

# **HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SULEWANA KECAMATAN PAMONA UTARA KABUPATEN POSO**

**OKTAFINA GUALE, 115 013 178**

## **ABSTRAK**

Obesitas dari segi kesehatan merupakan salah satu penyakit salah gizi, sebagai akibat konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya. Seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 10–19 tahun. Berdasarkan hasil wawancara tanggal 7 Juli 2017 pada 3 orang remaja di wilayah kerja Puskesmas Sulewana, mengatakan dalam sehari makan lebih dari 3 kali dengan jenis makanan seperti bakso, siomay, mie instan dan sering mengkonsumsi makanan ringan di malam hari dan salah seorang mengatakan hanya 1 kali dalam sehari makan di rumah dan selebihnya memilih jajan di sekolah. Hal lain yang mendukung pola makan remaja yang kurang baik adalah Wilayah kerja Puskesmas Sulewana berada dekat dengan Perusahaan Pembangkit Listrik Tenaga Air, sehingga banyak sekali penjual makanan siap saji. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan pola makan dengan obesitas pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Sulewana Kecamatan Pamona Utara Kabupaten Poso.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik. Variabel dalam penelitian ini adalah independen yaitu pola makan sedangkan dependen yaitu kejadian Obesitas. Data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Analisis data dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 36 yang terdiri dari 18 kasus dan 18 kontrol.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian Obesitas dengan nilai  $p\text{-value} = 0,001$  ( $p < 0,05$ ).

Kesimpulan dalam penelitian ini ada hubungan antara pola makan sedangkan dependen yaitu kejadian Obesitas. Saran bagi Puskesmas Sulewana di harapkan melalui penelitian ini, perlu adanya penyuluhan atau pemberian informasi kepada remaja mengenai makanan yang kurang baik bagi kesehatan seperti *fast food* untuk mencegah dan meminimalisasi kejadian obesitas.

Kata Kunci: Pola Makan, Obesitas, Remaja