

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Balita di BPM "F" Desa Guluk-Guluk Kecamatan Guluk-Guluk Kabupaten Sumenep

Sri Ngatin

Akademi Kebidanan Aifa Husada Madura

Sringatin99@gmail.com

ABSTRAK

Obesitas adalah keadaan kelebihan berat badan di atas normal. Salah satu cara untuk mengukur berat badan normal seseorang dengan menggunakan ukuran Indeks Massa Tubuh. tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan diet dengan insiden obesitas pada balita di Desa BPM "F" guluk-guluk, Kecamatan guluk-guluk, Kota Sumenep pada tahun 2018. Data penelitian dikumpulkan pada beberapa balita dengan pengambilan teknik sampel *non probabilitas sampling* dihitung 25 responden. Pengumpulan data menggunakan Lembar Observasi, Timbangan, dan Kuesioner Frekuensi Makanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar bayi makan diet memiliki kategori dengan lebih dari 1 800 kcal hampir setengah yang sama dengan 48% atau 12 balita. Hasil analisis uji Spearmans dengan pvalue 0.000 ada korelasi antara pola kebiasaan makan terhadap insiden Obesitas pada Balita di BPM "F" Desa Guluk-Guluk, Kecamatan Guluk-Guluk, Sumenep. Orang tua dari anak-anak di bawah lima tahun diharapkan dapat meningkatkan kebiasaan makan mereka sehingga berat badan mereka juga akan normal sesuai dengan Indeks Massa Tubuh, lebih aktif mencari informasi dalam mengidentifikasi kejadian obesitas dan bagaimana mencegah terjadinya pemeriksaan kesehatan rutin dan rutin di Puskesmas atau layanan kesehatan lainnya.

Kata kunci: *Balita, Pola Diet Habbit, Obesitas*

ABSTRACT

Obesity is a state of overweight above normal. One way of measuring the normal weight of a person by using Body Mass Index size. the purpose of this study was to determine the relationship of diet with the incidence of obesity in toddlers in BPM "F" guluk-guluk Village, guluk-guluk Sub District, Sumenep City of in 2018. The research data was collected on some toddlers with technical sampling non probability sampling counted 25 respondents. Data collection using Observation Sheets, Weighing Scales and Food Frequency Questionnaire. The results showed that most infants eat diet has a category with more than 1 800 kcal almost half that is equal to 48% or 12 toddlers. Result of Spearmans test analysis with pvalue 0.000 there is correlation between eating habit pattern toward Obesity incident in Toddler in BPM "F" Guluk-Guluk Village, Guluk-Guluk Sub District, Sumenep City. Parents of children under five are expected to improve their eating habits so that their weight will also be normal in accordance with the Body Mass Index, more actively seeking information in identifying obesity events and how to prevent the occurrence of routine and routine health checks at Puskesmas or other health services.

Keywords: *Toddler, Pattern of Diet Habbit, Obesity*

1. PENDAHULUAN

Kelebihan gizi yang menimbulkan obesitas dapat terjadi baik pada anak-anak hingga usia dewasa. Obesitas disebabkan oleh ketidakseimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan. (Genis, 2010)

Obesitas pada masa anak dapat meningkatkan kejadian diabetes mellitus (DM) tipe 2. Selain itu, juga berisiko untuk menjadi obesitas pada saat dewasa dan berpotensi mengakibatkan gangguan metabolisme glukosa dan penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, penyumbatan pembuluh darah dan lain-lain. Selain itu, obesitas pada anak usia 6-7 tahun juga dapat menurunkan tingkat kecerdasan karena aktivitas dan kreativitas anak menjadi menurun dan cenderung malas akibat kelebihan berat badan (Sartika, 2011).

