

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK REMAJA, POLA MAKAN,
PENDIDIKAN ORANG TUA DAN PENDAPATAN KELUARGA
TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA-SISWI
SMP XAVERIUS MARIA PALEMBANG
TAHUN AJARAN 2011/2012**

Skripsi

**Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S. Ked)**



Oleh :

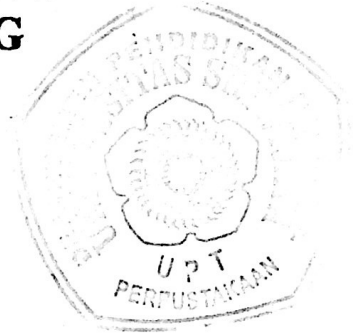
Yayuk Suzena

04081001005

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UMUM
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2012**

S
616.398.07.
Yay
h
2012.

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK REMAJA, POLA MAKAN,
PENDIDIKAN ORANG TUA DAN PENDAPATAN KELUARGA
TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA-SISWI
SMP XAVERIUS MARIA PALEMBANG
TAHUN AJARAN 2011/2012**



Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S. Ked)



Oleh :
Yayuk Suzena
04081001005

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UMUM
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2012**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KARAKTERISTIK REMAJA, POLA MAKAN, PENDIDIKAN ORANG TUA DAN PENDAPATAN KELUARGA TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA-SISWI SMP XAVERIUS MARIA PALEMBANG TAHUN AJARAN 2011/2012

Oleh:
YAYUK SUZENA
04081001005

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran
Telah diuji oleh tim penguji dan disetujui oleh pembimbing

Palembang, Januari 2012

Pembimbing I

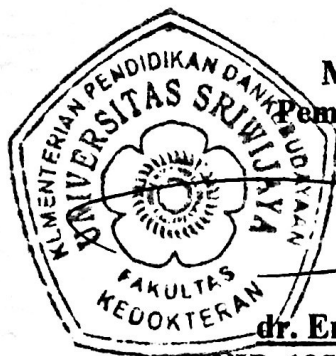


dr. Syarif Husin, MS
NIP. 196112091 992031 003

Pembimbing II



dr. Safyudin, M.Biomed
NIP. 1967090319 970210 001



**Mengetahui,
Pembantu Dekan I**


dr. Erial Bahar, M.Sc
NIP. 19511114 197701 1 001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, ~~magister, dan/atau doktor~~ *), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, Januari 2012
Yang membuat pernyataan



Yayuk Suzena
04081001005

*Coret yang tidak perlu

ABSTRAK

HUBUNGAN KARAKTERISTIK REMAJA, POLA MAKAN, PENDIDIKAN ORANG TUA DAN PENDAPATAN KELUARGA TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA-SISWI SMP XAVERIUS MARIA PALEMBANG TAHUN AJARAN 2011/2012

(Yayuk Suzena, 62 Halaman, 2012)

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan penting di berbagai negara. Prevalensi obesitas pada anak dan remaja mengalami peningkatan tiap tahunnya. Indonesia khususnya Sumatera Selatan, prevalensi obesitas menurut indikator berat badan dan tinggi badan mencapai 20,9%. Prevalensi obesitas mencapai 16% pada laki-laki dan 11% pada perempuan. Obesitas pada masa anak dan remaja berisiko tinggi mengalami obesitas di masa dewasa serta berpotensi mengalami penyakit metabolik dan degeneratif. Penelitian ini merupakan penelitian survei deskriptif analitik dengan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk menganalisis hubungan katakteristik remaja (umur, jenis kelamin, usia *menarche*, uang saku), pola makan (asupan energi, asupan protein, jumlah makanan), pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga terhadap kejadian obesitas pada remaja di SMP Xaverius Maria Palembang. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 726 orang dengan sampel sebanyak 102 orang, terdiri dari 51 orang laki-laki dan 51 orang perempuan yang dipilih secara *stratified random sampling*. Analisis data dilakukan dengan uji statistik univariat dan bivariat. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan jenis kelamin ($p < 0,05$) terhadap kejadian obesitas dan kegemukan pada siswa-siswi sekolah menengah pertama swasta di Kecamatan Ilir Timur I Kota Palembang. Kejadian obesitas dan kegemukan pada siswa-siswi sekolah menengah pertama swasta di Kecamatan Ilir Timur I memiliki hubungan dengan variabel jenis kelamin terutama laki-laki, sedangkan kategori umur, usia *menarche*, uang saku, pola makan (asupan energi, asupan protein, jumlah makanan), pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga tidak memiliki hubungan terhadap kejadian obesitas dan kegemukan ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas pada remaja cukup tinggi yaitu mencapai 9,8% dan prevalensi kegemukan mencapai 18,6%.

