



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS SYIAH KUALA**  
**UPT. PERPUSTAKAAN**

Jalan T. Nyak Arief, Kampus UNSYIAH, Darussalam – Banda Aceh, Tlp. (0651) 8012380, Kode Pos 23111  
Home Page : <http://library.unsyiah.ac.id> Email: [helpdesk.lib@unsyiah.ac.id](mailto:helpdesk.lib@unsyiah.ac.id)

---

## ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

### TITLE

HUBUNGAN RIWAYAT KELUARGA, KONSUMSI SERAT DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DERAJAT OBESITAS PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS DI KECAMATAN KUTA ALAM KOTA BANDA ACEH

### ABSTRACT

Di seluruh dunia prevalensi obesitas meningkat tajam dan telah mencapai tingkatan yang membahayakan. Pada tahun 2013, remaja di Indonesia mengalami overweight sebanyak 5,7% dan 1,6% mengalami obesitas. Obesitas merupakan kondisi pertambahan lemak tubuh yang didasarkan pada nilai indeks massa tubuh di atas normal (IMT). Kurangnya aktivitas fisik dan pola makan yang tidak baik serta adanya riwayat keluarga yang memiliki obesitas merupakan faktor resiko dari obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan riwayat keluarga, konsumsi serat dan aktivitas fisik dengan obesitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Jenis penelitian adalah analitik observasional dengan rancangan cross-sectional. Untuk penilaian asupan serat menggunakan kuesioner Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), buku food models dan nutrisurvey 2007. Menilai aktivitas fisik menggunakan Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) dan riwayat keluarga dengan kuesioner. Selama penelitian berlangsung didapatkan subjek sebanyak 46 responden, terdiri dari laki-laki 21 orang dan perempuan 25 orang. Responden yang obesitas I (60,9%), memiliki riwayat keluarga obesitas (78,3%), konsumsi serat buruk (69,6%), aktivitas fisik ringan (69,6%) dan menggunakan uji spearman menunjukkan terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan obesitas ( $p = 0,033$ ). tidak adanya hubungan antara konsumsi serat dengan obesitas ( $p = 0,760$ ) dan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas ( $p = 0,022$ ). Dapat disimpulkan bahwa riwayat keluarga dan aktivitas fisik berhubungan dengan obesitas sedangkan konsumsi serat tidak berhubungan dengan obesitas.

Kata Kunci: Riwayat Keluarga, Konsumsi Serat, Aktivitas Fisik, Obesitas, SQ-FFQ, GPAQ.