Peran Ibu untuk menanamkan kebiasaan pola makan sehat pada anak di usia dini sangatlah penting. Maka pola peningkatan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita, jenis, makanan, susunan menu yang kreatif serta ciptakan suasana yang menyenangkan di saat makan. Memperkenalkan rasa baru kepada anak secara rutin. Mulai dari dalam kandungan dengan mengkonsumsi makanan ibu hamil, ASI dan makanan padat. Menyajikan dan makanlah berbagai macam makanan. Biarkan anak melihat ibu dan anggota

keluarga lain menikmati makanan (Administrator, 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di BPM "F" Desa Guluk-Guluk, Kab. Sumenep tanggal 2 April 2018 pada 10 ibu dan balita didapatkan data dari 5 balita yang mengalami obesitas didapatkan pola makan anaknya kurang teratur di mana anak tersebut maka tanpa mengenal waktu dan kebanyakan yang dimakan adalah makanan instan. Sedangkan 5 anak yang tidak mengalami obesitas didapatkan anak tersebut menerapkan pola makan teratur yaitu anak makan pada jam-jam yang ditentukan oleh orang tuanya dan lebih makan masakan orang tuanya.

Dampak obesitas pada anak-anak, akan menimbulkan kardiovaskuler, anak cenderung mengalami peningkatan tekanan dan denyut jantung, sekitar 20-30% akan menderita Hipertensi. Diabetes Mellitus tipe-2, serta obstructive anea yang kerap dijumpai pada anak obesitas dengan kejadian 1/100 dengan gejala mengorok atau mendengkur. Penyebabnya, penebalan jaringan lemak didaerah dinding perut dan dada yang menganggu pergerakan dinding dada dan diafragma, sehingga terjadi penurunan volume dan perubahan pola ventilasi paru serta meningkatkan beban kerja otot pernafasan gangguan ortopedik. Anak obesitas cenderung berisiko mengalami gangguan ortopedik yang disebabkan oleh berat badan (dinkes.surabaya.go.id, 2015).

Dari upaya pencegahan terhadap obesitas, tentunya orang tua memberikan anak-anaknya makanan yang seimbang

disertai aktifitas yang cukup dengan pola hidup sehat, dan untuk menurunkan berat badan adalah dengan asupan nutrisi seimbang, diet rendah kalori, latihan fisik (olahraga).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kab. Sumenep tahun 2018.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode analitik karena bertujuan menganalisa, menjelaskan suatu hubungan. Sedangkan rancang bangun menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pupulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua balita yang ada di BPM “F” Desa Guluk-Guluk Kab. Sumenep. pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan jumlah sampel 25 responden. Penelitian ini dilakukan di BPM “F” desa Dadaprejo Kota Batu pada bulan Desember 2017 sampai Januari 2018. Penelitian ini menggunakan kuesionare dalam mengumpulkan data setelah itu diolah menggunakan SPSS dengan menggunakan uji *spearman rank (rho)* yaitu uji statistik yang digunakan untuk mengukur tingkat eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal.

3. HASIL PENELITIAN

Data mengenai karakteristik responden balita (usia 3-5 tahun) di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab.

Sumenep dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

- a) Karakteristik Usia Pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Pada tabel di bawah ini akan menjabarkan hasil penelitian dari karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Usia (Tahun)	Jumlah (n=25)	Presentase (%)
3	9	36
4	9	36
5	7	28
Total	25	100

Berdasarkan Tabel. 1 dapat diketahui bahwa dari 25 responden balita yang diteliti di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep usia terbanyak adalah usia 3-4 tahun sebesar 72% (18 balita).

- b) Karakteristik Jenis Kelamin Pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Pada tabel di bawah ini akan menjabarkan hasil penelitian dari karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Kategori	Jumlah (n=25)	Presentase (%)
Sakit		
Laki-laki	11	44
Perempuan	14	56
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 2. dapat diketahui bahwa dari 25 responden balita yang diteliti

di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep sebesar 44% (11 balita) mempunyai jenis kelamin laki-laki dan sebesar 56% (14 balita) jenis kelamin perempuan

- c) Karakteristik Indeks Masa Tubuh pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Pada tabel di bawah ini akan menjabarkan hasil penelitian dari karakteristik responden berdasarkan Indeks Masa Tubuh

