



# Hubungan Kejadian Obesitas dengan Kualitas Hidup pada Remaja

Jovan Gregorius<sup>1\*</sup>, Bagus Artiko<sup>1</sup>, Pridania Vidya<sup>1</sup>, David Anggara Putra<sup>1</sup>

## Afiliasi:

1. Fakultas Kedokteran,  
Universitas Sebelas Maret, Jl.  
Ir. Sutami No. 36, Ketingan,  
Jebres, Surakarta, Jawa  
Tengah, 57126, Indonesia.

Korespondensi: Jovan Gregorius,  
jovangregorius@student.uns.ac.id,  
Fakultas Kedokteran, Universitas  
Sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami No.  
36, Ketingan, Jebres, Surakarta,  
Jawa Tengah, 57126, Indonesia.

Received: 07/12/2023

Accepted: 24/04/2024

Published: 01/05/2024



International (CC BY 4.0)



## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kejadian obesitas pada remaja menjadi dampak serius pada berbagai masalah kesehatan seseorang dalam menjalankan aktivitasnya sehari – hari. Salah satunya dampaknya adalah mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup seseorang dapat dinilai dengan adanya kondisi fisik secara lengkap, mental, dan kesejahteraan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kejadian obesitas dengan kualitas hidup pada remaja.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan studi observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional dengan 97 siswa kelas 7 dan 8 SMP pada SMP Kristen Kalam Kudus Surakarta. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling. Kejadian obesitas diukur dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mendapatkan IMT (Indeks Massa Tubuh) yang dikelompokkan dalam status gizi sesuai klasifikasi sesuai CDC growth charts. Pengukuran kualitas hidup menggunakan kuesioner *Pediatric Quality of Life Inventory* (PedsQL) versi 4.0 (13 – 18 tahun). Data kemudian dianalisis dengan uji *Chi Square*.

**Hasil:** Dari keseluruhan sampel penelitian, didapatkan jumlah obesitas sebanyak 12 siswa (12,37%) dan tidak obesitas sebanyak 85 siswa (87,76%). Pada kelompok obesitas didapatkan jumlah kualitas hidup baik sebanyak 6 (50%) siswa dan kualitas hidup buruk 6 siswa (50%). Uji *Chi Square* menunjukkan hubungan antara kejadian obesitas dengan kualitas hidup di SMP Kristen Kalam Kudus Surakarta tidak signifikan dengan nilai p sebesar 0,685

**Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara kejadian obesitas dengan kualitas hidup pada remaja

**Kata Kunci:** Obesitas, Kualitas Hidup, Remaja, PedsQL

## ABSTRACT

**Introduction:** Adolescent obesity seriously impacts various health problems in carrying out daily activities. One of the impacts is a decrease in quality of life. A person's quality of life can be assessed by complete physical, mental, and social well-being. This study aims to determine the relationship between obesity and quality of life in adolescents.

**Methods:** This is an analytic observational study with a cross-sectional approach with 97 grade 7 and 8 junior high school students at Kalam Kudus Christian Middle School, Surakarta. Sampling was done using a simple random sampling technique. The incidence of obesity is measured by measuring body weight and height to obtain BMI, which is grouped into nutritional status according to the classification according to the CDC growth charts. Quality of life measurement uses the *Pediatric Quality of Life Inventory* (PedsQL) version 4.0 questionnaire (13-18 years old).

**Results:** Throughout the entire study sample, 12 students (12.37%) were obese, and 85 students (87.76%) were not obese. In the obese group, 6 students (50%) had a good quality of life, and 6 students (50%) had an impaired quality of life. The Chi-Square test shows that the relationship between the incidence of obesity and the quality of life at the Christian Middle School of Kalam Kudus Surakarta is not significant, with a p-value of 0.685.

**Conclusion:** There is no relationship between the incidence of obesity and quality of life in adolescents.

**Keywords:** Obesity, quality of life, adolescents, PedsQL

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode peralihan di mana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Periode ini merupakan masa perubahan fisik, sosial, dan emosional yang signifikan [1]. Perkembangan pada masa remaja sangat penting karena meletakkan dasar bagi perjalanan menuju kedewasaan. Remaja dapat menonjol pada setiap tahapan perkembangan karena perkembangan kognitif yang cepat, memungkinkan mereka untuk lebih mudah berintegrasi dengan masyarakat dewasa [2].

