

HUBUNGAN KETAHANAN PANGAN RUMAH TANGGA, ASUPAN ENERGI, DAN ASUPAN LEMAK TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA PESERTA POSBINDU DI SEYEGAN, KABUPATEN SLEMAN

(Saraya Husna Salsabil, Dr. dr. Emy Huriyati, M.Kes, Farah Faza, S.Gz,
M.Gizi)

ABSTRAK

Latar belakang: Obesitas merupakan masalah gizi lebih yang terus meningkat di Indonesia. Kabupaten Sleman mencatat prevalensi tertinggi di DIY sebesar 26,8% pada tahun 2023. Ketahanan pangan rumah tangga, asupan energi, dan asupan lemak dapat berkontribusi terhadap kejadian obesitas, tetapi hubungannya belum konsisten pada berbagai konteks populasi lokal, sehingga perlu dikaji lebih lanjut pada masyarakat dewasa berbasis komunitas.

Tujuan: Menganalisis hubungan ketahanan pangan rumah tangga, asupan energi, dan asupan lemak terhadap kejadian obesitas pada peserta Posbindu di Kecamatan Seyegan, Kabupaten Sleman.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan 198 responden laki-laki dan perempuan berusia ≥ 18 tahun yang merupakan peserta Posbindu di Kecamatan Seyegan. Pengambilan data dilakukan secara *purposive* pada bulan Oktober-November 2025. Ketahanan pangan diukur menggunakan US-HFSSM, asupan energi dan lemak menggunakan SQ-FFQ, aktivitas fisik menggunakan IPAQ, dan status obesitas berdasarkan IMT ≥ 25 kg/m². Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan regresi logistik berganda.

Hasil: Prevalensi obesitas mencapai 55,05%. Sebagian besar responden memiliki ketahanan pangan tinggi (69,19%), asupan energi tidak berlebih (75,25%), dan asupan lemak berlebih (70,71%) berdasarkan *cut off* kebutuhan 25% energi. Tidak terdapat hubungan signifikan antara ketahanan pangan ($p=0,921$), asupan energi ($p=0,188$), maupun aktivitas fisik ($p=0,279$) dengan kejadian obesitas. Asupan lemak berlebih terbukti berhubungan signifikan dengan kejadian obesitas ($p=0,011$; $OR=0,437$; 95% CI : 0,229–0,836). Analisis multivariat menunjukkan asupan lemak sebagai satu-satunya variabel dengan pengaruh bermakna dalam model ($p=0,032$; $OR=0,467$; CI 95%: 0,232–0,939).

Kesimpulan: Asupan lemak berhubungan signifikan dengan kejadian obesitas, sedangkan ketahanan pangan, asupan energi, dan aktivitas fisik tidak menunjukkan hubungan bermakna secara statistik pada populasi ini.

Kata kunci: aktivitas fisik; asupan energi; asupan lemak; ketahanan pangan; obesitas

ABSTRACT

Background: Obesity is an escalating nutritional problem in Indonesia; Sleman Regency recorded the highest prevalence in the Special Region of Yogyakarta at 26.8% in 2023. Household food security, energy intake, and fat intake are hypothesized to contribute to obesity, yet evidence remains inconsistent across local population contexts, necessitating community-based investigation.

Objective: To analyze the relationship between household food security, energy intake, and fat intake with obesity among Posbindu participants in Seyegan District, Sleman Regency.

Methods: A cross-sectional design was employed with 198 male and female participants aged ≥ 18 years who were registered in the Integrated Post (Posbindu) in Seyegan Subdistrict. Data were collected using a purposive sampling technique during October–November 2025. Household food security was assessed using the US-HFSSM, energy and fat intake using SQ-FFQ, physical activity using IPAQ, and obesity defined as BMI ≥ 25 kg/m². Data were analyzed using Chi-Square tests and multiple logistic regression.

Results: Obesity prevalence was 55,05%. Most respondents had high food security (69,19%), non-excessive energy intake (75,25%), and excessive fat intake (70,70%) based on a 25% energy cut-off. No significant associations were found between food security ($p=0,921$), energy intake ($p=0,188$), or physical activity ($p=0,239$) and obesity. Fat intake was significantly associated with obesity ($p=0,011$; OR=0,437; 95% CI: 0,229–0,836), and remained the only significant predictor in multivariate analysis ($p=0,032$; OR=0,467; CI 95%: 0,232–0,939).

Conclusion: Fat intake was significantly associated with obesity, while food security, energy intake, and physical activity showed no statistically significant associations in this population.

Keywords: energy intake; fat intake; food security; obesity; physical activity