

HUBUNGAN PENGETAHUAN, AKTIVITAS FISIK DAN GENETIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS ISLAM KALIMANTAN BANJARMASIN

Mardiana^{1*} Netty^{2*} Ari Widyarni³

¹Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NPM 16070264

²Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NIDN 4002116601

³Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, NIDN 1127108603

*Email : Mardiana.m253@gmail.com

ABSTRAK

Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang menghadirkan risiko bagi kesehatan. Kota Banjarmasin merupakan daerah tertinggi penderita obesitas 15,4% di usia >18 tahun. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, aktivitas fisik, dan genetik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Uniska Banjarmasin. Metode penelitian survey analitik dengan cross sectional. Uji statistik menggunakan uji *Spearman-rho* dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Populasi penelitian sebanyak 89 responden dan sampel 47 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar tidak mengalami obesitas 36 responden (76,6%), pengetahuan baik 29 responden (61,7%), aktivitas fisik ringan 29 responden (61,7%), dan tidak ada genetik 38 responden (80,9%). Adapun analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ($p\text{-value} = 0,002 < 0,05$), aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$), genetik ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$) dengan kejadian obesitas. Saran penelitian adalah agar responden untuk melakukan aktivitas fisik dengan berolahraga sehingga tidak menimbulkan berat badan berlebih atau obesitas dan menjaga gaya hidup terutama pola makan pada keluarga yang memiliki riwayat obesitas karena dapat menurun pada generasi selanjutnya.

Kata Kunci : Kejadian Obesitas, Pengetahuan, Aktivitas Fisik, Genetik, Mahasiswa Kesehatan Masyarakat

ABSTRACT

Obesity is defined as an accumulation of abnormal or excessive fat that brings risks to health. Banjarmasin city is the highest area with obesity sufferers about 15.4% at 18 years. The purpose of this study was to determine the relation between knowledge, physical activity, and genetics and obesity case on the students of public health faculty in Uniska Banjarmasin. Using analytical survey research method with cross sectional. The statistical test used the Spearman-rho test and the research instrument used a questionnaire. The study population was 89 respondents and the sample are 47 respondents. The results showed that 36 respondents (76.6%) were not in obesity, 29 respondents had good knowledge (61.7%), 29 respondents (61.7%) had light physical activity, and 38 respondents (80.9%) had no genetics factor. The bivariate analysis showed that there was a relation between knowledge ($p\text{-value} = 0.002 < 0.05$), physical activity ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$), genetics ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$) and the obesity case. The research advice for the respondents are they have to do physical activities such as exercise so it does not cause severe weight excess or obesity, and also maintain their healthy lifestyle especially the pattern of their eating habit in a family that has a history of obesity because it can decrease the risk for the generation.

Keyword : Obesity Case , Knowledge, Physical Activities, Genetic, Public Health Student

PENDAHULUAN

Obesitas atau kegemukan merupakan suatu kelainan yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebih. Kejadian ini disebabkan oleh ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan yang keluar. *World Health Organization (WHO)* menetapkan obesitas sebagai masalah kesehatan kronis terbesar di dunia yaitu sebanyak 2 Milyar dari 7,5 Milyar penduduk dunia di tahun 2017.

Di Indonesia angka penderita obesitas cukup tinggi, penelitian terakhir menyebutkan bahwa penderita laki-laki berjumlah 9,16% dan penderita wanita sekitar 11,02%. Angka ini akan terus meningkat jika kesadaran masyarakat untuk menjaga pola makan dan menurunkan berat badan masih kecil (Yahya, 2017).

Proporsi obesitas pada dewasa umur 25-65 tahun di provinsi Kalimantan Selatan sebesar 19%. Sedangkan obesitas sentral pada umur ≥ 15 tahun meningkat dari 26,6% pada tahun 2013 menjadi 31,0% pada tahun 2018 dengan indikator obesitas sentral, yaitu lingkaran perut perempuan >80 cm dan laki-laki >90 cm (Risksed, 2018). Berdasarkan profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2017, Kota Banjarmasin merupakan daerah tertinggi penderita obesitas yaitu 15,4% penderita obesitas di usia lebih dari 18 Tahun (Provinsi Kalimantan Selatan, 2017).

