

**ANALISISFAKTORPENYEBABOBESITASPADAREMAJA
DI MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG
KUBU KECAMATAN NIBUNG HANGUS
KABUPATEN BATUBARA**

SKRIPSI



**PROGRAMSTUDIILMUKESSEHATANMASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERAUTARA
MEDAN
2024**

**ANALISISFAKTORPENYEBABOBESITASPADAREMAJA
DI MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG
KUBU KECAMATAN NIBUNG HANGUS
KABUPATEN BATUBARA**

SKRIPSI

**DiajukanSebagaiSalahSatuSyarat
Untuk Memperoleh Gelar
SarjanaKesehatanMasyarakat(SKM)**



OLEH:

AINUNZAKIAH

NIM. 0801203379



**PROGRAMSTUDIILMUKESEHATANMASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERAUTARA
MEDAN
2024**

**ANALISISFAKTORPENYEBABOBESITASPADAREMAJA
DI MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG
KUBU KECAMATAN NIBUNG HANGUS
KABUPATEN BATUBARA**

**AINUNZAKIAH
NIM.0801203379**

ABSTRAK

Obesitas ini merupakan salah satu penyakit yang dapat merisaukan dimasa remaja, karena kejadian obesitas dapat berkelanjutan hingga ia dewasa. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab obesitas pada remaja di Madrasah Aliyah Swasta Teladan Ujung Kubu. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian *observasional analitik* dengan desain kasus kelola (*case control*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i MAS Teladan Ujung Kubu. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yangdiolah berdasarkan rumus besar proposisi, sehingga besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 66 orang (33sampel kasus dan 33 sampel control). Adapun teknik analisis datanya menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan faktor keturunan dengan kejadian obesitas dengan nilai *OR* 6,500 (*P- Value* 0,000), adanya hubungan faktor pola makan terhadap kejadian obesitas dengan nilai *OR* 1,175 (*P-Value* 0,008), dan adanya ubungan faktor aktifitas fisik terhadap kejadian obesitas dengan nilai *OR* 1,253 (*P-Value* 0,011). Saran kepada para remaja untuk selalu menjaga pola makan dengan mengedepankan makanan yang sehat ketimbang makanan yang tinggi akan lemak dan kalori seperti halnya *junkfood*, serta menyeimbangkannya dengan melakukan aktifitas fisik agar terjadinya keseimbangan antara kalori yang dikonsumsi dengan kalori yang digunakan oleh tubuh.

KataKunci:Obesitas,Keturunan,PolaMakan,AktifitasFisik

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

**ANALYSIS OF FACTORS CAUSING OBESITY IN TEENAGERS AT
MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG KUBU
SUBDISTRICT NIBUNG HANGUS,
BATUBARA REGENCY**

AINUNZAKIAHNIM.
0801203379

ABSTRACT

Obesity is a disease that can be worrying during adolescence, because the incidence of obesity can continue until adulthood. This study aims to determine the factors that cause obesity at the Ujung Kubu Model Private Madrasah Aliyah. This research method uses analytical observational research with a case control design. The population in this study were students of MAS Teladan Ujung Kubu. The sampling technique in this research used purposive sampling which was processed based on the large proportion formula, the sample size in this research was 66 people (33 case samples and 33 control samples). The data analysis technique uses univariate analysis and bivariate. Based on the research results, it shows that there is a relationship between hereditary factors and the incidence of obesity with an OR value of 6,500 (P-Value 0,000), there is a relationship between dietary factors and the incidence of obesity with an OR value of 1,175 (P-Value 0.008), and there is a relationship between physical activity factors and the incidence of obesity with an OR value of 1.253 (P-Value 0,011). Advice to teenagers to always maintain diet by prioritizing healthy foods high in fat and calories such as junk food, and to balance this by doing physical activity so that there is a balance between the calories consumed and the calories used by the body.

