

**PENGARUH PERILAKU KONSUMSI MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA
NEGERI 21 SURABAYA**

SKRIPSI



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

**DEVITA CATUR PUSPITASARI
11040222068**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Devita Catur Puspitasari

NIM : 11040222068

Program Studi : Gizi

Angkatan : 2022

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul **“PENGARUH PERILAKU KONSUMSI MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA NEGERI 21 SURABAYA”**, Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Surabaya, 12 Juni 2026

Yang menyatakanya,



Devita Catur Puspitasari
NIM.11040222068

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH PERILAKU KONSUMSI MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK
TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA
NEGERI 21 SURABAYA**

Oleh :

Devita Catur Puspitasari

11040222068

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Seminar Skripsi

Surabaya, 12 Juni 2026

Disetujui oleh,

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2



Dr. Ria Qadariah Arief, SKM., M.Kes
NIP.198703142014032001



Dedy Suprayogi, S.KM., M.KL
NIP. 198512112014031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH PERILAKU KONSUMSI MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA NEGERI 21 SURABAYA

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi Devita Catur Puspitasari ini telah dipertahankan di depan penguji skripsi
di Surabaya, 18 Juni 2026

Mengesahkan,
Dewan Penguji

Penguji I



Dr. Ria Qadariah Arief, SKM, M.Kes
NIP. 198703142014032001

Penguji II



Dedy Suprayogi, S.KM., M.KL
NIP. 198512112014031002

Penguji III



Sri Hidayati L., M.Kes
NIP. 198201252014032001

Penguji IV



Esti Tyastirin, M.KM
NIP. 198706242014032001

Mengetahui,

Pili Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
Universitas Ampel Surabaya



Suryani, S.Ag., S.Psi., M.Si.
NIP.197708122005012004



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Devita Catur Puspitasari
NIM : 11040222068
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Gizi
E-mail address : devitacaturpuspit@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**PENGARUH PERILAKU KONSUMSI MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP
KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA REMAJA DI SMA NEGERI 21 SURABAYA**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 26 Juni 2026

Penulis

(Devita Catur Puspitasari)

ABSTRAK

Overweight merupakan masalah gizi yang terus meningkat dan menjadi perhatian serius di Indonesia, termasuk di wilayah perkotaan seperti Surabaya. Kondisi ini terjadi akibat ketidakseimbangan energi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik terhadap kejadian *overweight* pada remaja di SMA Negeri 21 Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 1.049 siswa dengan sampel sebanyak 100 responden yang dipilih menggunakan kuesioner *Eating Behavior Patterns Questionnaire* (EBPQ) untuk mengukur perilaku konsumsi makan, kuesioner *Physical Activity Questionnaire for Adolescents* (PAQ-A) untuk mengukur aktivitas fisik, serta pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT/U menggunakan aplikasi WHO Anthroplus. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 32 responden (32%) mengalami *overweight*, sedangkan 68 responden (68%) memiliki status gizi normal. Sebagian besar responden memiliki perilaku konsumsi tidak baik sebanyak 51 (51%) dan aktivitas fisik ringan sebanyak 50 responden (50%). Hasil analisis regresi logistik menunjukkan bahwa perilaku konsumsi makan dan aktivitas fisik secara bersamaan memiliki pengaruh terhadap kejadian *overweight* dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 (Nilai Nagelkerke $R^2 = 0,384$). Perilaku konsumsi makan berpengaruh signifikan terhadap kejadian *overweight* dengan nilai (Sig=0,005; OR=3,651; CI 95%= 1,470-9,065). Aktivitas fisik berpengaruh signifikan terhadap kejadian *overweight* dengan nilai (Sig=0,000; OR=0,101; CI 95%= 0,035-0,294). Disimpulkan bahwa perilaku konsumsi makan menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kejadian *overweight*, sementara aktivitas fisik menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kejadian *overweight*. Kata kunci : *Overweight*, Perilaku Konsumsi Makan, Aktivitas Fisik, Remaja

