

SKRIPSI

**DETERMINAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA
DI SMA NEGERI 10 PALEMBANG**



OLEH

NAMA : CITRA SALSABILA HARDIANTY

NIM : 10011281924057

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

DETERMINAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA DI SMA NEGERI 10 PALEMBANG

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : CITRA SALSABILA HARDIANTY
NIM : 10011281924057

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

**PROMOSI KESEHATAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, Maret 2023**

Citra Salsabila Hardianty, dibimbing oleh Widya Lionita, S.KM., M.PH

**DETERMINAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA DI SMA NEGERI
10 PALEMBANG**

79 Halaman, 13 Tabel, 6 Gambar, 11 Lampiran

ABSTRAK

Obesitas sentral merupakan kondisi kumpulan lemak abdominal berlebih (lingkar perut laki-laki >90 cm dan perempuan >80 cm). Indonesia memiliki prevalensi obesitas sentral pada umur ≥ 15 tahun sebesar 31,0%, prevalensi obesitas sentral provinsi Sumatera Selatan yaitu 27,1% dan Kota Palembang merupakan kota dengan angka kejadian obesitas sentral remaja ≥ 15 tahun tertinggi nomor 2 di Sumatera Selatan yaitu 32,65%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan Desain Studi analitik *cross-sectional*. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling* sesuai dengan perhitungan besar sampel minimal yang dibutuhkan yaitu 135 responden. Pengukuran yang dilakukan yaitu pengukuran lingkar perut menggunakan pita ukur dan pengukuran frekuensi konsumsi *fast food* menggunakan kuesioner frekuensi konsumsi serta aktivitas fisik menggunakan *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)*. Berdasarkan pengukuran lingkar perut, remaja di SMA Negeri 10 Palembang yang mengalami obesitas sentral sebesar 37%, mayoritas responden mengkonsumsi *fast-food* dalam frekuensi sering (53%), dan mayoritas responden melakukan aktivitas fisik berat (74,8%). Berdasarkan hasil penelitian terdapat hubungan signifikan antara frekuensi konsumsi *fast food* ($p = 0,015$; PR (95% CI) = 2,628 (1,264-5,465)) dan aktivitas fisik ($p = 0,035$; PR (95% CI) = 1,659 (0,952-2,891)) dengan kejadian obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang. Disimpulkan, frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik merupakan faktor risiko obesitas sentral. Pihak sekolah disarankan bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk memberikan edukasi terhadap remaja dalam memperhatikan asupan gizi serta pola aktivitas fisik yang tepat untuk mencegah obesitas sentral.

Kata kunci : Aktivitas fisik, *Fast food*, Obesitas sentral, Remaja.
Kepustakaan : 76 (2004-2023)

**HEALTH PROMOTION
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
UNIVERSITY OF SRIWIJAYA
SKRIPSI, 2023**

Citra Salsabila Hardianty

**DETERMINANT OF TEENAGER CENTRAL OBESITY IN SENIOR HIGH
SCHOOL NUMBER 10 PALEMBANG**

79 Pages, 13 Tables, 6 Figures, 11 Attachments

ABSTRACT

Central obesity is a condition where excess abdominal fat accumulates (a abdominal circumference of men is >90 cm and women >80 cm). Indonesia has a prevalence of central obesity at the age of ≥ 15 years of 31.0%, the prevalence of central obesity in the province of South Sumatra is 27.1% and Palembang City is the highest incidence of central obesity in teenagers ≥ 15 years number 2 in South Sumatra (32, 65%). The purpose of this study was to analyze the determinants of teenager's central obesity at SMA Negeri 10 Palembang. This type of research is a quantitative study with a cross-sectional analytic study design. Sampling of this study was by using the Simple Random Sampling technique in accordance with the calculation of the minimum sample size required, namely 135 respondents. Measurements taken were measuring abdominal circumference using a measuring tape and measuring the frequency of fast-food consumption using a frequency of consumption questionnaire and the physical activity using a Global Physical Activity Questionnaire. Based on measurements of abdominal circumference, teenagers at SMA Negeri 10 Palembang who experience central obesity are 37%, the majority of respondents consumed fast-food frequently (53%), and the majority of respondents did strenuous physical activity (74.8%). Based on the results of the study, there was a significant relationship between the frequency of fast-food consumption ($p = 0.015$; PR (95% CI) = 2,628 (1,264-5,465)) and physical activity ($p = 0.035$; PR (95% CI) = 1,659 (0,952-2,891)) with the incidence of teenager's central obesity at SMA Negeri 10 Palembang. In conclusion, the frequency of fast-food consumption, parental history of central obesity and physical activity are risk factors of central obesity. The school is advised to cooperate with the health center to provide education to teenagers in paying attention to food intake and physical activity patterns to prevent central obesity.

Keywords : Central Obesity, Fast food, Physical activity, Teenager.

Literature :76 (2004-2023)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/ gagal.

Indralaya, 23 Mei 2023
Yang bersangkutan,



Citra Salsabila Hardianty
10011281924057

HALAMAN PENGESAHAN

**DETERMINAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA DI
SMA NEGERI 10 PALEMBANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh:

CITRA SALSABILA HARDIANTY
10011281924057

Indralaya, Mei 2023

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Pembimbing



Widya Lionita, S.K.M., M.PH
NIP. 199004192020122014

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul "Determinan Obesitas Sentral pada Remaja di SMA Negeri 10 Palembang" telah dipertahankan dihadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal Mei 2023.