Kata kunci: Obesitas, Karakteristik Remaja, Pola Makan, Pendidikan Orang Tua, Pendapatan Keluarga.

ABSTRACT

CORRELATION OF ADOLESCENT CHARACTERISTIC, MEAL PATTERN, LEVEL OF PARENTS EDUCATION AND FAMILY INCOME ON OBESITY AT SMP XAVERIUS MARIA PALEMBANG STUDENTS 2011/2012

*(Yayuk Suzena, 62 Pages, 2012)
Medical Faculty of Sriwijaya University*

Obesity is one of the important medical problem in many countries. The prevalence of obesity in children and adolescent is increasing every year. In Indonesian especially South Sumatera, the prevalence of obesity based indicator body weight and body height reached 20,9%. The Prevalence of obesity reached 16% in boy and 11% in girl. Obesity in children and adolescent have a high risk of obesity in adulthood and potentially experiencing metabolic and degenerative diseases. This study is a survey descriptive analytical with cross sectional design to describe the correlation of adolescent characteristic (age, sex, menarche age, allowance), meal pattern (energy supply, protein supply, food frequency), level of parents education and family income on obesity at SMP Xaverius Maria Palembang. The population in this study are 726 students with 102 samples, consist of 51 boy-students and 51 girl-students that selected through stratified random sampling technique. The data obtained were analyzed by using univariate and bivariate statistical tests. The result of bivariate analyze shows that there is a correlation between sex category ($p < 0,05$) and the incident of obesity and overweight in the students of private secondary schools in Ilir Timur I Sub-district, Palembang. The incident of obesity and overweight in the students of private secondary schools in Ilir Timur I Sub-district is correlated by the variable of sex especially in boy-student, while the variables of age category, menarche age, meal pattern (energy supply, protein supply, eating frequency), level of parents education and family income does not have any correlation ($p > 0,05$). From the result of study indicate, that the prevalence of obesity on adolescent is high enough reached 9,8% and the prevalence of overweight reached 18,6%.

Key words: Obesity, Adolescent Characteristic, Meal Pattern, Level of Parents education, Family Income

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis masih diberikan kesehatan, kesempatan, kekuatan serta petunjuk dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Karakteristik Remaja, Pola Makan, Pendidikan Orang Tua dan Pendapatan Keluarga terhadap Kejadian Obesitas pada Siswa-Siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012” sebagai syarat mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked).

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dr.Syarif Husin, MS sebagai pembimbing substansi dan dr.Safyuddin, M.Biomed sebagai pembimbing metodologi penelitian yang telah memberikan waktu, pikiran dan dengan penuh kesabaran membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih kepada dr.Hertanti Indah Lestari, Sp.A sebagai penguji yang telah memberikan saran konstruktif demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak SMP Xaverius Maria Palembang yang menyambut penelitian ini dengan sangat antusias, terutama adik-adik sebagai sampel penelitian ini yang sangat membantu dalam proses pengumpulan data. Teman-teman seperjuangan serta para sahabat yang selalu memberikan dorongan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih yang terhingga.

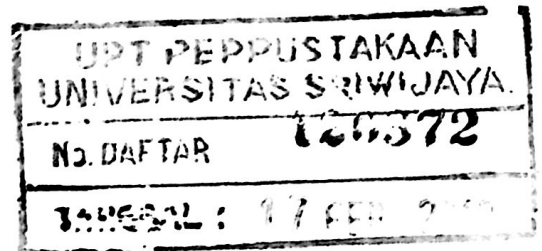
Ucapan terima kasih penulis persembahkan setulus hati kepada keluarga besar, kepada ayahanda Septi Yono Hardi, Ama.Pd dan ibunda Yasmi, S.Pd yang karena cinta dan kasih mereka penulis selalu kuat dan tegar untuk terus belajar sampai dengan saat ini. Kedua kakanda Helmi Yosepa, S.Psi., Dody Oktawan, S.Hut dan adinda Susi Puspita Sari, serta Rahman Setiawan “my hero” yang tidak pernah berhenti memberikan dorongan semangat dari awal sampai akhir penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa tulisan yang penulis tuangkan dalam skripsi ini masih belum sempurna. Kritik dan saran yang konstruktif akan sangat berguna demi menyempurnakan skripsi ini menjadi lebih baik. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis, tetapi bermanfaat bagi semua pembaca dan dapat memberikan inspirasi untuk penelitian selanjutnya.