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Uniska Banjarmasin, karena dari pengamatan secara langsung masih terdapat beberapa mahasiswa yang mengalami obesitas. Berdasarkan studi pendahuluan yang saya lakukan menunjukkan sebanyak 2 responden dari 5 responden mengalami obesitas. Dimana tingkat pengetahuan rata-rata hanya 66%, aktivitas fisik termasuk kategori sedang dengan rata-rata skor 5,9, dan terdapat genetik obesitas dari orang tua responden yang mengalami obesitas.

ALAT DAN METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian survey analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 6 dan 8 peminatan kesehatan reproduksi dan gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Uniska Banjarmasin tahun 2020 yaitu sebanyak 89 orang. Sampel berjumlah 47 responden. Instrumen pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner. Uji statistik yang dilakukan adalah Uji *Spearman-rho*

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Karakteristik menurut umur menunjukkan bahwa umur mahasiswa di Fakultas Masyarakat Uniska Banjarmasin yang menjadi sampel penelitian dengan kelompok umur tertinggi adalah 22 tahun sebanyak 17 responden (36,2%).

b. Jenis Kelamin

Karakteristik menurut jenis kelamin yang menjadi responden tertinggi adalah mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 (91,5%).

2. Analisis Univariat

a. Kejadian Obesitas pada Mahasiswa di Fakultas Masyarakat Uniska Banjarmasin

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat di Uniska Banjarmasin

No	Kejadian Obesitas	n	%
1	Tidak Obesitas	36	76,6
2	Obesitas	11	23,4
Total		47	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 47 responden ternyata yang mengalami obesitas sebanyak 11 responden (23,4%).

b. Pengetahuan

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan

No	Pengetahuan	n	%
1	Baik	29	61,7
2	Cukup	12	25,5
3	Kurang	6	12,8
Total		47	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 2, terlihat bahwa dari 47 responden ternyata sebagian besar yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 29 responden (61,7%),

c. Aktivitas Fisik

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

No	Aktivitas Fisik	n	%
1	Berat	9	19,1
2	Sedang	9	19,1
3	Ringan	29	61,7

Total	47	100
-------	----	-----

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 3, terlihat bahwa dari 47 responden, sebagian besar yang memiliki aktivitas fisik yang ringan sebanyak 29 responden (61,7%).

d. Genetik

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Genetik

No	Genetik	n	%
1	Tidak ada	38	80,9
2	Ada	9	19,1
Total		47	100

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 4, terlihat dari 47 responden, sebagian besar tidak ada genetik sebanyak 38 responden (80,9%)

3. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Tabel 5
Hubungan Pengetahuan Responden dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Pengetahuan	Kejadian Obesitas				Jumlah	p-value
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Baik	26	89,7	3	10,3	29	100
Cukup	8	66,7	4	33,3	12	100
Kurang	2	33,3	4	66,7	6	100
Total	36	76,6	11	23,4	47	100

Sumber: data primer 2020

Pada tabel 5, terlihat bahwa 29 responden memiliki pengetahuan yang baik ternyata sebagian besar tidak mengalami obesitas yaitu sebanyak 26 responden (89,7%)

Dari 12 responden yang memiliki pengetahuan yang cukup namun tidak mengalami obesitas sebanyak 8 responden (66,7%) dan yang mengalami obesitas hanya 4 responden (33,3%). Sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang

sebanyak 6 responden, diantaranya yang tidak obesitas sebanyak 2 responden (33,3%) dan yang mengalami obesitas sebanyak 4 responden (66,7%).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji Spearman-rho didapat nilai $p\text{-value} = 0,002 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

b. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Tabel 6
Hubungan Aktivitas Fisik Responden dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Aktivitas Fisik	Kejadian Obesitas				Jumlah	p-value
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Berat	2	22,2	7	77,8	9	100
Sedang	8	88,9	1	11,1	9	100
Ringan	26	89,7	3	10,3	29	100
Total	36	76,6	11	23,4	47	100

Sumber: data primer 2020

Pada tabel 6, terlihat bahwa 29 responden memiliki aktivitas fisik ringan ternyata sebagian besar tidak mengalami obesitas yaitu sebanyak 26 responden (89,7%) dan yang mengalami obesitas hanya terdapat 3 responden (10,3%). Dari 9 responden yang memiliki aktivitas fisik sedang namun tidak mengalami obesitas sebanyak 8 responden (88,9%) dan yang mengalami obesitas hanya 1 responden (11,1%). Sedangkan yang memiliki aktivitas fisik berat sebanyak 9 responden, diantaranya yang tidak obesitas sebanyak 2 responden (22,2%) dan yang mengalami obesitas sebanyak 7 responden (77,8%).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji Spearman-rho di dapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas

fisik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

c. Hubungan Genetik dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Tabel 7
Hubungan Genetik Responden dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Genetik	Kejadian Obesitas				Jumlah		p-value
	Tidak Obesitas		Obesitas				
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Ada	35	92,1	3	7,9	38	100	
Ada	1	11,1	8	88,9	9	100	0,000
Total	36	76,6	11	23,4	47	100	