Indralaya, Mei 2023

Tim Penguji Skripsi

Ketua:

1. Fenny Etrawati, S.KM, M.KM
NIP.198905242014042001

()

Anggota:

1. Ditia Fitri Arinda, S.Gz, M.PH
NIP.199005052016072201
2. Widya Lionita, S.K.M., M.PH.
NIP.199004192020122014


()

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Koordinator Program Studi


Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP.197606092002122001


Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP.197909152006042005

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



PROFIL

Nama : Citra Salsabila Hardianty
Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 22 November 2001
Alamat : Perumahan Bukit Sejahtera Poligon Blok Z No.1, Ilir Barat I, Palembang, Sumatera Selatan
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
No. HP : 082167039713
E-mail : Citraasalsaa22@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2019 – Sekarang : Dept. Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
Tahun 2016 – 2019 : SMA Negeri 01 Palembang
Tahun 2013 – 2016 : SMP Negeri 01 Palembang
Tahun 2007 – 2013 : SD Islam Az-zahrah Palembang

PENGALAMAN

Tahun 2022 : 1. Magang di Dept. PKRS RSUD Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan
2. Narasumber radio “Promosi Dept. PROMKES FKM UNSRI” di Anugerah FM
3. Panitia Kuliah Tamu “Strategi Promosi Jasa Bidang Kesehatan” oleh PROMKES FKM UNSRI 2022
4. TIM Pengabdian Masyarakat di Desa Pipa Putih oleh PROMKES FKM UNSRI
Tahun 2021 : 1. Magang pada Dept. *Official Campus Ambassador* di *International Model United Nations*
2. Panitia Penanggung Jawab “Lomba Predikat Dosen dan Staf” dalam acara Dies Natalis FKM UNSRI 2021
3. Volunteer pada “*Goodbye Financial Stress Campaign*” oleh Tabula
4. Anggota *Public Health Class* 2021

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullah Wabarakatuh.

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT. atas segala kelimpahan dan karunia-nya. Beserta shalawat beriringi salam saya haturkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. sehingga dapat terselesaikannya skripsi saya dengan judul “Determinan Obesitas Sentral pada Remaja di SMA Negeri 10 Palembang”. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1) Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Pada penyelesaian dan penulisan skripsi ini, peneliti tak lepas dari bimbingan, saran, dan juga bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya Indralaya.
2. Ibu Asmaripa Ainy, S.si., M.Kes., selaku Kepala Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya Indralaya.
3. Ibu Widya Lionita, S.KM., M.PH., selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu ditengah kesibukan beliau untuk membimbing, memberikan kritik, saran, dan arahan kepada penulis dalam proses penulisan skripsi ini hingga selesai.
4. Ibu Fenny Etrawati, S.KM., M.KM., dan Ibu Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH., selaku Dosen Penguji Skripsi, terima kasih atas masukan dan sarannya sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Ibu Dr. dr. Rizma Adlia Syakurah, MARS., selaku Dosen Pembimbing Akademik, terima kasih atas masukan dan arahnya selama masa perkuliahan berlangsung.
6. Almamater tercinta, Universitas Sriwijaya.
7. Bapak Rozali, S.Pd., M.Pd., selaku Kepala SMA Negeri 10 Palembang, Ibu Yunita, S.Pd., M.Si., selaku Wakil Bidang Kurikulum SMA Negeri 10 Palembang, dan Ibu Sri Rahayu Sulistyaningrum, S.Pd., selaku pembina UKS SMA Negeri 10 Palembang sekaligus pembina penulis selama penelitian berjalan, serta semua Guru dan Siswa SMA Negeri 10 Palembang. Terima kasih

yang telah berlapang dada menerima adanya penelitian ini di SMA Negeri 10 Palembang dan kooperatif sehingga penelitian ini berjalan lancar.

8. Terkhususnya kedua orang tua terkasih Bapak Ir. Jon Hardi dan Ibu Frenty Aritama, S.E., M.M., Terima kasih atas segala kasih sayang, dukungan berupa moril maupun materil serta doa yang diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita. Segala kesuksesan dan hal baik yang kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk kalian.
9. kakak saya terkasih M. Reza Pratama, S.T., dan Atika Pratiwi Hanum, S.E., serta adik saya terkasih M. Revo Abdul Aziz, terima kasih telah senantiasa memberikan semangat, mendoakan, dan memberikan segala bentuk bantuan sehingga penulis bisa dan bersemangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Ahmad Wisnu Pratama, terima kasih telah senantiasa memberikan masukan positif, semangat, dan hiburan yang sangat berharga dan berarti bagi penulis sehingga penulis bersemangat menyelesaikan skripsi ini.
11. Sahabat tercinta dan seperjuangan Siti Ahdina P, Wahyunita Huriani, dan Riska Maulisa. Terima kasih telah berjuang bersama dari hari pertama perkuliahan hingga tahap akhir dari perkuliahan. Segala bentuk dukungan, saling menguatkan, hiburan, dan kesediaan untuk bertukar pikiran sangat berarti bagi penulis.
12. Sahabat terkasih Audrey, Pita, Kira, Ojan, dan Fayyed. Terima kasih atas segala bentuk bantuannya selama penulis turun penelitian sehingga penelitian ini berjalan lancar.
13. Sahabat tercinta lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih telah membantu dan menghibur dalam bentuk apapun sehingga penulis bersemangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
14. *Last but not least, I wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting.*