ABSTRACT

Overweight is a nutritional problem that continues to increase and is a serious concern in Indonesia, including in urban areas such as Surabaya. This condition occurs due to energy imbalance influenced by various factors, one of which is eating behavior and physical activity. This study aims to analyze the influence of eating behavior and physical activity on the incidence of overweight in adolescents at SMA Negeri 21 Surabaya. This study used an analytical observational design with a cross-sectional approach. The study population was 1,049 students with a sample of 100 respondents selected using the Eating Behavior Patterns Questionnaire (EBPQ) questionnaire to measure eating behavior, the Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) questionnaire to measure physical activity, and anthropometric measurements to determine nutritional status based on BMI/A using the WHO Anthroplus application. The analysis results showed that 32 respondents (32%) were overweight, while 68 respondents (68%) had normal nutritional status. Most respondents had unhealthy eating behavior (51%) and light physical activity (50%). The results of the logistic regression analysis showed that eating behavior and physical activity simultaneously had an influence on the incidence of overweight with a significance value of 0.000 (Nagelkerke R² value = 0.384). Eating behavior had a significant effect on the incidence of overweight with a value (Sig = 0.005; OR = 3.651; 95% CI = 1.470-9.065). Physical activity had a significant effect on the incidence of overweight with a value (Sig = 0.000; OR = 0.101; 95% CI = 0.035-0.294). It was concluded that eating behavior showed a significant effect on the incidence of overweight, while physical activity showed a significant effect on the incidence of overweight.

Keywords: Overweight, Eating Behavior, Physical Activity, Adolescents

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	13
E. Keaslian Penelitian.....	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	19
A. Landasan Teori	19
1. <i>Overweight</i>	19
2. Perilaku Konsumsi Makan	31
3. Pengaruh Perilaku Konsumsi Makan Pada <i>Overweight</i>	35
4. Aktivitas Fisik	37
5. Klasifikasi Aktivitas Fisik	40
6. Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	42
7. Manfaat Aktivitas Fisik	46
8. Pengaruh Aktivitas Fisik pada <i>Overweight</i>	48
9. Remaja.....	49
10. Teori Keseimbangan Energi	51

11. Kaitan Teori dengan Variabel	56
B. Kerangka Teori	59
C. Kerangka Konsep	59
D. Hipotesis Penelitian	60
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	61
A. Desain Penelitian	61
B. Tempat dan Waktu Penelitian	61
C. Populasi, Sampel, dan Kriteria Sampel	62
D. Variabel Penelitian	64
E. Definisi Operasional	65
F. Prosedur Penelitian	67
1. Instrumen Penelitian	67
2. Data Penelitian	71
3. Prosedur Pengumpulan Data	72
G. Analisis Data	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	82
A. Hasil	82
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	82
2. Karakteristik Responden	83
3. Temuan Penelitian	90
4. Analisis Penelitian	91
B. Pembahasan	93
1. Pengaruh Perilaku Konsumsi Makan Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	94
2. Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	97
3. Pengaruh Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	100
4. Keterbatasan Penelitian	102
BAB V PENUTUP	103
A. Kesimpulan	103
B. Saran	103

DAFTAR PUSTAKA.....	105
LAMPIRAN.....	115



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Keaslian Penelitian	15
Tabel 2.	Kategori IMT/U anak usia 5-18 tahun.....	20
Tabel 3.	Tabel Jadwal Penelitian	62
Tabel 4.	Definisi Operasional	65
Tabel 5.	Kisi-kisi kuesioner <i>Eating Behavior Patterns Questionnaire</i> (EBPQ)	69
Tabel 6.	Kisi-kisi kuesioner <i>Physical Activity Questionnaire for Adolescents</i> (PAQ -A).....	70
Tabel 7.	Hasil Uji Validitas Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik.....	77
Tabel 8.	Uji Reliabilitas Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas	79
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Kelas, Jenis Kelamin dan Status Gizi	83
Tabel 10.	Status Gizi Responden Siswa SMA Negeri 21 Surabaya	85
Tabel 11.	Distribusi Frekuensi Penghasilan Orang Tua	87
Tabel 12.	Distribusi Frekuensi Riwayat Penyakit Orang Tua	88
Tabel 13.	Distribusi Frekuensi Riwayat Penyakit Siswa	89
Tabel 14.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik.....	90
Tabel 15.	Tabulasi Silang Pengaruh Perilaku Konsumsi Makan Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	91
Tabel 16.	Tabulasi Silang Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	92
Tabel 17.	Hasil Uji Simultan Regresi Logistik Pengaruh Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian <i>Overweight</i>	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Patofisiologi <i>Overweight</i>	21
Gambar 2. Teori Keseimbangan Energi	55
Gambar 3. Kerangka Teori.....	59
Gambar 4. Kerangka konsep	59



