj.v3i1.181

Suha GR, Rosyada A. 2022. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia (Analisis Lanjut Data Riskesdas 2018). Ilmu Gizi Indonesia. 6(1):43. https://doi.org/10.35842/ilgi.v6i1.339

Syafitri D, Harahap DA, Ningsih NF. 2024. Hubungan mengkonsumsi minuman manis dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 2 Tambang tahun 2023. Plenary Health: Jurnal Kesehatan Paripurna. 1(2):83-89.

Tam R, Yassa B, Parker H, O'Connor H, Alman-Farinelli M. 2016. On campus food purchasing behaviours, preferences and opinions on food availability of university students. Nutrition. 73:15. https://doi.org/10.1016/j.nut.2016.07.007

Wu T, Liu W, Chen Y, Guo T, Sun R. 2022. The mediating effect of perceiving close relatives as obese on obesity and weight control behavior score among adults: An exploratory cross-sectional study in Chongqing, China. Frontiers in Public Health. 10(984588):1-9. https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.984588

Yuliana AD, Salsabila SF, Fadhillah AN, Nisa H. 2022. Hubungan karakteristik individu dan gaya hidup sedentari dengan status gizi lebih pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Quality: Jurnal Kesehatan. 16(1):55-63. https://doi.org/10.36082/qjk.v16i1.519