Masalah obesitas menjadi tantangan serius bagi negara dalam menangani masalah kesehatan yang sebenarnya dapat diantisipasi dan dicegah. Pada tahun 2022, WHO mencatat bahwa sebanyak 340 juta remaja mengalami obesitas dari total 1 miliar orang dengan obesitas di seluruh dunia [3]. Menurut Kementerian Kesehatan RI, jumlah remaja yang memiliki berat badan berlebih mencapai 11,2%, sementara yang mengalami obesitas sebanyak 4,8% [4]. Berdasarkan data Risesdas tahun 2018, prevalensi status gizi pada anak usia 13–15 tahun di Surakarta diklasifikasikan sebagai kurus (6,52%), normal (77,52%), gemuk (11,65%), dan obesitas (18,02%) [5]. Data statistik ini menunjukkan bahwa angka obesitas dan kelebihan berat badan di Surakarta masih tinggi.

Metode yang digunakan untuk menentukan apakah seseorang tergolong obesitas adalah dengan menggunakan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT merupakan cara yang cepat dan mudah untuk menilai status gizi, baik berlebih maupun kurang. IMT dihitung berdasarkan berat badan dan tinggi badan, dengan rumus berat badan (kg) dibagi tinggi badan kuadrat (m<sup>2</sup>) [6].

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan sebagai kondisi fisik yang lengkap, mental, dan kesejahteraan sosial, bukan sekadar bebas dari penyakit atau kelemahan. Kesehatan fungsional diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan tugas rutin sehari-hari, memenuhi kebutuhan dasar, menjalankan fungsi secara optimal, serta mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan [7]. Beberapa penyakit pada anak yang bersifat sementara namun membutuhkan penanganan jangka panjang sering disebut sebagai penyakit kronis. Oleh karena itu, perhatian dari petugas kesehatan dan keluarga sangat penting terhadap konsekuensi psikososial pada anak. Untuk memahami kondisi ini lebih lanjut, diperlukan pengecekan terhadap isu psikososial, seperti perilaku, kecemasan, depresi, serta kualitas hidup remaja secara komprehensif [8].

Berdasarkan pemaparan di atas, salah satu faktor risiko yang memengaruhi kualitas hidup adalah kejadian obesitas. Selain itu, obesitas yang terjadi pada masa kanak-kanak dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit lain. Oleh karena itu, sebagai upaya pencegahan obesitas pada anak-anak, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kejadian obesitas dan kualitas hidup pada remaja.

## METODE

### Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Pada desain ini, peneliti tidak memberikan intervensi apa pun kepada subjek penelitian, melainkan hanya melakukan pengukuran pada satu titik waktu untuk mengevaluasi hubungan antara variabel independen (kejadian obesitas) dan variabel dependen (kualitas hidup). Pengukuran dilakukan secara serentak terhadap variabel bebas dan terikat untuk mendapatkan gambaran hubungan antara keduanya.

### **Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Kristen Kalam Kudus, Surakarta, dengan populasi siswa kelas 7 dan 8. Penelitian ini dilakukan selama periode tertentu pada tahun 2023, dengan persiapan, pengumpulan data, dan analisis yang diselesaikan dalam waktu yang telah ditentukan.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 7 dan 8 SMP Kristen Kalam Kudus. Sampel yang diambil sebesar 138 siswa dengan menggunakan teknik simple random sampling untuk memastikan representasi yang baik dari populasi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7 dan 8 yang berusia lebih dari 13 tahun serta bersedia mengisi kuesioner yang disediakan. Kriteria eksklusi mencakup siswa yang memiliki riwayat penyakit kronis seperti diabetes melitus tipe 2, penyakit jantung bawaan, asma, dan gagal ginjal.

Berdasarkan kriteria tersebut, total sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 97 siswa. Setelah pemilihan sampel, semua responden diukur status gizinya menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), dan diminta untuk mengisi kuesioner Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL) versi 4.0.

### **Pengukuran Variabel**

Variabel Independen (Bebas): Kejadian obesitas diukur berdasarkan Indeks Massa Tubuh untuk usia (IMT/U). Siswa dikategorikan sebagai obesitas jika memiliki IMT pada persentil ke-95 atau lebih sesuai dengan pedoman CDC Growth Charts.

Variabel Dependen (Terikat): Kualitas hidup siswa diukur menggunakan kuesioner Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL) versi 4.0. Kuesioner ini menilai berbagai aspek kualitas hidup, termasuk fisik, emosional, sosial, dan fungsi sekolah, yang disesuaikan untuk remaja berusia 13-18 tahun.

### **Prosedur Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. **Persiapan:** Peneliti mendapatkan izin dari pihak sekolah dan menyusun kuesioner yang akan diberikan kepada responden.
2. **Pelaksanaan:** Setelah mendapatkan persetujuan dan informed consent dari siswa dan orang tua, peneliti melakukan pengukuran IMT dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan menggunakan alat yang sudah terkalibrasi. Kemudian, siswa diminta untuk mengisi kuesioner PedsQL versi 4.0.
3. **Pengelompokan:** Siswa dikelompokkan berdasarkan status gizi (normal dan obesitas) dan kualitas hidup (baik dan buruk) berdasarkan hasil kuesioner.

