

ABSTRACT

Background: One of the problems of overnutrition is obesity. Obesity is a condition of being overweight as well as a risk factor for degenerative diseases. Based on the 2023 Indonesian Health Survey, the prevalence of obesity in the adult population over the age of 18 in Indonesia is 23.4%. Meanwhile, based on an initial survey of 10 students of the Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Jambi, 3 people were obese. The purpose of this study was to analyze the determinants of the incidence of obesity in students of the Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Jambi.

Methods: This type of research is quantitative with an analytic design using a cross sectional approach. The study was conducted at the Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Jambi with a sample of 136 people, who were taken by proportionate stratified random sampling. Data collection was carried out using instruments (Stunkard Figure Rating Scale, PSQI, IPAQ-SF, PSS, FFQ) as well as measurements of body weight and height.

Results: The study showed that the proportion of obesity incidence in Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Jambi students was 21%. There was a relationship between gender ($p = 0.017$), parental stature ($p = 0.025$), sleep quality ($p = 0.005$), and physical activity ($p = 0.005$) with obesity. However, there was no association between stress ($p = 0.361$) risky food consumption patterns ($p = 0.277$), and fruit and vegetable consumption patterns ($p = 0.070$). The most dominant factor was sleep quality (Adj PR 12.788).

Conclusion: It was found that gender was associated with the incidence of obesity but acted as a protective factor. While parental stature, sleep quality and physical activity are associated with the incidence of obesity and act as risk factors for the incidence of obesity. Then, it was found that sleep quality was the dominant factor in the incidence of obesity.

Keywords: Obesity, college students, sleep quality.

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu permasalahan kelebihan gizi adalah obesitas. Obesitas merupakan kondisi kelebihan berat badan sekaligus sebagai faktor risiko penyakit degeneratif. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi obesitas penduduk dewasa dengan usia diatas 18 tahun di Indonesia sebesar 23,4%. Sedangkan berdasarkan survey awal dari 10 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi terdapat 3 orang mengalami obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis determinan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi dengan sampel 136 orang, yang diambil dengan *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen (*Stunkard Figure Rating Scale*, PSQI, IPAQ-SF, PSS, FFQ) serta pengukuran berat badan dan tinggi badan.

Hasil: Penelitian menunjukkan proporsi kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi sebesar 21%. Ada hubungan antara jenis kelamin ($p= 0,017$), perawakan orang tua ($p= 0,025$), kualitas tidur ($p= 0,005$), dan aktivitas fisik ($p= 0,005$) dengan obesitas. Namun, tidak ada hubungan antara stres ($p= 0,361$) pola konsumsi makanan berisiko ($p= 0,277$), dan pola konsumsi buah dan sayur ($p= 0,070$). Faktor yang paling dominan adalah kualitas tidur (*Adj PR 12,788*).

Kesimpulan: Didapatkan bahwa jenis kelamin berhubungan dengan kejadian obesitas namun berperan sebagai faktor protektif. Sedangkan perawakan orang tua, kualitas tidur dan aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian obesitas dan berperan sebagai faktor risiko terhadap kejadian obesitas. Lalu, ditemukan bahwa kualitas tidur sebagai faktor dominan terhadap kejadian obesitas.

Kata Kunci: Obesitas, Mahasiswa, Kualitas Tidur.