

**HUBUNGAN GAYA HIDUP, UMUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA
: *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI



**MURNIWATI L. TANJUNG
P01031217074**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2021**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP, UMUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA
: *LITERATURE REVIEW***

**Skripsi ini diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Medan**



**MURNIWATI L. TANJUNG
P01031217074**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2021**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Gaya Hidup, Umur dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa : *Literature Review*

Nama Mahasiswa : Murniwati L. Tanjung

NIM : P01031217074

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Ginta Siahaan, DCN, M.Kes
Pembimbing Utama/ Ketua Penguji



Dini Lestrina, DCN, M.Kes
Anggota Penguji I



Lusiana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi



KEMENTERIAN KESEHATAN
BADAN PENGEMBANGAN DAN
PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA
MANUSIA KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA

Dr. Osida Martony, SKM, M. Kes

NIP : 196403121987031003

Tanggal Lulus : 05 Maret 2021

ABSTRAK

MURNIWATI L. TANJUNG “**HUBUNGAN GAYA HIDUP, UMUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA: STUDI LITERATUR**” (DIBAWAH BIMBINGAN GINTA SIAHAAN).

Obesitas sentral merupakan keadaan dimana terdapat banyak timbunan lemak pada tubuh terutama pada sekitar perut. Dapat diketahui dengan cara mengukur dengan memakai alat pita meter dengan ketelitian 0,5 mm. Perkembangan teknologi pada saat ini menyebabkan banyak orang beralih mempunyai gaya hidup sedentary lifestyle pada orang dewasa. Semakin meningkatnya usia seseorang, disinyalir mempunyai kecenderungan aktivitas semakin berkurang karena adanya beban kerja yang menuntut seseorang diam ditempat untuk beberapa jam tanpa melakukan pergerakan-pergerakan yang membutuhkan energi. Hal inilah yang menyebabkan banyak orang pada usia dewasa mengalami obesitas sentral.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya hidup, umur dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa.

Penelitian ini menggunakan metode studi literature yang menelaah artikel dari hasil penelitian-penelitian terdahulu. Pencarian artikel dalam studi literature ini menggunakan 4 database yaitu google scholar, portal GARUDA, DOAJ dan PUBMED. Populasi dalam penelitian ini adalah orang dewasa dengan rentang usia 30-50 tahun. Sampel penelitian berjumlah >30 orang. Studi penelitian menggunakan desain cross sectional, disajikan dalam bahasa indonesia dan bahasa inggris, bereputasi, terbit 5 tahun terakhir, lengkap dan gratis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 10 dari 12 artikel yang membahas tentang gaya hidup, umur dan aktifitas fisik terhadap kejadian obesitas sentral pada orang dewasa menyatakan ada hubungan yang signifikan dengan nilai $p < 0,05$. Artikel yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan digambarkan oleh 2 dari 12 artikel dengan nilai $p > 0,05$.

Aktifitas fisik dengan durasi 30-50 menit disarankan dilakukan setiap harinya karena diketahui dapat mencegah terjadinya obesitas sentral .

Kata Kunci : Gaya Hidup, Umur, Aktifitas Fisik, Obesitas Sentral, Orang Dewasa.

ABSTRACT

MURNIWATI L. TANJUNG "CORRELATION OF LIFESTYLE, AGE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH THE INCIDENCE OF CENTRAL OBESITY IN ADULTS: LITERATURE STUDY" (CONSULTANT: GINTA SIAHAAN).

Central obesity is a condition where there is a lot of fat deposits in the body, especially around the abdomen. It can be known by measuring using a tape meter with an accuracy of 0.5 mm. The development of technology at this time causes many people to switch to a sedentary lifestyle in adults. The increasing age of a person, allegedly has a tendency to decrease activity due to the workload that requires a person to stay in place for several hours without doing movements that require energy. This is what causes many people in adulthood to experience central obesity.

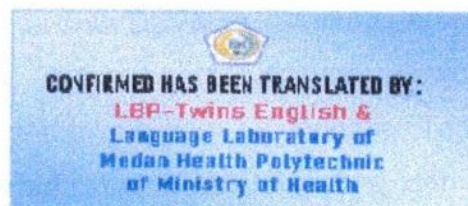
The purpose of this study was to determine the correlation between lifestyle, age and physical activity with the incidence of central obesity in adults.

This study used a literature study method that examines articles from the results of previous studies. Search articles in this literature study using 4 databases, namely Google Scholar, GARUDA Portal, DOAJ and PUBMED. The population in this study were adults with an age range of 30-50 years. The research sample amounted to > 30 people. The research study used a cross sectional design, presented in Indonesian and English, reputable, published in the last 5 years, complete and free.

The results showed that 10 of the 12 articles discussing lifestyle, age and physical activity on the incidence of central obesity in adults stated that there was a significant correlation with $p < 0.05$. Articles showing no significant correlation were described by 2 out of 12 articles with p value > 0.05 .

Physical activity with a duration of 30-50 minutes is recommended to be done every day because it is known to prevent central obesity.

Keywords: Lifestyle, Age, Physical Activity, Central Obesity, Adults.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Literature Review : Hubungan Gaya Hidup, Umur dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa”**.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada semua yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini yaitu kepada :

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
3. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah memberikan saran dan masukan dalam kesempurnaan skripsi ini.
4. Lusyana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran dan masukan dalam kesempurnaan skripsi ini.
5. Kedua orangtua tercinta Dasianus Tanjung dan Mirlina Simamora.
6. Saudara Benget Tanjung, Roy Brando Tanjung, Amril Tanjung, Levinson Tanjung dan saudari Sri Endang Tanjung yang memberi dukungan baik moral, moril, kasih sayang dan doa-doa yang tidak terbalaskan
7. Teman seperjuangan Mona Tampubolon, Pratiwi suhartati dan Rina Marpaung.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus.....	4
D. Manfaat.....	4
1. Bagi penulis	4
2. Bagi institusi	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Literature Review	6
B. Teori – teori Gizi masyarakat.....	10
C. Gaya hidup.....	17
D. Umur	18
E. Aktifitas fisik	19

BAB III METODE PENELITIAN

A. Strategi penentuan judul penelitian	24
B. Strategi pencarian literature	29
C. Kriteria inklusi dan eksklusi	30
D. Seleksi artikel dan penilaian kualitas	33

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil.....	45
1. Gaya hidup	58
2. Umur.....	59
3. Aktifitas fisik.....	60
4. Kejadian obesitas sentral	61
5. Distribusi hubungan gaya hidup dengan obesitas sentral	62
6. Distribusi hubungan umur dengan obesitas sentral.....	65
7. Distribusi hubungan aktifitas fisik dengan obesitas sentral.....	67
B. Pembahasan	70
1. Karakteristik sampel	70
2. Hubungan gaya hidup dengan obesitas sentral	70
3. Hubungan umur dengan obesitas sentral.....	71
4. Hubungan aktifitas fisik dengan obesitas sentral.....	72

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	74
B. Saran	74

DAFTAR PUSTAKA.....	75
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	78
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Klasifikasi lingkaran perut.....	18
2. Distribusi ringkasan 5 artikel sesuai topik penelitian	25
3. Distribusi rangkuman kriteria inklusi dan eksklusi	32
4. Distribusi hasil pencarian menggunakan 4 database	33
5. Distribusi kriteria Appraisal Checklist.....	36
6. Distribusi hasil penilaian artikel dengan Appraisal Checklist.....	37
7. Karakteristik artikel	46
8. Distribusi gaya hidup	58
9. Distribusi umur	59
10. Distribusi aktifitas fisik	60
11. Distribusi kejadian obesitas sentral	61
12. Distribusi hubungan gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral...	63
13. Distribusi hubungan umur dengan kejadian obesitas sentral	66
14. Distribusi hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral ..	67

DAFTAR GAMBAR

Halaman

No.

1. Tahap –tahap pemilihan artikel 35

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
Lampiran 1.EC.....	78
Lampiran 2.Surat Pernyataan	79
Lampiran 3. Daftar Riwayat hidup	80
Lampiran 4.Bukti Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 5. Bukti Screenshoot Database Pencarian Artikel	85
Lampiran 6. Bukti Screenshoot Pencarian 12 Artikel	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi merupakan masalah kesehatan yang perlu diberikan perhatian lebih oleh pemerintah, karena masalah ini dapat mempengaruhi segala lapisan masyarakat. Dalam satu dekade terakhir, prevalensi obesitas diseluruh dunia meningkat dengan drastis, sehingga menempatkan masalah gizi ini menjadi salah satu masalah yang perlu mendapatkan penanganan serius. Obesitas bukan hanya sebuah konsekuensi dari gaya hidup tidak sehat, namun obesitas bisa menjadi faktor resiko penyakit lainnya. Organisasi kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO) telah mendeklarasikan obesitas sebagai masalah yang mendunia dan epidemik global yang menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat dunia (Renyonet, 2017).

Keadaan dimana terdapat banyak timbunan lemak pada tubuh terutama pada sekitar perut biasanya disebut dengan istilah obesitas sentral atau sering juga disebut dengan obesitas abdominal. Penumpukan lemak di jaringan visceral disebabkan oleh kegagalan jaringan lemak subkutan untuk menjalankan fungsi dalam menghadapi ketidakseimbangan energi di dalam tubuh. Salah satu pengukuran antropometri untuk mendeteksi obesitas sentral pada perut melalui pengukuran lingkaran perut. Hasil penelitian menyatakan bahwa obesitas sentral dapat menyebabkan penyakit sindrom metabolik seperti diabetes tipe 2, penyakit kardiovaskular, struk, hipertensi dan batu empedu (Sudikno, 2018).

Prevalensi menurut WHO (World Health Organization) bahwa pada tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan dan sekitar 650 juta orang diantaranya mengalami obesitas. Secara keseluruhan, sekitar 13% dari populasi orang dewasa di dunia (11% pria dan 15% wanita) mengalami obesitas.

Penduduk Indonesia yang mengalami obesitas sebanyak 21,8% dari 33,3%, jumlah penderita obesitas secara umum (Kemenkes RI 2018). Pada tahun 2007 Riset Kesehatan Dasar melakukan penelitian dan menemukan jumlah penderita obesitas sentral pada orang dewasa secara nasional sebanyak 18,8%, kemudian pada tahun 2013 meningkat menjadi 26,6%, dan pada tahun 2018 meningkat kembali sebanyak 31,0% (Riskesmas 2018). Provinsi Sumatera Utara menempati urutan ke-6 yang memiliki kasus obesitas sentral pada tahun 2018 (Kemenkes RI 2018).

Masalah obesitas sentral banyak dialami oleh usia dewasa dimana pada usia ini biasanya seseorang sudah mapan terutama dalam pekerjaan yang menyebabkan terjadinya perubahan gaya hidup. Individu yang memiliki rutinitas tinggi terhadap pekerjaannya identik dengan rendahnya tingkat aktivitas fisik. Dan seiring dengan kemajuan informasi dan teknologi menyebabkan berbagai kemudahan yang dapat dirasakan seluruh masyarakat diseluruh dunia. Tanpa disadari kemajuan ini akan berefek terhadap perilaku dan gaya hidup manusia. Salah satunya kecenderungan gaya hidup yang serba instan, mudah, praktis dengan kemudahan informasi menyebabkan orang berubah dari kebiasaan-kebiasanya termasuk gaya hidup dalam memenuhi kebutuhan asupan makanan. Gaya hidup seperti ini biasa disebut dengan western life (Azidkk, 2020).

Perkembangan teknologi pada saat ini menyebabkan terjadinya peningkatan terhadap gaya hidup sedentary lifestyle pada orang dewasa. Sedentary lifestyle berhubungan dengan aktivitas pergerakan tubuh yang minim dengan pengeluaran energi (Madriyani, 2017). Gaya hidup sedentary lifestyle serta pemenuhan kebutuhan makan dengan konsumsi makanan siap saji mendorong seseorang cenderung mengonsumsi makanan fast food yang disebut dengan HFCS (High Fructosa Corn Syrup). Makanan fast food ini berkontribusi terhadap epidemi obesitas baik obesitas total maupun obesitas sentral. Penyebab ketidakseimbangan energi ini tidak diikuti oleh pergerakan maupun

aktifitas untuk membakar energi yang berlebih. Disebabkan banyak pekerja yang menggunakan fasilitas jasa pengantaran makanan dan sehabis makan tidak melakukan aktifitas fisik tetapi langsung bekerja dan duduk dibelakang meja (Bray dkk, 2018).

Usia 30-64 tahun merupakan usia yang paling banyak terkena obesitas sentral, Hal ini diduga karena seiring bertambahnya usia, maka penumpukan lemak di daerah perut juga ikut meningkat. Penumpukan lemak perut terjadi akibat perubahan beberapa jenis hormon dan penurunan massa otot pada usia yang lebih tua serta lambatnya metabolisme yang mengakibatkan proses pencernaan makanan semakin lambat, kurangnya aktivitas fisik dan frekuensi konsumsi pangan yang lebih sering (Kantachuversiri dkk, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Nurmawati tahun 2018 mendapatkan obesitas sentral meningkat pada kelompok usia > 30 tahun sebesar 1.02 kali pada kelompok usia yang lebih tua.

Semakin dewasa usia seseorang aktivitasnya cenderung berkurang karena adanya rasa malas melakukan aktivitas fisik yang pada umumnya orang yang aktivitasnya rendah akan lebih mudah terkena penyakit obesitas sentral. Dimana aktivitas fisik yang kurang menjadi faktor yang paling berisiko menyebabkan obesitas sentral. Aktivitas fisik yang kurang menyebabkan kelebihan energi di dalam tubuh akan disimpan di dalam jaringan lemak. Apabila dibiarkan terus menerus maka terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang dikeluarkan sebagai akibat dari tidak adanya energi yang dibakar melalui aktivitas fisik. Aktivitas fisik menurunkan resiko terjadinya obesitas sentral melalui penggunaan lemak dari daerah perut sebagai hasil dari redistribusi jaringan adiposa dan berperan dalam menurunkan akumulasi lemak visceral (Koh-Banerjee dkk, 2019).

Pada masa ini tidak dapat dilakukan penelitian secara langsung dikarenakan adanya pandemi covid-19 yang mengharuskan kita untuk menerapkan protokol kesehatan yang salah satunya yaitu dengan tidak berada ditempat yang ramai serta menjaga jarak. Hal ini membuat peneliti

untuk mengubah metode penelitiannya menjadi penelitian kepustakaan (literatur review). Penelitian kepustakaan (literature review) merupakan salah satu metode alternative yang dapat digunakan untuk meneliti hubungan gaya hidup, umur dan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan gaya hidup, umur dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral Pada orang dewasa berdasarkan studi literature.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Penelitian studi literatur ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup, umur dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa melalui studi literatur.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi gaya hidup pada orang dewasa .
- b. Mengidentifikasi umur pada orang dewasa .
- c. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada orang dewasa.
- d. Mengidentifikasi kejadian obesitas sentral pada orang dewasa
- e. Menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral.
- f. Menganalisis hubungan umur dengan kejadian obesitas sentral.
- g. Menganalisis hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Penulis dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang hubungan gaya hidup, umur dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa melalui studi literatur.

2. Bagi institusi

Hasil penelitian dapat digunakan oleh Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Gizi untuk menjadi bahan pertimbangan

dalam pengambilan keputusan Prodi dalam menentukan topik skripsi yang dapat diambil oleh Mahasiswa dan literatur yang dipakai bisa dikembangkan karya ilmiah lain selain skripsi dengan menggunakan teknik *SLR (Systematic Literature Review)* sebagai metodenya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Literature Review

1. Pengertian Literature Review

Literatur review merupakan suatu kajian ilmiah yang berfokus pada satu topik tertentu dengan mengumpulkan dan mengevaluasi penelitian yang terkait dan fokus pada topik tersebut. Literatur review akan memberikan gambaran mengenai perkembangan suatu topik dan memungkinkan seorang peneliti untuk melakukan identifikasi, mengembangkan suatu teori atau metode dan mengidentifikasi kesenjangan yang terjadi antara suatu teori dengan relevansi di lapangan terhadap suatu hasil penelitian (Saltikov, 2012). Literature review adalah uraian tentang teori, temuan dan bahan penelitian lain yang diperoleh dari bahan acuan untuk dijadikan landasan kegiatan penelitian untuk menyusun kerangka pemikiran yang jelas dari perumusan masalah yang ingin diteliti (Lusiana, 2014).

Literatur review atau disebut juga tinjauan penelusuran pustaka yang merupakan langkah pertama untuk mengumpulkan informasi yang relevan bagi penelitian. Literatur review berisikan ulasan rangkuman dan pemikiran penulis tentang beberapa sumber pustaka dapat berupa artikel, buku, slide, informasi dari internet dll (Lusiana, 2014).

