

**RIWAYAT MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA ANAK
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SUMBERJO
KABUPATEN KEDIRI
(DESKRIPTIF)**

TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep.)
Pada Program Studi D-III Keperawatan



Oleh :
FERRY DWI ARISTA
NPM : 2325050020

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK
INDONESIA UN PGRI KEDIRI
2026**

Tugas Akhir Oleh :

FERRY DWI ARISTA
NPM : 2325050020

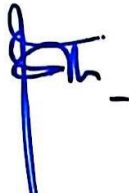
Judul :

**RIWAYAT MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA ANAK
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SUMBERJO
KABUPATEN KEDIRI
(DESKRIPTIF)**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir Jurusan Program
Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri

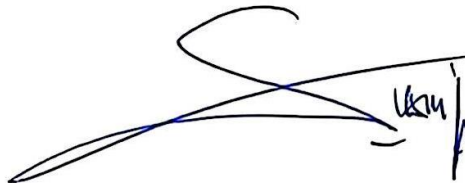
Tanggal : 03 Juni 2026

Pembimbing 1



Siti Aizah, S.Kep.,Ns.M.Kes
NIDN. 0708088001

Pembimbing 2



Susi Erna Wati, S.Kep.Ns.,M.Kes
NIDN. 0709108202

Tugas Akhir Oleh :

FERRY DWI ARISTA

NPM : 2325050020

Judul

**RIWAYAT MENGONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA ANAK
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SUMBERJO
KABUPATEN KEDIRI
(DESKRIPTIF)**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas akhir
Program Studi D-III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri Pada
tanggal 22 Juni 2026

Dan Dinyatakan telah memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji

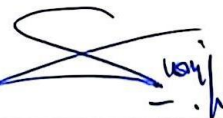
1. Ketua : (Siti Aizah, S.Kep.,Ns.M.Kes)



2. Penguji I : (Dhian Ika Prihananto, S.KM., M.KM)



3. Penguji II : (Susi Erna Wati, S.Kep.Ns.,M.Kes)



Mengetahui,
Dekan FIKS



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ferry Dwi Arista
Jenis Kelamin : Laki-Laki
TTL : Kediri, 06 Oktober 2004
NPM : 2325050020
Fak/Prodi : FIKS / Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di Institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu pada naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri,
yatakan,

Ferry Dwi Arista
NPM. 2325050020

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Orang lain tidak akan paham struggle dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian success stories. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, Tetap berjuang ya! “

PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kehadiran Allah SWT., karena hanya atas ridho-Nya Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Saya Persembahkan Terimakasih pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini untuk:

1. Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyanyang, Maha Sempurna dan Maha Bijaksana yang telah melimpahkan Rahmat serta hidayah-Nya sehingga saya bisa sampai pada titik ini.
2. Kedua orang tua saya, Bapak Bonari dan Ibu Cicik Ista, yang telah banyak berjasa dalam hidup saya, terima kasih selalu memberikan dukungan moral, material, serta doa yang tidak pernah putus, semoga ibu dan bapak bisa bangga atas apa yang saya peroleh.
3. Pembimbing saya Siti Aizah, S.Kep.,Ns.M.Kes. dan Susi Ernawati, S.Kep.Ns.,M.kes. Terima kasih atas waktu, kesempatan dan bimbingannya, sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini dengan tepat waktu.
4. Kepada teman penulis satu pembimbing, terima kasih untuk dorongan dan dukungan yang sudah diberikan untuk penulis supaya segera menyelesaikan tugas akhir ini. Dukungan dan dorongan yang diberikan menjadi pengingat dan penyemangat penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini tepat waktu.