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Pernyataan Persetujuan	115
Lampiran 2.	Kuesioner Penelitian.....	116
Lampiran 3.	Surat Izin Studi Pendahuluan	127
Lampiran 4.	Kode Etik Penelitian.....	128
Lampiran 5.	Surat Izin Penelitian Universitas	129
Lampiran 6.	Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan	130
Lampiran 7.	Surat Balasan Penelitian dari SMA Negeri 21 Surabaya.....	131
Lampiran 8.	Hasil Jawaban Lembar Informed Consent	132
Lampiran 9.	Hasil Jawaban Idenifikasi Responden	133
Lampiran 10.	Hasil Antropometri	135
Lampiran 11.	Hasil Jawaban Perilaku Konsumsi Makan	136
Lampiran 12.	Hasil Jawaban Aktivitas Fisik	140
Lampiran 13.	Hasil Output Uji Validitas dan Realibilitas	144
Lampiran 14.	Hasil Output SPSS Uji Regresi Logistik Ordinal Parsial Perilaku Konsumsi Makan Terhadap Kejadian Overweight.....	146
Lampiran 15.	Hasil Output SPSS Uji Regresi Logistik Ordinal Parsial Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Overweight	146
Lampiran 16.	Hasil Output SPSS Uji Regresi Logistik Ordinal simultan Perilaku Konsumsi Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Overweight	147
Lampiran 17.	Dokumentasi Laporan Kegiatan Penelitian	148
Lampiran 18.	Hasil Turnitin.....	149

DAFTAR PUSTAKA

- Adzika, A., Kartasurya, M. I., & Shaluhiyah, Z. (2025). Models Of Nutrition Education Interventions For Adolescent Lifestyle Changes : A Scoping Review. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 35(4), 1314–1326.
- Aisyah, S., Rizki, W., Batubara, P., Manurung, J., Ambarita, A. T., & Nainggolan, F. A. (2025). Intervensi Edukasi Gizi Seimbang Bagi Remaja Dalam Upaya Pencegahan Obesitas Dan Penyakit Degeneratif Di Smp Swasta 102114244 Nusantara Lubuk Pakam Intervention Of Balanced Nutrition Education For Adolescents To Prevent Obesity And Degenerative Diseases A. *Jurnal Pengmas Kestra (Jpk)*, June, 148–154.
- Agustina, R., Meilianawati, Fenny, Atmarita, Suparmi, Susiloretni, K. A., Lestari, W., Pritasari, K., & Shankar, A. H. (2021). Psychosocial, Eating Behavior, And Lifestyle Factors Influencing Overweight And Obesity In Adolescents. *Food And Nutrition Bulletin*, 42(1_Suppl), S72–S91. <https://doi.org/10.1177/0379572121992750>
- Aita, S., Matsushita, M., Yoneshiro, T., Hatano, T., Kameya, T., Ohkubo, I., & Saito, M. (2022). Brown Fat-Associated Postprandial Thermogenesis In Humans: Different Effects Of Isocaloric Meals Rich In Carbohydrate, Fat, And Protein. *Frontiers In Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1040444>
- Ambarwati, M. D., Soeyono, R. D., Astuti, N., & Romadhoni, F. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Perilaku Makan Terhadap Status Gizi Remaja Selama Pandemi Covid-19 Di Desa Keboan Sikep, Gedangan, Sidoarjo*.
- Amin, M. M., & Sulaiman. (2025). Tren Konsumsi Fast Food Dan Dampaknya Terhadap Obesitas Di Kalangan Remaja Perkotaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 91–103. <https://doi.org/10.54259/Sehatrakyat.V4i1.4130>
- Andrini, P., Aisah, & Ariyanto. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 6(2), 019–027. <https://doi.org/10.36984/Jkm.V6i2.406>
- Anggraeni, I. N., Febiyana, D. V., & Puspikawati, S. I. (2025). Dampak Beban Gizi Ganda Obesitas Terhadap Risiko Depresi. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 3(1). <https://ojs.daarulhuda.or.id/index.php/socius/article/view/2094>
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, A., Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software Spss Untuk Uji Validitas Dan Reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491–6504. <https://doi.org/10.31004/basicedu.V6i4.3206>

- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/Mm.V5i1.3511>
- Angraini, D. I., Saftarina, F., & Wijaya, S. M. (2023). The Analysis Of Factors To Predict Eating Behavior Among Adolescent Girls: A Community-Based Study In Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal Of Nutrition And Dietetics)*, 62–76. [https://doi.org/10.21927/Ijnd.2023.11\(2\).62-76](https://doi.org/10.21927/Ijnd.2023.11(2).62-76)
- Azzahra, F. L., & Suryaalsah, I. I. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Status Gizi Lebih Pada Remaja Di Man 2 Jakarta Timur: The Relationship Of Nutrition Knowledge, Eating Pattern, And Physical Activity With The Incidence Of Overnutrition Status In Adolescents At Man 2 East Of Jakarta. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 16(1), 53–60. <https://doi.org/10.35473/Jgk.V16i1.467>
- Badriyah, L., & Ekaningrum, A. Y. (2022). Perbedaan Faktor Risiko Obesitas Di Pedesaan Dan Perkotaan Pada Orang Dewasa Di Indonesia; Analisis Data Riskesdas 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 14(4), 185–192. <https://doi.org/10.52022/Jikm.V14i4.377>
- Biadgilign, S., Mgtutshini, T., Gebremichael, B., Berhanu, L., Cook, C., Deribew, A., Gebre, B., & Memiah, P. (2023). Association Between Dietary Intake, Eating Behavior, And Childhood Obesity Among Children And Adolescents In Ethiopia. *Bmj Nutrition, Prevention & Health*, 6(2). <https://doi.org/10.1136/Bmjnp-2021-000415>
- Dewi, R. C., Rimawati, N., & Purbodjati, P. (2021). Body Mass Index, Physical Activity, And Physical Fitness Of Adolescence. *Journal Of Public Health Research*, 10(2), 2230. <https://doi.org/10.4081/Jphr.2021.2230>
- Dieny, F. F., Widyastuti, N., & Fitranti, D. Y. (2015). Sindrom Metabolik Pada Remaja Obes: Prevalensi Dan Hubungannya Dengan Kualitas Diet. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.22146/Ijcn.22830>
- Dita, D. A. A., Yunita, E., Ocktaviani, R. D., & Melati, P. (2023). Kajian Pustaka: Polimorfisme Genetik Sebagai Faktor Risiko Obesitas. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(7), 2267–2280. <https://doi.org/10.33024/Jikk.V10i7.10203>
- Editor, W. R. P. (2022, May 6). Pertahankan Tubuh Ideal Dengan Menjaga Keseimbangan Energi. *Wrp*. <https://wrp.co.id/en/pertahankan-tubuh-ideal-dengan-menjaga-keseimbangan-energi/>
- Eli, A. P. N., Nurhikmawati, Irmayanti, Safei, I., & Syamsu, R. F. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Tenaga

- Kependidikan Di Universitas Muslim Indonesia. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(12), 914–922. <https://doi.org/10.33096/Fmj.V2i12.168>
- Elsa Sari Saputri & Samsudi. (2024). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Abuki. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(2), 156–164. <https://doi.org/10.69677/Avicenna.V3i2.86>
- Emitrafatriona, E., & Friandi, R. (2022a). Hubungan Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Imt Pada Remaja Di Sman 2 Sungai Penuh Tahun 2021. *Journal Of Nursing And Health*, 7(1), 65–75. <https://doi.org/10.52488/Jnh.V7i1.162>
- Emitrafatriona, & Friandi, R. (2022b). Hubungan Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Imt Pada Remaja Di Sman 2 Sungai Penuh. 2022, 7, 65–75.
- Fadila, N., Wijaya, A., & Roni, F. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Lanjut Usia Di Desa Kalikejambon, Kabupaten Jombang. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 9(2), 125–133. <https://doi.org/10.32419/Jppni.V9i2.528>
- Gotera, W., & Nugraha, I. (2023). *Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/2388/fokus-pada-faktor-penyebab-obesitas
- Haghjoo, P., Siri, G., Soleimani, E., Farhangi, M. A., & Alesaeidi, S. (2022). Screen Time Increases Overweight And Obesity Risk Among Adolescents: A Systematic Review And Dose-Response Meta-Analysis. *Bmc Primary Care*, 23(1), 161. <https://doi.org/10.1186/S12875-022-01761-4>
- Haryono, D. A., Arifin, S., Shinta, H. E., Widodo, T., & Yuliani, N. N. S. (2024). Hubungan Obesitas Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe Ii Pada Usia > 40 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bukit Hindu. *Barigas: Jurnal Riset Mahasiswa*, 1(2). <https://doi.org/10.37304/Barigas.V1i2.7987>
- Hasanah, S. S. (2024a). Hubungan Eating Behavior Dan Sedentary Lifestyle Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Fase Awal. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 116–124. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V13i1.2024.116-124>
- Hasanah, S. S. (2024b). Hubungan Eating Behavior Dan Sedentary Lifestyle Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Fase Awal. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 116–124. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V13i1.2024.116-124>
- Hasanah, S. S. (2024c). Hubungan Eating Behavior Dan Sedentary Lifestyle Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Fase Awal. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 116–124. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V13i1.2024.116-124>
- Hasbibiani, H. (2025). *Analisis Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Dampaknya Terhadap Status Gizi Mahasiswa Di Masa Kuliah Daring*. 01.