Sumber: data primer 2020

Pada tabel 7, terlihat bahwa 9 responden yang memiliki genetik ternyata sebagian besar mengalami obesitas yaitu sebanyak 8 responden (88,9%) dan yang tidak mengalami obesitas hanya terdapat 1 responden (11,1%). Dari 38 responden yang memiliki genetik namun tidak mengalami obesitas sebanyak 35 responden (92,1%) dan yang mengalami obesitas hanya 3 responden (7,9%).

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman-rho* di dapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara genetik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Kejadian Obesitas pada Mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin, menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami obesitas sebanyak 36 responden (76,6%) yang berarti menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

yang bersedia menjadi responden tidak mengalami obesitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Evan, Wiyono J, dan Candrawati E (2017) di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang menunjukkan bahwa sebagian besar tidak mengalami obesitas sebanyak 29 mahasiswa (93,5%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari N (2018) pada usia dewasa di Kelurahan Plalangan, Kota Semarang menunjukkan sebagian besar tidak mengalami obesitas 69 responden (67,6%)

Proporsi obesitas pada dewasa umur 25-65 tahun di provinsi Kalimantan Selatan sebesar 19%. Sedangkan obesitas sentral pada umur ≥ 15 tahun meningkat dari 26,6% pada tahun 2013 menjadi 31,0% pada tahun 2018 dengan indikator obesitas sentral, yaitu lingkaran perut perempuan $> 80\text{cm}$ dan laki-laki $> 90\text{cm}$ (Risksedas, 2018).

b. Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa dari 47 responden ternyata sebagian besar yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 29 responden (61,7%) karena responden mampu menjawab pertanyaan dengan benar tentang pengetahuan mengenai kejadian obesitas seperti pertanyaan "Apakah obesitas menyebabkan penyakit kardiovaskular?".

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jaminah dan Mahmudiono (2018) pada karyawan perempuan di Instalasi Gizi RSUD Dr. Soetomo menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 42 responden (73,68%). Berdasarkan penelitian Dewi dan Kartini A pada remaja SMPN 11 Semarang (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik 57 responden (95,0%).

Pengetahuan mempengaruhi terjadinya obesitas, pengetahuan tentang pengaturan makanan, cara pengolahan makanan dan kandungan gizi dalam bahan makanan sangat mempengaruhi asupan makan seseorang dan memberikan risiko yang sangat besar terjadinya obesitas (Tarigan, 2017).

c. Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa dari 47 responden, sebagian besar yang memiliki aktivitas fisik yang ringan sebanyak 29 responden (61,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin yang menjadi responden, melakukan aktivitas fisik yang ringan lebih banyak seperti berjalan kaki dibandingkan dengan aktivitas fisik yang berat seperti senam dan *gym* rutin.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novia Tarigan pada peserta senam di Tama *Gym* Komplek Riviera Medan Tahun 2017 dimana aktivitas fisik ringan lebih tinggi dibandingkan dengan aktivitas fisik lainnya yaitu sebesar 59%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra W.N (2017) di SMAN 5 Surabaya dimana sebagian besar aktivitas yang dilakukan oleh responden adalah aktivitas fisik ringan sebanyak 90 responden (57,3%).

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga dan energi sehingga menyebabkan pembakaran energi yang diperlukan untuk aktivitas fisik bervariasi menurut tingkat intensitas dan lama melakukan aktivitas fisik. Semakin berat dan lama aktivitas fisik, maka semakin tinggi energi yang diperlukan. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi karena status obesitas seseorang bergantung juga penggunaan zat gizi yang dikonsumsi dengan cara beraktivitas. (Tarigan, 2017).

d. Genetik

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat dari 47 responden, sebagian besar tidak ada genetik sebanyak 36 responden (76,6%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang tidak ada genetik berdasarkan jawaban responden pada kuesioner menyatakan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada ayah dan ibu dari responden kurang dari 27,0.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutfah (2018) pada Siswa SMK PGRI 1 Majebo Kudus menunjukkan bahwa responden sebagian besar tidak mempunyai faktor

genetik sebanyak 17 responden (53,1%). Berdasarkan penelitian Sikalak W, Widajanti L dan Aruben R (2017) pada karyawan perusahaan di bidang telekomunikasi Jakarta menunjukkan bahwa sebagian besar responden juga tidak terdapat genetik 19 responden (86,4%).

