

INFORMASI ARTIKEL

Received: September, 15, 2021

Revised: August, 02, 2022

Available online: August, 05, 2022

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.

Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

Abstract

Background: Obesity is the accumulation of excess fat due to an imbalance in energy intake (energy intake) with energy used (energy expenditure). Obesity and overweight are two different things, but both of them show the presence of excess fat accumulation in the body which is indicated by an increase in body mass index (BMI) above normal as measured using the formula of body weight (Kg) divided by height (m²). The incidence of obesity in Malahayati University students in 2019 with data on obese students as many as 60 (34%) from 175 students with research results there is a relationship between sleep patterns and junk food on the obesity level of Malahayati University students in Bandar Lampung.

Purpose: Known factors related to obesity during the Covid-19 pandemic to the incidence of obesity in students at the Faculty of Medicine, Malahayati University, Bandar Lampung.

Method: type of quantitative research with cross sectional approach design. The sampling technique used was the quota sampling technique. The population in this study were students of the Faculty of Medicine of the Nursing Science Study Program who had a history of obesity with a total of 175 students at Malahayati University, Bandar Lampung. Measurement using a questionnaire and analyzing data using chi-square.

Results: Of the chi square test show that the obesity factors that are significantly related and become a factor in the occurrence of obesity in students are the genetic factor of the student's father (p-value = 0.42; OR = 2.444); mother (p-value = 0.000; OR = 28,000); consumption of fast food (p-value = 0.000; OR = 21,500); physical activity (p-value = 0.000; OR = 2,032). Students who have obese parents have a higher risk of obesity, frequent fast food consumption and light physical activity factors are 3 times more likely to be at risk of obesity than students who do moderate physical activity.

Conclusion: There is a relationship between genetic factors, diet and physical activity of students with the incidence of obesity in students.

Keywords: Genetic; Dietary; Physical Activity; Obesity; Covid-19 Pandemic

Pendahuluan: Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebih akibat ketidak seimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*). Obesitas dan *overweight* adalah dua hal yang berbeda namun keduanya sama-sama menunjukkan adanya penumpukan lemak yang berlebih dalam tubuh yang ditandai dengan peningkatan indeks masa tubuh (IMT) di atas normal yang diukur menggunakan rumus berat badan (Kg) dibagi tinggi badan (m²). Kejadian obesitas pada mahasiswa Universitas Malahayati tahun 2019 dengan data mahasiswa obesitas sebanyak 60 (34%) dari 175 responden dengan hasil penelitian terdapat hubungan antara pola tidur dan makanan *junk food* pada tingkat obesitas mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung.

Tujuan: Diketahui faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas selama masa pandemi Covid-19 terhadap kejadian Obesitas pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung.

Metode: jenis penelitian kuantitatif dengan desain pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik jenis *sampling kuota*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa fakultas Kedokteran Prodi Ilmu Keperawatan yang memiliki riwayat obesitas dengan jumlah 175 responden di Universitas Malahayati Bandar Lampung. Pengukuran menggunakan kuesioner dan menganalisa data menggunakan *chi-square*.

Hasil: Dari uji *chi square* menunjukkan faktor-faktor obesitas yang secara signifikan hubungan dan menjadi faktor terjadinya obesitas pada mahasiswa adalah faktor genetik ayah mahasiswa (p -value = 0,42; OR = 2,44); ibu (p -value = 0,000; OR = 28,000); konsumsi *fast food* (p -value = 0,000; OR = 21,500); aktifitas fisik (p -value = 0,000; OR 2,032). Mahasiswa yang memiliki orang tua yang gemuk memiliki risiko lebih tinggi mengalami obesitas, konsumsi *fast food* yang sering dan faktor aktifitas fisik yang ringan memiliki kemungkinan 3 kali lebih berisiko mengalami obesitas dibandingkan dengan mahasiswa yang melakukan aktifitas fisik sedang.

Simpulan: Terdapat hubungan faktor genetik, pola makan dan aktifitas fisik mahasiswa dengan kejadian obesitas mahasiswa.