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari sempurna, maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Citra Salsabila Hardianty
NIM : 10011281924057
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui/ tidak-menyetujui *) (jika tidak menyetujui sebutkan alasannya) untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Determinan Obesitas Sentral pada Remaja di SMA Negeri 10 Palembang”
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengola dalam bentuk pangakalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya

Pada Tanggal : 22 Mei 2023

Yang menyatakan,



Citra Salsabila Hardianty
NIM.10011281924057

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1. Tujuan Umum.....	5
1.3.2. Tujuan Khusus.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Bagi Peneliti.....	6
1.4.2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat.....	6
1.4.3. Bagi SMA Negeri 10 kota Palembang.....	6
1.5. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
1.5.1. Lokasi.....	7
1.5.2. Waktu.....	7
1.5.3. Materi.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1. Remaja.....	8
2.1.1. Pengertian Remaja.....	8
2.1.2. Rentang Usia Remaja.....	9

2.1.3.	Ciri dan Perkembangan Remaja.....	10
2.2.	Obesitas	13
2.2.1.	Tipe Obesitas.....	14
2.3.	Obesitas Sentral	15
2.3.1.	Penilaian Obesitas Sentral.....	17
2.4.	Faktor Risiko Obesitas Sentral	20
2.4.1.	Umur	20
2.4.2.	Jenis Kelamin	21
2.4.3.	<i>Fast food</i>	21
2.4.4.	Aktivitas Fisik	23
2.4.5.	Genetik/Riwayat Orang Tua	24
2.4.6.	Status Sosial Ekonomi	25
2.4.7.	Lingkungan Sosial.....	25
2.5.	Dampak Obesitas Sentral	26
2.6.	Pencegahan Obesitas Sentral.....	27
2.7.	Kerangka Teori.....	28
2.8.	Kerangka Konsep	30
2.9.	Penelitian Terdahulu.....	31
2.10.	Definisi Operasional	37
2.11.	Hipotesis	39
BAB III METODE PENELITIAN.....		40
3.1.	Desain Penelitian	40
3.2.	Populasi dan Sampel Penelitian	40
3.2.1.	Populasi.....	40
3.2.2.	Sampel.....	40
3.3.	Jenis, Cara, dan Alat Pengumpulan Data	42
3.3.1.	Jenis Pengumpulan Data	42
3.3.2.	Cara Pengumpulan Data.....	42
3.3.3.	Alat Pengumpulan Data	42
3.3.4.	Metode Pengumpulan data.....	43
3.4.	Pengolahan Data	44
3.5.	Uji Validitas Data dan Reliabilitas Data	45
3.6.	Analisis dan Penyajian Data.....	46
3.6.1.	Analisis Data	46

3.6.2. Penyajian Data	48
BAB IV HASIL PENELITIAN	49
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	49
4.2. Hasil Penelitian.....	50
4.2.1. Uji Normalitas Data	50
4.2.2. Analisis Univariat.....	51
4.2.3. Analisis Bivariat.....	60
BAB V PEMBAHASAN	62
5.1. Keterbatasan Penelitian	62
5.2. Pembahasan	62
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	71
6.1. Kesimpulan.....	71
6.2. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tahapan Pengukuran Lingkar Perut.....	18
Tabel 3.1 Perhitungan Sampel Minimal.....	41
Tabel 3.2 Metode Pengumpulan Data (Islam et al., 2020).....	43
Tabel 3.3 Tingkat reliabilitas GPAQ (Bull et al., 2009).	46
Tabel 4.1 Uji Normalitas Data Lingkar Perut	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	52
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Obesitas Sentral	53
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	53
Tabel 4.5 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Berdasarkan Jenisnya	55
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik.....	58
Tabel 4.7 Analisis Deskriptif Aktivitas Fisik.....	59
Tabel 4.8 Hubungan antara frekuensi konsumsi <i>fast food</i> dengan kejadian obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang	60
Tabel 4.9 Hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori <i>Precede-Proceed</i> (Porter, 2016).....	29
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang	30
Gambar 4.1 Grafik Distribusi Frekuensi Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	54
Gambar 4.2 Grafik Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik	58
Gambar 5.1 Rekomendasi Aktivitas Fisik Remaja di Sekolah	70
Gambar 5.2 Rekomendasi Aktivitas Fisik Remaja di Luar Sekolah.....	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Etik	
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	
Lampiran 3. Surat Selesai Penelitian	
Lampiran 4. Data prevalensi obesitas sentral remaja ≥ 15 tahun Provinsi Sumatera Selatan	
Lampiran 5. Data SMA di kota Palembang	
Lampiran 6. Profil Data SMA Negeri 10 Palembang.....	
Lampiran 7. Output Sample Size 2.0	
Lampiran 8. Informed consent	
Lampiran 9. Kuesioner Penelitian.....	
Lampiran 10. <i>Output</i> SPSS	
Lampiran 11. Dokumentasi.....	