Palembang, Januari 2012



Penulis



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Landasan Teori.....	5
2.1.1. Gizi Lebih dan Obesitas.....	5
2.1.1.1. Definisi Gizi Lebih dan Obesitas.....	5
2.1.1.2. Prevalensi Obesitas.....	5
2.1.1.3. Etiologi dan Faktor yang Mempengaruhi Obesitas.....	7
2.1.1.4. Patofisiologi Obesitas.....	13
2.1.1.5. Kriteria Obesitas.....	14
2.1.1.6. Gejala Klinis Obesitas.....	15
2.1.1.7. Dampak yang Berhubungan dengan Obesitas.....	16
2.1.1.8. Pencegahan Obesitas.....	16
2.1.2. Pola Makan.....	17
2.1.2.1. Pengertian Pola Makan.....	17
2.1.2.2. Klasifikasi Pola Makan.....	19
2.1.2.1. Pola Makan Sehat dan Seimbang.....	20
2.1.3. Kebutuhan Gizi Remaja.....	22
2.1.4. Pendidikan Orang Tua.....	24
2.1.5. Pendapatan Keluarga.....	24
2.2. Kerangka Teori.....	25
2.3. Kerangka Konsep.....	26
2.4. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1. Jenis Penelitian.....	27
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
3.2.1. Waktu Penelitian.....	27
3.2.2. Tempat Penelitian.....	27
3.3. Populasi dan Sampel.....	27

3.3.1. Populasi.....	27
3.3.2. Sampel.....	27
3.3.3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	28
3.3.4. Cara Pengambilan Sampel	29
3.4. Variabel Penelitian.....	29
3.4.1. Variabel Independen	29
3.4.2. Variabel Dependen.....	30
3.5. Definisi Operasional.....	30
3.6. Kerangka Operasional.....	36
3.7. Cara Kerja/Cara Pengumpulan Data	36
3.7.1. Data Primer	37
3.7.2. Data Sekunder	37
3.8. Cara Pengolahan dan Analisis Data	37
3.9. Jadwal Kegiatan	39
3.10. Etika Penelitian	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	40
4.2. Gambaran Karakteristik Responden	40
4.3. Obesitas	45
4.4. Analisis Bivariat.....	46
BAB V PEMBAHASAN	
5.1. Hubungan Karakteristik Remaja terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	50
5.1.1. Hubungan Umur terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	50
5.1.2. Hubungan Jenis Kelamin terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	51
5.1.3. Hubungan Usia <i>Menarche</i> terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	51
5.1.4. Hubungan Uang Saku terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	52
5.2. Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	53
5.3. Hubungan Pendidikan Orang Tua terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	54
5.4. Hubungan Pendapatan Keluarga terhadap Kejadian Obesitas dan Kegemukan	55
5.5. Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1. Kesimpulan	57
6.2. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
BIODATA	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Nilai IMT Berdasarkan Departemen Kesehatan RI.....	14
2. Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan Grafik NCHS	14
3. Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	15
4. Penggolongan Obesitas Berdasarkan Pengukuran Lingkar Perut dan Panggul ..	15
5. Dampak Obesitas	16
6. Angka Kecukupan Gizi Remaja Laki-Laki dan Perempuan yang Dianjurkan...	23
7. Jadwal Kegiatan.....	39
8. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Remaja, Pola Makan Pendidikan Orang Tua dan Pendapatan Keluarga	42
9. Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi dan Jenis Bahan Makanan yang Dikonsumsi	43
10. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi (IMT Depkes 2003).....	45
11. Distribusi Responden Menurut Status Obesitas (Berdasarkan Rasio Lingkar Perut dan Panggul).....	46
12. Distribusi Karakteristik Remaja, Pola Makan Pendidikan Orang Tua dan Pendapatan Keluarga terhadap Kejadian Obesitas	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pola Makan Sehat dan Seimbang	20
2. Kerangka Teori	25
3. Kerangka Konsep	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pemberitahuan Kepada Orang Tua/Wali.....	63
2. Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	64
3. Kuesioner Penelitian	65
4. Data Hasil Formulir <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ).....	70

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Obesitas merupakan suatu keadaan patologis yaitu terdapatnya penimbunan lemak berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh yang normal. Hal ini terjadi akibat ketidakseimbangan energi, jumlah asupan melebihi jumlah keluaran energi dalam jangka waktu tertentu^{1,2}. Obesitas menjadi masalah karena masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa gemuk adalah sehat dan merupakan lambang kemakmuran dan kesuburan¹.