Kata Kunci : Genetik; Pola Makan; Aktivitas Fisik; Obesitas; Pandemi Covid-19

PENDAHULUAN

Berdasarkan riset yang dilakukan menerangkan bahwa dari 2,3 miliar orang diseluruh dunia sebanyak 700 juta diantaranya tergolong obesitas yang dipengaruhi oleh teknologi dan kehidupan modern memiliki tingkat obesitas 17,02 % dari keseluruhan obesitas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018). Penelitian terdahulu yang dilakukan di Universitas Malahayati tahun 2019 dengan mahasiswa obesitas sebanyak 60 (34%) dari 175 mahasiswa dengan hasil penelitian terdapat hubungan antara pola tidur dan makanan *junk food* pada tingkat obesitas mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung (Kristina, Herman, & Subhan, 2021). Penelitian sebelumnya menerangkan bahwa tingkat kejadian obesitas pada mahasiswa di rogram Studi Matematika Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Universitas Negeri Padang (UNP), data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner dengan responden sebanyak 32 orang kemudian diolah dengan menggunakan analisis faktor. Dari hasil analisis data dapat diperoleh lima faktor baru (Sari, Helma, & Subhan, 2021). Penelitian sebelumnya di Kota Bitung sebanyak 966 siswa yang dilakukan pengukuran lingkar pinggang pada 966 populasi didapatkan 220 orang mengalami obesitas dengan presentasi 22,8% yang terdiri dari 59 orang laki-laki dengan presentase 6,1% dan 161 orag perempuan dengan presentase 16,7% (Hendra, Manampiring, & Budiarso, 2016).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Tribhuwana Tungadewi Malang banyak

ditemukan terjadinya obesitas yang disebabkan oleh faktor pola makan dan rendahnya aktivitas fisik dengan jumlah sampel 31 mahasiswa. Selain itu, mahasiswa yang mengalami obesitas atau kegemukan lebih cenderung memiliki risiko tinggi masalah kesehatan seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes melitus, kanker, asma, dan hipertensi (Evan, Wiyono, & Candrawati, 2017).

Penelitian oleh yang di lakukan di Italia, pada sampel 14 orang remaja selama 3 minggu, bahwa terjadi peningkatan obesitas yang signifikan selama penerapan peraturan *lockdown* sehingga para remaja lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menonton televisi atau handphone ketimbang beraktifitas fisik diluar (Petrobeli, Pecoraro, Heo, Faith, Zoller & Heymsfield, 2020).

Riset yang dilakukan terjadi peningkatan obesitas pada remaja umur 16-18 tahun sebesar 2%. Di Indonesia 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas ($IMT \geq 25$) dan berdasarkan indikator Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas ($IMT \geq 27$) sementara pada anak usia 5-12 tahun, sebanyak 18,8% kelebihan berat badan dan 10,8% mengalami obesitas. Data terakhir obesitas menunjukkan belum terkendali, angka obesitas $IMT \geq 27$ naik menjadi 20,7% sementara obesitas dengan $IMT \geq 25$ menjadi 33,5%. Peningkatan angka obesitas biasanya dikaitan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan dengan

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

jumlah energi lebih dari yang dibutuhkan, 39% dari orang dewasa berusia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan dan 13% mengalami obesitas. Di seluruh wilayah, obesitas lebih tinggi terjadi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018).

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi yang diteliti adalah seluruh mahasiswa di Universitas Malahayati Bandar Lampung. Besar sample yang diambil sebanyak 122 responden menggunakan metode snowball, penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5-30 Juli 2021 di Universitas Malahayati Bandar Lampung. Alat ukur/Instrumen berupa kuesioner yang disebarakan melalui geogle form melalu whatsapp, adapun alat ukur yang digunakan untuk mengukur faktor genetik dengan cara menanyakan usia, jenis kelamin, semester

yang meliputi semester awal (1-3), semester tengah (4-6) dan semester akhir (7-8), status ekonomi dengan kriteria rendah < UMR, sedang = UMR dan tinggi > UMR, faktor genetic dengan kriteria faktor genetik 1=Berisiko (IMT=25,0 Kg/m²) 2=Tidak berisiko (IMT= 18,5-22,9 Kg/m²), pola makan *fast food* dengan kriteria 1=Sering ≥3x/minggu 2=Jarang ≤ 3x/minggu, Aktifitas Fisik dengan kriteria 1=Kurang <600 MET 2=Sedang ≥ 600 MET. Setelah semua pertanyaan terjawab selanjutnya peneliti menghitung IMT orang tua dan IMT responden dengan $IMT = \frac{BB (Kg)}{TB \times TB (m)}$, yang sudah dilakukan uji validitas r-hitung > r-tabel atau nilai sig r < 0,05 : Valid dan r-hitung < r-tabel atau nilai sig r > 0.05 : Tidak Valid, (Puput, 2019).