2. Tujuan Literature Review

Penelitian literature review dilakukan untuk berbagai tujuan diantaranya untuk mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan menafsirkan semua penelitian yang tersedia dengan bidang topik fenomena yang menarik dengan pertanyaan penelitian tertentu yang relevan (Razavian 2019). Literature review juga sering digunakan untuk penentuan agenda riset, sebagai bagian dari disertasi atau tesis, serta merupakan bagian yang melengkapi pengajuan hibah riset (Hariyati, 2010)

3. Manfaat Literatur Review

Literatur review memberikan kesempatan yang seluas-luasnya kepada seorang peneliti untuk :

- a. Menunjukkan kedekatan dan seberapa paham seorang penelitian dengan topik penelitian yang akan dilakukan dan kemampuan seorang peneliti untuk memahami konteks penting dari suatu karya ilmiah.
- b. Mengembangkan suatu kerangka teori dan metodologi penelitian yang akan digunakan dalam suatu kegiatan ilmiah berupa penelitian.
- c. Memposisikan diri sebagai salah satu peneliti yang ahli dan memiliki kemampuan dalam melakukan penelitian serta menguasai setiap tahapan peneliti sehingga layak untuk disejajarkan dengan peneliti lain atau seorang ahli teori lainnya.
- d. Menunjukkan kepada publik mengenai kemanfaatan dari penelitian yang dilakukan serta menunjukkan kepada publik bagaimana penelitian yang akan dilakukan dapat mengatasi suatu kesenjangan atau memberikan kontribusi solusi atas suatu permasalahan.

Seorang peneliti terkadang harus menyusun literatur review sebagai suatu proyek yang berdiri sendiri. Terkait hal ini, biasanya dilakukan oleh seorang penelitian untuk melakukan evaluasi terhadap suatu penelitian yang menarik atau memberikan dampak yang cukup luas serta dapat dimanfaatkan oleh seorang penelitian dalam melakukan debat atas suatu penelitian yang telah dilakukan. Isi dari literatur review terkadang akan berbeda antara satu literatur review dengan literatur review lain namun proses untuk melakukan literatur review akan mengikuti langkah dan tahapan yang serupa (Cronin Et Al, 2018).

4. Langkah –langkah Literature Review

Literatur review yang baik tidak hanya sekedar meringkas dari berbagai sumber ilmiah, namun literatur review yang baik adalah karya ilmiah yang mampu menganalisa, melakukan sintesis dan mengevaluasi secara kritis untuk memberikan gambaran dan informasi yang jelas terhadap suatu topik / masalah / metode (Hart, 2018).

Menurut Cronin Et Al, 2018 dan Razavian 2019 Untuk dapat menyusun literatur review yang baik, seorang penulis harus memperhatikan 5 tahapan dalam melakukan penyusunan dan penulisan literatur review. Secara umum terdapat 5 tahapan untuk melakukan penyusunan suatu literatur review, diantaranya adalah :

1) Formulasi permasalahan

- Pilihlah topik yang sesuai dengan isu dan minat
- Permasalahan harus ditulis secara lengkap

2) Pencarian literatur

- Cari literature yang relevan dengan penelitian
- Dapatkan gambaran topik penelitian
- Sumber –sumber penelitian sangat membantu bila didukung pengetahuan topik yang dikaji dan pada sumber tersebut diberikan gambaran/ringkasan penelitian sebelumnya.

3) Evaluasi data

- Lihat kontribusi saja terhadap topik yang dibahas
- Cari dan temukan sumber data yang tepat sesuai kebutuhan guna mendukung penelitian
- Data biasanya data kualitatif, data kuantitatif maupun data yang berasal dari kontribusi keduanya.

4) Lakukan analisis pada artikel yang didapat

Analisis artikel tersebut dibuat dalam table yang berisikan aunthor dari jurnal (Judul, nama peneliti, nama jurnal, tahun terbit, indeks jurnal), metode penelitian, Tujuan dan hasil, serta database yang digunakan untuk mencari artikel tersebut.

5) Review artikel tersebut dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti berikut:

- Kesamaan (compare)

Identifikasi kesamaan apa saja yang terdapat dalam artikel– artikel tersebut seperti metode penelitian dan sampel penelitian yang digunakan

- Perbedaan (contrast)

Identifikasi perbedaan apa saja yang terdapat dalam artikel-artikel tersebut meliputi media, metode dan sampel yang digunakan pada penelitian
- Berikan pandangan terhadap artikel tersebut (Criticize)

Berikan masukan berupa kritik maupun saran terhadap artikel-artikel yang digunakan meliputi latar belakang, metode, masa pelaksanaan penelitian, jumlah responden, media sampai pada daftar pustaka pada artikel tersebut
- Bandingkan artikel-artikel tersebut (Synthesize)

Identifikasi isi dari setiap artikel kemudian bandingkan apa saja keunggulan-keunggulan pada artikel tersebut yang tidak ada pada artikel lain.

5. Sumber – sumber Literature Review

Sumber – sumber literature review Razavian 2019 .

1. Publikasi paper di jurnal nasional dan internasional.
2. Tesis (S2), penulis ilmiah yang sifatnya mendalam dan mengungkapkan suatu pengetahuan baru yang diperoleh melalui penelitian.
3. Disertasi (S3), merupakan penulisan ilmiah tingkat tinggi untuk dapatkan gelar Doktor Falsafah (ph.D). Disertasi berisi fakta berupa penemuan dari penulis berdasarkan metode dan analisis yang dapat dipertahankan kebenarannya.
4. Jurnal, hasil – hasil konferensi. Jurnal biasanya digunakan sebagai bahan utama dalam penelitian karena jurnal memuat suatu informasi baru yang bersifat spesifikasi dan terfokus pada pemecahan masalah pada suatu topik penelitian.
5. Majalah, pamflet, kliping. Majalah ilmiah merupakan sumber publikasi yang biasanya berupa teori, penemuan baru maupun berupa materi – materi yang sedang populer dibicarakan dan diteliti. Prosiding (proceedings). Pengambilan prosiding sebagai bahan literatur bisa memudahkan peneliti karena adanya

kolaborasi antara peneliti dengan penulis prosiding yang mungkin berada satu institusi dan komunitas.

B. Teori – teori Gizi Masyarakat

1. Dewasa

Usia dewasa dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu usia 19 – 29 tahun, 30-49 tahun dan 50 – 64 tahun . usia 19 – 29 tahun disebut usia dewasa muda sedangkan usia 50 – 64 tahun disebut sebagai usia dewasa setengah tua (Almatsier, 2011).

Sugiyanti, (2012) menyatakan bahwa pada umur 40 – 59 tahun seseorang cenderung obesitas dibandingkan dengan umur yang lebih muda. Hal ini diduga karena lambatnya metabolisme, kurangnya aktifitas fisik dan frekuensi konsumsi pangan yang lebih sering. Selain itu, orang tua biasanya tidak begitu memperhatikan ukuran tubuhnya.

2. Pengertian Obesitas

Obesitas adalah suatu keadaan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan didalam tubuh. Apabila didalam tubuh jumlah lemak melebihi 3% dari berat badan maka disebut timbunan lemak. Jumlah lemak berbeda antara pria dan wanita. Jumlah lemak yang normal di dalam tubuh pria dewasa muda (18-30 tahun) adalah 15-20% dari berat badan, sedangkan pada wanita dewasa muda (18-30 tahun) adalah sebesar 20-25%. Proporsi ini akan meningkat dengan peningkatan umur. Pada pria dewasa tua (>30 tahun), jumlah lemak mencapai 27% dari berat badan, sedangkan pada wanita dewasa tua (>30 tahun), jumlahnya mencapai 30% dari berat badan. (Lestrina dkk, 2018).

3. Tipe-tipe Obesitas

Tiga tipe obesitas menurut Christine dkk, 2016 pembedaan didasarkan pada letak timbunan lemak pada tubuh, kondisi sel, dan kegemukan menurut usia.

a. Berdasarkan letak timbunan lemak

1. Obesitas tipe buah apel (tipe android).

Obesitas tipe ini ditandai dengan penumpukan lemak yang berlebihan dibagian tubuh sebelah atas, yaitu disekitar dada, pundak, leher dan muka. Lemak yang menumpuk sebagian besar adalah lemak jenuh yang mengandung sel-sel lemak yang besar. Tipe ini dialami oleh pria dan wanita yang sudah menopause.

2. Obesitas tipe buah pear (tipe ginoid)

Obesitas tipe ini mempunyai timbunan lemak pada bagian bawah tubuh, yaitu sekitar perut, pinggul, dan paha. Jenis timbunan lemaknya adalah lemak tidak jenuh, ukuran sel lemaknya, lebih kecil dan lembek. Tipe ini banyak dialami oleh wanita dan pada tipe ini lebih sulit untuk menurunkan berat badan.

b. Berdasarkan kondisi sel

1. Tipe hiperplastik

Obesitas tipe ini mempunyai jumlah sel lebih banyak dibandingkan dengan kondisi normal tetapi ukuran selnya sama dengan ukuran sel normal. Obesitas tipe ini terjadi sejak masa kanak-kanak.

2. Tipe hipertropik

Obesitas tipe ini mempunyai jumlah sel yang normal tetapi ukurannya lebih besar dari ukuran sel normal dan obesitas ini biasanya terjadi setelah dewasa.

3. Tipe hiperplastik-hipertropik

Obesitas tipe ini mempunyai jumlah dan ukuran sel yang melebihi normal. biasanya terjadi sejak masa kanak-kanak dan berlangsung terus hingga dewasa

c. Obesitas menurut usia

1. Obesitas pada bayi (infancy – onset obesity)

Obesitas pada bayi disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu dalam memberikan makan pada bayinya.

2. Obesitas pada masa kanak-kanak (childhood-onset obesity)

Obesitas pada masa kanak – kanak disebabkan karena perilaku makan yang salah dan kurangnya anak melakukan aktifitas .

3. Obesitas pada saat dewasa (adult – onset obesity)

Obesitas pada saat dewasa sering terjadi menjelang usia 30 tahun hal ini disebabkan pada masa itu karier seseorang mulai mantap, kurang melakukan aktifitas dan olahraga.

4. Pengertian Obesitas Sentral

Obesitas sentral adalah kondisi kelebihan lemak dibawah kulit dinding perut dan dirongga perut sehingga terlihat gemuk diperut dan mempunyai bentuk tubuh seperti apel (apple type), biasanya banyak terjadi pada laki –laki ,sehingga disebut juga sebagai obesitas tipe android (Wahyuningsih, 2013).

5. Faktor penyebab obesitas sentral

Menurut Sugianti 2009, Faktor penyebab terjadinya obesitas sentral dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya :

a. Faktor Genetik.

Obesitas cenderung diturunkan, sehingga diduga memiliki penyebab genetik.penelitian terbaru menunjukkan bahwa rata-rata faktor genetik memberikan pengaruh sebesar 33% terhadap berat badan seseorang.

b. Faktor lingkungan

Gen merupakan faktor penting dalam berbagai kasus obesitas,tetapi lingkungan seseorang juga memegang peranan yang cukup berarti dalam terjadinya obesitas.

c. Faktor psikis

Apa yang ada didalam pikiran seseorang, bisa mempengaruhi kebiasaan makananya. Banyak orang yang memberikan reaksi terhadap reaksi terhadap emosinya dengan makan. Makan yang berlebihan dapat terjadi sebagai respons terhadap keadaan kesepian, berduka atau depresi dan rangsangan dari luar seperti iklan makanan.

d. Faktor perkembangan

Penambahan ukuran dan jumlah sel – sel lemak menyebabkan bertambahnya jumlah lemak yang disimpan dalam tubuh. Penderita obesitas, terutama yang menjadi gemuk pada masa kanak – kanak, bisa memiliki lemak sampai 5 kali lebih banyak dibandingkan dengan orang yang berat badanya normal. Jumlah sel – sel lemak tidak dapat dikurangi, karena itu penurunan berat badan hanya dapat dilakukan dengan cara mengurangi jumlah lemak didalam setiap sel.

e. Pola hidup yang kurang tepat

Kebiasaan yang dilakukan terus menerus dalam jangka waktu relatif lama bahkan menjadi suatu pola hidup. Kebiasaan kurang baik yang dapat menimbulkan kegemukan bahkan obesitas yaitu : makan berlebihan, makan dengan terburu – buru, menghindari makan pagi, waktu makan tidak teratur dan salah dalam memilih makanan.

f. Obat – obatan

Obat – obat tertentu (misalnya steroid dan beberapa anti – depresi) bisa menyebabkan penambahan berat badan.

6. Dampak obesitas sentral

Dampak obesitas sentral lebih tinggi risikonya terhadap kesehatan dibandingkan dengan obesitas umum. Beberapa penyakit degeneratif yang disebabkan oleh obesitas sentral menurut Chernof & Despres tahun 2013 yaitu :

1. Tekanan darah tinggi (hipertensi)

Menurut penelitian, penderita obesitas yang berusia 20 – 39 tahun mempunyai resiko dua kali lipat terserang hipertensi dibandingkan dengan orang yang berbadan ideal. Penderita kegemukan tipe apel beresiko lebih tinggi dalam kemungkinan menderita hipertensi dibandingkan orang yang kurus dan penderita kegemukan tipe buah pear.

2. Penyakit jantung koroner

Pengaruh kegemukan pada penyakit jantung koroner tidak selalu berdiri sendiri, tetapi biasanya diperburuk oleh faktor resiko lainnya seperti hipertensi, diabetes, dan hiperlipidemia. Menurut Framingham, Hubungan kegemukan terhadap penyakit jantung koroner ternyata sama kuatnya baik pada pria maupun wanita.

3. Kencing manis (diabetes melitus)

Obesitas dapat menyebabkan penyakit diabetes melitus tipe II .Pada umumnya penderita diabetes melitus mempunyai kadar lemak yang abnormal dalam darah.

4. Kanker

Hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa laki – laki yang mengalami obesitas akan beresiko lebih tinggi untuk menderita kanker usus besar, dan rektum. Pada wanita penderita obesitas akan mengalami resiko terkena penyakit kanker payudara.

5. Batu empedu

Sewaktu tubuh mengubah kelebihan lemak makanan menjadi lemak tubuh, cairan empedu lebih banyak diproduksi didalam hati dan disimpan dalam kantong empedu. Hal inilah yang meningkatkan resiko terkena batu empedu. Penyakit batu empedu (adanya endapan zat –zat berbentuk seperti batu didalam empedu) lebih sering terjadi pada penderita kegemukan tipe apel.

6. Hiperkolesterolemia dan hipertrigliseridemia

Hasil penelitian menunjukkan menunjukkan bahwa dari 500 kasus kegemukan ternyata 21% nya menderita hipertrigliseridemia dan 31% menderita hiperkolesterolemia.

7. Pencegahan obesitas sentral

Prinsip pencegahan obesitas adalah menurunkan berat badan dengan cara menciptakan defisit energi dengan mengurangi konsumsi energi atau menambah penggunaan energi melalui olahraga yang teratur.

Pencegahan dapat dilakukan pada tingkat individu dan tingkat komunitas yaitu:

- a. Mengubah pemilihan makanan menjadi lebih sehat, dan berimbang
- b. Menurunkan asupan energi total sehingga sebanding dengan pengeluaran energi melalui pengurangan ukuran porsi makan
- c. Mengatur pemilihan makanan yang lebih sehat
- d. Melakukan lebih banyak pergerakan (Wirahihardja, 2011).

8. Pengukuran obesitas sentral

1. Lingkar pinggang

Pengukuran lingkar pinggang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya obesitas abdominal/sentral. Jenis obesitas ini sangat berpengaruh terhadap kejadian penyakit kardiovaskular dan diabetes melitus. Batasan lingkar pinggang diindonesia adalah > 80 cm pada wanita dan pada pria >90 cm (Kemenkes, 2013).

Pengukuran ini digunakan dalam pengukuran obesitas sentral dikarenakan masih dapat mengukur validitas dari obesitas sentral. Cara mengukur lingkar pinggang, yaitu:

1. Menetapkan titik batas tepi tulang rusuk paling bawah dan titik ujung lengkung tulang panggul. Kemudian tetapkan titik tengah dikedua titik tersebut.
2. Setelah itu, meminta responden untuk berdiri tegak dan bernafas secara normal.

3. Lakukan pengukuran lingkaran perut dimulai/diambil dari titik tengah kemudian secara sejajar horizontal melingkari pinggang dan perut kembali menuju titik tengah diawal pengukuran.
4. Apabila responden mempunyai perut yang gendut kebawah, pengukuran mengambil bagian yang paling buncit lalu berakhir pada titik tengah tersebut lagi.
5. Pita pengukur tidak boleh melipat dan ukur lingkaran pinggang mendekati angka 0,1 cm.