Kejadian obesitas banyak terjadi pada tahun pertama kehidupan, usia 5-6 tahun dan pada masa remaja¹. Obesitas yang terjadi pada usia remaja akan menurunkan angka harapan hidup sebanyak 5-20 tahun³. Prevalensi obesitas pada anak dan remaja mengalami peningkatan setiap tahunnya. Prevalensi obesitas di Amerika Serikat meningkat empat kali lipat dari tahun 1996 sampai 2004⁴ dan Indonesia khususnya Sumatera Selatan, prevalensi obesitas menurut indikator berat badan dan tinggi badan mencapai 20,9% dengan prevalensi laki-laki 16,0% dan perempuan 11,0%. Obesitas pada anak dan remaja berisiko tinggi menjadi obesitas di masa dewasa serta berpotensi mengalami penyakit metabolik dan degeneratif⁵. Penelitian juga dilakukan pada remaja sekolah menengah pertama di Kecamatan Bukit Kecil Kota Palembang didapatkan 28% mengalami obesitas, laki-laki sebanyak 16% dan perempuan 12%⁶.

Kejadian obesitas juga memiliki kaitan dengan jenis kelamin. Remaja laki-laki lebih banyak mengalami obesitas daripada perempuan karena gaya hidup atau pola makan yang kurang baik. Laki-laki umumnya lebih banyak memiliki upaya sendiri untuk mengatasi tekanan dengan banyak makan, mengkonsumsi alkohol, dan merokok. Perempuan cenderung lebih banyak berdiam diri di rumah dengan tetap menjaga pola makannya atau diet teratur.

Obesitas yang lebih umum dijumpai pada remaja perempuan terutama disebabkan faktor endokrin dan perubahan hormonal^{7,8}.

Perubahan gaya hidup pada remaja yang menjurus ke westernisasi dan pola hidup kurang gerak (*sedentary life style*) memiliki pengaruh signifikan terhadap kebiasaan makan dan jenis makanan yang dikonsumsi seperti makanan siap saji (*fastfood*) yang kaya kalori, lemak, dan kolesterol⁶. Kebiasaan remaja mengunjungi *mall* dan *cafe* juga telah menjadi *trend* di kalangan remaja, dan olahraga tidak lagi menjadi aktivitas rutin bagi remaja karena hanya merupakan pelajaran wajib di sekolah yang berdampak meningkatkan obesitas^{9,10}.

Pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga juga berkaitan dengan meningkatnya angka obesitas. Orang tua dengan tingkat pendidikan dan pendapatan yang rendah cenderung membiarkan anaknya mengonsumsi makanan yang kaya kalori serta mengabaikan masalah dan akibat dari kegemukan anaknya¹¹. Individu yang berasal dari keluarga sosial ekonomi rendah biasanya mengalami malnutrisi sedangkan individu dari keluarga dengan status sosial ekonomi lebih tinggi biasanya menderita obesitas. Diketahui bahwa sejak tiga dekade terakhir, hubungan tersebut mengalami perubahan karena prevalensi obesitas meningkat secara dramatis pada setiap kelompok status sosial ekonomi¹².

Peningkatan pendapatan juga mempengaruhi pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan dapat mengubah gaya hidup dan pola makan dari pola makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Pola makan praktis dan siap saji yang dikonsumsi secara tidak rasional akan menyebabkan kelebihan masukan kalori yang akan menimbulkan obesitas^{13,14}.

Penatalaksanaan obesitas seharusnya dilaksanakan secara multidisiplin dengan melibatkan keluarga dalam proses terapi obesitas karena penyebab obesitas berasal dari multifaktor dan dampak yang ditimbulkan pada sistem

tubuh. Prinsip tatalaksana obesitas adalah mengurangi asupan energi serta meningkatkan keluaran energi dengan cara pengaturan diet, peningkatan aktivitas fisik, dan memodifikasi pola hidup. Hal yang paling penting dilakukan adalah dengan melakukan deteksi dini terhadap timbulnya dampak penyakit yang lebih luas¹⁵.