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Obesitas merupakan masalah kesehatan dan gizi masyarakat dunia, baik di negara berkembang maupun negara maju (Riskesdas kemenkes RI, 2018). Asupan energi yang tidak seimbang dengan pengeluaran energi akan mengakibatkan energi berlebih yang tersimpan dalam bentuk jaringan lemak, dimana energi berlebih yang menyimpan tumpukan lemak tersebut dapat menyebabkan obesitas. Pengeluaran energi yang tidak seimbang dengan asupan makanan tersebut diakibatkan karena rendahnya aktivitas fisik, efek thermogenesis makanan, dan metabolisme tubuh. Obesitas merupakan suatu kondisi terjadinya kesetimpalan antara berat badan dengan tinggi badan yang melampaui standar yang telah ditetapkan. Obesitas timbul jika terjadinya peningkatan proporsi lemak yang berada dalam tubuh, dengan ketentuan jika laki-laki dengan kelebihan berat badan $> 20\%$ dan perempuan dengan kelebihan berat badan 25% nya, karena lemak yang berada dalam tubuh tinggi (Lubis et al., 2020). Menurut beberapa ahli, obesitas dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular melalui faktor risiko seperti tekanan darah tinggi, gula darah tinggi dan kadar insulin, peningkatan plasma trigliserida puasa, kolesterol *low density lipoprotein* (LDL) yang tinggi, dan juga kolesterol *high density lipoprotein* (HDL) yang rendah (Sudikno et al., 2016).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2015, melaporkan bahwa sekitar 2,3 miliar remaja usia 15 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan. > 700 juta remaja yang mengalami obesitas dengan prevalensi sebesar 12% pada perempuan dan 11% pada laki-laki. Angka prevalensi yang tinggi ini terjadi di negara maju seperti negara Eropa dan juga Amerika serikat yang mengalami kelebihan berat badan sebesar 62% dan 26% obesitas. Asia tenggara dengan angka kejadian kelebihan berat badan mencapai 14% dan 3% obesitas (Widyaningtyas & Kartini, 2013). Prevalensi obesitas di Indonesia pada remaja umur 16-18 tahun adalah $4,0\%$ dengan kategori jenis kelamin perempuan yaitu $4,5\%$ dan laki-laki yaitu $3,6\%$, dinyatakan pula bahwa prevalensi obesitas berdasarkan pendidikan,

tamat SMP sebesar 4,0% dan tamat SLTA tertinggi kedua yaitu sebesar 4,4% (Risikesdas kemenkes RI, 2018). Berdasarkan Laporan Risikesdas provinsi Sumatera Selatan 2018, terlapor bahwa prevalensi obesitas umur 16-18 tahun di Sumatera Selatan sebesar 2,03% dengan kategori perempuan sebesar 2,32% dan laki-laki sebesar 1,75%, serta dinyatakan pula bahwa tamat SMP sebesar 1,62% dan tamat SMA sebesar 2,87%. Kota Palembang memiliki prevalensi obesitas umur 16-18 tahun sebesar 1,33% (Kemenkes RI, 2019).

Obesitas sentral merupakan kondisi kumpulan lemak abdominal berlebih yang terdapat pada daerah abdomen atau perut. Obesitas sentral dapat diukur menggunakan metode RLPP atau rasio lingkaran pinggang dan pinggul (Tchernof & Després, 2013). Menurut Kementerian Kesehatan RI, Obesitas sentral adalah suatu keadaan yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya beberapa penyakit kronis. Seseorang dapat dinyatakan mengalami obesitas sentral jika laki-laki dengan lingkaran perut >90 cm dan perempuan dengan lingkaran perut >80 cm (Risikesdas, 2018). Obesitas sentral merupakan obesitas yang menghasilkan bentuk tubuh menyerupai apel, dimana terdapat lemak di bagian atas tubuh atau perut. Selain itu, obesitas sentral berpotensi menimbulkan berbagai macam penyakit salah satunya yang paling berisiko adalah kardiovaskuler (Tchernof & Després, 2013). Obesitas sentral meliputi semua faktor risiko penyakit kardiovaskular, *non-alcoholic fatty liver disease* (NAFLD), resistensi insulin, *sleep apnea syndrome* hipertensi, diabetes mellitus tipe 2, serta dislipidemia, yang menyebabkan obesitas sentral menjadi penyebab utama metabolik sindrom (Sudikno et al., 2016).

Obesitas sentral ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti riwayat obesitas sentral orang tua, tingkat pengetahuan gizi, aktivitas fisik, asupan serat dan asupan energi harian (Tchernof & Després, 2013). Berdasarkan analisis bivariat hasil penelitian yang dilakukan oleh Triyanti & Ardila (2019), menunjukkan bahwa obesitas sentral dengan faktor asupan lemak, asupan karbohidrat, asupan energi, dan riwayat orang tua obesitas sentral mempunyai hubungan yang bermakna (Triyanti & Ardila, 2019). Dari hasil analisis regresi logistik yang dikemukakan oleh Sudikno et al., (2016), menunjukkan bahwasannya faktor risiko nan terdapat hubungan bermakna dengan obesitas sentral yakni aktivitas fisik, status ekonomi,

dan juga wilayah. Hasil Studi MDS Wahidin pada tahun 2022, menyatakan bahwa adanya korelasi yang bermakna dengan kekuatan moderat serta arah positif antara aktivitas fisik dan pola konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas sentral, sehingga kian tinggi pola konsumsi *fast food* dan kian ringan aktivitas fisik maka kian tinggi pula risiko obesitas sentral (MDS Wahidin, 2022).