Penelitian ini sudah lulus kelaikan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Malahayati. Nomor Surat NO. 1899 EC/KEP-UNMAL/VI/2021.

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

HASIL

Tabel. Data Demografi Responden N=122

Variabel	Hasil	p-value	OR (CI)
Data Demografi			
Usia (Mean ± SD) (Rentang)(Tahun)	(21.09 ± 0.862) 19 – 23 Tahun		
Jenis Kelamin n(%)			
Laki-laki	43 (35.2)	0.000	0.794 (22.165-2.4904)
Perempuan	79 (64.8)		
Semester n(%)			
Semester awal	39 (32.0)	0.000	0.316 (1.923-4.757)
Semester Tengah	42 (34.4)		
Semester Akhir	41 (33.6)		
Status Ekonomi n(%)			
Rendah (<UMR)	31 (25.4)	0.083	1.138 (0.983-1.318)
Sedang (= UMR)	33 (27.0)		
Tinggi (>UMR)	53 (47.5)		
IMT Mahasiswa n(%)			
Tidak Beresiko	32 (26.2)	0.042	2.444 (1.020-5.861)
Beresiko	90 (73.8)		
Genetik n(%)			
IMT Ayah			
Tidak beresiko	69 (56.6)	0.000	28.000 (8.707-90.040)
Beresiko	53 (43.4)		
IMT Ibu			
Tidak beresiko	46 (37.7)		
Beresiko	76 (62.3)		
Pola Makan Fast Food n(%)			
Jarang	20 (16.4)	0.000	21.500 (6.356-72.729)
Sering	102 (83.6)		
Aktivitas Fisik n(%)			
Kurang	59 (48.4)	0.000	2.032 (1.581-2.612)
Sedang	63 (51.6)		

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa berdasarkan rentang usia 19-23 tahun dengan mean 21,09 dan standar deviasi 0,862. Jenis kelamin dalam penelitian ini mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 79 (64,8%) responden. Menurut semester mayoritas terjadi pada mahasiswa semester tengah dengan jumlah 42 (34,4%) responden, semester awal sebanyak 39 (32,0%) responden dan semester akhir sebanyak 41

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

(33,6%) responden, nilai p-value 0,000, nilai OR 0,794. Sementara dilihat dari status ekonomi mayoritas yang mengalami angka kejadian obesitas banyak dari golongan tinggi yaitu sebanyak 53 (47,5%) responden, golongan sedang sebanyak 33 (27,0%) dan golongan rendah sebanyak 31 (25,4%) responden. Sedangkan menurut kejadian obesitas menurut IMT mahasiswa dalam penelitian ini mayoritas termasuk dalam kategori beresiko sebanyak 90 (73,8%) responden, nilai p-value 0,083, nilai OR sebesar 1,138.