- Hidayat, H., & Parawansa, I. S. (2021). Korelasi Sitokin Interleukin 6 (Il 6) Dengan Adiponektin Pada Penderita Obesitas Dengan Sindroma Metabolik. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(4). <https://doi.org/10.33024/Jikk.V8i4.5421>
- Hill, J. O., Wyatt, H. R., & Peters, J. C. (2012). Energy Balance And Obesity. *Circulation*, 126(1), 126–132. <https://doi.org/10.1161/Circulationaha.111.087213>
- Hu, D., Zhou, S., Crowley-Mchattan, Z. J., & Liu, Z. (2021). Factors That Influence Participation In Physical Activity In School-Aged Children And Adolescents: A Systematic Review From The Social Ecological Model Perspective. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(6), 3147. <https://doi.org/10.3390/Ijerph18063147>
- Indrawati, N., & Aswara, A. Y. (2024). Aktivitas Fisik Dan Kenikmatan Berolahraga Pelajar Indonesia. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 23(4), 30. <https://doi.org/10.20527/Multilateral.V23i4.20946>
- Jin, X., Qiu, T., Li, L., Yu, R., Chen, X., Li, C., Proud, C. G., & Jiang, T. (2023). Pathophysiology Of Obesity And Its Associated Diseases. *Acta Pharmaceutica Sinica. B*, 13(6), 2403–2424. <https://doi.org/10.1016/J.Apsb.2023.01.012>
- Katz, A. (2022). A Century Of Exercise Physiology: Key Concepts In Regulation Of Glycogen Metabolism In Skeletal Muscle. *European Journal Of Applied Physiology*, 122(8), 1751–1772. <https://doi.org/10.1007/S00421-022-04935-1>
- Kemenkes Ri, 2025. (N.D.). Retrieved January 19, 2026, From <https://keslan.kemkes.go.id/Unduhan/Kmk%20no.%20hk.01.07-Menkes-509-2025.Pdf>
- Kim, Y., Kim, B., Rajaguru, V., Lee, S. G., & Kim, T. H. (2023). Association Between Body Shape Misperception And Unhealthy Eating Behaviors Among Korean Adolescents. *Nutrition Research And Practice*, 17(6), 1143–1154. <https://doi.org/10.4162/Nrp.2023.17.6.1143>
- Kmk No. Hk.01.07-Menkes-509-2025. (N.D.).
- Kohir, D. S., Murhan, A., & Sulastri, S. (2024). Skrining Faktor Risiko Obesitas Usia Produktif. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 9(2), 97. <https://doi.org/10.52822/Jwk.V9i2.673>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. 2020.
- Lewa, S. C. P., & Amani, P. (2024). Hubungan Antara Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Komposisi Tubuh Pada Siswa Sekolah Menengah. *Jpp (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 19(2), 124–131. <https://doi.org/10.36086/Jpp.V19i2.2570>

- Lisetyaningrum, I., Pujasari, H., & Kuntarti. (2021). A Cross-Sectional Analysis Of Snacking Habits, Eating Habits, Physical Activity, And Indicators Of Obesity Among High School Students In Jakarta, Indonesia. *Journal Of Public Health Research*, 10(1_Suppl), Jphr.2021.2402. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2402>
- Lister, N. B., Baur, L. A., Felix, J. F., Hill, A. J., Marcus, C., Reinehr, T., Summerbell, C., & Wabitsch, M. (2023). Child And Adolescent Obesity. *Nature Reviews Disease Primers*, 9(1), 24. <https://doi.org/10.1038/s41572-023-00435-4>
- Lugina, W., Maywati, S., & Neni, N. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik, Asupan Energi, Dan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Overweight Pada Siswa Sma Tasikmalaya Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(2). <https://doi.org/10.37058/jkki.v17i2.3889>
- Mafluha, Y., & Rahmi, M. A. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan, Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Smk Kesehatan Banten Kota Tangerang Tahun 2024. *Jurnal Obstetika Scienta*, 12(2), 247–259. <https://doi.org/10.55171/obs.v12i2.1335>
- Mahumud, R., Sahle, B., Addo, E., Chen, W., Morton, R., & Renzaho, A. (2021). Association Of Dietary Intake, Physical Activity, And Sedentary Behaviours With Overweight And Obesity Among 282,213 Adolescents In 89 Low And Middle Income To High-Income Countries | *International Journal Of Obesity*. 2021. <https://doi.org/10.1038/s41366-021-00908-0>
- Maneschy, I., Jimeno-Martínez, A., Miguel-Berges, M. L., Rupérez, A. I., Ortega-Ramírez, A. D., Masip, G., & Moreno, L. A. (2024). Eating Behaviours And Dietary Intake In Children And Adolescents: A Systematic Review. *Current Nutrition Reports*, 13(3), 363–376. <https://doi.org/10.1007/s13668-024-00544-w>
- Mangopa, N. N. S., Mappahya, A. A., Nurhikmawati, Mokhtar, S., & Irna Diyana Kartika. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Overweight Saat Pandemi Pada Remaja. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(1), 12–20. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i1.173>
- Mangopa, N. N. S., Mappahya, A. A., Nurhikmawati, Mokhtar, S., & Kartika, I. D. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Overweight Saat Pandemi Pada Remaja. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(1), 12–20. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i1.173>
- Meila, A. S. B., Bachtiar, F., Condrowati, C., & Nazhira, F. (2022a). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja. *Physiotherapy Health Science (Physiohs)*, 4(2), 80–84. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v4i2.22587>