Indonesia mempunyai prevalensi obesitas sentral pada umur ≥ 15 tahun sebesar 31,0% dengan kategori jenis kelamin laki-laki sebesar 15,7% dan perempuan sebesar 46,7%, serta dinyatakan pula bahwa pada kategori pendidikan, penduduk umur ≥ 15 tahun tamat SMP sebesar 26,8%, tamat SMA sebesar 31,2%, dan tamat D1-D3/PT sebesar 41,7%. Angka prevalensi obesitas sentral provinsi Sumatera Selatan (27,1%) hampir mendekati angka prevalensi nasional (31,0%). Provinsi yang menduduki peringkat tertinggi kasus obesitas sentral di Indonesia adalah provinsi Sulawesi Utara (42,5%) dan peringkat terendah diduduki oleh provinsi Nusa Tenggara Timur (19,3%) (Riskesmas kementerian RI, 2018). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Provinsi Sumatera Selatan tahun 2018, melaporkan bahwa prevalensi obesitas sentral Sumatera Selatan pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah 27,09%, dengan perbandingan jenis kelamin perempuan dengan laki-laki, yaitu 4:1, serta dinyatakan pula pada kategori Pendidikan, penduduk umur ≥ 15 tahun tamatan SMP sebesar 23,61%, tamat SMA sebesar 25,94% dan tamat D1-D3/PT sebesar 38,19%. Kota Palembang merupakan kota dengan angka kejadian obesitas sentral remaja ≥ 15 tahun tertinggi nomor 2 di Sumatera Selatan yaitu 32,65% (Kemenkes RI, 2019).

Studi terbaru menunjukkan bahwa obesitas sentral meningkat pada tingkat yang lebih tinggi daripada obesitas umum. Epidemi obesitas global diproyeksikan akan terus meningkat dan menjadi penyebab paling signifikan dari buruknya kesehatan (Walls et al., 2011). Maka dari itu pentingnya bagi kita untuk mengetahui apa saja faktor penyebab obesitas sentral ini sebagai bentuk pencegahan obesitas sentral. Berdasarkan uraian data dari laporan Riskesmas di atas, dapat dikatakan bahwa penduduk umur ≥ 15 tahun dengan kategori tamat SMA tertinggi nomor 2 setelah kategori tamat D1-D3/PT, sehingga perlu diketahui lebih lanjut apa penyebab seseorang tersebut mengalami obesitas sentral dengan melakukan penelitian pada

remaja SMA yang rentang usianya sesuai dengan laporan Riskesdas 2018 yaitu \geq 15 tahun.

Perkembangan seseorang terjadi pada masa remaja. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan sosial, psikologis, dan biologis. Gaya hidup remaja, termasuk bagaimana mereka memilih apa yang akan dimakan, tentunya akan dipengaruhi oleh perubahan ini. Kecenderungan anak muda terhadap makanan sangat berbeda, misalnya memanjakan diri, mengejar arah dengan makan makanan murah tanpa berfokus pada kecukupan gizi yang mereka butuhkan. Remaja yang hidup dalam keadaan ini berisiko menjadi kelebihan berat badan atau obesitas. Remaja dikategorikan rentan karena tiga alasan yaitu yang pertama, lebih banyak energi dan nutrisi yang dibutuhkan tubuh untuk tumbuh lebih cepat. Kedua, perubahan cara hidup seseorang, kecanduan alkohol dan obat-obatan, dan yang ketiga, makan terlalu banyak dan menjadi kelebihan berat badan (Wahyuningsih & Ninggrat, 2019).

Banyak masalah yang berdampak negatif pada gizi dan kesehatan remaja. Masalah gizi remaja, seperti kelebihan atau kekurangan berat badan dan anemia defisiensi besi, dalam beberapa hal merupakan kelanjutan dari masalah gizi sebelumnya. Setelah dewasa dan menjadi tua bertambahnya usia, pola makan yang berkembang pada masa remaja akan berpengaruh pada kesehatan. Mengonsumsi banyak makanan dan minuman berkalori tinggi, tinggi gula dan sedikit atau tidak sama sekali sayur, buah, dan makanan berserat lainnya adalah contoh kebiasaan makan yang tidak sehat. Jumlah energi yang dikonsumsi yang tidak seimbang dengan jumlah energi yang dihasilkan menyebabkan berat badan naik. Anak-anak dan remaja cenderung menjadi gemuk atau kelebihan berat badan akibat dari gaya hidup *modern* yang mereka jalani. Hal ini karena pola makan yang buruk, seperti makan banyak tetapi kurangnya atau rendahnya aktivitas fisik, dengan kata lain lebih banyak energi yang masuk ke dalam tubuh dibandingkan dengan energi yang digunakan untuk pertumbuhan dan aktivitas. Seiring waktu, kenaikan berat badan berlebih akan dihasilkan dari tubuh yang menyimpan energi ekstra ini sebagai lemak. Obesitas remaja biasanya berlanjut hingga dewasa dan lanjut usia (Rahmah et al., 2021).

