

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Terhadap Kejadian Berat Badan Berlebih Pada Siswa Usia Remaja di SMP Negeri 3 Kota Depok Tahun 2025 = Factors Associated with Excess Weight Among Adolescent Students At SMP Negeri 3 Depok In 2025

Ferriandra Henry Wicaksono, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920571923&lokasi=lokal>

Abstrak

Fase remaja penting dalam membentuk pola hidup sehat jangka panjang. Di Kota Depok, prevalensi overweight dan obesitas remaja cukup tinggi. Penelitian kuantitatif cross-sectional di SMP Negeri 3 Kota Depok (2025) dilakukan untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan berat badan berlebih. Hasil menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara aktivitas fisik, screen time, dan night eating syndrome dengan berat badan berlebih, namun asupan kalori berhubungan signifikan. Edukasi dan implementasi pola hidup sehat di sekolah sangat diperlukan sebagai upaya pencegahan berat badan berlebih pada remaja.

.....Adolescence is a critical period for establishing long-term healthy lifestyle habits. In Depok City, the prevalence of overweight and obesity among adolescents is relatively high. This cross-sectional quantitative study at SMP Negeri 3 Depok (2025) examined factors associated with overweight incidence. Results indicated no significant relationship between physical activity, screen time, and night eating syndrome with overweight, whereas calorie intake showed a significant association. Health education and the implementation of healthy lifestyle practices in schools are essential preventive measures against overweight among adolescents.