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Indeks Masa Tubuh pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Kategori Indeks Masa Tubuh	Jumlah (n=25)	Presentase (%)
Tidak Obesitas	13	56
Obesitas	12	56
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 5.3 dapat diketahui bahwa dari 25 responden balita yang diteliti di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep terdapat sebesar 48% (12 balita) mengalami obesitas, obesitas disini dilihat dari hasil Indeks Masa Tubuh Balita sendiri

- d) Hasil Uji Statistik

Hasil uji statistik Kejadian Obesitas ditinjau dari Kebiasaan Makan pada balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep menggunakan Uji Statistik *Spearman’s Rho* sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji *Spearman’s Rho*

		Polam akan	Kejadian obesitas
Spearman’s rho	polam akan	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	. .
		N	25 25
kejadian obesitas	Correlation Coefficient	1.000*	1.000
as	Sig. (2-tailed)	. .	
	N	25	25

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan Uji *Spearman’s Rho* kepada 25 responden ini menggunakan derajat kesalahan sebesar 0,05 dan diperoleh hasil p value sebesar 0,00. Jika nilai p value < derajat kesalahan maka terima H_1 atau ada hubungan, akan tetapi jika nilai p value > derajat kesalahan maka terima H_0 atau tidak ada hubungan yang signifikan. Jadi nilai p value $<0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka terima H_1 . Artinya ada hubungan pola kebiasaan makan terhadap kejadian Obesitas pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk Kec. Guluk-Guluk Kab. Sumenep.

4. PEMBAHASAN

- a) **Pola Makan Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 25 responden balita menunjukkan responden dengan usia 4 tahun memiliki pola makan >1550 kkal sebesar 20% (5 balita). Hasil uji statistik menggunakan Uji *Spearman’s Rho* diperoleh hasil p value sebesar 0,956 ($0,956 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara usia

dengan pola makan balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk Kec. Guluk-Guluk Kab. Sumenep..

Berdasarkan dari 25 responden menunjukkan responden yang mempunyai jenis kelamin perempuan memiliki pola makan >1550 kkal sebesar 28% (45 balita). Berdasarkan uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh hasil p value sebesar 0,856 ($0,856 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan pola makan balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Berdasarkan penelitian dari 25 responden menunjukkan responden yang mempunyai berat badan lebih dari normal (gemuk) pada usia 4 tahun sebesar 20% (5 balita). Berdasarkan uji statistik menggunakan Uji *Spearman’s Rho* diperoleh hasil p value sebesar 0,956 ($0,956 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian obesitas balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk Kec. Guluk-Guluk Kab. Sumenep.

Berdasarkan dari 25 responden menunjukkan responden yang mempunyai berat badan lebih dari normal (gemuk) berjenis kelamin perempuan sebesar 28% (7 balita). Berdasarkan uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh hasil p value sebesar 0,856 ($0,856 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Proverawati (2009), Secara harfiah, balita atau anak bawah lima tahun adalah anak

usia kurang dan lima tahun sehingga bayi usia dibawah satu tahun juga termasuk dalam golongan ini Namun, karena faal (kerja alat tubuh semestinya) bayi usia di bawah satu tahun berbeda dengan anak usia diatas satu tahun, banyak ilmuwan yang membedakannya.

Sartika (2011), Obesitas pada masa anak dapat meningkatkan kejadian diabetes mellitus (DM) tipe 2. Selain itu, juga berisiko untuk menjadi obesitas pada saat dewasa dan berpotensi mengakibatkan gangguan metabolisme glukosa dan penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, penyumbatan pembuluh darah dan lain-lain. Maka pola peningkatan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi balita, jenis, makanan, susunan menu yang kreatif serta ciptakan suasana yang menyenangkan di saat makan. Memperkenalkan rasa baru kepada anak secara rutin. Mulai dari dalam kandungan dengan mengkonsumsi makanan ibu hamil, ASI dan makanan padat. Menyajikan dan makanlah berbagai macam makanan. Biarkan anak melihat ibu dan anggota keluarga lain menikmati makanan