Keywords: Obesity, Heredity, Dietary Habit, Physical Activity

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Ainun Zakiah
NIM : 0801203379
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tanggal Lahir : Ujung Kubu / 7 Mei 2003
Judul Skripsi : Analisis Faktor Penyebab Obesitas Pada Remaja Di
Madrasah Aliyah Swasta Teladan Ujung Kubu Kecamatan
Nibung Hangus Kabupaten Batubara

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini merupakan hasil penelitian original saya, yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, UIN Sumatera Utara Medan.
2. Seluruh referensi yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Kesehatan Masyarakat, FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa karya ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima konsekuensi sesuai dengan peraturan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, Agustus 2024

Ainun Zakiah
0801203379

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

**ANALISIS FAKTOR PENYEBAB OBESITAS PADA REMAJADI
MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG
KUBUKECAMATAN NIBUNGHANGUS
KABUPATEN BATUBARA**

**AINUN
ZAKIAH (NIM.080
1203379)**

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah

Medan, Agustus 2024

Disetujui,

Dosen Pembimbing

Dosen Pembimbing Integrasi

**Rani Suraya, M.K.M
NIP.198811102022032004**

**Muhammad Zali, Lc., M.H.I
NIP.198601112020121008**

**Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU**

**Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes NIP.
199006062019030116**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:

**ANALISIS FAKTOR PENYEBAB OBESITAS PADA REMAJADI
MADRASAH ALIYAH SWASTA TELADAN UJUNG
KUBUKECAMATAN NIBUNGHANGUS
KABUPATEN BATUBARA**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh: AINUN

ZAKIAH

NIM: 0801203379

Telah Diuji dan Dipertahankan Tim Penguji Skripsi Pada
Tanggal 16 Agustus 2024 Dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji


Nurhayati, S.Si.T., M.Si
NIP. 197205161993032004

Penguji I


Eliska, S.K.M., M.Kes
NIP. 198312042023212023

Penguji II


Rani Suraya, M.K.M
NIP. 198811102022032004

Penguji Integrasi Keislaman


Muhammad Zali, Lc., M.H.I
NIP. 198601112020121008

Medan, 16 Agustus 2024 Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas
Kesehatan Masyarakat Universitas Islam
Negeri Sumatera Utara

DEKAN FKMU INSU



Prof. Dr. Mesiono, S.Ag., M.Pd
NIP. 197107272007011031

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamin. Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah *SubahanallahuWaTa'la*, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Analisis Faktor Penyebab Obesitas Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Swasta Teladan Ujung Kubu Kecamatan Nibung Hangus Kabupaten Batubara” dapat terselesaikan.

Dalam menyusun Skripsi ini, saya selaku penulis mendapat arahan dan bantuan dari segala pihak, sehingga proposal ini dapat terlaksana dengan baik. Adapun penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar besarnya kepada :

1. Ibu Prof Dr. Nurhayati,M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono M.Pd selaku Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Effendi Samosir, M.A, selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Asnil Aidah Ritonga, M.A. selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H. selaku Wakil Dekan III Bidang Mahasiswa/siswian Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Faktultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Fitriani Pramita Gurning, S.K.M., M.Kes selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Ibu Rani Suraya S.K.M., M.K.M selaku pembimbing utama yang telah memberi masukan bagi kesempurnaan Skripsi ini.

9. Bapak M. Zali, Lc., selaku pembimbing kedua yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan petunjuk serta arahan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.
10. Ibu Nurhayati, S.Si.T., M.Si, selaku ketua penguji yang telah membantu penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
11. Ibu Eliska, S.K.M., M.Kes, selaku penguji 1 yang telah menyempatkan waktunya untuk memberikan masukan serta kritikan sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
12. Seluruh dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN-SU yang telah membagi ilmunya selama saya belajar di bangku perkuliahan.
13. Kepala sekolah Madrasah Aliyah Swasta Teladan Ujung Kubu yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.
14. Seluruh siswa/siswi Madrasah Aliyah Swasta Teladan Ujung Kubu yang telah membantu meluangkan waktunya untuk pengisian kuesioner, sehingga penelitian ini mendapat hasil sebagaimana mestinya.
15. Serta teman saya Indi Anggesti, Devi Rani Said Putri yang telah mengawani penulis ke kampus jalan kaki selama bimbingan ini
16. Serta sahabat-sahabat saya Saskia Khairina, Aja Mutiara Arini, Sakina Sumantri, Apzur Rohima Putri yang telah banyak membantu penulis dalam proses perkuliahan ini dan menjadi Repot yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis.
17. Serta penulis juga mengucapkan terimakasih kepada orang yang selalu di belakang layar, yang telah banyak mendengarkan keluh kesah penulis dalam penulisan skripsi ini, yang banyak mengantarkan penulis kesana kemari dalam mendapatkan ACC dalam penulisan skripsi ini.
18. Serta seluruh pihak yang ikut serta dalam penulisan riset ini, yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya ucapkan terimakasih.