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukan penelitian mengenai hubungan karakteristik remaja, pola makan, pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.

1.2. Rumusan Masalah

- 1.2.1. Apakah karakteristik remaja berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012?
- 1.2.2. Apakah pola makan berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012?
- 1.2.3. Apakah pendidikan orang tua berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012?
- 1.2.4. Apakah pendapatan keluarga berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Diidentifikasi hubungan karakteristik remaja, pola makan, pendidikan orang tua dan pendapatan keluarga terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Ditentukan distribusi karakteristik remaja terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.
- 1.3.2.2. Ditentukan gambaran pola makan terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.
- 1.3.2.3. Ditentukan distribusi pendidikan orang tua terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.
- 1.3.2.4. Ditentukan distribusi pendapatan keluarga terhadap kejadian obesitas pada siswa-siswi SMP Xaverius Maria Palembang Tahun Ajaran 2011/2012.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Aspek Teoritis

- 1.4.1.1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dan masyarakat mengenai obesitas.
- 1.4.1.2. Sebagai bahan informasi bagi remaja dalam memahami kejadian obesitas dan faktor-faktor yang mempengaruhi, sehingga dapat diantisipasi sejak dini.
- 1.4.1.3. Sebagai bahan informasi bagi pihak sekolah dalam melakukan upaya promotif-preventif terhadap kejadian obesitas.

1.4.1. Aspek Praktis

Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan tambahan kajian dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan sebagai referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.



DAFTAR PUSTAKA

1. Soetjiningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
2. Williamsom, D.F. 1996. *Dietary Intake and Physical Activity as "Predictors" of Weight Gain in Observational, Prospective Studies of Adults*. Nutr Rev.; 54: S101-S109.
3. St-Onge, M.P. and Heymsfield, S.B. 2003. *Overweight and Obesity Status are linked to Lower Life Expectancy*. Nutr Rev.; 61: 313-316 Abstract.
4. Odgen, C.L., Carroll, M.D., et al. 2006. Prevalence of Overweight and Obesity in USA. *Journal of the American Medical Association*, 295(13): 1549-1555.
5. Riset Kesehatan Dasar. 2010. *Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan, Palembang*, hal. 20-22.
6. Bella, Tiara. 2011. *Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko Obesitas pada Remaja Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Bukit Kecil Kota Palembang*. Skripsi. FK Unsri.
7. Agustini. 2010. *Prevalensi Obesitas pada Anak*. (<http://www.scribd.com>, Diakses 26 Juni 2011).
8. Arisman. 2009. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
9. Roymond, Tambunan. 2001. *Remaja dan Perilaku Konsumtif*. (http://www.pjnk.go.id/berita_artikel/page7/, Diakses 26 Juni 2011).
10. Anonim. 2005. *Obesitas*. Litbang Bali Post. (<http://www.balipost.com>, Diakses 26 Juni 2011).
11. Debora, N. 2008. *Obesitas pada Anak; Akibat dan Penanganannya*. Majalah Kedokteran Damianus, Volume: 7, Nomor: 1.
12. Zhang. 2004. *Trends in the Association between Obesity Socioeconomic Status in US Adults*. Obesity Research, hal. 1622-1632.
13. Virgianto, G. dan Purwaningsih, E. 2006. *Konsumsi Fastfood sebagai Faktor Resiko Terjadinya Obesitas pada Remaja*. (<http://www.m3undip.org/>, Diakses 26 Juni 2011).
14. Hidayati, N.S, Irawan R, dan Hidayat B. 2006. *Obesitas pada Anak*. (<http://www.pediatrik.com/>, Diakses: 26 Juni 2011).
15. Flodmarc, C.E., Marcus, C., and Britton, M. 2006. *Intervention to Prevent Obesity in Children and Adolescents*. A Systematic Literature Review. *International Journal of Obesity*, 30 : 579-589.
16. Ganong, W.F, 2003. *Review of Medical Physiology*, 21st edition, New York.
17. Wang, Y. and Lobstein, T. 2006. *Worldwide Trends in Childhood Overweight and Obesity*. *International Journal of Pediatric Obesity*, 1(1), 11-25.
18. Inoue, S., Zimmet P., and Caterson I. 2000. *The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and its treatment*. Health Communication, Australia.
19. Heird, W.C. 2000. *Parenteral Feeding Behavior and Children's Fat Mass*. (<http://www.health.com>, Diakses: 26 Juni 2011).

