

Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan dari Luar Rumah dan Kualitas Diet dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Remaja: Studi *Case-Control*

Wulan Rahma Dhani¹, Enny Probosari¹, Choirun Nissa¹, Etika Ratna Noer¹

ABSTRAK

Latar belakang : Meningkatnya prevalensi obesitas sentral remaja saat ini telah dikaitkan dengan tren kebiasaan konsumsi makanan dari luar rumah (*food away from home*). Konsumsi FAFH yang tinggi berkontribusi terhadap kelebihan asupan energi dan kualitas diet yang rendah.

Tujuan : Menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi FAFH dan kualitas diet terhadap kejadian obesitas sentral remaja

Metode : Studi observasional menggunakan desain *case control* dilakukan pada 27 siswa obesitas sentral dan 27 siswa gizi normal berusia 15-18 tahun di SMA N 7 Surakarta. Subjek penelitian dipilih dengan metode *simple random sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi identitas subjek, status gizi (IMT/U dan lingkar pinggang), frekuensi FAFH, uang saku, kualitas diet menggunakan *Diet Quality Index-International/DQI-I* yang dikonversi dari recall 3x24 secara tidak berurutan (2 kali *weekdays* dan 1 kali *weekend*), dan aktivitas fisik menggunakan *International Physical Activity Questionnaire/IPAQ*. Data dianalisis menggunakan uji *Chi Square*, *Fisher Exact* dan *Regresi Logistik Ganda*.

Hasil : Ada hubungan signifikan antara frekuensi FAFH dengan kualitas diet ($p=0,047$) dan kejadian obesitas sentral ($p=0,003$) pada remaja. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas diet ($p=0,111$) dengan obesitas sentral remaja. Analisis *regresi logistik* menunjukkan bahwa frekuensi FAFH ($p=0,014$) merupakan variabel paling berpengaruh terhadap kejadian obesitas sentral dengan nilai OR sebesar 5,238 (95%CI: 1,406-19,519) setelah di kontrol dengan aktivitas fisik.

Simpulan : Frekuensi FAFH berhubungan signifikan dengan kualitas diet dan obesitas sentral pada remaja. Frekuensi FAFH merupakan variabel paling berpengaruh terhadap kejadian obesitas sentral remaja.

Kata kunci : kualitas diet, makanan luar rumah (FAFH), obesitas sentral, remaja

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang.