



**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN
DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA
DI SMP METHODIST 1 PALEMBANG 2018**

SKRIPSI

OLEH

NAMA : AMRINA NAILAH PRATIWI

NIM : 10011281419090

**PROGRAM STUDI (S1) KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2018**



**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN
DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA
DI SMP METHODIST 1 PALEMBANG 2018**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

OLEH

NAMA : AMRINA NAILAH PRATIWI

NIM : 10011281419090

**PROGRAM STUDI (S1) KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2018**

**GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, September 2018**

AMRINA NAILAH PRATIWI

Faktor – Faktor yang Berhubungan Kejadian *Overweight* pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang tahun 2018

xv + 88 Halaman, 3 Gambar, 26 Tabel, 7 Lampiran

ABSTRAK

Overweight merupakan status gizi tidak seimbang akibat asupan gizi yang berlebihan sehingga menghasilkan ketidakseimbangan energi antara konsumsi makanan dan pengeluaran energi. *Overweight* pada remaja perlu mendapatkan perhatian, karena *overweight* yang terjadi pada usia remaja cenderung akan berlanjut hingga dewasa (Khomsan, 2003). Keadaan ini perlu diwaspadai karena *overweight* merupakan faktor risiko dari berbagai penyakit tidak menular, termasuk tekanan darah tinggi, diabetes, penyakit kardiovaskuler, dan berbagai macam kanker (Morril & Chin, 2004). *Overweight* juga berdampak terhadap psikis yaitu dapat menurunkan rasa percaya diri dan depresi (Barasi, 2007). WHO (2017) menyatakan bahwa *overweight* terkait dengan lebih banyak kematian diseluruh dunia dibandingkan *underweight*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan data primer yang diambil di SMP Methodist 1 Palembang tahun 2018. Sampel penelitian ini adalah siswa SMP Methodist 1 Palembang yang memiliki status gizi normal dan *overweight* yang berjumlah 98 responden. Metode pengambilan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling*. Hasil analisis univariat menunjukkan 30,6% siswa mengalami *overweight* di SMP Methodist 1 Palembang tahun 2018. Hasil analisis bivariat terdapat hubungan secara signifikan antara frekuensi konsumsi *fast food* ($p\text{-value}=0,002$), frekuensi konsumsi *soft drink* ($p\text{-value}=0,047$), aktivitas fisik ($p\text{-value}=0,035$) dan durasi tidur ($p\text{-value}=0,017$) terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang. Saran bagi sekolah diharapkan untuk membuat program pencegahan dan penanggulangan gizi lebih (*overweight* dan obesitas) serta membuat laporan evaluasi tentang status gizi siswa yang merekomendasikan saran untuk ditindaklanjuti oleh orang tua. Bagi siswa disarankan lebih memperhatikan status gizinya dengan melakukan pemantauan berat dan tinggi badan secara berkala sehingga dapat mengontrol status gizinya serta melakukan pola hidup sehat.

Kata Kunci : Kejadian *overweight*, remaja, jenis kelamin, pengetahuan gizi, pendapatan orang tua, uang saku, *fast food*, *soft drink*, aktivitas fisik, durasi tidur.

Kepustakaan : 121 (1985-2018)

NUTRITION
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, September 2018

AMRINA NAILAH PRATIWI

Factors Associated With Incidence of Overweight in Adolescents at Palembang Methodist 1 Junior High School in 2018

xv + 88 pages, 3 pictures, 26 tables, 7 attachments

ABSTRACT

Overweight is an imbalanced nutritional status due to excessive nutritional intake resulting in an energy imbalance between food consumption and energy expenditure. Overweight in adolescents needs to get attention, because overweight that occurs in adolescence tends to continue into adulthood (Khomsan, 2003). This situation needs to be watched out because overweight is a risk factor for various non-communicable diseases, including high blood pressure, diabetes, cardiovascular disease, and various types of cancer (Morris & Chin, 2004). Overweight also affects the psychic, which can reduce self-confidence and depression (Barasi, 2007). WHO (2017) states that overweight is associated with more deaths worldwide than underweight. This study aims to determine the factors associated with the incidence of overweight in adolescents at Palembang Methodist 1 SMP. This study uses a cross sectional design. This study used primary data taken at Palembang Methodist 1 SMP in 2018. The sample of this study were Palembang Methodist 1 SMP students who had normal and overweight nutritional status totaling 98 respondents. The sampling method uses stratified random sampling. The results of univariate analysis showed 30.6% of students overweight at Palembang Methodist 1 SMP in 2018. The results of bivariate analysis showed a significant relationship between the frequency of fast food consumption (p-value = 0.002), frequency of soft drinks consumption (p-value = 0.047), physical activity (p-value = 0.035) and sleep duration (p-value = 0.017) for the incidence of overweight in adolescents at Palembang Methodist 1 SMP. Suggestions for schools are expected to make prevention and over nutrition programs and make an evaluation report on the nutritional status of students who recommend suggestions for follow-up by parents. Students are advised to pay more attention to their nutritional status by monitoring their weight and height periodically so that they can control their nutritional status and do a healthy lifestyle.

Keywords : *The incidence of overweight, adolescence, gender, nutritional knowledge, parental income, pocket money, fast food, soft drinks, physical activity, sleep duration.*

Literature : *121 (1985-2018)*

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PELAGIARIME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujur jujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus atau gagal.

Indralaya, Oktober 2018

Yang bersangkutan



AMRINA NAILAH PRATIWI

NIM.10011281419090

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Overweight* pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang Tahun 2018” telah dipertahankan dihadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 03 Oktober 2018 dan telah diperbaiki, diperiksa serta disetujui sesuai dengan masukan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, Oktober 2018

Panitia Ujian Skripsi


Ketua :

1. Fatmalina Febry, S.K.M., M.Si
NIP. 197802082002122003

()

Anggota :

2. Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.P.H
NIP. 1671084505900008

()

3. Dr. Rico Januar Sitorus, S.K.M., M.Kes (Epid)
NIP. 198101212003121002

()

4. Anita Rahmiwati, S.P., M.Si
NIP. 198305242010122002

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Iwan Stia Budi, S.K.M., M.Kes
NIP. 197712062003121003

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Overweight* pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang Tahun 2018” telah disetujui untuk diujikan dihadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal yang telah ditetapkan

Indralaya, 25 September 2018

Pembimbing :

Anita Rahmiwati, S.P., M.Si

NIP 198305242010122002

()

RIWAYAT HIDUP

Nama : Amrina Nailah Pratiwi
NIM : 10011281419090
Tempat/Tanggal Lahir : Kuala Tungkal, 30 Oktober 1996
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jln. BTN Pengabuan Permai Blok E, Kuala Tungkal,
Kab. Tanjung Jabung Barat, Prov. Jambi

Nama Orang Tua

Ayah : Moh. Syukri, SH
Ibu : Ir. Ening Rosmiati

Riwayat Pendidikan : SD N 5 Kuala Tungkal Tahun 2002-2008
SMP N 2 Kuala Tungkal Tahun 2008-2011
SMA N 1 Kuala Tungkal Tahun 2011-2014
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
Tahun 2014-2018

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat rahmat dan kekuatan yang telah di berikan akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Overweight* pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang Tahun 2018”. Penyelesaian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Iwan Stia Budi, S.KM, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Anita Rahmiwati, S.P., M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, bantuan, kritik, saran dan motivasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
3. Orang tua, keluarga, dan saudara yang senantiasa mendoakan dan mendukung saya.
4. Sahabat dan rekan-rekan angkatan 2014 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah memberikan bantuan, semangat, serta kebersamaan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik untuk skripsi ini.

Indralaya, 6 September 2018

Penulis

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Amrina Nailah Pratiwi
NIM : 10011281419090
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

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

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Overweight* pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang Tahun 2018.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan 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 : Oktober 2018
Yang menyatakan,



(Amrina Nailah Pratiwi)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PELAGIARIME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
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 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Ruang Lingkup	7
1.5.1 Lingkup Lokasi	7
1.5.2 Lingkup Materi	7
1.5.3 Lingkup Waktu	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Overweight	8

2.2 <i>Overweight</i> pada Remaja.....	9
2.3 Dampak dari Kelebihan Berat Badan (<i>Overweight</i>).....	10
2.4 Penilaian Status gizi	11
2.4.1 Pengukuran Antropometri	11
A. Parameter Antropometri	11
B. Indeks Antropometri.....	12
C. Keunggulan Antropometri.....	12
D. Kelemahan Antropometri	13
2.4.2 Survei Konsumsi Gizi	13
2.5 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi <i>Overweight</i>	15
2.6 Penelitian Terkait	25
2.7 Kerangka Teori.....	29
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN	
HIPOTESIS.....	31
3.1 Kerangka Konsep	31
3.2 Definisi Operasional.....	32
3.3 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB IV METODE PENELITIAN	36
4.1 Desain Penelitian.....	36
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	36
4.2.1 Populasi Penelitian	36
4.2.2 Sampel Penelitian	37
4.2.3 Teknik Pengambilan Sampling	38
4.3 Jenis Data, Cara Pengumpulan Data dan Alat Pengumpulan Data	40
4.3.1 Jenis Data.....	40
4.3.2 Cara Pengumpulan Data.....	40
4.3.3 Alat Pengumpulan Data	43
4.4 Pengolahan Data.....	44
4.5 Uji Validitas dan Reliabilitas Data.....	45
4.5.1 Validitas Data.....	45

4.5.2 Reliabilitas Data	46
4.6 Analisis dan Penyajian Data.....	46
4.6.1 Analisis Data	46
4.6.2 Penyajian Data.....	47
BAB V.....	48
HASIL PENELITIAN.....	48
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	48
5.2 Analisis Univariat.....	49
5.3 Analisis Bivariat	56
BAB VI.....	65
PEMBAHASAN	65
6.1 Keterbatasan Penelitian	65
6.2 Pembahasan Hasil.....	65
BAB VII.....	81
KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
7.1 Kesimpulan.....	81
7.2 Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	94

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indeks Antropometri	12
Tabel 2.2 Penelitian Terkait	24
Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 4.1 Jumlah Sampel Minimal	37
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Pengetahuan Gizi	46
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas	47
Tabel 5.1 Jumlah Siswa SMP Methodist 1 Kota Palembang Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin	50
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	51
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	51
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Indikator Pengetahuan	52
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	53
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Pendapatan Orang Tua pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	53
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Jumlah Uang Saku Pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	54
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi <i>fast food</i>	54
Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	55
Tabel 5.10 Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Soft Drink</i> pada Remaja SMP Methodist 1 Palembang	57
Tabel 5.11 Distribusi Frekuensi Durasi Tidur pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	58
Tabel 5.12 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	58
Tabel 5.13 Hubungan antara Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang	59

Tabel 5.14 Hubungan antara Pendapatan Orang Tua dengan Kejadian Overweight pada Siswa SMP Methodist 1 Palembang.....	60
Tabel 5.15 Hubungan antara Jumlah Uang Saku dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang.....	61
Tabel 5.16 Hubungan antara Frekuensi Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Overweight pada Remaja SMP Methodist 1 Palembang.....	61
Tabel 5.17 Hubungan antara Frekuensi Konsumsi Soft Drink dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang.....	62
Tabel 5.18 Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang.....	63
Tabel 5.19 Hubungan antara Durasi Tidur dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Methodist 1 Palembang.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	30
Gambar 2.1 Kerangka Pemilihan Sampel	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Inform Consent*

Lampiran 2 Kuesioner

Lampiran 3 Hasil Pengolahan Data

Lampiran 4 Surat Izin Validitas

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

Lampiran 6 Surat Keterangan Penelitian

Lampiran 7 Surat Kode Etik

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Overweight merupakan masalah kesehatan yang mempengaruhi baik negara maju maupun negara berkembang (Hadi, 2005). *Overweight* atau lebih dikenal sebagai kegemukan yang merupakan status gizi tidak seimbang akibat asupan gizi yang berlebihan sehingga menghasilkan ketidakseimbangan energi antara konsumsi makanan dan pengeluaran energi yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan. *Overweight* pada remaja perlu mendapatkan perhatian, karena *overweight* yang terjadi pada usia remaja cenderung akan berlanjut hingga dewasa dan lansia (Khomsan, 2003).

Overweight menjadi permasalahan yang tersebar diberbagai kalangan usia, termasuk pada anak dan remaja. Lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami *overweight* dan obesitas pada tahun 2016. Prevalensi *overweight* dan obesitas dikalangan anak-anak dan remaja usia 5-19 telah meningkat secara tajam dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016 (WHO, 2017). Menurut Jahari (2007) dari tahun ke tahun, masalah gizi lebih (*overweight* dan obesitas) di Indonesia ada kecenderungan meningkat secara konsisten dengan segala risikonya. Berdasarkan Riskesdas (2013), prevalensi remaja gemuk di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2010 hingga tahun 2013, yaitu dari 2,5% menjadi 10,8% pada remaja usia 13-15 tahun yang terdiri 8,3% *overweight* dan 2,5% obesitas. Prevalensi gemuk pada remaja usia 13–15 tahun di wilayah perkotaan lebih tinggi yaitu sebesar 12,1% dibandingkan dengan wilayah pedesaan yaitu sebesar 9,6%.

Provinsi Sumatera Selatan termasuk 13 provinsi dengan prevalensi gemuk pada remaja usia 13 – 15 tahun di atas angka nasional yaitu sebesar 11,9% yang terdiri dari 9,5% *overweight* dan 2,4% obesitas. Prevalensi gemuk pada remaja usia 13 – 15 tahun tertinggi di Provinsi Sumatera Selatan yaitu pada Kota Palembang sebesar 4,7% (Riskesdas, 2013). Keadaan ini perlu diwaspadai karena *overweight* merupakan faktor risiko dari berbagai penyakit tidak menular,

termasuk tekanan darah tinggi, diabetes, penyakit kardiovaskuler, dan berbagai macam kanker (Morris & Chin, 2004). *Overweight* tidak hanya berdampak secara fisik, tetapi juga berdampak terhadap psikis yaitu dapat menurunkan rasa percaya diri dan depresi (Barasi, 2007). *Overweight* dan obesitas terkait dengan lebih banyak kematian diseluruh dunia daripada *underweight* (WHO, 2017).

Overweight dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain faktor eksternal (tingkat sosial ekonomi, pengetahuan gizi, budaya) dan faktor internal (pola konsumsi, aktifitas fisik, faktor psikologi) (Suryaalamah, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Syahrir (2013), menjelaskan bahwa pengetahuan tentang gizi seimbang dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja. Dalam penelitiannya yang dilakukan di SMA Islam Athirah Kota Makassar menunjukkan bahwa sebanyak 60% responden dengan pengetahuan gizi yang cukup memiliki status gizi normal, dan sebanyak 40% responden memiliki pengetahuan gizi yang rendah memiliki status gizi kurang dan gizi lebih. Pengetahuan tentang gizi dinilai menjadi faktor yang paling penting yang mempengaruhi status gizi remaja dikarenakan pengetahuan gizi ini tidak hanya mempengaruhi pemilihan makan oleh remaja, tetapi pengetahuan tentang gizi juga mempengaruhi faktor- faktor lain yang berhubungan dengan status gizi remaja, di antaranya adalah citra tubuh dan aktivitas fisik remaja.

Pola konsumsi yang dapat menyebabkan meningkatnya kegemukan diantaranya konsumsi *fast food* dan *soft drink*. Hal ini diperkuat oleh penelitian Putri (2014) pada 40 siswi SMA Batik Surakarta, siswi yang mengkonsumsi *fast food* dengan frekuensi sering, beresiko 7 kali lebih besar untuk mengalami *overweight* bila dibandingkan dengan siswi yang frekuensi konsumsi *fast food*-nya sangat jarang. Hal ini dikarenakan *fast food* merupakan makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat. Kalori dan lemak yang berlebihan akan disimpan dalam tubuh, keadaan demikian yang terus menerus akan mengakibatkan penimbunan sehingga membuat orang menjadi *overweight* (Mardatillah, 2008). Minuman ringan (*soft drink*) mengandung tinggi gula yang berkontribusi terhadap peningkatan asupan energi (Seidell dan Visscher, 2004). Peningkatan asupan energi ini berkaitan dengan meningkatnya risiko gizi lebih (Duncan *et al*, 2011). Hasil penelitian Mokoagouw *et al* (2017) menjelaskan

bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *soft drink* terhadap status gizi remaja.

Pendapatan menjadi salah satu penyebab kejadian kelebihan berat badan. Pendapatan seseorang akan berpengaruh terhadap daya beli dan perilaku seseorang dalam mengkonsumsi makanan dimana konsumsi makanan akan mempengaruhi status gizi seseorang (Supriasa *et al*, 2002). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Muktiharti *et al* (2011) menunjukkan hasil yang signifikan antara tingkat pendapatan orang tua terhadap kejadian kelebihan berat badan. Penelitian oleh Husanah (2011), menjelaskan terdapat hubungan yang bermakna antara uang jajan anak dengan terjadinya *overweight*.

Aktivitas fisik merupakan faktor penting yang mempengaruhi status gizi remaja. Remaja yang kurang melakukan aktifitas fisik sehari-hari, menyebabkan tubuhnya kurang mengeluarkan energi. Oleh karena itu jika asupan energi berlebih tanpa diimbangi aktivitas fisik yang seimbang maka seseorang remaja mudah mengalami kegemukan (Brown, 2013). Berdasarkan hasil penelitian Ratna (2012) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan status gizi yang mana diketahui remaja yang memiliki aktivitas fisik tidak rutin berisiko 1,223 kali mengalami gizi lebih..

Selain dari aktivitas fisik, pada masa remaja kebanyakan dari mereka kurang memperhatikan waktu tidur, padahal kurang atauukupnya waktu tidur dinilai sangat mempengaruhi status gizi remaja. Remaja dengan waktu tidur yang kurang, memiliki risiko lebih besar untuk mengalami masalah gizi lebih dikarenakan terjadinya perubahan hormon yang berkontribusi terhadap kenaikan Indeks Massa Tubuh (IMT) remaja (Patel, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Shi *et al* (2010) pada anak-anak Australia usia 5-15 tahun menemukan bahwa hubungan antara durasi tidur (< 9 jam) dan kelebihan berat badan lebih kuat pada kelompok remaja awal .

SMP Methodist 1 Palembang merupakan salah satu sekolah yang berada di pusat kota Palembang yang terletak tidak jauh dari akses ke pusat perbelanjaan (*mall*) dan *restaurant* atau rumah makan siap saji. Maka dari itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang. Variabel

independen pada penelitian ini adalah pengetahuan gizi, pendapatan orang tua, jumlah uang saku, konsumsi *fast food* dan *soft drink*, aktivitas fisik dan durasi tidur sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah kejadian *overweight*.

1.2 Rumusan Masalah

Remaja usia 12-15 tahun termasuk ke dalam fase remaja awal atau pubertas. Pada fase ini remaja mengalami pertumbuhan fisik dan seksual, secara umum didominasi dengan perubahan pubertas individual. Perubahan fisik karena bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh, dan terjadinya perubahan hormonal mempengaruhi kebutuhan gizi remaja (Monk's *et al*, 2002). Remaja usia 12-15 tahun belum sepenuhnya matang baik secara fisik, kognitif, dan psikososial sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan. Informasi-informasi baru yang diterima baik dari media massa, televisi, film atau orang-orang di sekitarnya cenderung membuat remaja cukup tinggi bereksperimen karena remaja belum memiliki konsep yang mantap tentang masa depan dan keadaan emosinya masih labil. Selain itu, hal yang sering terjadi pada fase ini remaja suka membandingkan diri dengan orang lain, sangat mudah terpengaruh oleh teman sebaya, lebih menginginkan kebebasan dan mulai menjauh dari lingkungan keluarga. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi untuk kesenangan dan upaya tidak kehilangan status, karena itulah status gizi remaja menjadi hal yang penting untuk dipantau (Moehji, 2003).

Berdasarkan data Riskesdas, prevalensi gemuk pada remaja usia 13 – 15 tahun di Sumatera Selatan mengalami peningkatan dari tahun 2010 hingga tahun 2013, yaitu dari 2,3 % menjadi 11,9 %. Pada tahun 2013, provinsi Sumatera Selatan termasuk 13 provinsi dengan prevalensi gemuk pada remaja usia 13 – 15 tahun di atas angka nasional. Maka dari itu peneliti ingin melihat faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor - faktor yang berhubungan kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran prevalensi *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
2. Mengetahui gambaran karakteristik siswa (jenis kelamin) di SMP Methodist 1 Palembang.
3. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
4. Mengetahui gambaran pendapatan orang tua pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
5. Mengetahui gambaran jumlah uang saku pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
6. Mengetahui gambaran frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
7. Mengetahui gambaran frekuensi konsumsi *soft drink* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
8. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
9. Mengetahui gambaran durasi tidur pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
10. Mengetahui hubungan jenis kelamin terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
11. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
12. Mengetahui hubungan pendapatan orang tua terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
13. Mengetahui hubungan jumlah uang saku terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.

14. Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
15. Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *soft drink* terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
16. Mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.
17. Mengetahui hubungan durasi tidur terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMP Methodist 1 Palembang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada siswa SMP, pengetahuan, wawasan dan pengalaman serta dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Sarana untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam menganalisis faktor- faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada siswa SMP.

2. Bagi Institusi Sekolah

Dapat memberikan gambaran prevalensi kejadian *overweight* pada siswa sekolah tersebut. Pihak sekolah diharapkan dapat menjadi tempat sarana edukasi bagi siswa dalam meningkatkan upaya pendidikan gizi di sekolah, memberikan informasi tentang makanan yang bergizi dan seimbang yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan.

3. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Sebagai referensi keilmuan mengenai gizi, khususnya faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada siswa SMP dan sebagai informasi dan dokumentasi data penelitian yang dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Ruang Lingkup

1.5.1 Lingkup Lokasi

Lokasi penelitian dilakukan SMP Methodist 1 Palembang, Prov. Sumatera Selatan.

1.5.2 Lingkup Materi

Materi dari penelitian ini adalah untuk melakukan analisis “Faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian *overweight* pada siswa SMP Methodist 1 Palembang”.

1.5.3 Lingkup Waktu

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Agustus tahun 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes dan Poppy. 2003. Mencegah dan Mengatasi Kegemukan Pada Balita. Puspa Swara. Jakarta
- Al Dossary, S. S., Sarkis, P. E., Hassan, A., Ezz El Regal, M., & Fouda, A. E. 2010. Obesity in Saudi children: a dangerous reality. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 16(9), 1003-1008.
- Ali, Muhammad dan Asrori, Muhammad. (2006). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Allo, Balle, *et al.* 2013. Hubungan antara pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian gizi lebih pada siswa SDN Suriman 1 Makassar.
- Almatsier, S. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Umum.
- Amelia, Friska dan Hadi Riyadi. Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Pada Remaja Di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Propinsi Jambi. IPB. Bogor; 2008.
- Amin, T. T., Al-Sultan, A. I., & Ali, A. 2008. Overweight and obesity and their relation to dietary habits and socio-demographic characteristics among male primary school children in Al-Hassa, Kingdom of Saudi Arabia. *European journal of nutrition*, 47(6), 310.
- Ashurst, P.R., 2005. Chemistry and Technology of Soft drinks and Fruit Juices. 2nd Edn., Vol. III (4) Blackwell Scientific Publication, London, pp: 433.
- Asmadi. 2008. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Asmika., Ruhana, A., Febriyani, M. 2013. Hubungan Daya Tarik Iklan Fastfood pada Media Massa, Asupan Makan dan Frekuensi Konsumsi Fastfood dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 3 Pontianak.
- Baliwati, Y. F, *et al.* 2004. *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Barasi, M. 2007. *Nutrition at Glance*. Jakarta: Erlangga.
- Brown, E Judith., 2006. *Nutrition Through The Life Cycle 2nd Edition*. United State of America: Thomson Wadsworth.

- Cahyadi, W. 2006. *Kajian dan Analisis Bahan Tambahan Pangan Edisi Pertama*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Cahyadi, Wisnu, 2009, *Analisis dan Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Pangan*, 5-60, Bumi Aksara, Jakarta.
- Chandra, Budiman. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Chaput, J. P., Brunet, M., & Tremblay, A. 2006. Relationship between short sleeping hours and childhood overweight/obesity: results from the ‘Quebec en Forme’ Project. *International journal of obesity*, 30(7), 1080.
- Damayanti, A. E. 2016. Hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi remaja putri. (*Doctoral dissertation, Universitas Airlangga*).
- de Gouw, L., Klepp, K. I., Vignerová, J., Lien, N., Steenhuis, I. H., & Wind, M. 2010. Associations between diet and (in) activity behaviours with overweight and obesity among 10–18-year-old Czech Republic adolescents. *Public health nutrition*, 13(10A), 1701-1707.
- Departemen Kesehatan RI. 2007. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia Tahun 2007*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI.
- Departemen Kesehatan RI. 2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. 2011. *Keputusan Menteri Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Djoko, P. I. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET.
- Duncan, G. E., Li, S. M., & Zhou, X. H. 2004. Prevalence and trends of a metabolic syndrome phenotype among US adolescents, 1999–2000. *Diabetes care*, 27(10), 2438-2443.
- Duncan, S., Duncan, E. K., Fernandes, R. A., Buonani, C., Bastos, K. D., Segatto, A. F., ... & Freitas, I. F. 2011. Modifiable risk factors for overweight and obesity

- in children and adolescents from São Paulo, Brazil. *BMC Public Health*, 11(1), 585.
- Emilia, E. 2008. Pengembangan Alat Ukur Pengetahuan, Sikap, Dan Praktek Gizi pada Remaja [Skripsi]. *Bogor. Sekolah Pascasarjana, Institut Pertanian Bogor*.
- Endang, M. 2013. Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan. *Bandung: Alfabeta*.
- Erpridawati, D. D. 2012. Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi dengan Status Gizi Siswa SMP DI Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Fahmida, U., Dillon, D. H. 2007. *Handbook Nutritional Assesment. Universitas Indonesia*. Jakarta: SEAMEO-UI.
- Farida, Ida.. 2010. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Di Indonesia Tahun 2007. Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Fisher, J. O., Mitchell, D. C., Smiciklas-Wright, H., Mannino, M. L., & Birch, L. L. 2004. Meeting calcium recommendations during middle childhood reflects mother-daughter beverage choices and predicts bone mineral status. *The American journal of clinical nutrition*, 79(4), 698-706.
- Fong, H. 1995. Fast Food : A Matter Of Balance. Naskah lengkap Pendidikan Kedokteran Berkelanjutan Ilmu Kesehatan Anak XXXV. Jakarta.
- French, S. A., Story, M., Neumark-Sztainer, D., Fulkerson, J. A., & Hannan, P. 2001. Fast food restaurant use among adolescents: associations with nutrient intake, food choices and behavioral and psychosocial variables. *International journal of obesity*, 25(12), 1823.
- Garaulet, M., Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Rey-Lopez, J. P., Beghin, L., Manios, Y., ... & Molnár, D. 2011. Short sleep duration is associated with increased obesity markers in European adolescents: effect of physical activity and dietary habits. The HELENA study. *International journal of obesity*, 35(10), 1308.
- Garliah, Lili., 2009. Pengaruh tidur bagi perilaku manusia. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.

- Gibney, M.J., *et al.* 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Gibson, R. S. 2005. *Principles of Nutritional Assessment Second Edition*. New York: Oxford University Press Inc.
- Hadi, H. 2005. *Beban Ganda Masalah Gizi Dan Implikasinya Terhadap Kebijakan pembangunan Kesehatan Nasional*. Yogyakarta: UGM.
- Hajian-Tilaki, K. O., Sajjadi, P., & Razavi, A. 2011. Prevalence of overweight and obesity and associated risk factors in urban primary-school children in Babol, Islamic Republic of Iran. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 17(2), 109.
- Handari, S. R. T., & Loka, T. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Lebih Remaja SMA Labschool Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13(2), 153-162.
- Hanum, T. S. L., & Dewi, A. P. 2015. Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 2(1), 750-758.
- Harjatmo, T. P., & Imanti, A. N. 2017. Skill Of Cadre In Determining Plotting Point On Growth Chart According To Characteristics, Source Information And Knowledge Of Cadre. *Sanitas: Jurnal Teknologi Dan Seni Kesehatan*, 8(1), 21-28.
- Harper, *et al.* 1985. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. (Suhardjo, penerjemah). Jakarta: UI Press.
- Hastuti, D.T. 2008. Faktor Risiko Frekuensi Konsumsi Fast Food Terhadap Kejadian Kegemukan (*Overweight*) Pada Remaja Di SMA Batik 1 Surakarta. Skripsi. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hayati F. 2000. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi fast food waralaba modern dan tradisional pada remaja siswa SMU Negeri di Jakarta Selatan. [Skripsi]. Bogor. Institut Pertanian Bogor.
- Hidayat A. Aziz Alimul, Musrifatul. 2008. *Ketrampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika

- Huda, N. 2010. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi lebih pada remaja akhir di Indonesia (analisis data riskesdas tahun 2007). Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Husanah, E. 2017. Hubungan pengetahuan gizi, uang jajan dan pendapatan orang tua dengan kejadian *overweight* pada siswa kelas 4 dan 5 SDN 001 Sukajadi Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 1(1), 73-78.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. 2013. Nutrisi Pada Remaja (*online*). . <http://idai.or.id/public-articles/seputar-kesehatananak/nutrisi-pada-remaja.html> diakses : 20 Maret 2018.
- Irianto, Agus. 2007. *Statistika Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Kencana.
- Jacobson. 2003. Minuman Ringan Dibalik Kenikmatannya Ada Bencana (*online*). <http://www.itjen.depkes.go.id> diakses: 20 Maret 2018.
- Jahari, A. B. 2007. Ukuran lingkaran pergelangan tangan sebagai indikator kegemukan pada anak usia sekolah dasar di Kota Bogor Jawa Barat. *Gizi Indonesia*, 30(2).
- Karim, M. A. 2017. Hubungan asupan makanan, aktivitas fisik dengan status gizi peserta didik kelas VII SMP Negeri 5 Sleman. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(12).
- Kaunang, C. 2016. Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Pada Siswa SMP Kristen Tateli Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *PHARMACON*, 5(1).
- Kementerian Kesehatan. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementrian Kesehatan RI. 2012. *Peningkatan Kebugaran Jasmani di Tempat Kerja Panduan Bagi Dokter dan Perawat*. Jakarta.
- Khasanah, N. 2014. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Konsumsi Western Fast Food (Frekuensi Dan Sumbangan Energi) Dengan Status Gizi Remaja Di Smp Muhammadiyah 10 Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Khomsan, A. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. Raya Grafindo Persada.

- Khomsan, A. 2004. *Pengantar Pangan Dan Gizi*. Depok: Penebar Swadaya.
- KlokMd, *et.al.* 2007. The Role Of Leptin And Ghrelin In The Regulation Of Food Intake And Body Weight In Humans: A Review. *Obes review*. 8(1):21-34.
- Kowalski K.C., Crocker R.E., Donen R.M. 2004. The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual Saskatoon. Canada : University of Saskatchewan.
- Kristianti, N., & Sarbini, D. 2009. Hubungan pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi fast food dengan status gizi siswa sma negeri 4 surakarta, 2(1), 39-47.
- Kusumajaya, Yaya. 2007. Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja (SLTP dan SLTA) di Wilayah DKI Jakarta Tahun 2005 (Penilaian Data Sekunder Penilaian Status Gizi Anak Sekolah dan Remaja di 10 Kota Besar di Indonesia). Jakarta, Tesis Program Pasca Sarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKM-UI.
- Lemeshow, S. 1997. *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Gajah Mada University
- Mahardikawati, V. A., & Roosita, K. 2008. Aktivitas fisik, asupan energi dan status gizi wanita pemetik teh di PTPN VIII Bandung, Jawa Barat. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 3(2), 79-85.
- 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*, 1(2), 69-77.
- Mardatillah. 2008. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Faktor Lain Dengan Gizi Lebih Pada Remaja SMU Sudirman Jakarta Timur. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Depok.
- Marni. 2013. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka pelajar
- Minehira K, Vega N, Vidal H, Acheson K, Tappy L. Effect of Carbohydrate Overfeeding on Whole Body Macronutrient Metabolism and Expression of Lipogenic Enzymes in Adipose Tissue of Lean And Overweight Humans. *Int J Obes*. 2004; 28 (10): 1291–8.

- Moehji, S. 2003. *Ilmu Gizi 2 : Penanggulangan Gizi Buruk*. Jakarta: Papas Sinar Siranti
- Mokoagouw, C., Kapantow, N., & Rattu, A. J. M. 2018. Hubungan antara aktivitas fisik, screen time dan konsumsi minuman ringan dengan status gizi pada siswa SMA Rex Mundi Manado. *Paradigma*, 5(2).
- Monks, *et al.* 2002. *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta : Gajah Mada University Press.
- Morrill, A. C., & Chinn, C. D. 2004. The obesity epidemic in the United States. *Journal of Public Health Policy*, 25(3-4), 353-366.
- Muktiharti, S., Purnomo, I., & Saleh, R. 2011. Faktor risiko kejadian obesitas pada remaja SMA Negeri 2 dan SMA Negeri 3 di Kota Pekalongan Tahun 2010. *Pena Medika Jurnal Kesehatan*, 3(1).
- Najmah. 2011. *Manajemen dan Analisis Data Kesehatan Kombinasi Teori dan Aplikasi SPSS*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Napitu, N. 1994. Perilaku Jajan di Kalangan Siswa SMA di Kota dan di Pinggiran Kota DKI Jakarta [Tesis]. *Bogor: Institut Pertanian Bogor*.
- Nasoetion, A & Khomsan, A. 1995. Aspek Gizi dan Kesehatan dalam Pembangunan Pertanian. Bogor: Makalah yang disajikan dalam lokakarya eksekutif dalam rangka training integritas gizi dan kesehatan dalam pembangunan pertanian.
- Nirwana A. 2012. *Obesitas anak dan pencegahannya*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Noviyanti, R. D., & Marfuah, D. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja di Kelurahan Purwosari Laweyan Surakarta. *URECOL*, 421-426.
- Nurfatimah, H. 2007. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Persen Lemak Tubuh (PLT) pada Prajurit Batalyon-33 Cijantung Jakarta Timur Tahun 2007. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya*. Depok

- Oktaviani, W. D. 2012. Hubungan kebiasaan konsumsi fast food, aktivitas fisik, pola konsumsi, karakteristik remaja dan orang tua dengan indeks massa tubuh (IMT)(studi kasus pada siswa SMA Negeri 9 Semarang tahun 2012). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2), 542-553.
- Patel, S. R., & Hu, F. B. 2008. Short sleep duration and weight gain: a systematic review. *Obesity*, 16(3), 643-653.
- Potter, & Perry, A. G. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume.2*. Jakarta: EGC.
- Prabowo, A. 2016. Hubungan frekuensi makan di luar rumah dan jumlah uang jajan dengan kejadian gizi lebih pada mahasiswi di surakarta. (*Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret*).
- Proverawati, A dan Wati, E K. 2011. *Ilmu Gizi untuk Perawat dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Yulia Medika.
- Puhl, R. M., & Latner, J. D. 2007. Stigma, obesity, and the health of the nation's children. *Psychological bulletin*, 133(4), 557.
- Purnamawati, I., 2009. *Prevalensi Obesitas di Indonesia*. Universitas Indonesia.
- Putri, K. A., Ahmad Farudin, S. K. M., & Rusdin Rauf, S. T. P. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Jumlah Uang Saku Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Siswa SMP N 25 Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Putri, L. N. 2014. *Hubungan Pola Konsumsi Fastfood Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Putri Di SMA Batik 1 Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)
- Putri, RA. 2004. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Porsen lemak Tubuh pada Siswi SMA Al Azhar I dan SMK Negeri 8 Jakarta Selatan Tahun 2004. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Depok.
- Putri, V. R., Angkasa, D., & Nuzrina, R. 2017. Konsumsi Fast Food, Soft Drink, Aktivitas Fisik, dan Kejadian Overweight Siswa Sekolah Dasar di Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 4(1), 48-58.

- Rahmi, N. 2016. Perbedaan Pola Konsumsi Fast Food Dan Soft Drink Pada Remaja Putri Overweight Dan Non Overweight Di SMA Assalam Surakarta. (*Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*).
- Sada, M., Hadju, V., & Dachlan, D. M. 2012. Hubungan Body Image, Pengetahuan Gizi Seimbang, Dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa Politeknik Kesehatan Jayapura. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 2(1), 44-48.
- Samosir, Inge Arissa. 2008. Hubungan antara citra tubuh, pola konsumsi dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja putri SMP St. Kristoforus 2 Jakarta Barat. Depok, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Sari, R. I. 2012. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Usia 12-15 tahun di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Sekunder Riskesdas Tahun 2007). Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Depok.
- Saryono. 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan : Penuntun Praktis Bagi Pemula. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Sastroasmoro, S. 2011. Sofyan I. *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis. Edisi ke-4. Jakarta: Agung Seto.*
- Serly, V., Sofian, A., & Ernalina, Y. 2015. Hubungan Body Image, Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau*, 2(2), 1-14.
- Shi, Z., Taylor, A. W., Gill, T. K., Tuckerman, J., Adams, R., & Martin, J. 2010. Short sleep duration and obesity among Australian children. *BMC Public Health*, 10(1), 609.
- Singal, G. A., Mayulu, N., & Rattu, A. J. M. 2018. Hubungan antara aktivitas fisik, screen time dan konsumsi minuman ringan dengan status gizi pada siswa sma katolik frater don bosco manado. *Paradigma*, 5(2)
- Soekirman. 2011. Takin the Indonesian nutrition history to leap into betterment of the future generation : development of the Indonesian Nutrition Guidelines. *Asia Pasific Journal of Clinical Nutrition*.

- Sugiyono. 2010. *Metodelogi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, *et al.* 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Kedokteran EGC
- Supariasa, I. D. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit EGC.
- Supariasa, I. D. 2010. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Surjana, J. Enud, Hardjoprakoso, Winahyo. 1986. Kegemukan dalam Obstetri dan Ginekologi dalam Kegemukan Masalah dan Penanggulangannya. (*Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*).
- Suryaalamsah, II. 2009. Konsumsi Fastfood dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kegemukan Anak Sekolah di SD Bina Insani Bogor. Tesis. Sekolah Pascasarjana. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Swastika, Maria I.V. 2012. Hubungan Jenis Kelamin, Karakteristik Ibu dan Faktor Lain Dengan Status Gizi Lebih Pada Siswa di Depok. Skripsi. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Syahrir. 2013. *Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta: PT Gramedia.
- Syarifatun. 2013. Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaha di Perkotaan. *Jurnal UJPH* vol. 2 No. 1, 2013.
- Tapan, Erik. 2007. *Penyakit Degeneratif*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Visscher, T. L., Rissanen, A., Seidell, J. C., Heliövaara, M., Knekt, P., Reunanen, A., & Aromaa, A. 2004. Obesity and unhealthy life-years in adult Finns: an empirical approach. *Archives of Internal Medicine*, 164(13), 1413-1420.
- Wahyu, Genis Ginanjar. 2009. *Obesitas Pada Anak*. Yogyakarta : B First –Bentang Pustaka
- WHO (World Health Organization). 2017. *Obesity and Overweight (online)*. <http://new.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> diakses pada tanggal 30 Maret 2018.
- Widodo, R. 2008. Mengenal Minuman Ringan Berkarbonasi (Softdrink). Universitas 17 Agustus 1945. Surabaya
- Willett, W. 1998. *Nutritional Epidemiology*. New York: Oxford University Press

- World Health Organization & Delisle, H. 2005. Nutrition in adolescence: issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development.
- Yoon, J. S., & Lee, N. J. 2010. Dietary patterns of obese high school girls: snack consumption and energy intake. *Nutrition Research and Practice*, 4(5), 433-437.
- Yulnefia. 2015. Kejadian Overweight Pada Remaja Di Sekolah Menengah Analisis Kesehatan Abdurrab. Jurnal. Pekanbaru: Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Abdurrab.
- Zulfa, F. 2011. Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Moederen dengan Status Gizi.