20. Ismail, M.N, and Tan, C.L. 1998. *Prevalence of obesity in Malaysia*. Country Report at the Regional Advisory Meeting on Obesity. Manila, Philippines.
21. Ito, K., and Murata, M. 1999. *Diagnostic Criteria of Childhood Obesity*. Japanese Journal of Pediatrics; 52 (Suppi): 1182-96.
22. Padmiari, I.A.E. 2002. *Prevalensi Obesitas dan Konsumsi Fast Food sebagai Faktor Terjadinya Obesitas pada Anak SD di Kota Denpasar, Provinsi Bali*. Tesis. Program Pasca Sarjana UGM, Yogyakarta.
23. Hadi, H. 2005. *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*. UGM, Yogyakarta.
24. Wong, D.L., Eaton, M.H., Wilson, D., et al. 2009. *Wong's essentials of pediatric nursing, 6th ed*. St.Louis : Mosby Year Book.
25. WHO. 2000. *Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic*. Geneva.
26. Behrman, R.E., Kliegman, R.M., and Jenson H.B. 2004. *Obesity*. Textbook of pediatrics. 17th edition, Pennsylvania ; p173-7.
27. Wang, G., Dietz. W.H. 2002. *Economic Burden of Obesity in Youths Aged 6 to 17 Years: 1997-1999*. Pediatrics 2002; 109: E81-1.
28. Spear, B. 1996. *Adolescent Growth and Development in Adolescent Nutrition Assessment and Management*. Chapman and Hall, New York.
29. Garner C. *The impact of obesity: Economics, Health, Prevention and Treatment*. (<http://www.healthyarkansas.com>, Diakses 26 Juni 2011).
30. Amaliah. 2005. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Persen Lemak Tubuh pada Remaja di SMA Budi Mulia dan SMA Rimba Madya Kota Bogor*. Tesis. IKM FKM UI.
31. Nizar, M. 2002. *Studi Beberapa Karakteristik yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Kelas IV dan V dari Kelompok Sosial Menengah Keatas di SD Hj. Istriati Kodya Semarang*. FKM UI.
32. Nielsen, S.J., and Popkin, B.M. 1998. *Patterns and Trends in Food Portion Size*. JAMA; 289: 450-3.
33. Johnson, M. 2001. *Evaluation and Treatment of Childhood Obesity* (<http://www.childobesity.com>, Diakses 26 Juni 2011)
34. Taitz, L.S. 2000. *Pediatric Nutrition. Textbook of Pediatric Nutrition 3rd edition*. New York.
35. Moore, M.C, 1993. *Pocket Guide to Nutrition and Diet Therapy*. Tenesse: Mosby-Year Book, Inc.; 1: 335-44.
36. Suniar, L. 2000. *Cara Aman Mencegah Kegemukan*. PT. Intisari Mediatama, Jakarta, 1: 1-93.
37. Satoto, Karjati., Budhi-Darmojo., Tjokroprawiro,. A, dan Kodhi, B.A. 1998. *Kegemukan, Obesitas, dan Penyakit Degeneratif : Epidemiologi dan Strategi Penanggulangannya dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VI*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
38. Miller J, Rosenbloom A., and Silverstein J. 2004. Childhood Obesity. J Clin Endokrinol Metab.; 89 (9): 4211-8.
39. Hertzler, A.A. 1983. *Children's Food Patterns-a review*. II. Family and Group Behavior. J Am Diet Assoc.; 83: 555-560.