Tabel 1.klasifikasi lingkaran perut

Jenis kelamin	Ukuran obesitas sentral
Perempuan	80 cm
Laki – laki	90 cm

(Riskesdas 2018)

2. Rasio Lingkaran Pinggang dan Panggul

Obesitas sentral dapat diketahui melalui indikator rasio lingkaran pinggang dan pinggul (RLPP). RLPP merupakan salah satu cara untuk mengukur obesitas sentral dengan cara membagi lingkaran pinggang dengan lingkaran panggul yang bertujuan untuk melihat gambaran penyakit yang berhubungan dengan distribusi lemak tubuh. RLPP harus dilakukan oleh tenaga yang terlatih dan posisi pengukuran harus tepat. Perbedaan posisi pengukuran akan memberikan hasil yang berbeda. Menurut batasan RLPP untuk obesitas sentral negara Asia termasuk indonesia pada laki – laki adalah $> 0,90$ dan pada perempuan $> 0,85$ (Supriasa, 2012).

C. Gaya Hidup

1. Pengertian Gaya Hidup

Gaya hidup secara luas sebagai cara hidup yang diidentifikasi oleh bagaimana orang menghabiskan waktu mereka, apa yang mereka anggap penting dalam lingkungannya (ketertarikan), dan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan dunia sekitarnya (Setiadi, 2010). Gaya hidup merupakan suatu adaptasi aktif individu terhadap kondisi sosial dalam rangka memenuhi kebutuhan untuk menyatu dan bersosialisasi dengan orang lain (Sugihartati, 2010)

2. Macam –macam Gaya Hidup

a. Kebiasaan Merokok

Orang yang berhenti merokok cenderung mengalami obesitas sentral daripada yang merokok dan tidak merokok. Hal ini diduga karena meningkatnya asupan energi disertai dengan menurunnya pengeluaran energi dan aktifitas, perubahan oksidasi lemak dan metabolisme jaringan adiposa.

b. Konsumsi Minuman Beralkohol

Konsumsi banyak minuman beralkohol berhubungan pula dengan terjadinya obesitas sentral. Disamping memiliki kontribusi energi yang tinggi, konsumsi minuman beralkohol dapat mengubah hormon yang dapat menyebabkan penumpukan lemak pada daerah perut.

c. Perilaku Konsumsi Makanan

Konsumsi makanan atau minuman manis dan makanan berlemak yang berlebihan dapat memberikan kontribusi energi yang dapat disimpan sebagai lemak dalam tubuh sehingga meningkatkan resiko obesitas sentral.

d. Stress

Tekanan hidup dapat menyebabkan kondisi mental emosional terganggu. Hal ini berdampak pada peningkatan kejadian obesitas sentral. Orang yang mengalami depresi dapat menyebabkan lingkar perutnya meningkat. Selain itu, seseorang yang depresi cenderung

memiliki pola hidup yang tidak baik, seperti mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan (Sugiyanti 2009).

3. Hubungan gaya hidup dengan obesitas sentral

Menurut Janghorbani (2007), tingginya prevalensi obesitas sentral disebabkan karena gaya hidup. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan dan perubahan pola makan yang menyesuaikan dengan lingkungan dan kebiasaan gaya hidupnya.

perubahan gaya hidup seseorang seperti perubahan perilaku makan. Penyesuaian diri dengan lingkungan yang buruk mengakibatkan tingginya perubahan gaya hidup seseorang. Kondisi stres atau depresi ini dapat menjadikan gaya hidup yang tidak baik seperti konsumsi minuman beralkohol dan konsumsi makanan tinggi lemak. Seseorang yang mengalami depresi cenderung mengonsumsi makanan dalam jumlah yang berlebihan.

D. Umur

Umur merupakan faktor prediksi dari terjadinya obesitas sentral (Veghari dkk., 2010). Perubahan umur berkaitan dengan peningkatan distribusi jaringan lemak yang ditandai dengan meningkatnya ukuran lingkaran pinggang seseorang (Tchernof & Despres, 2013)

Menurut Huclock (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja sehingga masih dapat menyerap informasi sebanyak –banyaknya. umur berpengaruh dalam proses belajar menyesuaikan diri, seiring dengan bertambahnya umur seseorang maka semakin banyak pengalaman yang akan didapat dari lingkungan dalam membentuk perilakunya (Notoadmodjo, 2003).

Kejadian obesitas sentral meningkat seiring dengan meningkatnya umur seseorang akibat penumpukan lemak tubuh, terutama lemak perut. Pada proses menua mengakibatkan kehilangan massa otot secara progresif dan proses ini terjadi sejak usia 40 tahun dengan penurunan metabolisme basal 2% per tahun. Peningkatan lemak tubuh

telah dimulai sejak seseorang berusia 30 tahun sebanyak 2% per tahunnya.

Hasil Riskesdas nasional tahun 2013 menemukan bahwa kejadian obesitas sentral terbanyak pada usia 45-54 tahun yaitu 36,9%. Proporsi lemak pada laki-laki banyak terdapat pada bagian atas tubuh, seperti bagian abdominal atau perut, sedangkan proporsi lemak pada perempuan lebih banyak pada bagian bawah tubuh, seperti pada pinggang dan panggul (Pujiati, 2010). Di Indonesia, prevalensi obesitas sentral pada usia > 15 tahun banyak dialami oleh perempuan 42,1%, sedangkan laki-laki sebesar 11,3% (Balitbangkes, 2013).

Hubungan Resiko Umur dengan obesitas Sentral Dalam penelitian Nurhayati, 2017 ditemukan hubungan yang bermakna antara resiko umur dengan obesitas sentral. Hal ini disebabkan karena perbedaan antara kelompok umur dengan prevalensi obesitas terlihat nyata antara kelompok umur <25 tahun dengan diatas 25 tahun.

E. Aktivitas Fisik

1. Pengertian Aktivitas Fisik

Gerakan tubuh yang dapat meningkatkan pengeluaran energi atau tenaga dan pembakaran energi disebut dengan aktivitas fisik (Simbolon, 2018). Aktivitas fisik didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang diproduksi oleh kontraksi otot rangka dan meningkatkan pengeluaran energi yang mencakup keseluruhan gerakan manusia dari aktivitas yang dilakukan sehari-hari ataupun olahraga (Novriansyah, 2017).

Menurut Garber Et TI tahun 2018 defenisi Aktivitas fisik secara luas diartikan sebagai aktivitas diwaktu luang, olahraga sehari-hari, dan transportasi.

2. Klasifikasi Aktivitas Fisik

Aktifitas fisik yang teratur dapat membuat kita merasa lebih baik karena aktifitas fisik dapat menjaga nafsu makan, membantu meningkatkan mood atau suasana hati, serta membantu menurunkan kecemasan, stress dan depresi.

Menurut Norton Et Al., (2010) kategori aktivitas fisik meliputi

a. Aktivitas Sedentary

Aktivitas sedentary adalah aktivitas yang dilakukan tidak berpindah (non-transport activities) dalam jangka waktu yang lama. Aktivitas ini meliputi duduk, membaca, bermain game, dan aktivitas berbaring atau tidur yang sedikit bergerak.

b. Aktivitas fisik rendah

Aktivitas fisik rendah adalah aktivitas yang tidak menyebabkan perubahan berarti pada jumlah hembusan nafas seperti berdiri, berjalan pelan atau jalan santai, dan melakukan pekerjaan rumah. Jangka waktu aktivitas yang dilakukan adalah kurang dari 60 menit.

c. Aktivitas Fisik Sedang

Aktivitas ini digambarkan berupa aktivitas aerobik yang dilakukan terus menerus dan dengan tenaga yang intens namun tidak tersengal-sengal. Kegiatan seperti berjalan 3,5-4,0 mil/jam, berenang, bermain golf, berkebun, bersepeda dengan kecepatan yang sedang. Durasi dari kegiatan ini antara 30 sampai 60 menit 1-2 kali dalam 7 hari seminggu. Seperti berlari kecil, berenang, tenis meja, senam aerobik, bekerja, bersepeda, bermain musik, jalan cepat.

d. Aktivitas Fisik Berat

Kegiatan yang dilakukan dalam seminggu dengan durasi kurang lebih 75 menit 5-6 kali meliputi aktivitas aerobik dan aktivitas yang membutuhkan kekuatan (power) seperti naik turun tangga, memanjat, jogging, sepak bola, voli dan basket, kompetisi tenis.

3. Manfaat aktivitas fisik

Manfaat melakukan aktivitas fisik menurut Nurmalina (2011) adalah menjaga otot dan sendi, meningkatkan kebugaran pada tubuh, meningkatkan kapasitas nutrisi yang dibawa oleh darah keseluruhan tubuh, menurunkan resiko terjadinya penyakit jantung, stroke, dan tekanan darah tinggi. Gerakan tubuh yang teratur saat melakukan

aktivitas fisik juga dapat membantu menurunkan kecemasan, stress dan depresi.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik

Menurut Bouchard & Haskel tahun 2012 ada beberapa faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik yaitu:

a. Umur

Pada lansia akan mengalami penurunan aktivitas fisik pada usia 65 tahun akibat dari menurunnya kemampuan fisik akibat penuaan.

b. Jenis Kelamin.

Tingkat aktivitas fisik seseorang juga dipengaruhi oleh jenis kelamin, pada umumnya aktivitas pada laki-laki lebih besar dibandingkan dengan aktivitas pada perempuan.

c. Etnis

Aktivitas fisik juga dapat ditentukan oleh etnis suatu negara, misal perbedaan mayoritas berkendara disuatu negara, di Belanda mayoritas menggunakan sepeda sedangkan di Indonesia mayoritas menggunakan kendaraan bermotor, sehingga tingkat aktivitas fisik di negara Belanda lebih besar dibandingkan tingkat di Indonesia.

d. Faktor Lingkungan Sosial

Faktor-faktor yang meliputi tempat tinggal dan kondisi lingkungan sekitar (daerah pegunungan, perkotaan, atau pedesaan serta dilingkungan anggota keluarga.

e. Kesehatan Fisik

Menderita suatu penyakit, cacat fisik dan imobilisasi pada tubuh akan mempengaruhi pergerakan seseorang sehingga sulit untuk melakukan aktivitas fisik.

5. Pengukuran aktivitas fisik

Dalam menentukan aktivitas fisik seseorang dibutuhkan pengukuran untuk menilai aktivitas fisik, dapat dilakukan secara objektif maupun subjektif. Penilaian objektif merupakan penilaian dengan beban partisipasi rendah menggunakan alat yang digunakan untuk mengukur aktivitas fisik seperti sensor gerakan, monitor detak jantung, double labeled water, dan kalorimeter tidak langsung sedangkan penilaian subjektif merupakan penilaian aktivitas fisik dengan beban partisipasi yang tinggi dengan alat ukur seperti kuisisioner, observasi langsung, catatan harian aktivitas fisik

Pengukuran aktivitas fisik yang dapat dilakukan pada jumlah responden yang cukup banyak dan sederhana adalah dengan instrument kuisisioner (Purwantoro, 2010 dalam Nurmalita 2017)

Salah satu kuisisioner yang sering digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik adalah GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire). World Health Organization (WHO) mengembangkan kuisisioner GPAQ untuk menilai aktivitas fisik di negara-negara terutama negara yang sedang berkembang. GPAQ terdiri dari 16 pertanyaan yang meliputi data dari responden penelitian dalam aktivitas fisik pada tiga kategori yaitu aktivitas fisik saat bekerja, aktivitas perjalanan dari tempat ke tempat, dan aktivitas yang bersifat rekreasi atau waktu luang (Hamrik Et Al, 2020).

6. Hubungan aktivitas fisik dengan obesitas sentral

Aktivitas fisik yang kurang merupakan salah satu pemicu obesitas. Hal ini didukung pula oleh hasil penelitian Wijayahadi (2010) di mana faktor dominan dari masyarakat yang menjadi penyebab gizi lebih adalah kurangnya aktivitas gerak yang meliputi aktivitas olah raga dan aktivitas pekerjaan.

Beberapa penelitian sebelumnya, pekerja yang memiliki pekerjaan di perkantoran menempati urutan pertama yang memiliki prevalensi obesitas sentral tertinggi (27,3%) dibandingkan dengan wiraswasta (26,5%) dan ABRI (26,4%)¹⁵. Aktivitas fisik dilakukan

sebagai upaya dalam mencegah meningkatnya berat badan serta secara memiliki kontribusi yang signifikan guna penurunan berat badan secara bertahap dan terjadinya penurunan risiko kesehatan yang memiliki hubungan dengan penyakit kronis.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Strategi penentuan judul penelitian

Penentuan judul penelitian dilakukan dengan tahapan berikut

1. Menentukan topik

Penentuan topik dilakukan dengan prinsip ada kebaruan (*novelty*), tidak replikasi penelitian sebelumnya, asli (*originality*), sedang trend dan sesuai dengan bidang ilmu yang sedang ditekuni peneliti. Peneliti menekuni gizi masyarakat dan setelah diskusi dengan dosen pembimbing, peneliti menentukan topik penelitian yaitu obesitas sentral.

2. Definisi topik

Setelah menentukan topik, peneliti mendefinisikan topik “obesitas sentral” yaitu Keadaan dimana terdapat banyak timbunan lemak pada tubuh terutama pada sekitar perut yang disebabkan oleh kegagalan jaringan lemak subkutan untuk menjalankan fungsi dalam menghadapi ketidakseimbangan energi di dalam tubuh.

3. Membaca artikel penelitian

Dalam mendapatkan ide tentang judul penelitian, peneliti menganalisa 5 artikel sesuai dengan topik penelitian dimana minimal 1 diantaranya dalam bentuk literature review. Daftar 5 artikel yang telah dirangkum oleh peneliti, kemudian diambil kesimpulanya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Ringkasan 5 Artikel Sesuai Topik Penelitian

No	Penulis/judul	Desain penelitian, Analisis data	Tujuan	Hasil	Kesimpulan
1	Nurrahmawati dan Widati, 2018. Hubungan usia, stres, dan asupan zat gizi makro dengan kejadian obesitas abdominal pada ibu rumah tangga dikelurahan sidotopo, surabaya.	Desain Cross sectional Analisis Uji korelasi pearson dan regresi logistik.	Untuk menganalisis hubungan usia, stres, dan asupan zat gizi makro dengan kejadian obesitas abdominal pada ibu rumah tangga dikelurahan sidotopo, surabaya.	Sebesar 52,71% responden mengalami obesitas abdominal. hasil penelitian menunjukkan bahwa obesitas abdominal berhubungan signifikan dengan usia dan stres. sebaliknya asupan zat gizi makro tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian obesitas abdominal.	Usia dan tingkat stres berhubungan dengan kejadian obesitas abdominal ibu rumah tangga dikelurahan Sidotopo.
2	Rahmandita ,2017.	Desain cross sectional	ujuan dalam penelitian ini	penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat	wanita obesitas sentral memiliki asupan energi,

	Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral.	Analisis observasional analitik komparasi.	adalah untuk menganalisis perbedaan tingkat konsumsi dan aktivitas fisik pada wanita (20-54 tahun) obesitas sentral dan non sentral.	konsumsi energi (p=0,000), tingkat konsumsi karbohidrat (p=0,001), tingkat konsumsi protein (p=0,000), tingkat konsumsi lemak (p=0,000), dan aktivitas fisik (p=0,041) pada wanita obesitas sentral dan non sentral. Akan tetapi, tidak ada Xperbedaan tingkat konsumsi serat (p=0,076) pada wanita obesitas sentral dan non sentral.	karbohidrat, protein, dan lemak yang lebih tinggi dibandingkan wanita obesitas non sentral. Namun, asupan serat dan aktivitas fisik masih rendah pada wanita obesitas sentral. Dengan demikian maka wanita obesitas sentral diharapkan dapat memperbaiki asupan energi, karbohidrat, protein, dan lemak sesuai anjuran pada AKG dan meningkatkan aktivitas fisik minimal tiga kali seminggu untuk mencegah penumpukan lemak dalam perut.
3	Sudikno, 2018.	Desain kohor	Untuk	Subjek, perempuan mempunyai	Faktor resiko terjadinya

	Obesitas sentral pada orang dewasa	prospektif Analisis multivariat cox regression.	menganalisis faktor resiko dinamis terjadinya obesitas sentral pada orang dewasa.	hazard ratio 5,53 kali lebih cepat mengalami obesitas sentral dibandingkan laki laki. -Menurut kelompok umur, umur 35-44 tahun dan kelompok umur 45-44 tahun lebih cepat terjadi obesitas sentral. Berdasarkan status kawin, subjek dengan status cerai lebih cepat terjadinya obesitas sentral dibandingkan dengan subjek belum kawin. Subjek dengan aktifitas kurang 1,2 kali lebih cepat untuk mengalami obesitas sentral dibandingkan dengan aktifitas cukup.	obesitas sentral pada orang dewasa selama 6 tahun periode pengamatan adalah:jenis kelamin, kelompok umur, status kawin,dan aktifitas fisik. Subjek perempuan dengan aktifitas fisik kurang lebih cepat mengalami obesitas sentral dibandingkan subjek laki – laki dengan aktifitas kurang.
4	Khairani, 2018 Aktifitas fisik dan kejadian	Desain Cross sectional Analisis univariat	Untuk mengetahui hubungan	Dari 13 wanita dengan aktifitas fisik ringan,terdapat 10 wanita(52,6%) yang mengalami	Ada hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian

	obesitas sentral pada wanita dikelurahan Tanah Patah Kota Bengkulu.	dan bivariat dengan uji statistic chi-square .	aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada wanita usia 25-54 tahun dikelurahan Tanah Patah Kota Bengkulu	obesitas sentral dan 3 wanita (20,0%) yang tidak mengalami obesitas sentral.	obesitas sentral.
5	<i>A LITERATURE REVIEW</i> Analisis faktor – faktor yang mempengaruhi obesitas pada orang dengan disabilitas intelektual.	Desain cross sectional Analisis univariat dan bivariat dengan uji statistic square.	Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan obesitas pada orang dengan disabilitas intelektual.	Berdasarkan hasil review artikel faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas pada orang dengan disabilitas intelektual yaitu kemiskinan, aktivitas fisik, alkohol, kebiasaan diet, tempat tinggal, penggunaan obat, jenis kelamin, usia, pendidikan orang tua, down syndrom.	Faktor-faktor yang menyebabkan obesitas pada orang disabilitas intelektual adalah diet, aktivitas fisik, kemiskinan, alkohol, lingkungan tempat tinggal, penggunaan obat, jenis kelamin, usia, pendidikan orang tua dan down syndrom.