- Meila, A. S. B., Bachtiar, F., Condrowati, C., & Nazhira, F. (2022b). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja. *Physiotherapy Health Science (Physiohs)*, 4(2), 80–84. <https://doi.org/10.22219/Physiohs.V4i2.22587>
- Misnawati, Y., Novitasari, D., Triana, N. Y., & Sundari, R. I. (2024). Korelasi Asupan Nutrisi Dengan Ureum, Kreatinin Dan Hemoglobin Penderita Gagal Ginjal Kronik. *Jurnal Kesehatan*, 15(2), 107–114. <https://doi.org/10.32763/Kv4q7t25>
- Mokoagow, A. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Di Smp Nasional Mogoyunggung. *Physical*, 1(1), 20–24.
- Mufid, A. L., & Ulinuha, D. (2024). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kesehatan Psikologis Peserta Didik Jenjang Sma: Systematic Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Mental Peserta Didik*, 688–698.
- Muharry, A., Yogaswara, D., & Annashr, N. N. (2024). Pola Konsumsi Makan Dan Minuman Terhadap Risiko Obesitas Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 15(02), 353–363. <https://doi.org/10.34305/Jikbh.V15i02.1289>
- Mursyid, A., Utari, D., Adnyana, I. G. A., & Anditirina, D. (2026). Hubungan Stres, Aktivitas Fisik, Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa Sman 4 Praya Lombok Tengah. *Indonesian Journal Of Health Research Innovation*, 3(1), 134–140. <https://doi.org/10.64094/68v5we42>
- Najibah, A. S., Hariawan, M. H., & Nashriyah, S. F. (2025a). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Smp Muhammadiyah 3 Yogyakarta. *Sport Science And Health*, 7(12), 582–592.
- Najibah, A. S., Hariawan, M. H., & Nashriyah, S. F. (2025b). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Smp Muhammadiyah 3 Yogyakarta.
- Nissa, N. K. (2025). Analisis Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Dewasa. 2(4).
- Nopriani, N., Chrisanto, E. Y., & Kusumaningsih, D. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gagal Ginjal Kronik Pada Pasien Hemodialisa Di Rs. Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 6(5), 2127–2142. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V6i5.11781>
- Oktavia, R., Wulandari, P., & Anggoro, S. (2024). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta. *Agrotech : Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian*, 6(2), 37–44. <https://doi.org/10.37631/Agrotech.V6i2.1697>

