

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

**Sitti Nuraulia<sup>1</sup>, Hairul Anwar<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Undergraduate Student Of Medicine And Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar.*

<sup>2</sup>*Guide*

***“THE RELATIONSHIP BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY TO BODY MASS INDEX (BMI) IN STUDENTS OF MEDICINE EDUCATIONAL PROGRAM FACULTY OF MEDICAL AND HEALTH SCIENCES MUHAMMADIYAH MAKASSAR UNIVERSITY CLASS OF 2022”***

**ABSTRACT**

**Background :** Technological advancements in various fields have led to a decrease in physical activity, resulting in an imbalance between food intake and activity levels, which ultimately increases Body Mass Index (BMI). Globalization has also altered eating habits, with an increase in the consumption of high-calorie, low-nutrient fast food. Urban lifestyles with minimal physical activity exacerbate the prevalence of obesity, which triggers various diseases such as heart disease, diabetes, and others. Data indicates that the prevalence of obesity in Indonesia reaches 21.8%, with a significant decline in physical activity. Research shows that students, especially in medical faculties, have high levels of fast food consumption and stress, contributing to increased BMI. **Objective:** To determine the relationship between fast food consumption and physical activity on the increase in Body Mass Index (BMI) in medical students of Muhammadiyah University of Makassar Class of 2022. **Methods:** This research used a comparative analytic method with an observational design. Data were collected through the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) to measure fast food consumption and physical activity, as well as BMI measurements. **Results:** Based on 75 respondents, the most common age was 19 years (48%) and the least common age was 23 years (1.3%). The majority of respondents were female (73.3%). In terms of BMI status, most respondents were overweight (50.7%), while the least had a low BMI (9.3%). Most respondents frequently consumed fast food (57.3%) and had low physical activity (58.7%). Bivariate analysis showed a significant relationship between the frequency of fast food consumption and the increase in BMI ( $p = 0.03$ ), but no significant relationship between physical activity and the increase in BMI ( $p = 0.263$ ). **Conclusion:** There is a significant relationship between fast food consumption and the increase in BMI in students, but no significant relationship between physical activity and the increase in BMI, possibly due to other factors such as age, gender, genetics, diet, and stress levels.

**Keywords:** Obesity, Fast Food, Physical Activity, Body Mass Index (BMI), Food Frequency Questionnaire (FFQ), International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)



**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Sitti Nuraulia<sup>1</sup>, Hairul Anwar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan universitas Muhammadiyah Makassar.

<sup>2</sup>Pembimbing

**“HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENINGKATAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR ANGKATAN 2022”**

**ABSTRAK**

**Latar belakang :** Kemajuan teknologi dalam berbagai bidang menyebabkan penurunan aktivitas fisik yang berdampak pada ketidakseimbangan antara asupan makanan dan tingkat aktivitas seseorang, yang berujung pada peningkatan indeks massa tubuh (IMT). Globalisasi turut mengubah pola makan, dengan meningkatnya konsumsi makanan cepat saji yang tinggi kalori namun rendah gizi. Gaya hidup urban yang minim aktivitas fisik memperparah prevalensi obesitas, yang memicu berbagai penyakit seperti jantung, diabetes, dan lain-lain. Data menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia mencapai 21,8%, dengan aktivitas fisik yang menurun secara signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa, terutama di fakultas kedokteran, memiliki tingkat konsumsi makanan cepat saji dan tingkat stres yang tinggi, yang berkontribusi pada peningkatan IMT. **Tujuan :** untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dan aktivitas fisik terhadap peningkatan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Makassar Angkatan 2022. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode analitik komparatif dengan rancangan observasional. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) untuk mengukur konsumsi makanan cepat saji dan aktivitas fisik, serta pengukuran IMT. **Hasil :** berdasarkan 75 responden dengan distribusi usia terbanyak pada usia 19 tahun (48%) dan paling sedikit pada usia 23 tahun (1,3%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (73,3%). Berdasarkan status IMT, sebagian besar memiliki berat badan lebih (50,7%), sedangkan paling sedikit memiliki IMT kurus (9,3%). Sebagian besar responden sering mengonsumsi makanan cepat saji (57,3%) dan memiliki aktivitas fisik rendah (58,7%). Analisis bivariate menunjukkan hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dan peningkatan IMT ( $p = 0,03$ ), namun tidak ada hubungan signifikan antara aktivitas fisik dan peningkatan IMT ( $p = 0,263$ ). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji terhadap peningkatan IMT pada mahasiswa namun tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas

fisik terhadap peningkatan IMT, kemungkinan disebabkan oleh faktor lain seperti usia, jenis kelamin, genetik, pola makan, dan tingkat stress.

**Kata kunci** : Obesitas, Makanan Cepat Saji, Aktivitas Fisik, Indeks Massa Tubuh (IMT), *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ),