Kegemukan dapat diturunkan dari generasi sebelumnya pada generasi berikutnya di dalam sebuah keluarga. Itulah sebabnya kita seringkali menjumpai orangtua yang gemuk cenderung memiliki anak-anak yang gemuk pula. Dalam hal ini nampaknya faktor genetik telah ikut campur dalam menentukan jumlah unsur sel lemak dalam tubuh. Seorang anak punya 40% kemungkinan mengalami kegemukan, bila salah satu orangtuanya obesitas. Bila kedua orangtuanya kelebihan berat badan, maka kemungkinan seorang anak mengalami obesitas pun naik hingga 80% (Lutfah, 2018).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman-rho* di dapat nilai $p\text{-value} = 0,002 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Sejalan dengan penelitian ini, penelitian dari Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Jaminah dan Mahmudiono (2018) pada karyawan perempuan di Instalasi Gizi RSUD Dr. Soetomo menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada karyawan perempuan dengan ($p\text{-value} = 0,03$)

Berdasarkan penelitian Dewi dan Kartini A (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMPN 11 Semarang dengan ($p\text{-value} = 0,00$).

Tingkat pengetahuan yang semakin tinggi cenderung tidak mengalami obesitas. Faktor pengetahuan

gizi seimbang mempengaruhi terjadinya obesitas, pengetahuan tentang pengaturan makanan, cara pengolahan makanan dan kandungan gizi dalam bahan makanan sangat mempengaruhi asupan makan seseorang dan memberikan risiko yang sangat besar terjadinya obesitas (Tarigan, 2017).

b. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman-rho* di dapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novia Tarigan (2017) pada peserta senam aerobik di taman *gym* kompleks Riviera Medan dimana aktivitas fisik ringan lebih tinggi dibandingkan dengan aktivitas fisik lainnya yaitu sebesar 59% yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas ($p\text{-value} = 0,007$).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra W.N (2017) pada SMA Negeri 5 Surabaya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dengan ($p\text{-value} = 0,015$).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rumida (2017) pada SMU Methodist Medan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dengan ($p\text{-value} = 0,005$).

Untuk mencegah obesitas pada mahasiswa maka perlu dilakukan aktivitas fisik yang sesuai, aman dan efektif dalam upaya menurunkan berat badan adalah dengan berolah-raga karena akan membantu memelihara berat badan yang optimal, karena gerak yang dilakukan saat berolah-raga sangat berbeda dengan gerak saat menjalankan aktivitas sehari-hari seperti berdiri, duduk atau hanya menggunakan tangan (Rumida, 2017).

c. Hubungan Genetik dengan Kejadian Obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman-rho* di dapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara genetik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa FKM Uniska Banjarmasin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutfah (2018) pada Siswa SMK PGRI 1 Majebo Kudus yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan genetik dengan kejadian obesitas ($p\text{-value} = 0,004$).

Berdasarkan penelitian Sikalak W, Widajanti L dan Aruben R (2017) pada karyawan perusahaan di bidang telekomunikasi Jakarta menunjukkan bahwa terdapat hubungan genetik dengan kejadian obesitas ($p\text{-value} = 0,000$).

Faktor genetik berhubungan dengan penambahan berat badan, IMT, lingkar pinggang, dan aktivitas fisik. Jika ayah dan atau ibu menderita kelebihan berat badan maka kemungkinan anaknya memiliki kelebihan berat badan sebesar 40-50%. Apabila kedua orang tua menderita obesitas kemungkinan anaknya menjadi obesitas sebesar 70-80%. Faktor genetik sangat berperan dalam peningkatan berat badan. Data dari berbagai studi genetik menunjukkan adanya beberapa alel yang menunjukkan predisposisi untuk menimbulkan obesitas (Dewi, 2017)

