

ABSTRAK

Obesitas pada mahasiswa, termasuk mahasiswa kedokteran, menjadi perhatian karena dapat meningkatkan risiko penyakit metabolik dan dipengaruhi gaya hidup modern seperti tingginya konsumsi makanan cepat saji. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Kedokteran Universitas Prima Indonesia angkatan 2022. Penelitian menggunakan desain kuantitatif analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional dan dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia (Medan) pada Oktober–Desember 2025. Populasi berjumlah 200 mahasiswa, dengan sampel 67 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Data kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan kejadian obesitas ditentukan melalui pengukuran berat dan tinggi badan untuk menghitung IMT. Analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan $\alpha=0,05$. Hasil menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas ($p=0,003$); kelompok konsumsi jarang didominasi status gizi normal, sedangkan kelompok konsumsi sering lebih banyak berada pada kategori obesitas tingkat I. Dengan demikian, konsumsi makanan cepat saji berhubungan signifikan dengan kejadian obesitas pada responden, sehingga diperlukan penguatan edukasi gizi dan intervensi gaya hidup sehat di lingkungan kampus.

Kata Kunci : makanan cepat saji, obesitas, indeks massa tubuh (IMT), mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Obesity among university students, including medical students, is a growing concern because it increases metabolic disease risk and is influenced by modern lifestyles such as frequent fast-food consumption. This study aimed to analyze the association between fast-food consumption habits and obesity among 2022 cohort medical students at Universitas Prima Indonesia. A quantitative analytical observational cross-sectional design was employed, conducted at the Faculty of Medicine, Universitas Prima Indonesia (Medan) from October to December 2025. The population comprised 200 students, with 67 participants selected using purposive sampling. Fast-food consumption habits were assessed using a questionnaire, while obesity status was determined by measuring weight and height to calculate Body Mass Index (BMI). Bivariate analysis used the Chi-square test with $\alpha=0.05$. The findings indicated a significant association between fast-food consumption and obesity ($p=0.003$): the “rare” consumption group was predominantly normal BMI, whereas the “frequent” consumption group was dominated by obesity grade I. These results suggest that improving nutrition education and promoting healthier lifestyles within the campus setting are important to reduce obesity risk.

Keywords : fast-food consumption, obesity, body mass index (BMI), medical students, cross-sectional study.