

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Fakultas Keperawatan
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Juli 2020
Bunga Rina (010318A001)

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN OBESITAS SENTRAL
PADA REMAJA DI SMP NEGERI 1 BERGAS**

(xiv + 65 halaman + 2 bagan + 5 tabel + 7 lampiran)

ABSTRAK

Latar belakang : Obesitas sentral tanpa disadari telah terjadi pada banyak orang. Obesitas sentral dapat memicu terjadinya berbagai macam penyakit diantaranya yaitu penyakit degeneratif dan gangguan metabolisme. Obesitas sentral dapat disebabkan oleh berbagai macam penyebab salah satunya yaitu gaya hidup. Gaya hidup tidak sehat menyebabkan terjadinya obesitas sentral pada setiap orang, terlebih pada usia remaja yang masih memiliki gaya hidup belum stabil dan cenderung lebih mengutamakan popularitas dibandingkan dengan kebutuhan tubuhnya. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral pada remaja.

Metode : Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 218 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *psychographic (AIO)* dan midline untuk mengukur lingkar perut. Pengujian secara statistik dilakukan dengan uji korelasi *chi square*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan p-value sebesar 0,000 ($\alpha=0,05$), sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral pada remaja di SMP Negeri 1 Bergas.

Saran : Diharapkan remaja dapat mengatur pola makan dan jenis makanan yang tepat untuk dikonsumsi serta melakukan aktivitas fisik olahraga secara teratur agar tidak terjadi obesitas sentral.

Kata kunci : Obesitas sentral, Gaya Hidup, Remaja.

Kepustakaan : 35 (2000-2019)

Ngudi Waluyo University Ungaran
Nursing Faculty
Nursing Study Program
Final Assignment, July 2020
Bunga Rina (010318A001)

The Correlation between Lifestyle and Central Obesity in Adolescents at Bergas 1 Junior High School
(xiv + 65 pages + 2 charts + 5 tables + 7 attachments)

ABSTRACT

Background: Central obesity occurs in many people without any awareness. Central obesity can trigger various types of diseases including degenerative diseases and metabolic disorders. Predisposing factors of central obesity are varieties, one of them is lifestyle. It causes obesity especially in adolescents with labile lifestyles and tends to prioritize the ego. The objective of this study is to analyze the correlation between lifestyle and the incidence of central obesity in adolescents.

Method: The research design used was descriptive correlational with cross sectional approach. The sample in this study was 218 respondents. Data collection used a psychographic questionnaire (AIO) and midline to measure abdominal circulation. Statistical test used the chi square correlation test.

Results: The results show a p-value of 0,000 ($\alpha = 0.05$), so it can be concluded that there is a significant correlation between lifestyle and the incidence of central obesity in adolescents at Bergas 1 Junior High Schools.

Suggestion: It is expected that adolescents can adjust their eating patterns and the right food to consume and do regular physical exercises to prevent central obesity.

Keywords : Central obesity, Lifestyle, adolescents

Literature : 35 (2000-2019)