ABSTRAK

Arista, Ferry (2026). Riwayat Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Anak Obesitas di Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri, Prodi D-III Keperawatan, FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2026

Obesitas pada anak menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang berkaitan dengan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, anak usia sekolah umumnya lebih menyukai makanan praktis seperti mie instan dan fried chicken yang mengandung kalori, lemak, gula dan natrium tinggi sehingga dapat meningkatkan resiko obesitas. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi riwayat mengonsumsi makanan cepat saji pada anak obesitas di Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan teknik purposive sampling terhadap 31 anak usia 6-12 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan lembar instrumen, kemudian dianalisis secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) memiliki riwayat mengonsumsi makanan cepat saji. Jenis makanan yang paling banyak dikonsumsi adalah mie instan (100%) dan fried chicken (96,7%). Berdasarkan frekuensi mengonsumsi, hampir setengahnya responden mengonsumsi makanan cepat saji sekitar 2 kali dalam seminggu (45,2%), sedangkan (41,9%) mengonsumsi 1 kali dalam seminggu dan (12,9%) mengonsumsi kurang lebih 3 kali dalam seminggu. Hasil ini menunjukkan bahwa mengonsumsi makanan cepat saji telah menjadi kebiasaan yang umum pada anak obesitas di wilayah Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri. Hasil analisis menunjukkan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji serta kurangnya aktivitas fisik diduga berperan dalam kejadian obesitas pada anak. Oleh karena itu, diperlukan edukasi mengenai pentingnya pola makan sehat, serta pengurangan mengonsumsi makanan cepat saji, dan peningkatan aktivitas fisik pada anak usia sekolah.

Kata Kunci : makanan cepat saji, obesitas, anak usia sekolah.

ABSTRACT

Arista, Ferry (2026). History of Fast Food Consumption among Obese Children at Sumberjo Public Health Canter, Kediri Regency. Final Project, Diploma III of Nursing Study Program, FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2026

Childhood obesity is a health problem associated with the habit of consuming fast food. School-age children generally prefer practical foods such as instant noodles and fried chicken, which contain high levels of calories, fat, sugar, and sodium, thereby increasing the risk of obesity. This study aimed to identify the history of fast food consumption among obese children at Sumberjo Public Health Center, Kediri Regency. This study used a quantitative descriptive design with purposive sampling involving 31 children aged 6–12 years. Data were collected through interviews using an instrument sheet and analyzed univariately using frequency distribution and percentage. The results showed that all respondents (100%) had a history of consuming fast food. Instant noodles were the most commonly consumed fast food, reported by all respondents (100%), followed by fried chicken (96.7%). Based on consumption frequency, nearly half of the respondents consumed fast food twice a week (45.2%), while 41.9% consumed it once a week and 12.9% consumed it three or more times per week. These findings indicate that fast-food consumption has become a common dietary habit among obese children in the working area of Sumberjo Public Health Center, Kediri Regency. The analysis indicated that the habit of consuming fast food and low physical activity were suspected to contribute to childhood obesity. Therefore, education regarding healthy eating habits, reducing fast food consumption, and increasing physical activity among school-age children is needed.

Keywords : fast food, obesity, school-age children.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa senantiasa, yang telah melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari standart ilmu pengetahuan dan logika serta prinsip-prinsip ilmiah serta tidak lepas dari bantuan yang telah diberikan dari berbagai pihak, maka penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M. Pd. Selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan motivasi kepada mahasiswanya.
2. Dr. Nur Muharram, M. Or. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains UN PGRI Kediri.
3. Endah Tri Wijayanti, S. Kep., Ns., M. Kep. Selaku Kepala Program Studi DIII Keperawatan UN PGRI Kediri
4. Siti Aizah, S.Kep.,Ns.M.Kes. Selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan motivasi dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, dan Susi Ernawati, S.Kep.Ns.,M.kes, Selaku Pembimbing 2 yang telah memberikan motivasi dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
5. Seluruh Dosen Keperawatan UN PGRI Kediri yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis.
6. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah banyak membantu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis mengharap saran dan kritik yang sifatnya membangun sebagai masukan dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca

Kediri,



Ferry Dwi Arista

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat.....	3
BAB II	Error! Bookmark not defined.
LANDASAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Makanan Cepat Saji	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Makanan Cepat Saji	Error! Bookmark not defined.
2. Jenis- Jenis Makanan Cepat Saji.....	Error! Bookmark not defined.
3. Kandungan Gizi Makanan Cepat Saji..	Error! Bookmark not defined.
4. Dampak Mengonsumsi Makanan Cepat Saji.....	Error! Bookmark not defined.
5. Frekuensi Mengonsumsi Makanan Cepat Saji...	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Anak Usia Sekolah	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Anak Usia Sekolah	Error! Bookmark not defined.
2. Karakteristik Anak Usia Sekolah	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Obesitas	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Obesitas	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor Penyebab Obesitas.....	Error! Bookmark not defined.
3. Klasifikasi Obesitas	Error! Bookmark not defined.

4. Dampak Obesitas	Error! Bookmark not defined.
5. Ciri-Ciri Obesitas	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
C. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
E. Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
H. Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Berat Badan Berdasarkan IMT.....	13
Tabel 3.1 Definisi Operasional Riwayat Mengonsumsi Makanan Cepat Saji pada Anak Obesitas.....	17
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	24
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	24
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Asal Sekolah dan Kriteria Obesitas.....	25
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Makanan Cepat Saji yang Sering Di Konsumsi.....	26
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Mengonsumsi Makanan Cepat Saji.....	27
Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Mengonsumsi Makanan Cepat Saji pada Anak Obesitas.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Instrumen.....	39
Lampiran 2 Lembar Rekapitulasi.....	40
Lampiran 3 Surat Permohonan Data Awal.....	49
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 5 Foto Penelitian.....	55
Lampiran 6 Surat Layak Etik.....	56
Lampiran 7 Kartu Bimbingan.....	58
Lampiran 8 Hasil Palgiasi.....	60
Lampiran 10 Kartu Berita Acara Tugas Akhir.....	61
Lampiran 11 Lembar Revisi Tugas Akhir.....	62

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas didefinisikan sebagai keadaan meningkatkan akumulasi lemak tubuh secara berlebihan sehingga persentasenya terhadap berat badan total melampaui kondisi normal. Adapun *overweight* mengacu pada kondisi kelebihan berat badan yang diidentifikasi melalui nilai indeks masa tubuh (IMT) yang melebihi batas normal. (Sumarni, 2023) menyatakan bahwa obesitas muncul sebagai akibat dari ketidakseimbangan energi, yaitu ketika asupan energi dari makanan lebih tinggi dari pada energi yang dibutuhkan atau dibakar oleh tubuh dalam aktivitas sehari-hari.

Menurut data WHO terkini, tingkat obesitas anak di seluruh dunia mengalami lonjakan yang mencolok, di mana lebih dari 390 juta anak dan remaja berusia 6–12 tahun tercatat mengalami kelebihan berat badan pada 2022, dengan 160 juta di antaranya menderita obesitas (sekitar 8%). Laporan WHO/Europe Round 6 COSI edisi November 2025 mengindikasikan bahwa di kawasan Eropa, 1 dari 10 anak usia 7–9 tahun (11%) tergolong obesitas, meskipun trennya cenderung stabil tetapi masih tinggi (World Health Organization. 2025).

Prevalensi obesitas pada anak di Indonesia tergolong cukup mengkhawatirkan, sebagaimana tercatat dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 bahwa sekitar 7,8% anak usia 6–12 tahun berada dalam kategori obesitas, sedangkan persentase total kelebihan berat badan (gizi lebih ditambah obesitas) mencapai sekitar satu dari lima anak usia sekolah dasar, sehingga obesitas anak menjadi salah satu masalah gizi ganda (*double burden of malnutrition*) yang menjadi prioritas pemerintah untuk diturunkan. Menurut hasil RISKESDAS 2018 di Provinsi Jawa Timur, tiga besar kabupaten/kota dengan prevalensi status gizi IMT/U umur 6-12 tahun di Provinsi Jawa Timur, dengan status gizi gemuk yaitu Kabupaten Bondowoso (22,3%), Kota Kediri (21%), (RISKESDES, 2018). Menurut DINKES Kab Kediri 2025 di kabupaten kediri pada anak anak usia sekolah umur 6-12 tahun dengan obesitas