### **Analisis Data**

Penelitian ini menggunakan metode analisis data univariat dan bivariat. Analisis Univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik dari setiap variabel yang diteliti, seperti distribusi frekuensi status gizi dan skor kualitas hidup. Analisis Bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara dua variabel, yaitu kejadian obesitas dan kualitas hidup. Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-Square untuk menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dan kualitas hidup pada remaja.

### **Pengendalian Variabel Perancu**

Untuk meminimalkan potensi bias atau variabel perancu yang mungkin memengaruhi hasil, penelitian ini mempertimbangkan faktor-faktor seperti riwayat penyakit kronis sebagai

kriteria eksklusi. Namun, faktor-faktor lain seperti tingkat aktivitas fisik, status sosial-ekonomi, dan dukungan keluarga tidak dapat sepenuhnya dikontrol dalam desain penelitian ini.

### Etika Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Semua peserta penelitian mendapatkan penjelasan lengkap mengenai tujuan dan prosedur penelitian, serta memberikan persetujuan tertulis untuk berpartisipasi. Kerahasiaan data dan identitas responden dijaga sesuai dengan ketentuan etika penelitian.

## HASIL

### Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	n (%)
<b>Jenis Kelamin</b>	
Laki-laki	45 (46,39)
Perempuan	52 (53,61)
<b>Usia</b>	
13 tahun	72 (74,23)
> 13 tahun	25 (25,77)
<b>Status Gizi</b>	
Obesitas	12 (12,37)
Tidak Obesitas	85 (87,63)
<b>Kualitas Hidup</b>	
Baik (>80)	41 (42,27)
Buruk (<80)	56 (57,73)

Tabel 2. Analisis Bivariat Hubungan Kejadian Obesitas dengan Kualitas Hidup

Karakteristik	Kualitas Hidup		Total	P value
	Baik	Buruk		
Obesitas	6	6	13	0,526
Tidak	35	50	85	
Total	41	56	97	

## PEMBAHASAN

### Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Tabel 4.1 menunjukkan distribusi subjek berdasarkan kualitas hidup. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden dengan kualitas hidup yang buruk lebih banyak, yaitu 56 orang (57,73%), sedangkan responden dengan kualitas hidup yang baik sebanyak 41 orang (42,27%). Faktor-faktor yang memengaruhi hasil penelitian ini meliputi faktor demografis, status gizi, aktivitas fisik, kondisi psikologis, dan adanya penyakit kronis [8].

### Hubungan Kejadian Obesitas dengan Kualitas Hidup

Hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa hubungan antara kejadian obesitas dengan kualitas hidup tidak signifikan, dengan nilai p-value sebesar 0,526.

Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut karena nilai p-value lebih besar dari 0,05.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sakti *et al.* (2019) terhadap pelajar di SMP Negeri 1 Manado yang juga meneliti hubungan antara obesitas dan kualitas hidup. Penelitian tersebut menggunakan jumlah sampel yang ditentukan dengan rumus Lemeshow, dengan total sampel sebanyak 93 siswa. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang sama, yaitu PedsQL 4.0 Generic Core Scales for Teen (13-18 tahun), serta alat ukur berat badan (timbangan) dan tinggi badan (microtoise). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan status gizi obesitas dan kualitas hidup kurang baik berjumlah 27 orang (51,9%), sedangkan responden dengan status gizi tidak obesitas dan kualitas hidup baik berjumlah 20 siswa (48,8%). Analisis data menunjukkan hasil p-value sebesar 0,946, yang juga mengindikasikan tidak terdapat hubungan signifikan antara obesitas dan kualitas hidup [9].

Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandhari (2019), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kejadian obesitas dan kualitas hidup pada anak sekolah dasar di Kecamatan Jebres. Penelitian tersebut melibatkan 150 sampel, terdiri dari 75 anak obesitas dan 75 anak tidak obesitas. Pengukuran variabel menggunakan kuesioner yang sama, yaitu PedsQL versi 4.0, serta alat ukur microtoise dan timbangan. Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh p-value sebesar 0,000, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara obesitas dan kualitas hidup. Penelitian ini menggunakan teknik consecutive sampling, sehingga sampel yang dipilih dalam analisis data didasarkan pada kriteria yang ditentukan oleh peneliti, dengan jumlah sampel obesitas dan tidak obesitas yang seimbang. Penelitian ini juga dilakukan di lima sekolah dasar yang mewakili Kecamatan Jebres, sehingga prevalensi obesitas yang didapat bisa lebih beragam [10].