Adapun Skripsi ini saya persembahkan untuk ayahanda tercinta yaitu Bapak Abdul kasim yang telah memberikan support dan tenaganya untuk penulis. Serta penulis juga sangat berterimakasih kepada ibunda yang merupakan malaikat hidup penulis yaitu Ibunda Rubiati yang tiada hentinya memberikan doa, tenaga,

finansial, dan cinta yang tiada habis nya untuk penulis. Sehingga penulis sampai dititik ini dan menyelesaikan skripsi dengan melewati sseluruh prosesnya.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi mereka yang membutuhkan di kemudian hari. Selebihnya, saya mohon maaf apabila ada penulisan yang tidak berkenan dihati para pembacanya. Akhiri kata, saya selaku penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam buat semuanya.

Medan, Agustus 2024



Ainun Zakiah
NIM.0801203379



DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I : PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	4
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Bagi Penulis	5
1.4.2 Manfaat Bagi Instansi.....	5
BAB II : PEMBAHASAN.....	7
2.1 Remaja.....	7
2.1.1 Pengertian Remaja.....	7
2.1.2 Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja.....	9
2.2 Obesitas	11
2.2.1 Pengertian Obesitas.....	11
2.2.2 Fisiologis Obesitas	12
2.2.3 Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Obesitas.....	13
2.2.4 Dampak Obesitas	22
2.3.5 Klasifikasi Obesitas.....	24
2.3 Status Gizi	25
2.4 Kajian Integrasi Keislaman	26
2.5 Kerangka Teori.....	35
2.6 Kerangka Konseptual	36
BAB III : METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Jenis Penelitian	37
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
3.3 Populasi dan Sampel	37
3.3.1 Populasi	37
3.3.2 Sampel.....	38
3.4 Variabel Penelitian	40
3.5 Definisi Operasional.....	40
3.6 Prosedur Pengumpulan Data	41
3.7 Teknik Analisis Data	43
3.7.1 Anaisis Univariat.....	43
3.7.2 Analisis Bivariat	43

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
4.1 Hasil Penelitian	45
4.1.1 Profil MAS TELadan Ujung Kubu.....	45
4.1.2 Analisis Univariat.....	46
4.1.3 Analisis Bivariat.....	50
4.2 Pembahasan.....	54
4.1.1 Hubungan Faktor Keturunan Dengan Kejadian Obesitas	54
4.1.2 Hubungan Faktor Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas	56
4.1.3 Hubungan Faktor Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas	59
4.3 Kajian Integritas Keislaman	61
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	71
5.1 Kesimpulan.....	71
5.2 Saran.....	72

LAMPIRAN

DOKUMENTASI



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Prasurvei Penelitian.....	3
Tabel 2.1 Klasifikasi IMT	26
Tabel 3.1 Jumlah Populasi	37
Tabel 3.2 Defenisi Operasional.....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas <i>Case Control</i>	47
Tabel 4.2 Karakteristik SResponden Penelitian.....	47
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Case Control Pada Variabel Lainnya	49
Tabel 4.4 Hubungan Faktor Keturunan Dengan Kejadian Obesitas	50
Tabel 4.5 Hubungan Faktor Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas.....	52
Tabel 4.6 Hubungan Faktor Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas	53



DAFTAR GAMBAR

Halaman

2.1 Kerangka Teori.....	35
2.2 Kerangka Konsep.....	36