Berdasarkan faktor genetik Mayoritas IMT ayah termasuk dalam kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 69 (56,6%) responden, nilai p-value sebesar 0,042 lebih kecil dari 0,05. Nilai OR sebesar 2,444 berada diantara interval 1,020-5,861 berarti bahwa faktor genetik ayah yang beresiko memiliki kemungkinan 2 kali lebih tinggi mengalami obesitas beresiko dibandingkan dengan faktor genetik ayah yang tidak beresiko. sedangkan IMT ibu mayoritas termasuk dalam kategori beresiko yaitu sebanyak 76 (62,3%) responden, nilai p-value sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Nilai OR sebesar 28,000 berada diantara interval 8,707-90,040 berarti bahwa faktor genetik ibu yang beresiko memiliki kemungkinan 28 kali lebih tinggi mengalami obesitas beresiko dibandingkan dengan faktor genetik ibu yang tidak beresiko. Diketahui bahwa mahasiswa dengan pola makan dengan kategori sering mengkonsumsi makanan cepat saji yaitu sebanyak 102 (83,6%) responden dan 20 (16,4%) responden termasuk kategori jarang mengkonsumsi makanan cepat saji. nilai p-value sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Nilai OR sebesar 21,500 berada diantara 6,356-72,729 berarti mahasiswa dengan pola makan sering mengkonsumsi makanan cepat saji memiliki kemungkinan 22 kali lebih tinggi mengalami obesitas beresiko dibandingkan dengan mahasiswa yang jarang mengkonsumsi makanan cepat saji. aktivitas fisik dalam kategori sedang yaitu sebanyak 63 (51,6%) responden dan mahasiswa yang termasuk kurang aktivitas fisik sebanyak 59 (48,4%) responden. Nilai p-value sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Nilai OR sebesar 2,032 berada diantara interval 1,581 – 2,612 yang berarti mahasiswa dengan aktivitas fisik ringan memiliki kemungkinan 2 kali lebih tinggi

mengalami obesitas beresiko dibandingkan dengan mahasiswa yang melakukan aktivitas fisik sedang.

PEMBAHASAN

Faktor Genetik

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara faktor genetik mahasiswa dengan kejadian obesitas. Hal ini dibuktikan dengan uji *Chi Square* yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan pada remaja. Faktor yang secara bermakna berhubungan ($p < 0,05$) dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan energi (OR=4,69; CI:2,12-10,35); lemak (OR=2,34; CI:1,19-4,57); karbohidrat (OR=2,64; CI:1,34-5,20); frekuensi fast food (OR=2,47; CI: 1,26-4,83); dan asupan sarapan pagi (OR=5,24; CI: 2,56-10,71) (Kurdanti, Suryani, Syamsiatun, Siwi, Adityanti, Mustikaningsih, & Sholihah, 2015).

Gen merupakan faktor terpenting dalam berbagai kasus kegemukan atau obesitas, Faktor genetik diduga memiliki penyebab terjadinya obesitas. Anggota keluarga yang memiliki orang tua obesitas maka akan mendominasi anaknya untuk obesitas (Suriati, & Mansyur 2020).

Analisa peneliti berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung memiliki faktor genetik yang diduga penyebab terjadinya obesitas yang anggota keluarganya memiliki orang tua obesitas maka akan mendominasi anaknya untuk obesitas.

Pola Makan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan antara pola makan mahasiswa dengan kejadian obesitas. Hal ini dibuktikan dengan uji *Chi Square* yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,002 yang lebih kecil dari 0,05. Hasil penelitian yang sejalan dengan penelitian terdahulu dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara makanan *junk food* pada tingkat obesitas mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung (Kristina, Hermawan, Febriani, & Farich, 2020).

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

Kelebihan berat badan atau obesitas bukan hanya akibat pola makan yang buruk, ketidakseimbangan dalam masukan dan pemakaian kalori yang dapat disebabkan oleh banyak faktor. Sementara itu perilaku makan yang salah adalah tindakan mengonsumsi makanan yang dengan jumlah yang berlebihan tanpa diimbangi dengan pengeluaran energi yang seimbang (Sudargo, Freitag, Kusmayanti, & Rosiyani (2018). Berdasarkan Analisa peneliti yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung pada dasarnya prinsip obesitas pada remaja dapat dicegah dengan cara mengatur pola dan porsi makan dan minum, perbanyak konsumsi buah dan sayur. Kelebihan berat badan atau obesitas dapat dihubungkan dengan perubahan gaya hidup seperti pola makan dan aktivitas fisik, termasuk hubungan sosial, kebiasaan, budaya, *fisiologikal*, metabolisme, dan faktor genetik.

Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik mahasiswa dengan kejadian obesitas. Hal ini dibuktikan dengan uji *Chi Square* yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Aktifitas fisik adalah suatu kegiatan yang melibatkan pergerakan rangka otot yang lebih banyak membutuhkan energi dibandingkan dengan fase istirahat, sedangkan latihan fisik adalah bagian dari aktifitas fisik yang sudah direncanakan, sifatnya kontinu, berulang dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, dalam hal ini aktifitas fisik merupakan suatu faktor penting dalam keseimbangan energi pada tubuh. Terdapat beberapa faktor penghalang bagi seseorang untuk melakukan aktifitas fisik, yaitu mulai dari faktor pribadi seperti malas, kurang tidur, nyeri merupakan faktor pribadi. Selanjutnya faktor sosial maupun lingkungan seperti keamanan lokasi, cuaca dan kurangnya sarana dalam beraktifitas, sementara faktor sosial yaitu dukungan keluarga maupun bullying yang juga menjadi isu dalam melakukan aktifitas fisik (Argadikoesoema, 2019). Hasil penelitian ini berhasil mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan Pada Remaja SMA, yang dilakukan pada 118 siswa kelas X dan XI, menunjukkan faktor yang secara signifikan

berhubungan dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan energi (p-value = 0.000; OR = 2.97); protein (p-value = 0.005; OR = 3.49; lemak (p-value = 0.000; OR = 6.57); karbohidrat (p-value = 0.050; OR = 2.00); konsumsi fast food (p-value = 0.000; OR = 4.41); aktivitas fisik (p-value = 0.007; OR = 3.08); uang saku (p-value = 0.032; OR = 2.38); dan keturunan (p-value = 0.001; OR = 3.98) (Telisa, Hartati, & Haripamilu, 2020).

Analisa peneliti berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung, pada dasarnya setiap manusia membutuhkan aktivitas fisik yang rutin kerana tubuh kita memang sudah didesain untuk bergerak. Aktivitas fisik yang kurang juga dapat meningkatkan terjadinya obesitas. Seseorang yang hidupnya kurang aktifitas (*sedentary life*) atau tidak melakukan aktivitas fisik yang seimbang, cenderung mengalami obesitas. Oleh karena itu seseorang yang kurang aktif memerlukan kalori dengan jumlah sedikit dibandingkan dengan orang yang aktivitasnya aktif. Aktivitas fisik *sedentary* (kurang gerak) menyebabkan energi yang keluar tidak maksimal sehingga menyebabkan meningkatnya resiko obesitas. Orang yang memiliki tingkat aktifitas fisik yang rendah mendorong siklus harian yang buruk karena orang yang gemuk akan semakin gemuk dan malas untuk beraktifitas fisisik sehingga akan beresiko kearah obesitas akut.

KETERBATASAN

Dalam melakukan penelitian ini peneliti mengalami kendala seperti tidak dapat melakukan observasi secara langsung dikarenakan sedang masa covid-19.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Universitas Malahayati Bandar Lampung selama masa pandemic covid-19, kejadian obesitas pada mahasiswa memiliki IMT yang termasuk dalam kategori beresiko yaitu nilai p-value 0,083, berdasarkan rentang usia 19-23 tahun dengan 21,09. Berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan yaitu sebanyak 64,8 responden, menurut semester mayoritas pada mahasiswa semester tengah dengan jumlah 34,4

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

responden, status ekonomi mayoritas dari golongan tinggi yaitu sebanyak 47,5 responden, berdasarkan faktor genetik Mayoritas IMT ayah termasuk dalam kategori tidak beresiko yaitu sebanyak 56,6 responden, sementara IMT ibu mayoritas termasuk dalam kategori beresiko yaitu sebanyak 62,3 orang, pola makan dengan kategori sering mengkonsumsi makanan cepat saji yaitu sebanyak 83,6 responden dan faktor aktivitas fisik dalam kategori sedang yaitu sebanyak 51,6% responden.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat hubungan faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswa yaitu faktor social ekonomi p-value 0,000, faktor genetik p-value 0,000, pola makan p-value 0,000 dan faktor aktivitas fisik p-value 0,000.

SARAN

Selama masa pandemi covid-19 aktivitas fisik dapat dilakukan di rumah bagi mahasiswa dan masyarakat di masa pandemic covid-19 harus tetap melakukan aktivitas fisik, olahraga secara teratur agar tetap terjaga Kesehatan dan dapat menekan angka kejadian obesitas selama masa pandemi covid-19. Bagi pemerintah agar dapat terus memberikan promosi Kesehatan tentang obesitas kepada masyarakat melalui media televisi, radio, koran. Bagi komunitas penting sekali menumbuhkan rasa kesadaran diri terhadap Kesehatan dan cara pencegahan angka kejadian obesitas dengan cara mengikuti dan menjalankan program pemerintah untuk menekan angka kejadian obesitas khususnya pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Argadikoesoema, S. (2019). Pedoman Strategi dan Langkah Aksi Peningkatan Penerapan Perilaku Diet Sehat.