Hubungan antara kejadian obesitas dan kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai faktor. Obesitas dapat menyebabkan berbagai penyakit degeneratif dan menimbulkan efek psikososial pada anak. Anak dengan obesitas sering mengalami kesulitan dalam berolahraga dan melakukan aktivitas fisik, sehingga pergerakan menjadi lebih terbatas dalam aktivitas sehari-hari [11]. Selain itu, anak dengan obesitas juga mengalami hambatan dalam perkembangan sosial dan emosional akibat stigma dan intimidasi yang diterima karena berat badan mereka. Kondisi ini dapat menyebabkan anak merasa rendah diri, kurang percaya diri, dan memiliki citra tubuh yang negatif [12].

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian obesitas dengan kualitas hidup remaja. Meskipun obesitas sering dikaitkan dengan berbagai masalah kesehatan fisik dan psikologis, serta penurunan kualitas hidup, temuan ini menunjukkan bahwa faktor obesitas tidak secara langsung mempengaruhi kualitas hidup remaja di populasi yang diteliti. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada berbagai faktor lain, seperti kondisi demografis, status kesehatan lainnya, tingkat aktivitas fisik, dan dukungan sosial, yang mungkin memiliki pengaruh lebih besar terhadap kualitas hidup remaja daripada obesitas itu sendiri. Oleh karena itu, intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup remaja mungkin perlu mempertimbangkan pendekatan yang lebih holistik, tidak hanya berfokus pada penanganan obesitas, tetapi juga memperhatikan faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap kesejahteraan fisik dan mental mereka. Temuan ini juga sejalan dengan

beberapa penelitian sebelumnya yang tidak menemukan hubungan signifikan antara obesitas dan kualitas hidup, namun bertentangan dengan studi lain yang menunjukkan adanya hubungan tersebut. Hal ini menegaskan bahwa konteks lokal, metode pengukuran, dan karakteristik sampel dapat mempengaruhi hasil yang diperoleh. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih luas dan metode yang lebih bervariasi diperlukan untuk memahami lebih dalam hubungan antara obesitas dan kualitas hidup pada remaja.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dr. David Anggara Putra, Sp.A, yang telah memberikan kritik dan saran berharga sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga berterima kasih kepada siswa-siswi SMP Kristen Kalam Kudus Surakarta serta para guru dan staf yang telah mendukung pelaksanaan penelitian di sekolah serta kesediaannya untuk menjadi responden penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Gray SL, Culpepper CL, Welsh DP. Adolescence. *Encycl Hum Behav* Second Ed. 1 Januari 2012;22–9.
2. Ali M, Asrori M. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT Bumi Aksara; 2016.
3. WHO. World Obesity Day 2022 – Accelerating action to stop obesity [Internet]. 2022 [dikutip 3 Maret 2023]. Tersedia pada: <https://www.who.int/news/item/04-03-2022-world-obesity-day-2022-accelerating-action-to-stop-obesity>
4. Kemenkes R. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. 2018.
5. Riskesdas Jawa Tengah. Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018. 88–94 hal.
6. Benjamin HJ, Jewison DJ. The Pediatric Athlete. Dalam: *Netter’s Sport Medicine*. 2 ed. Philadelphia: Elsevier; 2017. 61–70 hal.
7. Rini Sekartini, Putri Maharani TM. Penilaian Kualitas Hidup Anak: Aspek Penting yang Sering Terlewatkan [Internet]. *Ikatan Dokter Anak Indonesia*. 2015 [dikutip 3 Maret 2023]. Tersedia pada: <http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/penilaian-kualitas-hidup-anak-aspek-penting-yang-sering-terlewatkan>
8. Meade T, Dowswell E. Adolescents’ health-related quality of life (HRQoL) changes over time: A three year longitudinal study. *Health Qual Life Outcomes* [Internet]. 2016;14(1):1–8. Tersedia pada: <http://dx.doi.org/10.1186/s12955-016-0415-9>
9. Sakti RP, Kalesaran AFC, Asrifuddin\* A. HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PELAJAR DI SMP NEGERI 1 MANADO. 2019;8(6):277–82.
10. Wulandhari. Hubungan antara Kejadian Obesitas dengan Kualitas Hidup Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Jebres. Universitas Sebelas Maret; 2019.
11. Calcaterra V, Marin L, Vandoni M, Rossi V, Pirazzi A, Grazi R, et al. Childhood Obesity and Incorrect Body Posture : Impact on Physical Activity and the Therapeutic Role of Exercise. 2022;
12. Sahoo K, Sahoo B, Choudhury AK, Sofi NY, Kumar R, Bhadoria AS. Family Practice Childhood obesity : causes and consequences. 2015;4(2):2–7.