- Peng, S., Fang, Y., Othman, A. T., & Liang, J. (2022). Meta-Analysis And Systematic Review Of Physical Activity On Neurodevelopment Disorders, Depression, And Obesity Among Children And Adolescents. *Frontiers In Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.940977>
- Permenkes. (2020). Database Peraturan | Jdih Bpk. <http://peraturan.bpk.go.id/details/152505/permenkes-no-2-tahun-2020>
- Permenkes Nomor 2 Tahun 2020. (N.D.).
- Powell-Wiley, T. M., Poirier, P., Burke, L. E., Després, J.-P., Gordon-Larsen, P., Lavie, C. J., Lear, S. A., Ndumele, C. E., Neeland, I. J., Sanders, P., St-Onge, M.-P., & On Behalf Of The American Heart Association Council On Lifestyle And Cardiometabolic Health; Council On Cardiovascular And Stroke Nursing; Council On Clinical Cardiology; Council On Epidemiology And Prevention; And Stroke Council. (2021). Obesity And Cardiovascular Disease: A Scientific Statement From The American Heart Association. *Circulation*, 143(21). <https://doi.org/10.1161/Cir.0000000000000973>
- Pradigdo, S. F., Nugraheni, S. A., & Putri, R. N. (2023a). Lifestyle As A Factor For Overweight In Adolescents: Lifestyle Sebagai Faktor Risiko Overweight Remaja. *Amerta Nutrition*, 7(2sp), 232–237. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i2sp.2023.232-237>
- Pradigdo, S. F., Nugraheni, S. A., & Putri, R. N. (2023b). Lifestyle Sebagai Faktor Risiko Overweight Remaja Lifestyle As A Factor For Overweight In Adolescents. *Amerta Nutrition*, 7(2), 232–237. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i2sp.2023.23>
- Purnama, N. L. A. (2021). Body Image, Perilaku Makan Dan Status Gizi Remaja: Body Image, Eating Behavior And Nutritional Status In Adolescents. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing)*, 7(2), 351–358. <https://doi.org/10.33023/Jikep.V7i2.850>
- Purnomo, W., Susanto, T., & Afandi, A. T. (2024a). Studi Literature Pola Makan Dan Pola Aktivitas Fisik Pada Remaja Dengan Obesitas Di Indonesia. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 6(01), 115–134. <https://doi.org/10.32938/Jsk.V6i01.6437>
- Purnomo, W., Susanto, T., & Afandi, A. T. (2024b). Studi Literature Pola Makan Dan Pola Aktivitas Fisik Pada Remaja Dengan Obesitas Di Indonesia. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 6(01), 115–134. <https://doi.org/10.32938/Jsk.V6i01.6437>
- Purwaningsih, G., & Sumarmi, S. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Sma Muhammadiyah 7 Sutorejo Surabaya. *Media Gizi Kemas*, 11(2), 399–406. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V11i2.2022.399-406>

- Puspita, A. C., Rahmawati, S. T. Y., & Suparmi, S. (2024). Aktivitas Fisik Rutin Dalam Produktivitas Harian Pada Dewasa Akhir. *Jengjala : Jurnal Riset Pengembangan Dan Pelayanan Kesehatan*, 3(2), 23–29. <https://doi.org/10.56399/Jgl.V3i2.224>
- Putri, E., & Utama, I. H. (2024). Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Putri (Pubertas) Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Siswa Kelas Vii (A-F) Di Smp Negeri 1 Sungai Raya Tahun 2024. 14.
- Rae, A., & Brigitte, Re. (2022). Faktor Psikologis Dan Sosial Yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan Pada Remaja | Al Gizzai: Jurnal Kesehatan Dan Gizi Masyarakat. <https://doi.org/10.24252/Algizzai.V2i2.25921>
- Rahayu, A., Sumaryanti, S., & Arovah, N. I. (2022). The Validity And Reliability Of The Physical Activity Questionnaires (Paq-A) Among Indonesian Adolescents During Online And Blended Learning Schooling. *Physical Education Theory And Methodology*, 22(2), 173–179. <https://doi.org/10.17309/Tmfv.2022.2.04>
- Rahmad, A. H. A., Miko, A., Ichsan, I., & Fadillah, I. (2023). Pendapatan Keluarga Serta Asupan Energi Dan Protein Sebagai Faktor Risiko Obesitas Masyarakat Perkotaan Di Kota Banda Aceh. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(1), 73–86. <https://doi.org/10.35842/Ilg.V7i1.424>
- Rahmawati, R., & Ghasya, D. (2024). Bagaimana Pemahaman Pribadi Remaja Tentang Kondisi Psikologisnya. 4. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jurdip>
- Riskesdas. (2018). *Repository—Aplikasi Repository Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://repository.kemkes.go.id/book/1323>
- Rizal, M., Gifari, N., & Arini, N. P. D. (2024). Comparison Between Measured And Predicted Basal Metabolic Rate In Indonesian Adolescent Female Basketball Players: Perbedaan Basal Metabolic Rate Berdasarkan Pengukuran Dan Formula Pada Atlet Bola Basket Remaja Putri Indonesia. *Amerta Nutrition*, 8(4), 567–573. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V8i4.2024.567-573>
- Rochmah, A., & Nadhiroh, S. R. (2024). Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Smp Negeri 25 Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 234–240. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V13i1.2024.234-240>
- Roy, S. K., Jahan, K., Alam, N., Rois, R., Ferdaus, A., Israt, S., & Karim, Md. R. (2021). Perceived Stress, Eating Behavior, And Overweight And Obesity Among Urban Adolescents. *Journal Of Health, Population And Nutrition*, 40(1), 54. <https://doi.org/10.1186/S41043-021-00279-2>
- Russo, B., Menduni, M., Borboni, P., Picconi, F., & Frontoni, S. (2021). Autonomic Nervous System In Obesity And Insulin-Resistance—The Complex Interplay Between Leptin And Central Nervous System. *International*

