

ABSTRAK

Paula Agung Widyastuti

Latar belakang: Obesitas remaja menjadi masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat di Indonesia, dipengaruhi oleh ketimpangan ekonomi, demografi, dan perubahan gaya hidup.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan melihat faktor sosio ekonomi, demografi, dan gaya hidup terhadap kejadian obesitas pada remaja di Indonesia berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023.

Metode: Penelitian cross-sectional ini melibatkan 39.744 remaja usia 10–17 tahun yang diklasifikasikan obesitas berdasarkan z-score IMT/U, menggunakan total sampling. Variabel yang diteliti meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, indeks kekayaan, tempat tinggal, konsumsi makanan/minuman manis, asin, berlemak, soft drink, minuman berenergi, mi instan, aktivitas fisik, dan status merokok. Analisis dilakukan secara univariat, lalu bivariat menggunakan uji chi-square, dan multivariat menggunakan regresi logistik.

Hasil: Analisis bivariat menunjukkan konsumsi mi instan, minuman berenergi dan berhubungan dengan obesitas ($p < 0,05$). Namun, analisis multivariat menegaskan bahwa hanya konsumsi minuman berenergi yang signifikan sebagai faktor risiko ($p = 0,048$; OR=1,107; CI:1,001–1,225). Sementara itu, remaja obesitas justru melaporkan konsumsi makanan berisiko tertentu lebih rendah dibandingkan remaja tidak obesitas, yang dapat mengindikasikan adanya *self-awareness* dan perhatian terhadap *body image*.

Kesimpulan: Faktor gaya hidup, khususnya konsumsi minuman berenergi, merupakan determinan utama obesitas remaja di Indonesia, sedangkan faktor sosio-ekonomi dan demografi tidak berpengaruh signifikan. Intervensi gizi perlu difokuskan pada edukasi pola makan sehat, regulasi konsumsi minuman berpemanis, serta promosi aktivitas fisik di kalangan remaja.

Kata Kunci: Obesitas remaja, Sosio ekonomi, Demografi, Konsumsi makanan berisiko, SKI 2023