sekitar (29,8%) sedangkan di Puskesmas Sumberjo prevalensi anak dengan obesitas paling banyak yaitu 41 anak (7%).

Obesitas pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya kebiasaan mengonsumsi *junk food*, rendahnya aktivitas fisik, serta gaya hidup *sedentary* seperti penggunaan smartphone atau menonton dalam waktu yang lama. Selain itu, tidak terbiasanya sarapan pagi dan durasi tidur yang kurang berkontribusi terhadap peningkatan resiko obesitas. Menurut Rizona et al (2020), mengonsumsi makanan cepat saji yang mengandung pemanis buatan, penyedap rasa, serta penggunaan minyak goreng yang dipakai berulang kali dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya obesitas. Aurora (2022) juga menyebutkan bahwa pola makan yang tidak mengikuti pedoman gizi seimbang merupakan faktor resiko penting yang berperan dalam munculnya obesitas pada anak.

Obesitas pada anak memiliki dampak yang luas terhadap kesehatan fisik (misalnya meningkatkan risiko diabetes melitus tipe 2, hipertensi, penyakit jantung, gangguan pernapasan, dan kelainan ortopedi), kesehatan sosial–emosional (seperti rendahnya harga diri, mengalami bullying, gangguan tidur, dan menurunnya kualitas hidup), serta dapat menurunkan prestasi akademik dan meningkatkan kemungkinan obesitas berlanjut hingga masa dewasa (Wulandari, P. et al. 2025).

Strategi pencegahan obesitas anak akibat makanan cepat saji menurut Kementerian Kesehatan RI mencakup pembatasan konsumsi makanan cepat saji, jajanan tinggi lemak, gula, dan garam, serta minuman manis yang berlebihan, dengan menggantinya menggunakan pola makan seimbang yang teratur 3 kali sehari ditambah camilan sehat 1–2 kali, memperbanyak sayur dan buah, serta menyesuaikan asupan kalori dengan usia dan berat badan anak, di samping itu dianjurkan untuk mengurangi makanan olahan tinggi lemak jenuh seperti nugget, sosis, dan bakso, membiasakan minum air putih yang cukup, meningkatkan aktivitas fisik sedang minimal 30 menit per hari melalui jalan kaki, bersepeda, berenang, atau bermain di luar ruangan, membatasi waktu layar dan kebiasaan malas gerak, serta melibatkan peran orang tua sebagai teladan dengan tidak menyediakan junk food berlebihan di rumah, membatasi

permintaan anak untuk makan makanan cepat saji, menciptakan lingkungan makan yang mendukung kebiasaan sehat, dan mengintegrasikan edukasi gizi tentang bahaya makanan cepat saji dan obesitas dalam program kesehatan anak di sekolah dan fasilitas pelayanan kesehatan seperti Puskesmas (Kementerian Kesehatan RI. 2022).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana riwayat mengonsumsi makanan cepat saji pada anak dengan obesitas di Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana riwayat mengonsumsi makanan cepat saji pada anak dengan obesitas di Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi jenis-jenis makanan cepat saji yang sering dikonsumsi.
- b. Mengidentifikasi frekuensi mengonsumsi makanan cepat saji dalam satu minggu

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan bagi pihak Puskesmas tentang mengonsumsi makanan cepat saji pada anak obesitas di Puskesmas Sumberjo Kabupaten Kediri

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta menjadi acuan bagi perawat dalam memberikan edukasi kesehatan kepada anak dan orang tua mengenai pentingnya membatasi konsumsi makanan cepat saji sebagai upaya pencegahan dan penanganan obesitas.

b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi puskesmas dalam menyusun program promosi dan pencegahan kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan pengendalian konsumsi makanan cepat saji pada anak untuk menurunkan resiko obesitas.

c. Institut Pendidikan

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas pada anak serta mendukung penyusunan intervensi keperawatan yang lebih efektif.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya orang tua, mengenai penringnya penerapan pola makan sehat dan pembatasan konsumsi makanan cepat saji sebagai langkah pencegahan obesitas pada anak.

e. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung tenaga kesehatan dalam melaksanakan upaya promotif, preventif, dan skrining secara berkesinambungan guna menekan angka kejadian obesitas pada anak khususnya di Kabupaten Kediri.

f. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan memperdalam pemahaman peneliti mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada anak serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya di bidang yang sama.

g. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan landasan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, khususnya dalam mengembangkan kajian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas pada anak serta upaya pencegahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, C. D., Herviana, H., & Rizma, A. (2024). *Pengetahuan dan frekuensi konsumsi Makanan Cepat Saji pada kelompok usia dewasa muda di Kepulauan Riau*. *Nutrition Scientific Journal*, 3(2), 81-88.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asthiningsih, N. W. W. (2019). *Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda*. *Borneo Studies and Research*, 1(1), 38-45.
- Aurora, H. P., & Suzan, R. (2022). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Anak Pada Anak Sd Diniyyah Al-Azhar Jambi* (Doctoral dissertation, Universitas Jambi). <https://repository.unja.ac.id/43405/2/FULLTEXT.pdf>.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan_Nasional_RKD2018, Jakarta; 2018
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-utama-ski-2023/>.
- Banjarnahor, R. O., Banurea, F. F., Panjaitan, J. O., Pasaribu, R. S. P., & Hafni, I. (2022). *Faktor-faktor risiko penyebab kelebihan berat badan dan obesitas pada anak dan remaja: Studi literatur*. *TROPHICO*, 2(1), 35-45.
- Czech, M.P. (2017) 'Insulin action and resistance in obesity and type 2 diabetes.', *Nature medicine*, 23(7), pp. 804–814. Available at: <https://doi.org/10.1038/nm.4350>.
- Dungga EF. *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak*. Jambura Nurs J. 2020;2(3):103–11.
- Eman, S. J., Ratag, G. A., & Sapulete, M. R. (2016) *Perspektif Orang Tua Mengenai Intervensi Aktivitas Fisik dan Diet pada Siswa Obesitas di Sekolah Dasar*.
- Figueroa, D.G., Figueroa D, Murley W, Parker J, Hunger J, Tomiyama A. (2025) 'Weight stigma and mental health symptoms: mediation by perceived stress', *Frontiers in Psychiatry*, 16. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1587105>.
- Fiziola, F. (2025). *asuhan keperawatan bencana pada agregat anak usia sekolah dengan pemberian edukasi kesiapsiagaan bencana gempa bumi melalui media video animasi di rw 12 kelurahan batang kabung ganting kota padang* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Hariato, S. (2022). *Konsumerisme makanan siap saji sebagai gaya hidup remaja di kota surabaya: studi kasus siswi sma muhammadiyah 4 kota surabaya*. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 11(1).
- Hayya, R. F., Wulandari, R., & Sugesti, R. (2023). *Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa*. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1338-1355.