b) Kejadian Obesitas di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep

Berdasarkan hasil penelitian dari 25 responden menunjukkan responden yang mempunyai berat badan lebih dari normal (gemuk) pada usia 4 tahun sebesar 20% (5 balita). Hasil uji statistik menggunakan Uji *Spearman’s Rho* diperoleh hasil p value sebesar 0,956 ($0,956 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian obesitas balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Berdasarkan penelitian dari 25 responden menunjukkan responden yang mempunyai berat badan lebih dari normal (gemuk) berjenis kelamin perempuan sebesar 28% (7 balita). Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* diperoleh hasil p value sebesar 0,856 ($0,856 > 0,05$) maka terima H_0 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Ikawati (2010), Obesitas adalah keadaan kelebihan berat badan di atas normal. Salah satu cara mengukur normalnya berat badan seseorang dengan menggunakan ukuran *Body Mass Index* (BMI). Obesitas (kegemukan) adalah suatu keadaan di mana terjadi penumpukan lemak yang berlebih dalam tubuh sehingga BB seseorang jauh di atas normal dan dapat membahayakan kesehatan (Made, 2009). Kegemukan dan obesitas pada anak merupakan konsekuensi dan asupan kalori (energi) yang melebihi jumlah kalori yang dibakar pada proses metabolisme di dalam tubuh (Genis, 2010).

Kejadian obesitas balita pada penelitian ini relatif cukup tinggi, dikarenakan di Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep ini untuk pola kebiasaan makan pada balita terlalu berlebihan, hal ini dikarenakan banyak para ibu yang beranggapan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat. Dalam penelitian ini, penyebab obesitas ditinjau dari pengetahuan ibu tidak dikaji secara khusus, sehingga peneliti mempunyai pendapat selain penyebab obesitas dari kebiasaan makan, hal ini

kemungkinan juga bisa disebabkan karena kurangnya pengetahuan dari ibu responden.

c) Pengaruh Pola Kebiasaan Makan terhadap Kejadian Obesitas pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Berdasarkan hasil analisis Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan Uji *Spearman’s Rho* kepada 25 responden ini menggunakan derajat kesalahan sebesar 0,05 dan diperoleh hasil p value sebesar 0,00. Jika nilai p value $<$ derajat kesalahan maka terima H_1 atau ada hubungan, akan tetapi jika nilai p value $>$ derajat kesalahan maka terima H_0 atau tidak ada hubungan yang signifikan. Jadi nilai p value $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka terima H_1 . Artinya ada hubungan pola kebiasaan makan terhadap kejadian Obesitas pada Balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep.

Menurut Genis (2010) Secara Umum, penyebab kegemukan dan obesitas pada anak belum diketahui secara pasti hingga saat ini. Namun, pelbagai penelitian ilmiah menunjukkan bahwa penyebab kegemukan dan obesitas pada anak bersifat multifaktor. Ada tiga faktor yang diketahui berperan besar meningkatkan risiko terjadinya kegemukan dan obesitas pada anak, yakni (1) faktor genetik (keturunan), (2) pola aktivitas, dan (3) pola makan.

Menurut Ikawati (2010) Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami obesitas, antara lain : (1) Secara genetik, obesitas umumnya cenderung bersifat menurun. Sebenarnya tak hanya masalah genetik, keluarga umumnya juga “menurunkan” pola makan dan gaya hidup yang bisa

berkontribusi terhadap kejadian obesitas. Misalnya orang tua yang membiarkan anaknya makan apa saja dan bahkan memfasilitasi anak untuk makan makanan yang enak dan berlemak. Tentunya akan mempengaruhi perkembangan dan berat badan si anak., (2) Faktor lingkungan memberikan pengaruh yang signifikan, misalnya kemudahan mendapatkan *fast food* yang umumnya berkolesterol tinggi, pekerjaan yang kurang memungkinkan banyak gerakan fisik tubuh, atau lebih mengutamakan rasa makanan ketimbang faktor nutrisi di dalam memilih makanan., (3) Faktor yang tak kalah penting adalah faktor psikologis karena dapat mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Ada sebagian orang makan lebih banyak sebagai respon terhadap keadaan *mood negatif* seperti sedih, bosan, atau marah. Sebagian lagi mungkin mengalami gangguan makan seperti dorongan makan yang kurang terkendali (*binge eating*) walaupun sudah kenyang, atau kebiasaan ngemil yang sulit dihentikan. Orang-orang seperti ini sangat berisiko terhadap kegemukan. dan perlu mendapatkan perlakuan khusus, seperti konseling atau terapi psikologi lainnya.