Hasil analisis, ke-5 artikel umumnya membahas tentang faktor resiko terjadinya obesitas sentral. Dimana yang paling dominan adalah usia, jenis kelamin, gaya hidup, status kawin, tingkat pendidikan dan jenis pekerjaan. Setelah mengkaji 5 artikel, peneliti akan melengkapi dengan variabel gaya hidup yang dihubungkan dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa.

4. Menentukan judul dan rumusan masalah

1. Menentukan judul

Judul penelitian diperoleh setelah peneliti menelaah 5 referensi artikel yaitu "Hubungan Gaya Hidup, Umur, Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa".

2. Rumusan masalah

Setelah menentukan judul ditemukan rumusan masalah penelitian "Bagaimana hubungan antara gaya hidup, umur, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa? Judul dan rumusan masalah sudah ditentukan maka langkah selanjutnya peneliti akan menetapkan strategi pencarian literature.

B. Strategi Pencarian Literature.

1. Protokol pencarian literature

Hasil dari penelaahan literature review adalah tentang faktor penyebab obesitas sentral. Protokol pencarian literature review menggunakan tabel Prisma Checklist untuk menseleksi studi yang telah ditentukan dan disesuaikan dengan tujuan literature review (Nursalam, 2015). Checklist diawali dengan melakukan identifikasi dan skrining berdasarkan duplikasi, judul dan abstrak. Waktu pencarian literature dilakukan bulan Agustus 2020.

2. Database pencarian

Literature review merupakan ringkasan dan kesimpulan menyeluruh beberapa studi penelitian yang ditentukan berdasarkan tema tertentu. Pencarian literature dilakukan pada bulan Agustus 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengalaman langsung, akan tetapi diperoleh dari

hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti – peneliti terdahulu. Sumber data diperoleh dari jurnal bereputasi nasional maupun jurnal internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian artikel dalam literature review ini menggunakan 4 database yaitu Google Scholar, Portal GARUDA, DOAJ, dan PubMed.

3. Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword dan boolean operation (*AND OR NOT OR AND NOT*) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci yang digunakan mengikuti topik penelitian. Untuk artikel Bahasa Indonesia menggunakan kata kunci, gaya hidup dan obesitas sentral, umur dan obesitas sentral, aktifitas fisik dan obesitas sentral dan obesitas sentral pada orang dewasa. Untuk Bahasa Inggris menggunakan kata kunci *lifestyle and age and visceral obesity and adults*.

C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria pencarian pustaka diawali dengan duplikasi kemudian judul dan kesesuaian abstrak. Seleksi judul dilakukan dengan cara membaca secara cepat. Judul – judul artikel yang relevan akan disisihkan untuk dibaca bagian abstraknya.

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICOS Framework. Peneliti menambah kriteria Eksklusi seperti kelengkapan full text, tingkat kesulitan analisis dan indeks jurnal, tahun terbit dan bahasa. PICOS terdiri dari kriteria Inklusi dan Eksklusi

C.1. Kriteria Inklusi yang dicari dalam database adalah

- a. *Population/problem*, populasi atau masalah yang akan dianalisis sesuai dengan topik yang sudah ditentukan dalam literature review yaitu seluruh orang dewasa berusia 30-50 tahun yang mengalami obesitas sentral berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan dengan jumlah >30.

- b. *Sampel*, subjek penelitian yang merupakan bagian dari populasi yaitu orang dewasa yang mengalami obesitas sentral berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan jumlah >30 sampel.
- c. *Intervention*, suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam literature review. Dalam artikel yang akan direview tidak ada perlakuan yang dilakukan sesuai dengan judul peneliti yaitu Hubungan Gaya Hidup, Umur, dan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas sentral pada Orang Dewasa.
- d. *Comparison*, intervensi atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding.dalam artikel yang digunakan tidak ada/adanya pembanding.
- e. *Study design*, desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan direview yaitu cross sectional dan case control.
- f. *Full text*, tersedianya artikel dengan lengkap dan free.
- g. *Indeks*, jurnal yang bereputasi internasional seperti Scopus dan Copernicus dan jurnal yang bereputasi nasional seperti SINTA 1, 2, 3 dan 4 serta terindeks Garuda.
- h. Menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris.
- i. Tahun terbit, mulai tahun 2015-2020.

C.2 . Kriteria Eksklusi yang dicari dalam database adalah

- a. *Populasi/problem*, populasi tidak sesuai dengan topik yang sudah ditentukan dalam literature review yaitu Anak Balita, Remaja, dan Lansia.
- b. *Sampel*, diluar dari kriteria orang dewasa yang mengalami obesitas sentral seperti Anak Balita, Remaja, Lansia dengan jumlah <30 serta >2200.
- c. *Intervensi*, ada perlakuan tidak sesuai dengan kriteria judul peneliti.
- d. *Study Design*, yang tidak sesuai dengan desain penelitian yang digunakan dalam literature review seperti Longitudinal, Komparatif,

Randomized Control Trial, dan bentuk lain selain ke-3 kriteria inklusi.

- e. *Full text*, yaitu tidak lengkap dan berbayar.
 - f. *Indeks*, jurnal internasional yang tidak terindeks Scopus, Copernicus dan Ebsco serta Jurnal nasional yang tidak terindeks SINTA dan Garuda.
 - g. Bahasa, selain Bahasa Indonesia dan Inggris.
 - h. Tahun terbit, yaitu sebelum tahun 2015.
 - i. Duplikasi, apabila ditemukan judul yang sama dengan judul peneliti
- Distribusi rangkuman kriteria Inklusi dan Eksklusi dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Rangkuman kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Populasi/problem	Usia dewasa berumur 30-50 tahun yang mengalami obesitas sentral dengan jumlah 30-2200 orang.	Anak Balita, Remaja, dan Lansia.
Sampel	>30 sampel	<30
Intervensi	Tidak ada perlakuan	Ada perlakuan
Comparasi	Tidak ada/ada pembandingan	-
Study design	Cross sectional	Longitudinal, Comparatif, Randomized Control Trial
Full Text	Teks lengkap dan Free	Tidak lengkap dan berbayar
Indeks jurnal	Bereputasi nasional seperti: Sinta 1, 2, 3 dan 4 Terindex Garuda Bereputasi internasional: Terindex Scopus Copernicus	Nasional: Belum teridentifikasi oleh SINTA dan Garuda, SINTA 5 tidak digunakan. Internasional: Jurnal yang predator

Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain Inggris dan Indonesia
Tahun terbit	Tahun 2015 – 2020	Sebelum tahun 2015
Duplikasi	-	Ditemukan judul yang sama dengan judul peneliti.

D. Seleksi artikel dan penilaian kualitas

1. Hasil seleksi artikel

Pencarian artikel menggunakan 4 database yaitu PubMed, Google Scholar, DOAJ dan Portal Garuda. Pada tahap identifikasi total jumlah artikel yang muncul sesuai kata kunci yang sudah ditetapkan sebanyak 758 dapat dilihat pada tabel 4

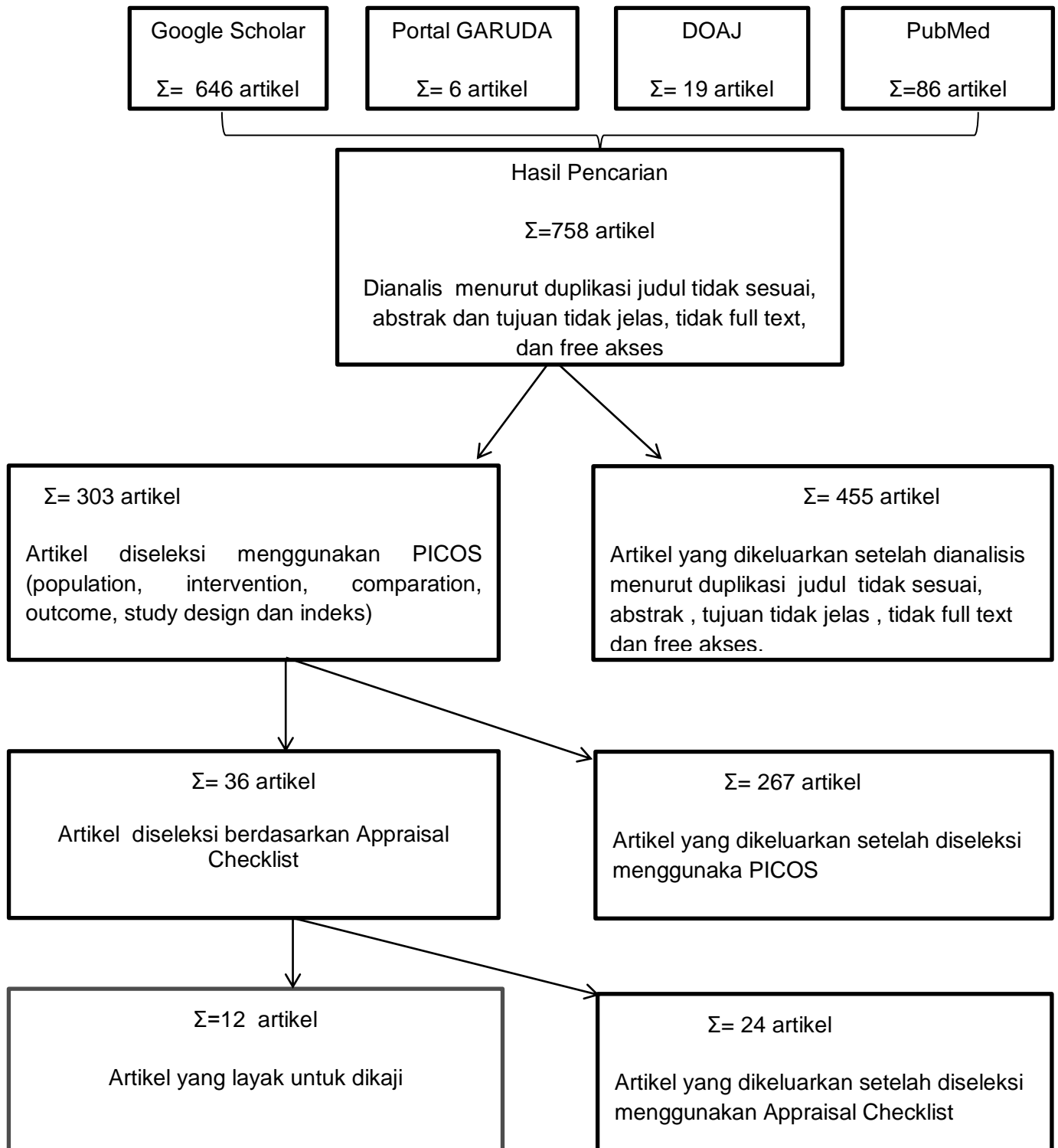
Tabel 4. Distribusi Hasil Pencarian Menggunakan 4 Database

No	Kata kunci	Database	Jumlah artikel
1	Hubungan gaya hidup, umur dan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas visceral pada orang dewasa	Google scholar	646 artikel
2	Umur dan obesitas sentral	Portal Garuda	2 artikel
	Aktifitas fisik dan obesitas sentral		1 artikel
	Obesitas sentral pada orang dewasa		3 artikel
3	Gaya hidup dan obesitas sentral	DOAJ	7 artikel
	Umur dan obesitas sentral		11 artikel

	Aktifitas fisik dan obesitas sentral		1 artikel
4	life style and age and visceral obesity and adults	PubMed	86 artikel

Hasil analisis 758 artikel diidentifikasi berdasarkan kriteria duplikasi, judul tidak relevan dengan topic dan abstrak, jumlah artikel yang layak untuk diproses selanjutnya 303 artikel, dimana 455 artikel tidak dapat diteruskan karena tidak memenuhi syarat. Seterusnya 303 artikel diseleksi berdasarkan format PICOS, dan beberapa kriteria lainnya seperti indeks jurnal dan bahasa, jumlah artikel yang dikeluarkan sebanyak 267 karena tidak sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Pada penilaian terakhir, 36 artikel yang dijadikan populasi dalam penelitian diseleksi kembali dengan menilai kualitas artikel. Penulis membaca 36 artikel full text dan memberikan tanda koreksi pada setiap lembar artikel. Hasil akhir diperoleh 12 artikel yang relevan untuk dijadikan sampel penelitian. Penilaian 12 artikel tersebut dinilai dengan menggunakan *Appraisal Checklist* . tahapan seleksi artikel dengan menggunakan tabel prisma dapat dilihat pada gambar 1.

Gambar 1. Tahap – Tahap Pemilihan Artikel



Tabel 5. Distribusi Kriteria Appraisal Checklist

No	Kriteria Appraisal Checklist
1.	Apakah teori yang digunakan masih sesuai atau sudah kadaluarsa ?
2.	Apakah teori yang digunakan mempunyai kredibilitas yang tinggi ?
3.	Apakah desain penelitian sesuai dengan tujuan penelitian ?
4.	Apakah populasi sesuai dengan tujuan penelitian ?
5.	Apakah sampel/responden sesuai tujuan penelitian ?
6.	Apakah variable yang ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian?
7.	Apakah instrument yang digunakan memiliki sensitivitas dan spesifisitas?
8.	Jika menggunakan kuesioner, apakah kuesioner disusun berdasarkan teori atau kaidah penyusunan kuesioner?
9.	Apakah analisis data sesuai kaidah analisis dan tujuan penelitian ?