Berdasarkan Data Pokok Pendidikan di *website* resmi KEMDIKBUD, SMA Negeri 10 merupakan SMA negeri di kota Palembang dengan jumlah siswa terbanyak yaitu 1.756 siswa (KEMDIKBUD, 2022) serta berdasarkan observasi awal peneliti, SMA Negeri 10 Palembang berada di kawasan strategis atau dekat dengan pusat kota, dimana para pedagang kaki lima maupun *restaurant fast food* banyak dijumpai di sekitar kawasan tersebut. Sehingga peneliti memilih SMA tersebut sebagai lokasi penelitian. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan sebuah judul **“DETERMINAN OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA DI SMA NEGERI 10 PALEMBANG”**.

1.2. Rumusan Masalah

obesitas sentral ini berpotensi menimbulkan berbagai macam penyakit salah satunya yang paling berisiko adalah kardiovaskuler. Angka prevalensi obesitas sentral provinsi Sumatera Selatan (27,1%) hampir mendekati angka prevalensi nasional (31,0%). Kota Palembang merupakan kota dengan angka kejadian obesitas sentral remaja ≥ 15 tahun tertinggi nomor 2 di Sumatera Selatan (32,65%). SMA Negeri 10 merupakan SMA negeri di kota Palembang dengan jumlah siswa terbanyak yaitu 1.756 siswa (KEMDIKBUD, 2022), serta berdasarkan lokasinya SMA Negeri 10 Palembang berada di kawasan strategis atau dekat dengan pusat kota, dimana para pedagang kaki lima maupun *restaurant fast food* banyak dijumpai di sekitar kawasan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apa saja faktor penyebab obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk menggambarkan distribusi frekuensi tentang frekuensi konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, dan prevalensi obesitas sentral di SMA Negeri 10 Palembang.
2. Untuk menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.

3. Untuk menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

1. Diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan memperluas wawasan bagi peneliti serta kesempatan untuk mengaplikasikan ilmu pembelajaran yang diperoleh selama proses belajar, khususnya dalam menganalisis masalah kesehatan.
2. Menambah wawasan keilmuan di bidang promosi kesehatan dan ilmu perilaku, khususnya mengenai determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.
3. Menambah keterampilan peneliti dalam melakukan pendekatan kepada orang baru seperti responden penelitian, agar mendapatkan informasi atau data yang sebenar-benarnya.
4. Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi maupun kepustakaan baru bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya, khususnya dalam bidang promosi kesehatan dan ilmu perilaku.
2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi penelitian sekaligus referensi tambahan bagi civitas akademika di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya untuk jangka waktu Panjang.
3. Penelitian ini dapat digunakan sebagai penelitian lanjut di bidang promosi kesehatan tentang determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.

1.4.3. Bagi SMA Negeri 10 kota Palembang

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai kejadian obesitas sentral di SMA Negeri 10 kota Palembang, serta dapat dijadikan acuan dan informasi untuk melakukan upaya pengawasan, pencegahan, dan pengendalian perilaku kesehatan dalam faktor penyebab obesitas sentral pada remaja.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) kota Palembang, dimana remaja umur ≥ 15 tahun merupakan usia remaja SMA. Kota Palembang memiliki 118 SMA dari 18 kecamatan. SMA Negeri 10 merupakan SMA Negeri di kota Palembang dengan jumlah siswa terbanyak, yaitu 1.756 siswa (KEMDIKBUD, 2022).

1.5.2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2022 sampai Mei 2023.

1.5.3. Materi

Penelitian ini difokuskan pada materi promosi kesehatan khususnya mata kuliah Isu Terkini dengan menggunakan teori *Precede-proceed* untuk menganalisis determinan obesitas sentral pada remaja di SMA Negeri 10 Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, W. (2019). Pengaruh Obesitas Sentral Terhadap Status Kesehatan Karyawan Stikes Maharani Di Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 8(1), 01–11. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v8i1.184>
- Aini, S. N. (2014). Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Perkotaan. *Unnes Journal of Public Health*, 3(1), 1–10. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/3042>
- Amanda, A. A. A. N., & Tobing, D. H. (2017). Hubungan Konformitas Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Agresivitas Pada Remaja Madya Di Sman 7 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 92–101. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p10>
- Amelia, A. A. (2017). *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Lama Waktu Tidur dengan Risiko Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2017*.
- Andrianti, V. D. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pegawai di SMK N 1 Kota Padang Tahun 2019*.
- Arisman. (2010). *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi* (Edisi 2). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Azkie, F. I., & Miko Wahyono, T. Y. (2019). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Berisiko dengan Obesitas Sentral Pada Wanita Usia 25-65 Tahun di Bogor Tahun 2011-2012. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 2(1), 11–18. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v2i1.1675>
- Bull, F., Maslin, T., & Armstrong, T. (2009). Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Nine Country Reliability and Validity Study. *Journal of Physical Activity and Health*, 790–804.
- Cleland. (2014). Validity of the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) in assessing levels and change in moderate-vigorous physical activity and sedentary behaviour. *BMC Public Health*, 1–11.
- Council, A. B. (2004). *What is soft drink?* <http://www.australianbeverages.org/scripts/cgiip.exe>