Kebiasaan makan atau pola makan sehari-hari balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep diketahui sebagian besar balita memiliki berat badan lebih dari normal (gemuk). Hal itu pun juga dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman orang tua tentang berat badan yang ideal dan sehat untuk anak.. Menu sehari-hari sederhana dan sudah tepat, namun dalam pemberian memang yang kurang tepat. Ada pula dari beberapa balita yang memiliki IMT lebih dari 25 yang dikhawatirkan akan semakin meningkat.

Pada penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas. Pada penelitian ini sebagian besar balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep memiliki pola makan yang cukup baik, rata-rata dari mereka memberikan makanan pada balita sebanyak 3x sehari dengan menu yang sudah beragam, hal ini dapat diketahui dari hasil pengisian kuesioner yang dibagikan oleh peneliti. Sebagian dari mereka (ibu balita) juga mengatakan bahwa gemuk adalah sehat. Padahal hal itu masih belum tepat, karena anak gemuk bukan berarti anak yang sehat. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan memang masih banyak balita yang mengalami obesitas.

5. PENUTUP

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

- a) Sebagian besar pola makan balita memiliki kategori >1550 kkal yaitu sebesar 48% (12 balita), pola makan yang cukup atau dalam kategori normal sebesar 40% (10 balita), dan mempunyai pola makan kategori kurang dari 1550 kkal sebesar 12% (3 balita) dari total 25 responden.
- b) Kejadian obesitas pada balita di BPM “F” Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep dikategorikan menjadi 3, yakni kategori gemuk sebesar 48% (12 balita), kategori normal 40% (10 orang) dan kategori kurus sebesar 12% (3 balita). Dalam penelitian ini mengacu pada Supariasa tahun 2012 bahwa terjadi Obesitas jika

- klasifikasi IMT Kurus : $\leq 17 - 18,5$,
Batas Normal $18,6 - 25$, Gemuk : ≥ 25 .
c) Ada hubungan pola kebiasaan makan terhadap kejadian Obesitas pada Balita

DAFTAR PUSTAKA

- Administrator, 2012. Tips Untuk Membentuk Pola Makan Sehat Anak. Diakses di <https://www.ibudanbalita.com/artikel/10-tips-untuk-membentuk-pola-makan-sehat-anak>
- Budi Sutomo. 2010. *Makanan sehat pendamping ASI*. jakarta. Demedia
- Dinkes.surabaya.go.id, 2015. Permasalahan Gizi Buruk Bersifat Multidimensi yang Menyangkut Kemiskinan, Gaya Hidup dan Sosial Budaya diakses di <http://dinkes.surabaya.go.id/portal/index.php/artikel-kesehatan/permasalahan-gizi-buruk-bersifat-multidimensi-yang-menyangkut-kemiskinan-gaya-hidup-dan-sosial-budaya/>
- Genis, Ginanjar Wahyu, 2010. *Obesitas Pada Anak*. Jakarta. Mizan Publishing
- Ikawati, Zullies. 2010. *Resep Hidup Sehat*. Jakarta. Kanisius
- Proverawati.,Kusumawati., 2009. *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- di BPM "F" Desa Guluk-Guluk, Kec. Guluk-Guluk, Kab. Sumenep dengan nilai p value 0,00.
- Sartika, Ratu Ayu Dewi. 2011. Faktor Risiko Obesitas pada Anak 5-15 tahun di Indonesia. Makara Kesehatan