Setelah peneliti menelaah 12 artikel yang digunakan ternyata 12 artikel yang digunakan hanya menggunakan 9 kriteria *appraisal checklist*. 3 kriteria penilaian tidak digunakan dalam 12 artikel tersebut. Hasil penilaian 12 artikel menggunakan 9 kriteria penilaian *appraisal checklist* tersebut dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Hasil Penilaian Kualitas Artikel Menggunakan Appraisal Checklist

No.	Judul	Penulis	Kriteria									Hasil (%)	Keterangan
			1	2	3	4	5	6	7	8	9		
			Tt	Tk	DS	P	S	V	I	U	AD		
1	Edukasi gizi seimbang dan aktifitas fisik dalam upaya pencegahan obesitas	Givari Nachif, 2020	√	x	√	√	√	x	√	√	√	66	Tidak dikaji
2	Hubungan Asupan Kalsium, Air, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pekerja Bagian Perkantoran	Riamawati, 2019	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
3	Hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi lemak Dengan kejadian obesitas sentral	Yanto dkk, 2018	√	x	√	√	√	√	x	√	√	77	Tidak dikaji
4	Faktor – faktor resiko obesitas sentral pada aparatur sipil negara (ASN) di Kota Padang	Sari, 2019	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
5	Faktor yang berhubungan dengan	Kusteviani	√	x	√	√	√	x	x	√	√	66	Tidak dikaji

	obesitas abdominal pada usia produktif (15-64 tahun) dikota surabaya	Fani, 2019												
6	Hubungan Usia, Stres, dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Obesitas Abdominal pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Sidotopo, Surabaya	Nurrahmawati & Widati, 2018	√	x	√	√	√	√	x	x	√	66	Tidak dikaji	
7	Hubungan asupan zat gizi makro dengan obesitas sentral pada tenaga kerja laki-laki	Purbowati & Puji, 2018	√	√	√	√	√	√	x	x	√	77	Tidak dikaji	
8	Asupan lemak, obesitas sentral dan hiperkolesterolemia Pada aparatur sipil negara (asn) pemerintah daerah Provinsi Bali	Wardani & A. Ngurah, 2018	x	√	√	x	√	√	x	√	√	66	Tidak dikaji	
9	Faktor kejadian obesitas sentral pada usia dewasa	Puspitasari, 2018	√	√	√	√	√	√	x	√	√	88	Dikaji	
10	Studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun Nusantara Sukoharjo	Pibriyanti Kartika, 2018	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji	
11	Faktor risiko obesitas sentral pada	Masri &	x	√	√	x	√	√	√	x	√	66	Tidak dikaji	

	aparatur sipil negara (asn) di Kota Padang	Ratna, 2019												
12	Hubungan pengetahuan gizi dan aktivitas fisik terhadap ukuran lingkaran perut pada penderita obesitas sentral dikarawang	Andriani, 2019	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji	
13	Obesitas sentral pada orang dewasa: studi kohor prospektif di kota bogor	Sudikno dkk, 2018	x	√	√	√	√	√	x	x	√	66	Tidak dikaji	
14	General and Central Obesity in Two Iranian Ethnic Groups Living in Urmia, West Azerbaijan, Iran: Effect of the Neighborhood Environment	Rezazadeh dkk, 2016	x	x	√	√	√	√	x	√	√	66	Tidak dikaji	
15	Chronic Low-Calorie Sweetener Use and Risk of Abdominal Obesity among Older Adults: A Cohort Study	Chia dkk, 2016	√	√	√	√	√	√	√	x	x	77	Tidak dikaji	
16	Fat Intake and Stress Modify Sleep Duration Effects on Abdominal Obesity.	Chung & Chang, 2019	√	√	√	√	x	√	x	x	√	66	Tidak dikaji	
17	Dietary fat quantity and quality in relation to general and abdominal	Suara dkk, 2020	√	x	√	√	√	√	x	√	√	77	Tidak dikaji	

	obesity in women: a cross-sectional study from Ghana													
18	Hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintahan dikantor bupati kabupaten jenepono	Istigamah dkk, 2018	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
19	Gambaran obesitas sentral pada mahasiswa laki – laki fakultas teknik universitas diponegoro	Putri & Ari, 2016	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
20	Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, Asupan Energi dan Asupan Lemak, Dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Sekolah Menengah Pertama	Dewi & Kartini, 2017	x	x	√	√	√	√	√	√	√	√	77	Tidak dikaji
21	Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi Obesitas pada Orang Dengan Disabilitas Intelektual	Erviana & Hidayati, 2019	√	x	√	√	√	√	x	√	√	√	77	Tidak dikaji
22	Analisis faktor risiko kejadian Obesitas sentral pada ibu rumah Tangga di perumahan griya Labuan asri desa	Faridi & Hidayati,2016	x	x	√	√	√	√	x	√	√	√	77	Tidak dikaji

	sukamaju Kecamatan labuan kabupaten Pandeglang banten tahun 2016													
23	Demographic, dietary and physical activity predictors of general and abdominal obesity among university students: a cross-sectional study	Mogre dkk, 2015	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
24	Asupan lemak jenuh dan serat pada remaja obesitas kaitannya dengan sindrom metabolik	Widyastutyi dkk,2016	x	x	√	√	√	√	x	√	√	66	Tidak dikaji	
25	Pola Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko Overweight/Obesitas pada Anak	Nisak & Mahmudiono, 2017	x	x	√	√	√	√	√	√	x	66	Tidak dikaji	
26	Hubungan antara obesitas dengan keseimbangan postural pada mahasiswa universitas esa unggul.	Azi Meo,2020	√	√	x	√	x	√	√	√	√	77	Tidak dikaji	
27	Associations of breaks in sedentary time	Judice dkk,	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji	

	with abdominal obesity in Portuguese older adults	2015												
28	Dietary Patterns and Abdominal Obesity In Middle-Aged.	Ito dkk, 2018	x	√	√	x	x	√	√	x	x	55.5	Tidak dikaji	
29	Gambaran Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Laki-laki Fakultas Teknik Universitas Diponegoro.	Putri dkk i,2016	x	x	√	√	√	√	x	√	√	66	Tidak dikaji	
30	Major Dietary Patterns in Relation to General and Central Obesity among Chinese Adults	Yu Canqing dkk, 2015	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji	
31	Konsumsi Protein, Lemak Jenuh dan Lemak Takjenuh Terhadap kejadian Hipertensi pada Wanita Menopause di Wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu	Ramadhini dkk, 2019	x	√	√	√	√	√	x	√	√	77	Tidak dikaji	
32	Dietary patterns and abdominal obesity in middle-aged and elderly Japanese adults: Waseda Alumni's Sports, Exercise, Daily Activity, Sedentariness	Tomoko ito dkk, 2015	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji	

	and Health Study													
33	Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun Dikota Surabaya	Kusteviani, 2015	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	100	Dikaji
34	Hubungan durasi tidur terhadap asupan Energi dan obesitas pada remaja smp di kota Yogyakarta	Utami dkk, 2017	x	√	x	√	√	x	x	√	√		55.5	Tidak dikaji
35	Hubungan antara asupan energi dan aktivitas fisik dengan obesitas pada buruh perempuan	Koryaningsih &Anggray,2019	√	x	√	x	√	x	√	√	√		66	Tidak dikaji
36	Perbandingan Map(mean arterial pressure) antara obesitas general dengan obesitas sentral pada pegawai laki-laki dewasa dilingkuan universitas lampung.	Nisa Khairun, 2017	x	√	√	√	x	x	√	√	√		66	Tidak dikaji

√ = ya

X= tidak

Tt = Teori terbaru

Tk = Kredibilitas Jurnal

DS = Analisis data sesuai tujuan

P = Populasi sesuai tujuan

S = Sampel sesuai tujuan

V = Variabel sesuai tujuan

I = Instrumen memiliki sensitivitas dan spesifitas

K = kuisioner sesuai kaidah

AD = Analisis data sesuai dan tujuan

Catatan : Apabila dengan ambang batas 50%, artikel yang berkualitas masih terlalu banyak, maka ambang batas 50% dapat ditingkatkan misalnya menjadi 60%-80%. Tapi jangan sampai jumlah artikel yang dikaji dibawah 10 artikel

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Berdasarkan penilaian dari kriteria appraisal checklist maka di dapati 12 artikel yang relevan dengan topik yang ditelaah oleh peneliti. Artikel yang memenuhi syarat tersebut diterbitkan dari tahun 2015 hingga tahun 2020. Distribusi ke 12 artikel nasional maupun internasional dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel.7 Distribusi Karakteristik Artikel

No	Penulis, Judul	Indeks	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota Surabaya	SINTA (S2)	Menganalisis faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif (15-64) tahun dikota Surabaya	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di Kota Surabaya • Teknik pengambilan sampel menggunakan rancangan <i>PPS (Probability Proportional to Size)</i>. • Design penelitian yang digunakan ialah Cross Sectional. • Analisis data menggunakan uji Chi-Square dilanjutkan dengan uji regresi 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan sebanyak 2191 orang berjenis kelamin perempuan (50,8%) dan laki – laki (49,2%), rentang usia 15 – 64 tahun, pendidikan terakhir sampel didominasi pendidikan SMA (37,3%) dengan prevalensi obesitas sentral sebesar 35,6%. • Faktor yang menyebabkan obesitas abdominal yaitu : <ol style="list-style-type: none"> 1. Usia, rentang usia yang paling tinggi terkena obesitas sentral adalah usia 55-64

				logistik ganda.	<p>tahun sebesar 49,5%</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Jenis pekerjaan, prevalensi obesitas abdominal lebih tinggi terdapat dalam kelompok orang yang tidak bekerja sebesar 41,6%. 3. Gaya hidup, contoh gaya hidup yang menyebabkan obesitas sentral adalah kebiasaan merokok sebesar 40,6% 4. Aktifitas fisik, prevalensi obesitas abdominal tertinggi terdapat pada kelompok yang tidak pernah melakukan aktifitas fisik sebesar 37,4%.
2	Riamawati, Hubungan Asupan Kalsium,	SINTA (S2)	Menganalisis hubungan antara asupan zat gizi	<ul style="list-style-type: none"> • Lokasi penelitian berada di kota lamongan • Teknik pengambilan 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 44 orang berjenis kelamin laki – laki

	Air, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pekerja Bagian Perkantoran		mikro (kalsium), air dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada pekerja bagian perkantoran di PT X, Lamongan.	<p>sampel menggunakan metode <i>random sampling</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Design penelitian yang digunakan ialah Cross Sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji Chi-square 	<p>(70,5%) dan perempuan (29,5%, usia 20-60 tahun dengan prevalensi obesitas sentral sebesar 24,3%.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obesitas sentral paling banyak dialami oleh responden yang aktifitas fisiknya ringan sebesar 68,18%
3	Sari, faktor risiko obesitas sentral pada aparatur sipil negara(ASN) dikota Padang.	SINTA (S2)	Mengetahui faktor risiko kejadian obesitas sentral pada ASN dikota Padang	<ul style="list-style-type: none"> • Lokasi penelitian berada di kota Padang • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>Accidental sampling</i> • Design penelitian yang digunakan ialah Cross 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 60 orang dengan prevalensi obesitas sentral sebesar 75%. • Obesitas sentral paling banyak dialami oleh sampel yang memiliki aktifitas fisik ringan sebesar 90%

				<p>Sectional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analisis data bivariat menggunakan uji Chi-square dilanjutkan dengan uji regresi logistik ganda 	
4	Puspitasari, faktor kejadian obesitas Sentral pada usia dewasa	SINTA (S3)	Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa .	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di Kota Semarang. • Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>Cluster sampling</i>. • Design penelitian yang digunakan ialah Cross Sectional. • Analisis data menggunakan uji Chi – Square. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 102 orang, jenis kelamin perempuan (60,8%) dan laki – laki (39,2% yang berusia 25-44 tahun dengan prevalensi obesitas sebesar 36,3%. • Faktor yang berhubungan terjadinya kejadian obesitas sentral yaitu : <ol style="list-style-type: none"> 1. Tingkat pendidikan, sampel

					<p>dengan pendidikan terakhir SD 50,9% terkena obesitas sentral</p> <p>2. Aktifitas fisik , prevalensi obesitas sentral tertinggi terdapat pada kelompok yang aktifitas fisiknya rendah sebesar 67,32%</p>
5	Pibriyanti ,studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo.	SINTA (S3)	Mengetahui faktor risiko obesitas sentral pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Veteran Bangun Nusantara.	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di Universitas veteran bangun nusantara sukoharjo • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>probability sampling</i> dengan teknik <i>simple random sampling</i> • Design penelitian yang 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 72 orang berusia >20 tahun dengan prevalensi obesitas sentral sebesar 55,9%. • Usia,kebiasaan merokok dan aktifitas fisik bukan faktor terjadinya obesitas sentral.

				digunakan ialah Cross Sectional. Analisis data dilakukan secara bivariat dengan uji Chi-Square.	
6	Andriani, hubungan pengetahuan gizi dan aktifitas fisik terhadap ukuran lingkaran perut pada penderita obesitas sentral di Karawang.	SINTA (S2)	Mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan aktifitas fisik terhadap ukuran lingkaran perut pada penderita obesitas sentral	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini dilaksanakan di Karawang • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>probability sampling</i> dengan teknik <i>simple random sampling</i>. • Design penelitian yang digunakan ialah Observasional dengan design Cross sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat dengan 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan sebanyak 35 orang berjenis kelamin laki – laki dan perempuan berusia diatas atau sama dengan 18 tahun. • Faktor yang berpengaruh terhadap perubahan lingkaran perut pada penderita obesitas sentral yaitu pengetahuan gizi pada kategori kurang sebesar 5,9%.

				uji square	
7	Istiqamah,dkk, hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintahan dikantor kabupaten jeneponto.	SINTA (S3)	Mengetahui hubungan antara pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai di kantor bupati kabupaten Jeneponto	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di kantor bupati kabupaten jeneponto • Design penelitian yang digunakan ialah Cross Sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat dengan uji Square 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 146 orang berjenis kelamin perempuan 48,3% dan laki-laki 51,7% dengan rentang usia 31-40 tahun dengan prevalensi obesitas sentral sebesar 44,2% • Tingkat pendidikan sampel yang tertinggi adalah tingkat pendidikan strata 1 (S1) dengan jumlah 55,1%. • Obesitas sentral banyak dijumpai pada sampel yang memiliki aktifitas sedentarian sebesar 59,5% dan ketersediaan akses seperti transportasi juga menjadi

					penyebab terjadinya obesitas sentral sebesar 43,1%
8	Putri, gambaran obesitas sentral pada laki – laki fakultas teknik universitas diponegoro.	SINTA (S2)	Mengetahui gambaran kejadian obesitas sentral pada mahasiswa laki-laki fakultas teknik Universitas Diponegoro.	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di fakultas teknik universitas diponegoro • Sampel sebanyak 100 orang • Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah <i>simple random sampling</i>. • Menggunakan design penelitian Cross Sectional • Analisis data menggunakan uji Chi – Square 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 100 orang berjenis kelamin laki – laki yang berusia antara 18-22 tahun • Sebanyak 44% mahasiswa mengalami obesitas sentral, yang disebabkan karena kurangnya berolahraga
9	Mogre, dkk,	SJR	Untuk mengetahui	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel dalam penelitian

	Demographic, dietary and physical activity predictors of general and abdominal obesity among university students.	(Q1)	hubungan sosial demografis, kebiasaan makan dan tingkat aktifitas fisik dengan obesitas abdominal pada mahasiswa diTamale , Ghana	<p>Tamale Ghana</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>simple random sampling</i> • Design penelitian yang digunakan ialah Cross sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji Chi-square 	<p>sebanyak 552 orang yang berada direntang usia 18-36 tahun</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obesitas abdominal paling banyak dijumpai pada mahasiswa yang melakukan aktifitas fisik ringan sebesar 4,8%.
10	Judice,dkk, Associations of breaks in sedentary time with abdominal obesity in	SJR (Q1)	Untuk mengetahui hubungan antara lamanya waktu istirahat dengan obesitas abdominal diNegara Portugis	<ul style="list-style-type: none"> • Lokasi penelitian berada diNegara Portugis • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode simple random sampling 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel dalam penelitian sebanyak 301 orang berjenis kelamin laki – laki 66,9% dan perempuan 28,8% • orang yang obesitas abdominal dijumpai waktu istirahatnya lebih

	Portuguese older adults.			<ul style="list-style-type: none"> • Design penelitian yang digunakan ialah Cross sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji Chi-square 	singkat sebesar 39,8%
11	Yu changqing,dkk Major dietary patterns in relation to general and central obesity among chinese adults	SJR (Q2)	Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan gaya hidup terhadap obesitas sentral pada orang dewasa diNegara Tiongkok	<ul style="list-style-type: none"> • lokasi penelitian berada dinegara Tiongkok • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode siimple random sampling • Design penelitian yang digunakan ialah Cross sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel dalam penelitian sebanyak 926 orang yang berada direntang usia 30-79 tahun • Pola makan yang kebarat-baratan dan konsumsi alkohol tidak berpengaruh terhadap terjadinya obesitas sentral

				menggunakan uji chi-square	
12	Tomoko Ito, dkk, dietary patterns and abdominal obesity in middle-aged and elderly japanese adults : waseda alumni sports, exercise, daily activity, sedentariness and health study (waseda,s health study)	SJR (Q1)	Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan obesitas abdominal pada orang Jepang .	<ul style="list-style-type: none"> • Penelitian ini berlokasi di Jepang • Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>probability sampling</i> dengan teknik <i>simple random sampling</i>. • Design penelitian yang digunakan ialah Cross Sectional • Analisis data dilakukan secara bivariat dengan uji Chi-Square 	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 829 orang, berjenis kelamin laki – laki dan perempuan dengan rentang usia 40 – 79 tahun • Obesitas sentral (abdominal) disebabkan : Pola makan dengan sering konsumsi alkohol yang tinggi 24,3% .

Tabel 7 menggambarkan karakteristik dari 12 artikel menyangkut studi penelitian yang keseluruhannya (100%) merupakan jenis penelitian observasional dengan design studi Cross sectional. Adapun sampel pada penelitian ini berusia dewasa (30 – 50 tahun) yang didominasi oleh jenis kelamin perempuan. Jumlah sampel masing-masing artikel berada \geq 30 orang, sedangkan lokasi penelitian tersebar dari berbagai negara. 12 artikel yang relevan dengan topik yang dibahas oleh peneliti terdiri dari 8 artikel nasional yang terindeks SINTA 2 terdiri 5 artikel (41,6%), SINTA 3 terdiri dari 3 artikel (25%), 4 artikel bereputasi internasional teridentifikasi terindeks SJR Q1 terdiri dari 3 artikel (25%), SJR Q2 terdiri dari 1 artikel (8,3%). Design penelitian ke-12 artikel menggunakan design penelitian cross sectional baik yang bersifat deskriptif maupun deskriptif analitik . Hasilnya didapatkan 8 artikel (66 %) menyatakan variabel bebas (mempengaruhi) dengan variabel terikat (dipengaruhi) mempunyai hubungan.