- Darmawan, D. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif. Cetakan kedua*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (1), 55–61.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Direktorat P2PTM, K. R. (2018). *Preview - Direktorat P2PTM*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/preview/infographic/aktivitas-fisik-150-menit-per-minggu-agar-jantung-sehat>
- Febiyanti, E. W. A. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional, Perilaku Delinkuensi, dan Prestasi Belajar pada Remaja Madya Di SLTA Jakarta (Studi pada Siswa/i di SMA X, SMK Y, Dan SMK Z). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni, Vol 1, No 2 (2017): Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 152–158. <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/932/913>
- Gatot Marwoko C A. (2019). Psikologi Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Tabbiyah Syari'ah Islam*, 26(1), 60–75.
- Gholamreza Veghari¹, H. J., Farhad Niknezhad³, Mehdi Sedaghat⁴, A., Hoseini⁵, Abdolhamid Angizeh⁶, E., & Tazik⁷, P. M. (2010). Obesity in the north of Iran (South-East of the Caspian Sea). *Journal of Chemical Education*, 68(6), 533. <https://doi.org/10.1021/ed068p533.3>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS* (Edisi semb). Semarang:Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Green, L. (1980). *A Diagnostic Approach* (Health Edu). The John Hopkins University: Mayfield Publishing Co.
- Gusnilawati, G. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kuantitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Media Kesehatan*, 9(2), 152–159. <https://doi.org/10.33088/jmk.v9i2.307>
- Hamrik, Z., Sigmundová, D., Kalman, M., Pavelka, J., & Sigmund, E. (2014). Physical activity and sedentary behaviour in Czech adults: Results from the GPAQ study. *European Journal of Sport Science*, 14(2), 193–198. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.822565>

- Hanafi, S., & Hafid, W. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat (The Journal of Public Health)*, 1(1), 6–10. <https://doi.org/10.55340/kjkm.v1i1.49>
- Hendratno, & Uri, S. (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Fast Food Terhadap Obesitas Pada Remaja Di Sma 1 Cawang Baru Jakarta Timur Tahun 2018*. <http://repository.binawan.ac.id/id/eprint/676>
- Hidayat, A. A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hurlock, E. B. (1976). *Personality Development*. New York: McGraw-Hill Education, 206.
- Islam, M. A., Al-karasneh, A. F., Hussain, A. Bin, Muhanna, A., Albu-hulayqah, T., Naqvi, A. A., Iqbal, M. S., Farooqui, M., Elrggal, M. E., Mahmoud, M. A., & Haseeb, A. (2020). Assessment of beverage consumption by young adults in Saudi Arabia. *Saudi Pharmaceutical Journal*, 28(12), 1635–1647. <https://doi.org/10.1016/j.jsps.2020.10.010>
- Junaidi, J., & Noviyanda, N. (2016). Kebiasaan Konsumsi Fast Food terhadap Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 1(2), 78. <https://doi.org/10.30867/action.v1i2.14>
- Kadir Akmarawita. (2015). Penentuan Kriteria Obesitas. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(1), 79–93.
- KEMDIKBUD. Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, P. D. dan P. M. (2022). *Data Pokok Pendidikan*. <https://dapo.kemdikbud.go.id/progressma/2/116000>
- Kemenkes, & Kesehatan, D. J. P. (2023). *Pengaruh Makanan Cepat Saji terhadap Kesehatan Remaja*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2182/pengaruh-makanan-cepat-saji-terhadap-kesehatan-remaja
- Kemenkes, & Kesehatan, D. P. (2022). *Pentingnya Aktivitas Fisik Anak Remaja*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1289/pentingnya-aktivitas-fisik-anak-remaja
- Kemenkes RI. (2010). *Pedoman Pengukuran dan Pemeriksaan Studi Kohort Penyakit Tidak Menular* (pp. 8–14).

- Kemenkes RI. (2019). Laporan Provinsi Sumatera Selatan Riskesdas 2018. In *Badan Litbangkes*.
- Khomsan, A., & Dewi, M. (2006). *Konsumsi Serat dan Fast Food serta Aktivitas Fisik Orang Dewasa yang Berstatus Gizi Obes dan Normal*. Kota Palembang, Pusat Ilmu Pengetahuan, Unkris. (n.d.). Retrieved February 27, 2023, from http://p2k.unkris.ac.id/id3/1-3065-2962/Palembang_14171_p2k-unkris.html
- Kurniagustina, R. (2018). *Konsumsi Fast Food dengan Obesitas Siswa Kelas V SDN 01 Kalisari Jakarta Timur 2018*. 041411023.
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa di Universitas Malahayati. *Jurnal Human Care*, 5(4), 891–900.
- Mahdiah, M., Hadi, H., & Susetyowati, S. (2004). Prevalensi Obesitas dan Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- MDS Wahidin, F. S. (2022). Fastfood dan Rendahnya Aktivitas Fisik Memicu Obesitas Central Pada Mahasiswa. *MDS Wahidin*, 1–4.
- Molarius, A., & Seidell, J. (1998). *Selection of Anthropometric Indicators for Classification of Abdominal Fatness*. *Int J Obes Relat Metab Disord*.
- Najmah. (2011). *Managemen dan Analisa Data*.
- Notoadmojo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka cipta.
- Piekara, A., & Krzywonos, M. (2021). Assessment of the frequency of sweetened beverages consumption among adults in poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph18137029>
- Porter, C. M. (2016). Revisiting Precede-Proceed: A leading model for ecological and ethical health promotion. *Health Education Journal*, 75(6), 753–764. <https://doi.org/10.1177/0017896915619645>
- Praditasari, J. A., & Sumarmik, S. (2018). Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Kegemukan Pada Remaja Putri Di Smp Bina Insani Surabaya. *Media Gizi*

- Indonesia*, 13(2), 117. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.117-122>
- Prisca Nadya DV. (2016). Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi Terhadap Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa Sehat desa kepuharjo, Kec Cangkringan, Yogyakarta. *Universitas Santa Dharma Yogyakarta*, 25–26.
- Profile – SMA NEGERI 10 PALEMBANG*. (n.d.). Retrieved February 27, 2023, from <https://smanegeri10palembang.sch.id/profile>
- Pujiati, S. (2010). Prevalensi dan faktor risiko obesitas sentral pada penduduk dewasa kota dan kabupaten Indonesia tahun 2007. *Tesis*, 1.
- Purwanti, P. H. (2006). *Pengaruh Diet Rendah Energi dan Rendah Karbohidrat Terhadap IMT dan Persentase Lemak Tubuh pada Pasien Wanita dengan Berat Badan Lebih di Prima Diet Catering Jakarta*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Rahmah, S. A., Voutama, A., & Susilawati. (2021). Sistem Pakar Diagnosis Obesitas pada Orang Dewasa Menggunakan Metode Backward Chaining. *Journal of Information Technology and Computer Science (INTECOMS)*, 4 (2), 169–177.
- Rahmandita, A. P., & Adriani, M. (2017). Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. *Amerta Nutrition*, 1(4), 266. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7124>
- Rahmawati, D. (2015). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2012-2014*.
- RI, K. K. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi DKI Jakarta: Riskesdas 2018. In *Laporan Provinsi DKI Jakarta*. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Riskesdas kementerian RI, 2018. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Saputro, O. H., & Amalia, H. (2018). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kadar Asam Urat Darah Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga*

- Penelitian Universitas Trisakti*, 3(2), 45–50.
<https://doi.org/10.25105/pdk.v3i2.2987>
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologis Remaja* (Edisi revi). Rajawali Press.
- Sastroasmoro, S., & Ismail, S. (2011). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis* (Edisi ke-4). Jakarta: Sagung Seto.
- Savitri, A. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Wanita Usia 15-44 Tahun di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Jakarta Selatan Tahun 2017. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
[https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36713/1/AYU SAFITRI - FKIK.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36713/1/AYU%20SAFITRI%20-%20FKIK.pdf)
- Septiyanti, S. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Pasien Poliklinik Jantung Dan Penyakit Dalam. *Jurnal Media Kesehatan*, 9(2), 160–164. <https://doi.org/10.33088/jmk.v9i2.308>
- Setyawati, V. A. V., & Rimawati, E. (2016). Pola Konsumsi Fast Food Dan Serat Sebagai Faktor Gizi Lebih Pada Remaja. *Unnes Journal of Public Health*, 5(3), 275. <https://doi.org/10.15294/ujph.v5i3.16792>
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), 228. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.228-236>
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence* (sixth edit). McGraw Hill Inc.
- Sudikno, S., Syarief, H., Dwiriani, C. M., & Riyadi, H. (2016). Faktor Risiko Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa Umur 25-65 Tahun Di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar 2013). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 38(2). <https://doi.org/10.22435/pgm.v38i2.5540.111-120>
- Sugiono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suiraoaka, I. (2012). *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif (Pertama)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tambunan, N. A. (2013). *HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN*

CEPAT SAJI (FAST FOOD) DENGAN OBESITAS PADA SISWA KELAS V DAN VI SD SHAFIYYATUL AMALIYYAH MEDAN. FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SUMATERA UTARA MEDAN.

- Tchernof, A., & Després, J. P. (2013). Pathophysiology of human visceral obesity: An update. *Physiological Reviews*, 93(1), 359–404. <https://doi.org/10.1152/physrev.00033.2011>
- Triyanti, T., & Ardila, P. (2019). Asupan Lemak Sebagai Faktor Dominan Tertadap Obesitas Sentral Pada Wanita Fat Intake As A Dominant Factor of Central Obesity Among Women. *J. Gipas*, 3(November), 133–143.
- Wahyuningsih, R., & Ninggrat, J. P. R. (2019). *Kegemukan dan Gizi Seimbang pada Remaja.*
- Walls, H. L., Stevenson, C. E., Mannan, H. R., Abdullah, A., Reid, C. M., McNeil, J. J., & Peeters, A. (2011). Comparing trends in BMI and waist circumference. *Obesity*, 19(1), 216–219. <https://doi.org/10.1038/oby.2010.149>
- Waty, K. (2017). *Kualitas Fermentasi Spontan Wadi Ikan Patin (Pangasius Sp.) dengan Variasi Konsentrasi Garam.* UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA.
- Wiarso, G. (2013). *Imu Gizi Dalam Olahraga.* Gosyen Publishing: Yogyakarta.
- Widyaningtyas, S. A., & Kartini, A. (2013). Hubungan Usia Menarche Dengan Obesitas Pada Remaja Putri Di Sma Theresiana 1 Semarang. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 10–17. <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i1.2090>