Candrawati, S. (2011). Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh (IMT) Dan Lingkar pinggang mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 6(2), 112-118.

Ekawati, A., & Sutejo, S. (2014). *Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh pada Mahasiswa*

Herlina Anggraini*, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>

Program Studi Ilmu Keperawatan di STIKES'Aisyiyah Yogyakarta (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).

Evan, E., Wiyono, J., & Candrawati, E. (2017). Hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).

Hedley, A. A., Ogden, C. L., Johnson, C. L., Carroll, M. D., Curtin, L. R., & Flegal, K. M. (2004). Prevalence of overweight and obesity among US children, adolescents, and adults, 1999-2002. *Jama*, 291(23), 2847-2850.

Hendra, C., Manampiring, A. E., & Budiarmo, F. (2016). Faktor-faktor risiko terhadap obesitas pada remaja di Kota Bitung. *eBiomedik*, 4(1).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Epidemi Obesitas*. Retrieved from http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXlxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/Fact_Sheet_Obesitas_Kit_Informasi_Obesitas.pdf

Husnah, H. (2012). Tatalaksana Obesitas. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 12(2), 99-104.

Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179-190.

Kristiana, T., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Pola Tidur Dan Kebiasaan Makan Junk Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Universitas Malahayati Tahun 2019. *Human Care Journal*, 5(3), 750-761.

Mumpuni, Y., & Wulandari, A. (2019). Cara jitu mengatasi kegemukan.

Faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada masa pandemi Covid-19

- Ogden, C. L., Carroll, M. D., Kit, B. K., & Flegal, K. M. (2014). Prevalence of childhood and adult obesity in the United States, 2011-2012. *Jama*, 311(8), 806-814.
- Pietrobelli, A., Pecoraro, L., Ferruzzi, A., Heo, M., Faith, M., Zoller, T., & Heymsfield, S. B. (2020). Effects of COVID-19 lockdown on lifestyle behaviors in children with obesity living in Verona, Italy: a longitudinal study. *Obesity*, 28(8), 1382-1385.
- Puput, M. I. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Anak Usia 9-11 Tahun Di Sd Ma'arif Kecamatan Ponorogo* (Doctoral Dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun).
- Putri, R. A. (2014). Hubungan Obesitas Dengan Prediabetes Pada Mahasiswa Universitas Lampung Tahun 2013.
- Rizona, F., Herliawati, H., Latifin, K., & Septiawati, D. (2019, October). Sosialisasi Faktor Penyebab Obesitas Pada Siswa Sekolah Dasar. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan* (Vol. 5, No. 1, pp. 99-103).
- Rundle, A. G., Park, Y., Herbstman, J. B., Kinsey, E. W., & Wang, Y. C. (2020). COVID-19-related school closings and risk of weight gain among children. *Obesity*, 28(6), 1008-1009.
- Salam, A. (2010). *Faktor risiko kejadian obesitas pada remaja*. Hasanuddin University.
- Sari, S. N., Helma, H., & Subhan, M. (2021). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas Berisiko pada Mahasiswa Matematika FMIPA UNP Menggunakan Analisis Faktor. *UNP Journal of Mathematics*, 4(1), 75-79.
- Gondhowiardjo, S. "Pedoman Strategi dan Langkah Aksi Peningkatan Latihan Fisik". Komite Penanggulangan Kanker Nasiona. (Jakarta, 2019).
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2018). *Pola makan dan obesitas*. UGM press.
- Suriati, I., & Mansyur, N. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas. *Voice of Midwifery*, 10(1)
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamilu, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Health Journal*, 7(03), 124-131.
- Umami, I (2019) *Psikologi Remaja*. Idea Press Yogyakarta, Yogyakarta. ISBN 978-623-7085-29-4

Herlina Anggraini, Setiawati*, Rilyani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati.
Korespondensi Penulis: Setiawati. *Email: setiawati@malahayati.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.5132>