40. Read Richard, S.D., and Antigone Kouris-Blazos. 1997. *Overweight and Obesity in Wahlqvist, Mark L.(eds). Food & Nutrition: Australis, Asia and the pacific*. Australia: Allen & Unwin Pty. Ltd., ch 35, p.346
41. Kharisma, P. 2009. *Hubungan Pengetahuan Tentang Pola Makan dengan Kejadian Berat Badan Berlebih pada Usia Remaja (Kelas 3) di SMA Assalam Surakarta*. Skripsi. Jurusan Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. (<http://etd.eprints.ums.ac.id/3989/1/J210070118.pdf>, Diakses 26 Juni 2011).
42. Sediaoetama, A.D. 2006. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Cetakan V, Dian Rakyat, Jakarta.
43. Mayer, J. 1973. *Obesity*. In: Goodhart, Shills. *Modern Nutrition in Health and Disease*. 5th ed. Philadelphia : Lea & Febiger; 625-644.
44. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2003. *Pedoman Praktis Terapi Gizi Medis*.
45. Lahti-Koski, Marjaana., Gill Tim. 2004. *Defining Childhood Obesity*. Dalam: *Obesity in Childhood and Adolescence*. Penyunting: Kiess W, Marcus C., Wabitsch M, KargerAG, Basel. Brussel, 1-7
46. World Health Organization. 2007. *Obesity: Body Mass Index*. (<http://xa.yimg.com/kq/groups/19861696/1878230505/name/BODY+MASS+INDEX.doc>, Diakses 26 Juni 2011).
47. Budiyo, H.M.A. 2002. *Karbohidrat*. Dalam: Achyar, M., Rislo, S. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 19.
48. Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Bumi Aksara, Jakarta.
49. M. Mexitalia. 2009. *Media Medika Indonesia*. (http://eprints.undip.ac.id/19103/1/06_mexitalia_sindroma_metabolik.pdf, Diakses 26 Juni 2011).
50. Almatsier, S. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, Indonesia, hal 1,42-44, 60, 72-73, 96-98, 100-101, 290-292. (<http://www.gizi.net/download/Beban%20ganda%20masalah%20gizi.pdf>, Diakses 26 Juni 2011).
51. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2003. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. (<http://www.gizi.net/pugs/index.shtml>, Diakses 26 Juni 2011).
52. Nelly, K.M. 2008. *Pengaruh Karakteristik Remaja, Genetik, Pendapatan Keluarga, Pendidikan Ibu, Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas di SMU RK Tri Sakti Medan*. Tesis. Sekolah Pascasarjana USU. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/6708/1/09E02213.pdf>, Diakses 26 Juni 2011)
53. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No: 1593/ MENKES/ SK/ XI/2005. (<http://www.gizi.net/kebijakan-gizi/download/sk%20akg2004.pdf>, diakses 26 Juni 2011).
54. Ariani, M. 2004. *Angka Kecukupan Energi*. Dalam: Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII. Jakarta, Lembaga Ilmu pengetahuan Indonesia.
55. Setiawati. 2008. *Tingkatan Kesejahteraan Keluarga*. (<http://fuadbahsin.wordpress.com/2010/07/25/konsep-keluarga>, Diakses 26 Juni 2011)

56. Suhendro, 2003. *Fast Food sebagai Faktor Resiko Terjadinya Obesitas pada Remaja Siswa-Siswi SMU di Kota Tangerang Propinsi Banten*. Tesis. Magister Ilmu-ilmu Kesehatan Masyarakat Minat Utama Gizi dan Kesehatan, Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada.
(<http://repository.usu.ac.id/bitstream/.pdf>, Diakses 26 Juni 2011).
57. Sastroasmoro, S., Ismael, S., 2002. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis, Edisi ke-2*. Jakarta.
58. Simatupang, M. Romauli. 2008. *Pengaruh Pola Konsumsi, Aktivitas Fisik dan Keturunan terhadap Kejadian Obesitas pada Siswa Sekolah Dasar Swasta di Kecamatan Medan Baru Kota Medan*. Tesis. Sekolah Pascasarjana USU. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/6796/1/09E01346.pdf>, Diakses 26 Juni 2011).
59. Keputusan Gubernur Sumatera Selatan No: 878/ KPTS/ DISNAKER TRANS / 2010 Tentang Upah Minimum Kota Palembang Tahun 2011.
60. Welis, W. *Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Gizi Lebih pada Siswa SLTP Kesatuan dan SLTP Bina Insani di Kota Bogor, Jawa Barat*. Tesis. IKM FKM. UI. Depok.
61. Harper, L, J., Deaton, B, J., Judi, A, D. 1968. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Universitas Indonesia. Jakarta.
62. Sjarif.,D.,R. *Obesity in Childhood, Pathogenesis and Management*. Pada: Djokroprawiro, A., dkk, editors. Naskah Lengkap National Obesity Symposium I. 20-21 Juli 2002. Surabaya