1. Distribusi Gaya Hidup

Gaya hidup merupakan gambaran tingkah laku, pola dan cara hidup yang ditunjukkan bagaimana aktivitas seseorang, minat dan ketertarikan sesuatu. Pada telaah artikel ini gaya hidup dikaitkan dengan perkembangan zaman serta teknologi yang berhubungan dengan konsumsi seseorang (Dina, 2015). Distribusi artikel gaya hidup dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Gaya Hidup

No	Penulis, Judul	Hasil
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota surabaya	Distribusi frekuensi dan persentase gaya hidup berdasarkan kebiasaan merokok : <ul style="list-style-type: none">• Tidak merokok : 1631 orang (74,4%)• Perokok ringan : 264 orang (12,0%)• Perokok berat : 296 orang (13,5%) Distribusi konsumsi makanan dan minuman manis : <ul style="list-style-type: none">• Tidak rutin : 338 orang (15,4%)• Rutin : 1853 orang (84,6%)
2	Pibriyanti, studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo.	Distribusi frekuensi dan persentase gaya hidup berdasarkan kebiasaan merokok : <ul style="list-style-type: none">• Ya : 12 orang (16,7%)• Tdak : 60 orang (83,3%) Distribusi frekuensi dan persentase gaya hidup dengan kondisi emosional : <ul style="list-style-type: none">• Terganggu : 16 orang (22,2%)

		<ul style="list-style-type: none"> • Normal : 56 orang (77,8%)
--	--	---

Tabel 8 menunjukkan bahwa dari 12 artikel sebanyak 2 artikel (18%) yang membahas tentang kategori gaya hidup. Menurut penelitian Kusteviani (2015) gaya hidup dibagi menjadi 2 yaitu gaya hidup dengan kebiasaan merokok yang dikategorikan menjadi 3 yaitu tidak perokok, perokok ringan dan perokok berat, didapatkan yang paling dominan adalah tidak perokok sebanyak 1631 orang (74,4%) dan gaya hidup dengan konsumsi makanan dan minuman manis yang dikategorikan menjadi 2 kategori yaitu rutin dan tidak rutin, yang paling dominan adalah rutin sebanyak 1853 orang (84,6%) sedangkan Pibriyanti (2018) mengkategorikan gaya hidup dengan kebiasaan merokok menjadi 2 kategori yaitu merokok dan tidak merokok, yang paling dominan tidak merokok sebanyak 60 orang (83,3%).

2. Distribusi Umur

Lamanya waktu menjalani kehidupan yang dimulai sejak lahir hingga sekarang yang diukur dengan patokan skala waktu, bulan dan tahun disebut dengan umur (Kustominojo, 2016). Distribusi artikel umur dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Distribusi kategori umur

No	Penulis, Judul	Hasil
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota surabaya	Distribusi frekuensi dan persentase berdasarkan umur : <ul style="list-style-type: none"> • 15 – 34 tahun : 1046 orang (47,7%) • 35 – 54 tahun : 959 orang (43,8%) • 55 – 64 tahun : 186 orang (8,5%)
2	Pibriyanti, studi obesitas sentral pada mahasiswa	Distribusi frekuensi dan persentase berdasarkan umur :

prodi kesehatan masyarakat bangun sukoharjo	kecamatan univet nusantara	<ul style="list-style-type: none"> • Beresiko : 41 orang (56,9%) • Tidak beresiko : 31 orang (43,1%)
---	----------------------------	--

Tabel 9 menunjukkan bahwa dari 12 artikel sebanyak 2 artikel (18%) yang membahas tentang kategori umur. Menurut penelitian Kusteviani kategori umur dibagi menjadi 3 yaitu 15 – 34 tahun, 35 – 54 tahun, 55 – 64 tahun, yang paling tinggi mengalami obesitas sentral terdapat dalam kelompok umur 15 – 34 tahun sebanyak 1046 orang (47,7%). sedangkan menurut penelitian Pibriyanti (2018) 2 kategori umur yaitu beresiko dan tidak beresiko, yang paling dominan 41 orang (56,9%).

3. Distribusi Aktifitas Fisik

Aktifitas Fisik merupakan suatu bentuk gerakan tubuh yang dilakukan oleh otot – otot rangka yang merupakan bentuk pengeluaran tenaga seperti melakukan suatu pekerjaan, waktu senggang dan aktifitas sehari hari lainnya (Nirmaser, 2015). Distribusi artikel aktifitas fisik dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Kategori Aktifitas Fisik

No	Penulis, Judul	Hasil
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota surabaya	frekuensi dan persentase berdasarkan aktifitas fisik : <ul style="list-style-type: none"> • Teratur : 198 orang (9,0%) • Tidak teratur : 131 orang (6,0%) • Tidak pernah : 1862 orang (85,0%)
2	Puspitasari,faktor kejadian obesitas sentral pada usia dewasa	frekuensi dan persentase berdasarkan aktifitas fisik ; <ul style="list-style-type: none"> • Rendah – sedang : 66 orang (64,7%) • Tinggi : 36 orang (35,3%)

Tabel 10 menunjukkan bahwa dari 12 artikel sebanyak 2 artikel (18%) yang membahas aktifitas fisik. Menurut penelitian Kusteviani kategori aktifitas fisik dibagi menjadi 3 yaitu teratur, tidak teratur, dan tidak pernah, yang paling dominan ditemukan dalam kategori Tidak pernah sebanyak 1862 orang (85,0%). sedangkan menurut penelitian Puspitasari (2018), penulis mengkategorikan aktifitas fisik menjadi 2 kategori yaitu rendah – sedang dan tinggi, yang paling dominan rendah – sedang sebanyak 66 orang (64,7%).

4. Distribusi Kejadian Obesitas Sentral

Suatu keadaan dimana terdapat banyak lemak yang menumpuk didalam tubuh khususnya disekitar perut yang disebabkan oleh kegagalan jaringan lemak subkutan untuk menjalankan fungsi dalam menghadapi ketidakseimbangan energi didalam tubuh disebut dengan obesitas sentral (Kinteris, 2017). Distribusi artikel kejadian obesitas sentral dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11. Distribusi kejadian Obesitas Sentral

No	Penulis, Judul	Hasil
1	Puspitasari, faktor kejadian obesitas sentral pada usia dewasa	frekuensi dan persentase kejadian obesitas sentral : <ul style="list-style-type: none"> • Ya : 69 orang (67,9%) • Tidak : 33 orang (32,4%)
2	Pibriyanti , studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo	frekuensi dan persentase kejadian obesitas sentral : <ul style="list-style-type: none"> • Ya : 8 orang (11,1%) • Tidak 64 (88,9%)
3	Istiqamah, dkk, hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai	frekuensi dan persentase kejadian obesitas sentral : <ul style="list-style-type: none"> • Ya : 65 orang (44,2%) • Tidak : 82 orang (55,8%)

	pemerintahan dikantor kabupaten jenepono	
4	Putri, gambaran obesitas sentral pada laki – laki fakultas teknik universitas diponegoro.	frekuensi dan persentase kejadian obesitas sentral : <ul style="list-style-type: none"> • Ya : 44 orang (44,0%) • Tidak : 56 orang (56,0%)

Tabel 11 menunjukkan bahwa dari 12 artikel sebanyak 4 artikel (33%) yang membahas tentang kejadian obesitas sentral pada orang dewasa . Berdasarkan penelitian Puspitasari (2018) dari 102 sampel sebanyak 69 orang (67,9%) mengalami obesitas sentral. Diikuti penelitian Pibriyanti (2018) menemukan sebanyak 8 orang (11,1%) yang mengalami obesitas sentral dari 72 sampel, Lalu penelitian yang dilakukan oleh Istiqamah (2018) menemukan 65 orang (44,2%) yang obesitas sentral dari 146 sampel. Sedangkan penelitian Putri (2016) penulis menemukan 44 orang (44,0%) yang obesitas sentral dari 100 sampel.

5. Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa.

Pola hidup yang bergaya kebarat - baratan (*western life*) dimana seseorang cenderung mengkonsumsi makanan tinggi lemak, tinggi protein, serta tinggi karbohidrat sederhana. Gaya hidup lainnya seperti kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, juga disinyalir dapat mempengaruhi kenaikan berat badan seseorang (Minarta,2015).

Hasil telaah artikel hubungan gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral dapat dilihat pada tabel 12.

Tabel 12. Distribusi Artikel Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa

No	Penulis, Judul	Hasil	Kesimpulan
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota surabaya	<p>Gaya hidup dengan kebiasaan merokok :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak merokok = 662 orang (40,6%) • Perokok ringan = 49 orang (18,6%) • Perokok berat = 70 orang (23,6%) <p>Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan gaya hidup kebiasaan merokok terhadap kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dengan nilai $p=0,0001$</p> <p>Gaya hidup konsumsi makanan dan minuman manis :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak rutin = 150 orang (44,4%) • Rutin = 631 orang (34,1%) <p>Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan gaya hidup yang sering konsumsi makanan dan minuman</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ada hubungan gaya hidup kebiasaan merokok dengan kejadian obesitas sentral • Ada hubungan gaya hidup konsumsi makanan dan minuman manis dengan kejadian obesitas sentral

		manis terhadap kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dengan nilai $p=0,0001$	
2	Istiqamah,dkk, hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintahan kabupaten jeneponto	<p>Gaya hidup sedentarian :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ya = 53 orang (60,9%) • Tidak = 12 orang (20,0%) <p>Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) sehingga terdapat hubungan antara pola hidup sedentari dengan kejadian obesitas sentral</p>	Ada hubungan antara pola hidup sedentari dengan kejadian obesitas sentral.
3	Pibriyanti ,studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo.	<p>Gaya hidup dengan kebiasaan merokok :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ya = 1 orang (12,5%) • Tidak = 7 orang (87,5%) <p>Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan bahwa nilai ($p>0,05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian obesitas sentral.</p>	Ada hubungan antara gaya hidup kebiasaan merokok dengan kejadian obesitas sentral.

4	Tomoko Ito, dkk, dietary patterns and abdominal obesity in middle-aged and elderly japanese adults : waseda alumni sports, exercise, daily activity, sedentariness and health study (waseda,s health study)	Gaya hidup dengan konsumsi alkohol : <ul style="list-style-type: none"> • Tinggi : 12,5 % • Cukup : 5,4% • Rendah :1,8% 	Ada hubungan anantara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral
---	---	--	---

Dari tabel 12 menunjukkan bahwa terdapat 3 artikel yang membahas tentang hubungan gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa. Dari 3 artikel tersebut, sebesar 67% menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p < 0.05$ sementara artikel yang menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral sebesar 33% dengan nilai $p > 0,05$.

6. Hubungan Umur dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa

Umur merupakan faktor prediksi dari terjadinya obesitas sentral, seiring dengan bertambahnya usia prevalensi obesitas sentral mengalami peningkatan (Nimas, 2018). Peningkatan usia akan meningkatkan kandungan lemak tubuh total terutama distribusi lemak pusat. Pada usia lebih tua terjadi penurunan massa otot dan perubahan beberapa jenis hormon yang memicu penumpukan lemak perut dan proses menua menyebabkan kehilangan massa otot secara progresif yang menyebabkan terjadinya obesitas sentral (Kesran, 2015). Hasil telaah artikel hubungan

umur dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13. Distribusi Hasil Telaah Artikel Hubungan Umur dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa.

No	Penulis, Judul	Hasil	Kesimpulan
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif (15-64) tahun Dikota Surabaya	Usia : <ul style="list-style-type: none"> • 15-43 tahun = 247 orang (23,6%) • 35-54 tahun = 442 orang (46,1%) • 55-64 tahun = 92 orang (49,5%) Usia berhubungan dengan obesitas sentral Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan bahwa nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) sehingga terdapat hubungan antara usia dengan kejadian obesitas sentral.	Ada hubungan antara usia dengan kejadian obesitas sentral
2	Pibriyanti ,studi obeistas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun	Umur : <ul style="list-style-type: none"> • Beresiko = 5 orang (62,5%) • Tidak beresiko = 3 orang (37,5%) Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan	Umur tidak berpengaruh terhadap kejadian obesitas sentral

	nusantara sukoharjo	antara umur dengan kejadian obesitas sentral ($p>0,05$)	
--	------------------------	---	--

Dari tabel 13, menunjukkan bahwa penelitian Kusteviani dan Pibriyanti membahas tentang hubungan umur dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa. Menurut penelitian Kusteviani (2015) 50% mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p<0.05$ (50%) . sementara penelitian Pibriyanti (2018) mengatakan tidak ada hubungan signifikan antara umur dengan kejadian obesitas sentral sebesar 50% dengan nilai $p>0,05$.

7. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa

Aktifitas fisik yang kurang seperti kurang berolahraga, tidak mempunyai waktu untuk melakukan kegiatan untuk membakar energi seperti berkebun dapat menyebabkan obesitas. Aktifitas yang kurang bila dibarengi dengan konsumsi energi yang berlebih, kelebihan energi akan disimpan didalam jaringan lemak (Nimas,2016).Hasil telaah artikel tentang hubungan aktifitas fisik dengan obesitas sentral dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14. Distribusi Hasil Telaah Artikel Hubungan Aktifitas fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa

No	Penulis/Judul	Hasil	Kesimpulan
1	Kusteviani, Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif(15-64) tahun dikota	Aktifitas fisik : <ul style="list-style-type: none"> • Teratur = 47 orang (23,7%) • Tidak teratur = 38 orang (29,0%) • Tidak pernah = 696 	Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral

	Surabaya	orang (37,45) Terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral dengan $p < 0,05$ menggunakan uji chi-square	
2	Riamawati, Hubungan Asupan Kalsium, Air, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pekerja Bagian Perkantoran	Aktifitas fisik : <ul style="list-style-type: none"> • Ringan = 12 orang (40%) • Sedang, berat = 6 orang (42,9) Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa aktifitas fisik berhubungan dengan kejadian obesitas sentral pada pekerja yang memiliki nilai p sebesar 0,028.	Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada pekerja.
3	Sari, faktor risiko obesitas sentral pada aparatur sipil negara(ASN) dikota padang	Aktifitas fisik : <ul style="list-style-type: none"> • Ringan = 37 orang (55,2%) • .Berat = 30 orang (44,8%) Terdapat hubungan antara aktifitas dengan obesitas sentral ($p=0,001$) dan $OR=3,627$	Ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral.
4	Puspitasari, faktor	Aktifitas fisik :	Ada hubungan antara

	kejadian obesitas sentral pada usia dewasa	<ul style="list-style-type: none"> • Rendah-sedang = 56 orang (84,8%) • Tinggi = 13 orang (36,1%) <p>Hasil uji chi-square dapat diketahui bahwa ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa ($p=0,000$) dan OR =2,4.</p>	aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa
5	Mogre, dkk, Demographic, dietary and physical activity predictors of general and abdominal obesity among university students.	Aktifitas fisik: <ul style="list-style-type: none"> • Vigorous : 237 orang (66,9%) • Moderate :99 orang (28,0%) • Light :18 orang (5,1%) 	Aktifitas fisik berpengaruh terhadap kejadian obesitas sentral
6	Pibriyanti, studi obeistas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo	Aktifitas fisik : <ul style="list-style-type: none"> • Ringan = 2 orang (25%) • Sedang = 1 orang (12,5%) • Berat = 5 orang (62,5%) <p>Tidak terdapat hubungan bermakna antara aktifitas fisik</p>	Aktifitas fisik tidak berpengaruh terhadap kejadian obesitas sentral

		dengan kejadian obesitas sentral (p>0,05)	
--	--	---	--

Dari tabel 14 menunjukkan bahwa terdapat 5 artikel yang membahas tentang hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dan ke-5 artikel tersebut sebesar 80% menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p < 0.05$. Artikel yang menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral sebesar 20% dengan nilai $p > 0,05$.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Sampel

Dari 12 artikel yang digunakan, jumlah sampel masing-masing artikel dalam penelitian ini ≥ 30 orang dengan rentang usia berkisar 30 – 50 tahun dan didominasi oleh sampel berjenis kelamin perempuan. Lokasi penelitian untuk artikel nasional dilakukan diberbagai kota seperti Surabaya, Lamongan, Padang, Jenepono, Semarang sedangkan lokasi penelitian untuk artikel internasional tersebar diberbagai negara (Tiongkok, Ghana, Jepang dan Portugis).