- Journal Of Molecular Sciences*, 22(10).
<https://doi.org/10.3390/ijms22105187>
- Sardi, M., Mutiara, E., Emilia, E., Rosmiati, R., & Harahap, N. (2025a). *Hubungan Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja | Jkkp (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*.
<https://doi.org/10.21009/Jkkp.121.04>
- Sardi, M., Mutiara, E., Emilia, E., Rosmiati, R., & Harahap, N. S. (2025b). *Hubungan Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja. Jkkp (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 12(1), 39–48.
<https://doi.org/10.21009/Jkkp.121.04>
- Sari, M. A. K., & Lestari, Y. N. (2024). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja (Studi Kasus Di Sma Negeri 15 Semarang). *Media Gizi Kemas*.
- Schlundt, S., Mk, H., & Ms, B. (2003). The Eating Behavior Patterns Questionnaire Predicts Dietary Fat Intake In African American Women. *Journal Of The American Dietetic Association*, 103(3).
<https://doi.org/10.1053/Jada.2003.50049>
- Selpia, M., & Isnaeni, L. M. A. (2025a). Hubungan Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Plenary Health : Jurnal Kesehatan Paripurna*, 2(1), 14–21.
<https://doi.org/10.37985/Plenaryhealth.V2i2.1010>
- Selpia, M., & Isnaeni, L. M. A. (2025b). Hubungan Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Paripurna*, 2(1), 14–21.
- Selpia, M., & Isnaeni, L. M. A. (2025c). Hubungan Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Bangkinang Kota Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Plenary Health : Jurnal Kesehatan Paripurna*, 2(1), 14–21.
<https://doi.org/10.37985/Plenaryhealth.V2i2.1010>
- Ski. (2023). Ski 2023 Dalam Angka. *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | Bkpk Kemenkes*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A., Harmayanti, A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. 2022, 8.
<https://doi.org/10.58258/Jime.V9i1.3494>
- Tijow, F. N., Mautang, T., & Telew, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja

- Di Smk Kristen 1 Tomohon. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Manado*, 3(2).
<https://doi.org/10.64418/jikma.v3i2.152>
- Utami, J. R. P. A., Shifa, N. A., & Rukiah, N. (2024). Hubungan Kebiasaan Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Tahun 2024. *Vitalitas Medis : Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 46–56.
<https://doi.org/10.62383/vimed.v1i2.125>
- White, U. (2023). Adipose Tissue Expansion In Obesity, Health, And Disease. *Frontiers In Cell And Developmental Biology*, 11.
<https://doi.org/10.3389/fcell.2023.1188844>
- Who. (2024). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Who. (2025). *Obesity And Overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wijayanti, Y. T., & Susilo, C. (2025). Lifestyle And Incidence Of Hypertension In Elderly With Obesity. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 09–15.
<https://doi.org/10.61099/junedik.v3i1.69>
- Winarto, F., & Werdiharini, A. E. (2023). Hubungan Konsumsi Junk Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Politeknik Negeri Jember. *Harena: Jurnal Gizi*, 4(1), 1–9.
- Wismanadi, H., Meirinawati, M., Bachri, B. S., & Rusdiawan, A. (2023, June 1). *Sedentary Lifestyle Of Adolescent In Rural Areas In Jombang-Indonesia*. Proceedings Of The 8th Acpes (Asean Council Of Physical Education And Sport) International Conference, Acpes 2022, October 28th – 30th, 2022, Medan, North Sumatera, Indonesia. https://eudl.eu/doi/10.4108/eai.28-10-2022.2327465?utm_source=chatgpt.com
- Yanti, R., Nova, M., & Rahmi, A. (2021). Asupan Energi, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan, Berhubungan Dengan Gizi Lebih Pada Remaja Sma. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8(1), 45–53.
<https://doi.org/10.33653/jkp.v8i1.592>
- Yolanda, C. F., & Widyatuti, W. (2026). Pola Asuh Orang Tua Dan Perilaku Konsumsi Makanan Berisiko Pada Remaja Di Kota Depok. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 10(3), 294.
<https://doi.org/10.32419/jppni.v10i3.721>
- Yuliana, Y., & Winarno, M. E. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Terhadap Status Obesitas Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Sport Science And Health*, 2(6), 301–311.