- Junaidi, J. (2021). *Perlindungan Hukum Terhadap Hak Anak di Indonesia*. *Journal of Law, Society, and Islamic Civilization*, 8(1), 1-13.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Makanan Cepat Saji Atau Ready To Eat Food yang Berlebihan Menyebabkan Anak Mengalami Obesitas*. Direktorat Gizi Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. <https://keslan.kemkes.go.id>.
- Kementerian Kesehatan RI (2025). Petunjuk teknis pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal bagi ibu hamil dan balita bermasalah gizi. <https://kesprimkom.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/2025Kepdirjenkesprimkom576.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *pedoman nasional pelayanan klinis tata laksana obesitas dewasa*. <https://keslan.kemkes.go.id/unduh/KMK%20No.%20HK.01.07-MENKES-509-2025.pdf>.
- Laksono, R. A., Mukti, N. D., & Nurhamidah, D. (2022). Dampak makanan cepat saji terhadap kesehatan pada mahasiswa program studi “x” perguruan tinggi “y”. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 35-39.
- Maharani, A. F. (2024). *Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Makanan Cepat Saji) dan Minuman Kekinian pada Mahasiswa Poltekkes TNI AU Adisutjipto* (Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto Yogyakarta).
- Martony, O. (2020). *Junk Food Makanan Favorit Dan Dampaknya Terhadap Tumbuh Kembang Anak Dan Remaja*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.33758/mbi.v13i4.64>.
- Mitra, A.K., Bhuiyan, A.R. and Jones, E.A. (2021) ‘Association and Risk Factors for Obstructive Sleep Apnea and Cardiovascular Diseases: A Systematic Review.’, *Diseases* (Basel, Switzerland), 9(4). Available at: <https://doi.org/10.3390/diseases9040088>.
- Pradana, F. A. (2023). *Hubungan Konsumsi Makanan Ringan Dan Minuman Manis Dengan Obesitas Anak Usia 6-12 Tahun Studi Observasional Analitik Dengan Metode Case Control Di Sekolah Dasar Kecamatan Mijen Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Qurrotul'Aini, N. D., Maharani, A. A., Maharani, T. D., Nurannisa, N. S., & Herbawani, C. K. (2023). *Risiko obesitas pada anak akibat konsumsi Makanan Cepat Saji dan junk food: literature review*. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 4(2), 110-119.
- Rahmatika, K. N. (2019). *Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji an Aktifitas Fisik dengan Kejadia Obesitas pada Remaja Di SMK Jesu Malang*
- Rizona, F., Herliawati, H., Latifin, K., Septiawati, D., Astridina, L., Sari, U. M., & Fadhilah, N. F. (2020). distribusi karakteristikfaktor penyebab obesitaspada siswa sekolah dasar. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 7(1), 54–58. <https://doi.org/10.32539/JKS.v7i1.12247>.

- Saraswati, S. K., Rahmaningrum, F. D., Pahsya, M. N. Z., Paramitha, N., Wulansari, A., Ristantya, A. R., ... & Nandini, N. (2021). Literature Review: Faktor Risiko Penyebab Obesitas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 70-74.
- Sumarni, S., & Bangkele, E. Y. (2023). *Persepsi Orang Tua, Guru Dan Tenaga Kesehatan Tentang Obesitas Pada Anak Dan Remaja. Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(1), 58-64.
- Tirtayanti, S. (2021). *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembang Psikososial Pada Anak Sekolah Dasar. Masker Medika*, 9(2), 504-511.
- Ullah, M. I., & Tamanna, N. (2025). Obesity: *Clinical impact, pathophysiology, complications and management*. *Medicines*, 12(3), 19.
- Welsh, A., ` M, Piña I, Kulinski J. (2024) ‘Obesity and cardiovascular health.’, *European journal of preventive cardiology*, 31(8), pp. 1026–1035. Available at: <https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwae025>.
- World Health Organization. (2025). Global nutrition targets 2030: childhood overweight brief. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.6>.
- Wulandari, P., Marniati, M., & Silvia, M. P. (2025). *Analisis Dampak Obesitas pada Anak Usia Sekolah dan Kebijakan Pengurangan Angka Kasus Obesitas melalui Edukasi Gizi: Literature Review. Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 3(3), 90-106.
- Zaman, M., Hadi, H., & Astiti, D. (2017). *Aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar. Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(3), 123-128.