2. Hubungan Gaya Hidup dengan kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa

Hasil telaah artikel menunjukkan bahwa terdapat 3 artikel yang membahas tentang hubungan gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa. Dari 3 artikel tersebut, menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p < 0.05$. Hal ini sejalan dengan penelitian Kusteviani (2015) mengatakan adanya hubungan gaya hidup dengan kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis terhadap kejadian obesitas sebesar 34,1%, Pibriyanti (2018) mengatakan ada hubungan gaya hidup kebiasaan merokok dengan kejadian obesitas sentral sebesar 12,5% diikuti penelitian Istiqimah (2018) yang mengatakan ada hubungan antara

pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

Terjadinya obesitas secara umum berkaitan dengan keseimbangan energi didalam tubuh yang dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam tubuh ataupun dari luar tubuh yang berkaitan dengan gaya hidup seperti perubahan pola makan (Acharya, 2016). Berbagai peneliti menemukan faktor resiko obesitas sentral yang lain seperti konsumsi makanan dan minuman manis, alkohol dan riwayat merokok. Selain itu kemajuan teknologi dan status sosial ekonomi mempengaruhi obesitas sentral diantaranya yaitu faktor lingkungan seperti ketersediaan akses berupa transportasi, tempat tinggal, budaya setempat merupakan beberapa dari sekian banyak faktor resiko yang secara langsung maupun tidak langsung dapat memicu terjadinya obesitas sentral (Rosen & Shapouri, 2008).

Pola hidup sedentarian sudah menjadi tren dikalangan masyarakat. Berbagai penyebab dapat melatarbelakangi hal ini salah satunya adalah ketersediaan berbagai akses yang sangat mudah. Contoh adanya kendaraan pribadi, tv didalam rumah maupun dalam kendaraan, fasilitas ruangan pekerjaan yang didesain untuk para pegawai yang bekerja diruangan tersebut merasa nyaman seperti adanya ac dalam ruangan, TV, dispenser sehingga segala sesuatu dapat terpenuhi dengan mudah, hal inilah yang menyebabkan munculnya gaya hidup yang sedentari life (Iqbal & Rasdiana,2017).

3. Hubungan Umur dengan Kejadian obesitas Sentral pada Orang Dewasa

Hasil dari telaah artikel menunjukkan bahwa terdapat 2 artikel yang membahas tentang hubungan umur dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dari 2 artikel tersebut 50% menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p<0.05$. Hal ini sejalan dengan penelitian Kusteviani (2015) penulis mendapatkan hasil bahwa umur berpengaruh positif dengan kejadian obesitas sentral, sampel yang mengalami obesitas sentral

terbanyak terdapat dalam kelompok umur 55-64 tahun sebesar (49,5%), sedangkan penelitian Pibriyanti (2019) mengatakan tidak ada hubungan antara umur dengan kejadian obesitas sentral ($p>0,05$).

Perubahan umur berkaitan dengan peningkatan distribusi jaringan lemak yang ditandai dengan meningkatnya ukuran lingkaran pinggang seseorang (Tchernof & Depres, 2013). seiring bertambahnya usia, proses metabolisme tubuh akan cenderung menurun yang akan menyebabkan fungsi otot menurun dan penumpukan lemak di daerah perut juga ikut meningkat.

Obesitas sentral banyak terjadi pada orang dewasa, semakin meningkatnya usia, maka semakin tinggi resiko terjadinya obesitas sentral yang diakibatkan karena penumpukan lemak tubuh, terutama lemak perut (Pujiati, 2007).

Penumpukan lemak perut terjadi akibat perubahan beberapa jenis hormon dan penurunan massa otot pada usia yang lebih tua. Selain itu disebabkan oleh lambatnya metabolisme dan frekuensi konsumsi pangan yang lebih sering (Kantachuvessiri dkk, 2005). Jika tidak diimbangi dengan gaya hidup sehat, seperti pengaturan pola makan, maka akan terjadi penumpukan lemak tubuh, terutama lemak di abdomen yang akan meningkatkan resiko terjadinya obesitas sentral (Nurrahmawati, 2018).

4. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Orang Dewasa.

Hasil telaah artikel menunjukkan bahwa terdapat 5 artikel yang membahas tentang hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa dan ke-5 artikel tersebut sebesar 80% menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral dengan nilai $p<0,05$. Kusteviani (2015) melakukan penelitian dan didapatkan hasil yang mendukung penelitian ini yaitu aktifitas fisik memberikan hubungan yang signifikan dengan kejadian obesitas sentral. Obesitas sentral banyak dialami oleh responden yang tidak pernah melakukan aktifitas fisik sebesar 37,45%, diikuti penelitian Riamawati (2019) yang mengatakan aktifitas fisik berhubungan dengan

kejadian obesitas sentral sebesar 40%, selanjutnya penelitian Sari (2019) mengatakan terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan obesitas sentral sebesar 55,2% selanjutnya penelitian Puspitasari (2018) mengatakan ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa dengan nilai $p=0,000$ dan penelitian Mogre (2015) menemukan ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sebesar 50,1%, sedangkan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Pibriyanti (2019) tidak menemukan adanya hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas sentral.

Penyebab mendasar obesitas sentral adalah ketidakseimbangan energi dimana asupan yang dikonsumsi lebih besar dibandingkan aktifitas fisik yang dilakukan (Sudikno, 2015). Aktifitas fisik yang kurang cenderung mengakibatkan orang mudah menyimpan banyak kalori sehingga menimbulkan timbunan energi yang menyebabkan kenaikan berat badan dengan demikian kurangnya pemanfaatan tenaga tidak akan banyak digunakan dan lambat laun akan semakin bertumpuk sehingga menyebabkan obesitas yang beresiko terhadap terjadinya berbagai macam penyakit yang berhubungan dengan kegemukan. Hasil penelitian Barning dan Abrain (2016), mengatakan bahwa aktifitas fisik yang tinggi dapat mengurangi resiko obesitas sentral.

Menurut WHO (2010), aktifitas fisik secara konsisten terkait dengan faktor individu seperti umur, jenis kelamin dan status kesehatan. Kemajuan teknologi yang ditunjang oleh perangkat hemat tenaga dan bentuk hiburan elektronik yang mudah didapatkan dan digunakan selama waktu senggang membutuhkan pengeluaran energi yang lebih sedikit dalam pengaturan kerja dirumah tangga maupun dikantor sehingga hal ini meminimalkan kegiatan fisik. Pengeluaran energi melalui aktifitas fisik merupakan bagian yang penting dalam rangka menyeimbangkan energi yang menentukan berat badan. Keuntungan dari melakukan aktifitas fisik adalah dapat meningkatkan pengeluaran energi, adanya penekanan terhadap nafsu makan, pengaturan pola makan dan kehilangan massa otot dalam tubuh

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil telaah artikel ditemukan sebanyak 3 artikel (25%) yang membahas tentang gaya hidup pada orang dewasa.
2. Hasil telaah artikel ditemukan sebanyak 2 artikel (17%) yang membahas tentang umur pada orang dewasa.
3. Hasil telaah artikel ditemukan sebanyak 3 artikel (25%) yang membahas tentang aktivitas fisik pada orang dewasa.
4. Hasil telaah artikel ditemukan sebanyak 4 artikel (33%) yang membahas tentang obesitas sentral pada orang dewasa.
5. Dari hasil telaah artikel yang dilakukan ditemukan ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa.
6. Dari hasil telaah artikel yang dilakukan ditemukan ada hubungan antara umur dengan kejadian obesitas sentral pada orang dewasa.
7. Dari hasil telaah artikel yang dilakukan ditemukan ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas sentral.

B. Saran

Dari hasil telaah artikel yang dilakukan ditemukan bahwa obesitas sentral paling banyak terjadi pada usia 30-50 tahun, orang yang semakin berumur rentan terkena penyakit obesitas sentral untuk itu penulis menyarankan untuk melakukan aktifitas fisik 30-50 menit untuk mencegah terjadinya penyakit obesitas sentral .

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Ekawarsih.2017. usia sebagai faktor resiko yang paling banyak ditemukan pada obesitas dipuskesmas citomulyo kecamatan sukun kota malang.J.K mensephalon vol.3 no.2 : 62-67.
- Azi Meo, TriVsia dan Miranti.2020. hubungan antara obesitas dengan keseimbangan.jurnal ilmiah fisioterapi vol 20 no 1.
- Badan penelitian dan pengembangan kesehatan.2013. laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta, kementerian Kesehatan RI.
- Badan penelitian dan pengembangan kesehatan.2018. laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta, Kementerian Kesehatan RI.
- Canqing Yu, zumin. 2015. Major Dietary Patterns in Relation to General and Central Obesity among Chinese Adults. journal nutrients. 7, 5834-5849.
- Departemen kesehatan R.I.2008. Hasil – hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2007.Badan litbangkes Jakarta.
- Erviana, Titiek. 2019. analisis faktor – faktor yang mempengaruhi obesitas pada orang dengan disabilitas intelektual. Avicenna Journal of Health Research. Vol 2 No 1.(17 – 25).
- Istiqamah, Saifuddin. 2018. Hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintahan dikantor bupati kabupaten Jeneponto.jurnal kesehatan masyarakat :1-13.
- Judice, Analisa. 2015. Associations of breaks in sedentary time with abdominal obesity in Portuguese older adults. Journal American Aging Association. 37: 23.
- Khairani.2018.aktifitas fisik dan kejadian obesitas sentral pada wanita dikelurahan tanah patah kota bengkulu. CHMK NURSING SCIENTIFIC JOURNAL VOL. 2 ,No .1:11-15.
- Kusteviani, vani. 2015. Faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif (15 – 64 tahun) dikota surabaya. jurnal berkala epideomologi , vol 3 No 1

- Masri, Ratna. 2019. Faktor risiko obesitas sentral pada aparaturn sipil negara (ASN) dikota padang. SCIENTIA Jurnal Farmasi dan Kesehatan 9 (1) ; 53-64,
- Nurrahmawati,Widati. 2018. Hubungan usia, stress dan asupan zat gizi makro dengan kejadian obesitas abdominal pada ibu rumah tangga kelurahan Sidotopo,Surabaya. Amerta Nutrition (2018) 254-264.
- Putri, Ari. 2016. Gambaran obesitas sentral pada mahasiswa laki – laki fakultas teknik universitas diponegoro. jurnal kesehatan masyarakat. Vol 4, No 4, :424-428.
- Puspitasari, Nimas. 2018.faktor kejadian obesitas sentral pada usia dewasa. Jurnal HIGEIA 2(2): 249-259
- Pibiyanti, Kartika. 2018. Studi obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun nusantara sukoharjo. Jurnal Kesehatan. Vol. 11. No. 1.
- Rahmandita, Merryana.2017. perbedaan tingkat konsumsi dan aktifitas fisik pada wanita (20-50 tahun) obesitas sentral dan non sentral. Jurnal Berkala Epidemiologi, Vol. 3, No.1: 45–56
- Rahmandita, Andriani. 2017. Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral. Amerta nutrition (266-274).
- Rauf, Mogre. 2015. Demographic, dietary and physical activity predictors of general and abdominal obesity among university students: a cross-sectional study.journal springer plus.2-8.
- Riamawati, Rosa. 2019. Hubungan Asupan Kalsium, Air, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pekerja Bagian Perkantoran Amerta Nutrition 10,33-39.
- Sudikno, Woro, dan Ekowati. 2018. Obesitas sentral pada orang dewasa : studi kohor prospektif dikota Bogor. jurnal Gizi Indonesia. 41(2):105-116.
- Sabrina, Eka. 2019. Hubungan pengetahuan gizi dan aktifitas fisik terhadap ukuran lingkar perut pada penderita obesitas sentral dikarawang. Jurnal ilmu kesehatan :20-28.

- Sulistyowati, S. 2016. Pedoman umum pengendalian obesitas. Jakarta : direktorat pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular
- Trisna, I. & Hamid, S. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Sentral Pada Wanita Dewasa (30-50 Tahun) Di Kecamatan Lubuk Sikaping Tahun 2008. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 3, 68–71
- Tomoko Ito, Ryoko Kawakami. 2015. Dietary patterns and abdominal obesity in middle-aged and elderly Japanese adults: Waseda Alumni's Sports, Exercise, Daily Activity, Sedentariness and Health Study (WASEDA'S Health Study). *journal nutrition*. 58 140 – 155.
- Wahyuningsih, Retno. 2013. penatalaksanaan diet pada pasien. Jakarta : Graha ilmu

LAMPIRAN 1



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 06.173/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2021

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul:

“Hubungan Gaya Hidup, Umur Dan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/ Peneliti Utama : **Murniwati L Tanjung**
Dari Institusi : **Jurusan D-IV GIZI Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian kesehatan
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Juni 2021
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

J. Ketua,



Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

LAMPIRAN 2.

SURAT PERNYATAAN

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Murniwati L.Tanjung

NIM : P01031217074

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan,



(Murniwati L. Tanjung)

LAMPIRAN 3.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Murniwati L. Tanjung
Tempat/Tanggal Lahir : Batugaja, 03 November 1998
Nama Orang Tua : 1. Ayah : Dasianus Tanjung
2. Ibu : Mirlina Simamora
Jumlah Saudara : 5 Orang
Alamat Rumah : Batugaja Desa Purba Sianjur Kecamatan
Pakkat Kabupaten Humbang Hasundutan
Sumatera Utara, Indonesia.
No. Telp/Hp : 0852-0767-5369
Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 176359 Purba Sianjur Pakkat
2. SMP Swasta RK Santa Maria Pakkat
3. SMA Swasta RK Santa Maria Pakkat
4. Poltekkes Kemenkes RI Medan Jurusan
Gizi
Hobbi : Mendengarkan Musik
Motto : Berbuat baik bukan karena ingin masuk surga
tetapi karena Tuhan sudah sungguh sangat
baik.

LAMPIRAN 4

Bukti Bimbingan Skripsi
















Nama : Murniwati L Tanjung

NIM : P01031217074

Judul : *Literature Review* : Hubungan Gaya Hidup, Umur dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Orang Dewasa

Pembimbing : Ginta Siahaan, DCN, M.Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Pembimbing
1	07 September 2020	Diskusi tentang topik penelitian		
2	08 September 2020	Diskusi mengenai <i>Literature Review</i>		
3	09 September 2020	Diskusi cara membuat skripsi dengan metode <i>Literature Review</i>		
4	10 September 2020	Diskusi pencarian artikel menggunakan Google Scholar, SINTA, DOAJ, Pubmed		

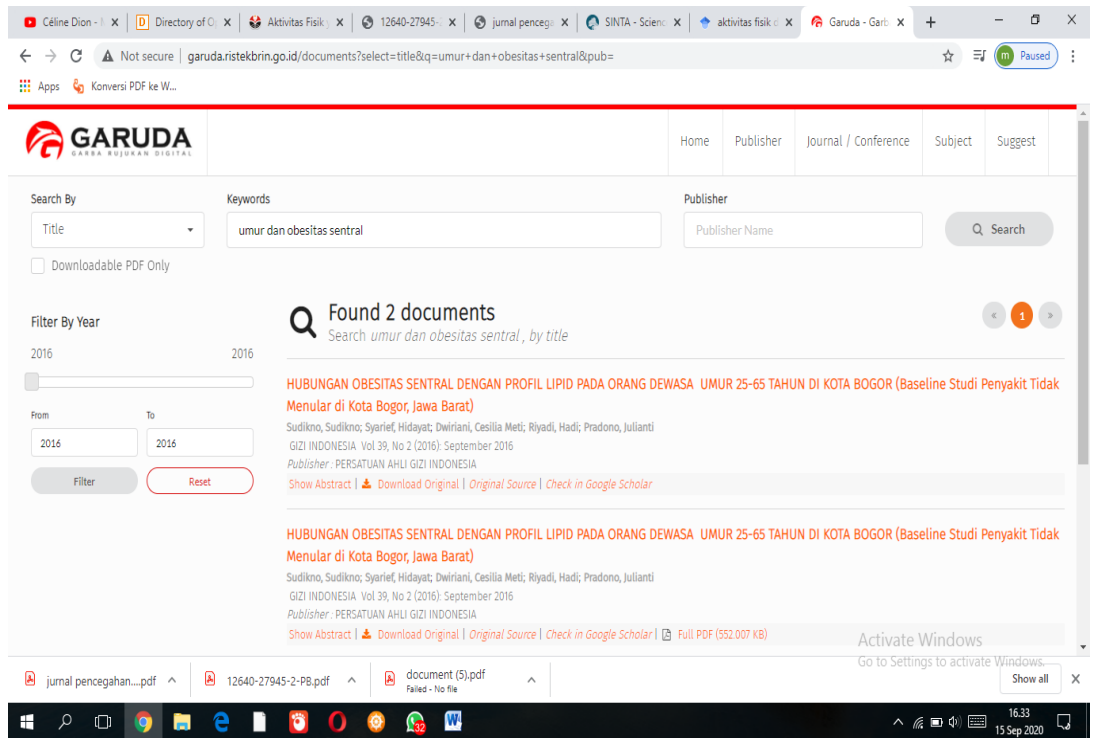
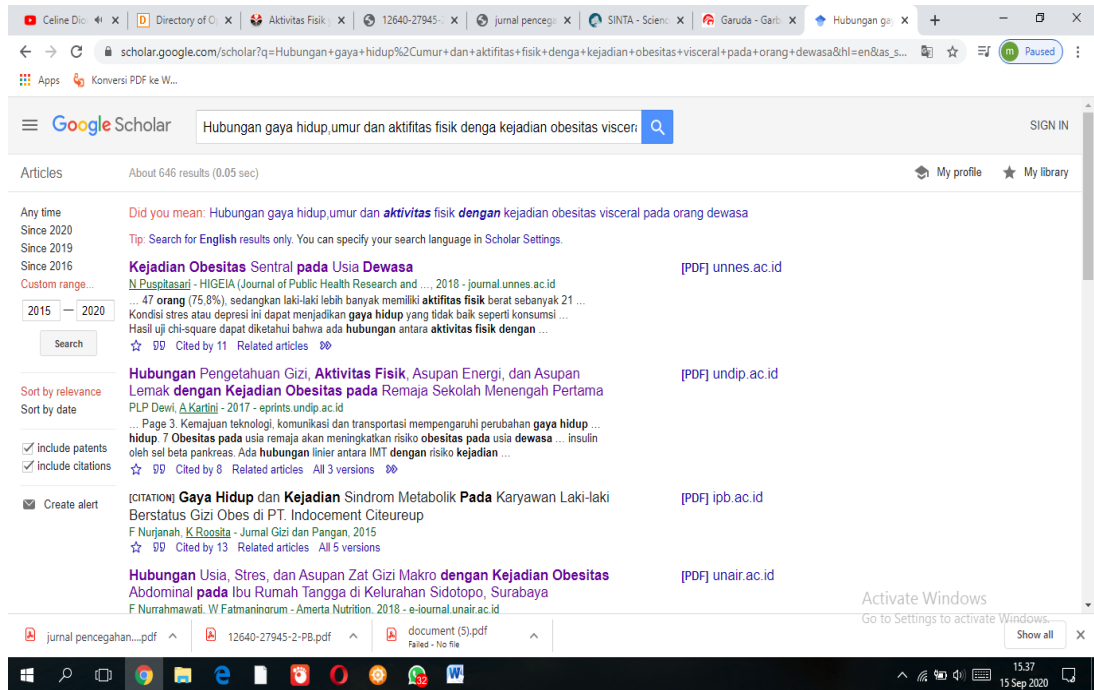
5	11 September 2020	Diskusi pencarian artikel yang sesuai dengan topik penelitian		
6	14 September 2020	Diskusi mengenai artikel-artikel yang digunakan.		
7	15 September 2020	Usulan penelitian diterima oleh dosen pembimbing.		
8	16 September 2020	Mengajukan BAB I : Latar Belakang		
9	17 September 2020	Revisi BAB I : Cara membuat latar belakang.		
10	18 September 2020	Mengajukan BAB II dan BAB III		
11	21 September 2020	Revisi BAB II		
12	22 September 2020	Revisi BAB II		