KESIMPULAN

Sebagian besar tidak mengalami obesitas sebanyak 36 responden (76,6%), sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 29 responden (61,7%), sebagian besar responden melakukan aktivitas fisik ringan sebanyak 29 responden (61,7%), sebagian besar tidak memiliki genetik sebanyak 38 responden (80,9%)

Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Uniska Banjarmasin diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,002 (p < 0,05)$. Ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Uniska Banjarmasin diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 (p < 0,05)$. Ada hubungan genetik dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas

Kesehatan Masyarakat Uniska Banjarmasin diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

SARAN

Disarankan bagi peneliti selanjutnya agar dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian dan menambah pemahaman peneliti tentang hubungan pengetahuan, aktivitas fisik dan genetik dengan kejadian obesitas pada dosen serta menambah variabel baru dan menambah pemahaman penelitian selanjutnya, diharapkan bagi peneliti yang lain agar dapat mengembangkan penelitian serupa dengan menambah variabel seperti faktor lingkungan, faktor pelayanan kesehatan, konsumsi makanan cepat saji dan jumlah penelitian, sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsir, S., 2004. *Prinsip dasar ilmu gizi*. Gramedia pustaka utama : Jakarta.
- Anggraini, F., 2008. Hubungan Antara Gaya Hidup dengan Status Kesehatan Lansia Binaan Puskesmas Pekayon Jaya Bekasi, Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Arikunto, (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, Saifudin, 2003. *Metodologi Penelitian*. Pustaka Pelajar : Yogyakarta..
- Baron, R. A., & Byrne, D. E., 2004. *Social Psychology*. Pearson : USA.
- Beacke, J. A. H., & Burema, J. F., 1982. A short questioner for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *Am J Clin Nutr Journal*.
- Bloom, H., L., 1974. *Planning for health, development and application of social changes theory*. Human sciences press : New York.
- Dewi, P. L., & Kartini, A., 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik Dan Asupan Energi, Asupan Lemak Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama. *jurnal ilmu gizi kesehatan*.
- Evan, Wiyono, J., & Candrawati, E., 2017. Hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di universitas tribhuwana tunggadewi malang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Jaminah, & Mahmudiono, T., 2018. Hubungan Pengetahuan, Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Karyawan Perempuan. *Jurnal Berkala Epidemiologi*.
- KBBI, 2015. Definisi mahasiswa. [online]. (diupdate Maret 2017). <http://www.kalselprov.go.id/> [diakses 8 April 2020].
- Kemenkes, RI, 2019. *Sinergisme Pusat Dan Daerah Dalam Mewujudkan Universal Health Coverage (OHC) Melalui Percepatan Eliminasi TBC, Penurunan Stunting Dan Peningkatan Cakupan Serta Mutu Imunisasi*, Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lutfah, H., 2018. Gambaran Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Jurnal FKM*.
- Notoatmodjo, S., 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Provinsi Kalsel, 2017. Angka Obesitas di Kalimantan Selatan. [online]. (diupdate Maret 2017). <http://www.kalselprov.go.id/> [diakses 8 April 2020].
- Puspita, N., 2018. Faktor Kejadian Obesitas Sentral Pada Usia Dewasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Putra, W.N., 2017. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Aktivitas Sedentari dengan Overweight di SMAN 5 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Risikesdas, 2018. *Badan Peneliti Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta, Riset Kesehatan Dasar.
- Rumida., 2018. Pengaruh Perilaku Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas pada Pelajar di SMU Methodist Medan. *Wahana Inovasi*.
- Sikalak, W., Widajanti, L., & Aruben, R., 2017. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Karyawati Perusahaan di Bidang Telekomunikasi Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sugiono., 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo., 2004. *Psikologi Untuk Pendidikan*. Jakarta : EGC
- Tarigan, N., 2017. Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik Dan Obesitas Sentral Peserta Senam Aerobik Di Tama Gym Komplek Riviera Medan. *Jurnal Gizi*.
- Watson, J., D., & Crick, F., H., C., 1953. molecular structure of nucleic acids. A structure for deoxyribose nucleic acid. *Nature Journal*.
- Widiantini, W., Tafal, Z., 2014. Aktivitas Fisik, Stress, dan Obesitas Pada Pegawai Negeri Sipil, <http://lib.unnas.ac.id> [diakses tanggal 18 Mei 2020]
- World Health Organization (WHO), 2018. *Obesity. Health Topics*.

Yahya, d. N., 2017.*kupas tuntas obesitas*. Solo:
Tiga Serangkai.