13	23 September 2020	Revisi BAB III		
14	24 September 2020	Revisi BAB III		
15	25 September 2020	Diskusi tentang cara membuat tabel PICOS		
16	28 September 2020	Diskusi tentang cara membuat tabel PICOS		
17	02 November 2020	Pembuatan dan pemeriksaan PPT		
18	19 Januari 2021	Diskusi BAB IV		
19	22 Januari 2021	Diskusi untuk membuat Distribusi karakteristik hasil		
20	27 Januari 2021	Revisi tabel karakteristik hasil		

21	01 Februari 2021	Diskusi untuk membuat pembahasan		
22	02 Februari 2021	Mulai mengerjakan pembahasan		
23	09 Februari 2021	Revisi pembahasan		
24	11 Februari 2021	Diskusi mengenai kesimpulan		
25	13 Februari 2021	Merapikan kembali cara penulisan skripsi		
26	14 Februari 2021	Revisi ulang cara penulisan skripsi		
27	18 Februari 2021	Diskusi untuk membuat PPT		
28	19 Februari	Pemeriksaan PPT Seminar Hasil Skripsi		

LAMPIRAN 5

Bukti Screenshot Database Pencarian Artikel



[Celine Dion](#) | [Directory of C](#) | [Aktivitas Fisik](#) | [12640-27945](#) | [jurnal pengec](#) | [SINTA - Scien](#) | [Garuda - Garu](#) | [aktivitas fisik](#) | [Garuda - Garu](#) | [aktivitas fisik](#)

[Not secure](#) | garuda.ristekbrin.go.id/documents?q=aktivitas%20fisik%20dan%20obesitas%20sentral&select=title&pub=&pdf=

GARUDA GARUDA RIJUKAN DIGITAL

[Home](#) | [Publisher](#) | [Journal / Conference](#) | [Subject](#) | [Suggest](#)

Search By | **Keywords** | **Publisher**

Title | | |

Downloadable PDF Only

Filter By Year

2016 | 2016

From: To:

|

Found 1 documents

Search *aktivitas fisik dan obesitas sentral*, by title

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS SENTRAL PADA PASIEN POLIKLINIK JANTUNG DAN PENYAKIT DALAM
 Septiyanti, Septiyanti
 JURNAL MEDIA KESEHATAN Vol 9 No 2 (2016) Jurnal Media Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Volume 9 Nomor 2 Oktober Tahun
 Publisher: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu
[Show Abstract](#) | [Download Original](#) | [Original Source](#) | [Check in Google Scholar](#) | [Full PDF \(59.324 KB\)](#) | DOI: 10.33088/jmk.v9i2.308

Page 1 of 1 | Total Record : 1

Sintia Simlitabmas Arjuna PDDIKTI Risbang Scopus Rama

Activate Windows
 Go to Settings to activate Windows...

journal pencegahan...pdf | 12640-27945-2-PB.pdf | document (5).pdf Failed - No file

15:51
 15 Sep 2020

[Celine Dion](#) | [Directory of C](#) | [Aktivitas Fisik](#) | [12640-27945](#) | [jurnal pengec](#) | [SINTA - Scien](#) | [aktivitas fisik](#) | [Garuda - Garu](#) | [aktivitas fisik](#)

[Not secure](#) | garuda.ristekbrin.go.id/documents?q=obesitas+sentral+pada+orang+dewas&select=title&pub=&pdf=&from=2015&to=2020

GARUDA GARUDA RIJUKAN DIGITAL

[Home](#) | [Publisher](#) | [Journal / Conference](#) | [Subject](#) | [Suggest](#)

Search By | **Keywords** | **Publisher**

Title | | |

Downloadable PDF Only

Filter By Year

2016 | 2018

From: To:

|

Found 3 documents

Search *obesitas sentral pada orang dewas*, by title, from: 2015, to: 2020

HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN PROFIL LIPID PADA ORANG DEWASA UMUR 25-65 TAHUN DI KOTA BOGOR (Baseline Studi Penyakit Tidak Menular di Kota Bogor, Jawa Barat)
 Sudikno, Sudikno, Syarif, Hidayat, Dwiriani, Cesilia Meti, Riyadi, Hadi, Pradono, Julianti
 GIZI INDONESIA Vol 39, No 2 (2016): September 2016
 Publisher: PERSATUAN AHLI GIZI INDONESIA
[Show Abstract](#) | [Download Original](#) | [Original Source](#) | [Check in Google Scholar](#)

OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA: STUDI KOHOR PROSPEKTIF DI KOTA BOGOR
 Sudikno, Sudikno, Riyadina, Woro, Rahajeng, Ekowati
 GIZI INDONESIA Vol 41, No 2 (2018): September 2018
 Publisher: PERSATUAN AHLI GIZI INDONESIA
[Show Abstract](#) | [Download Original](#) | [Original Source](#) | [Check in Google Scholar](#) | [Full PDF \(466.639 KB\)](#)

Activate Windows
 Go to Settings to activate Windows...

journal pencegahan...pdf | 12640-27945-2-PB.pdf | document (5).pdf Failed - No file

16:27
 15 Sep 2020

[Céline Dion](#) | [Aktivitas Fisik](#) | [12640-27945](#) | [jurnal pengec](#) | [SINTA - Scienc](#) | [aktivitas fisik](#) | [Garuda - Garb](#) | [Directory of O](#)

[doaj.org/search?source=%7B"query"%3A%7B"query_string"%3A%7B"query"%3A"gaya%20hidup%20dan%20obesitas%20sentral"%2C"default_operator"%3A"AND"%7D...](#)

This website uses cookies to ensure you get the best experience. [Learn more](#) | [Hide this message](#)

DOAJ DIRECTORY OF OPEN ACCESS JOURNALS [SUPPORT DOAJ](#)

[DOAJ](#) [Search](#) [Browse Subjects](#) [Apply](#) [News](#) [About](#) [For Publishers](#) [API](#) [Login](#)

Journals vs. Articles [share](#) | [embed](#) [✕](#) [sort ↓ by](#) [Relevance](#) [search all](#) [gaya hidup dan obesitas sentral](#) [Q](#)

Articles (7)

+ Subject

+ Journal has DOAJ Seal

+ Journal License

7 results found [10](#) per page [First](#) [Prev](#) [Page 1 of 1](#) [Next](#)

Epidemi obesitas dan dampaknya terhadap status kesehatan masyarakat serta sosial ekonomi bangsa
Masrul Masrul
 Majalah Kedokteran Andalas. 2018;41(3):152-162 DOI 10.25077/mka.v41.i3.p152-162.2018
[Abstract](#) | [Full Text](#)

Perbedaan Tingkat Konsumsi dan Aktivitas Fisik pada Wanita (20-54 Tahun) Obesitas Sentral dan Non Sentral
Ajeng Putri Rahmandita, Merryana Adriani
 Amerta Nutrition. 2017;1(4):266-274 DOI 10.20473/amnt.v1i4.2017.266-274
[Abstract](#) | [Full Text](#)

Activate Windows
 Go to Settings to activate Windows. [Show all](#)

[jurnal pencegahan....pdf](#) | [12640-27945-2-P8.pdf](#) | [document \(5\).pdf](#)
 Failed - No file

16:42 15 Sep 2020

[Céline Dion](#) | [Aktivitas Fisik](#) | [12640-27945](#) | [jurnal pengec](#) | [SINTA - Scienc](#) | [aktivitas fisik](#) | [Garuda - Garb](#) | [Directory of O](#)

[doaj.org/search?source=%7B"query"%3A%7B"query_string"%3A%7B"query"%3A"aktivitas%20fisik%20dan%20obesitas%20sentral"%2C"default_operator"%3A"AND"%7D...](#)

This website uses cookies to ensure you get the best experience. [Learn more](#) | [Hide this message](#)

DOAJ DIRECTORY OF OPEN ACCESS JOURNALS [SUPPORT DOAJ](#)

[DOAJ](#) [Search](#) [Browse Subjects](#) [Apply](#) [News](#) [About](#) [For Publishers](#) [API](#) [Login](#)

Journals vs. Articles [share](#) | [embed](#) [✕](#) [sort ↓ by](#) [Relevance](#) [search all](#) [aktivitas fisik dan obesitas sentral](#) [Q](#)

Articles (1)

+ Subject

+ Journal has DOAJ Seal

+ Journal License

1 results found [10](#) per page [First](#) [Prev](#) [Page 1 of 1](#) [Next](#)

PERBANDINGAN IMT DAN INDIKATOR OBESITAS SENTRAL TERHADAP KEJADIAN DIABETES MELITUS TIPE 2 (DMT2) (Analisis data sekunder baseline studi kohor PTM di Kelurahan Kebon Kalapa Bogor tahun 2011)
Made Dewi Susilawati, Sri Mujjati, Krsnawati Bantas
 Bulletin of Health Research. 2015;43(1):17-22 DOI 10.22435/bpk.v43i1.3964.17-22
[Abstract](#) | [Full Text](#)

1 results found [10](#) per page [First](#) [Prev](#) [Page 1 of 1](#) [Next](#)

Activate Windows
 Go to Settings to activate Windows. [Show all](#)

[jurnal pencegahan....pdf](#) | [12640-27945-2-P8.pdf](#) | [document \(5\).pdf](#)
 Failed - No file

16:55 15 Sep 2020

[Celine Dion](#) - [Aktivitas Fisik](#) - [12640-27945](#) - [jurnal pencega](#) - [SINTA - Scien](#) - [aktivitas fisik](#) - [Garuda - Gar](#) - [Directory of O](#)

[doaj.org/search?source=%7B"query"%3A%7B"query_string"%3A%7B"query"%3A"umur%20dan%20obesitas%20sentral"%2C"default_operator"%3A"AND"%7D%7D%2C"s...](#)

This website uses cookies to ensure you get the best experience. [Learn more](#) | [Hide this message](#)

DOAJ DIRECTORY OF OPEN ACCESS JOURNALS

SUPPORT DOAJ

DOAJ Search Browse Subjects Apply News About For Publishers API Login

Journals vs. Articles | share | embed | sort by: Relevance | search all | umur dan obesitas sentral

Articles (11)

11 results found | 10 per page | First Prev Page 1 of 2 Next

FAKTOR RISIKO OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA UMUR 25-65 TAHUN DI INDONESIA (ANALISIS DATA RISET KESEHATAN DASAR 2013)
Sudikno Sudikno, Hidayat Syarif, Cesilia Meti Dwiriani, Hadi Riyadi
 Penelitian Gizi dan Makanan. 2016;38(2):111-120 DOI 10.22435/pgm.v38i2.5540.111-120
[Abstract](#) | [Full Text](#)

STUDI OBESITAS SENTRAL PADA MAHASISWA PRODI KESEHATAN MASYARAKAT UNIVET BANGUN NUSANTARA SUKOHARJO
Kartika Pibriyanti
 Jurnal Kesehatan. 2018;11(1):16-23 DOI 10.23917/jurnal.kesehatan.v11i1.7000
[Abstract](#) | [Full Text](#)

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

journal.pencegahan....pdf | 12640-27945-2-P8.pdf | document (5).pdf
 Failed - No file

16:46 15 Sep 2020

[CARA MEMBUAT NOMOR HAL](#) - [Cara menghapus nomor halaman](#) - [Membuat Page Number Berbe](#) - [arti same as previous - Google](#) - [life style and age and visceral](#)

[pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=life+style+and+age+and+visceral+obesity+and+adults&filter=simsearch1.fha&filter=simsearch2.ffrft&filter=simsearch3.fff&filter=year...](#)

PubMed.gov

life style and age and visceral obesity and adults

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Save Email Send to Sorted by: Best match Display options

MY NCBI FILTERS 87 results

RESULTS BY YEAR

Filters applied: Abstract, Free full text, Full text. Clear all

Did you mean **life style and aged and visceral obesity and adults** (154 results)?

A Fully Automated Web-Based Program Improves Lifestyle Habits and HbA1c in Patients With Type 2 Diabetes and **Abdominal Obesity**: Randomized Trial of Patient E-Coaching Nutritional Support (The ANODE Study).
 Cite: Hansel B, Giral P, Gambotti L, Lafourcade A, Peres G, Filipecki C, Kadouch D, Hartemann A, Opperit JM, Bruckert E, Marre M, Bruneel A, Duchene E, Roussel R.
 J Med Internet Res. 2017 Nov 8;19(11):e360. doi: 10.2196/jmir.7947.
 PMID: 29117929 [Free PMC article](#). Clinical Trial.
 BACKGROUND: The prevalence of **abdominal obesity** and type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a public health challenge. New solutions need to be developed to help patients implement lifestyle changes. ...Patients with T2DM and **abdominal obesity** (n=120, aged ...

Abstract
 Free full text
 Full text

ARTICLE ATTRIBUTE

Obesity and depressive symptoms in mid-life: a population-based cohort study.

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

Feedback

04:18 24 Sep 2020

LAMPIRAN 6

Bukti Screenshoot Pencarian 12 Artikel

A screenshot of a Google Scholar search page. The search query is "faktor yang berhubungan dengan obesitas abdominal pada usia produktif". The search results show a single article titled "Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Abdominal Pada Usia Produktif (15-64 Tahun) Di Kota Surabaya" by F. Kusteviani, published in the journal "Jurnal Berkala Epidemiologi" in 2015. The article is available as a PDF from unair.ac.id. The page also shows filters for "Kapan saja" (Since 2021, 2020, 2017) and "Urutkan menurut" (relevansi, tanggal). There are checkboxes for "sertakan paten" and "mencakup kutipan". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 13:33 on 29 Jun 2021.

A screenshot of a Google Scholar search page. The search query is "hubungan asupan kalsium air dan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas ser". The search results show a single article titled "Hubungan Asupan Kalsium, Air, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Pekerja Bagian Perkantoran" by S. Rosa, L. Riamawati, published in "Amerta Nutrition" in 2019. The article is available as a PDF from unair.ac.id. The page also shows filters for "Kapan saja" (Sejak 2021, 2020, 2017) and "Urutkan menurut" (relevansi, tanggal). There are checkboxes for "sertakan paten" and "mencakup kutipan". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 13:34 on 29 Jun 2021.

faktor resiko obesitas sentral pada aparat

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2CS&q=faktor+resiko+obesitas+sentral+pada+aparat+sipil+negara+dikota+padang&btnG=

Google Cendekia faktor resiko obesitas sentral pada aparat sipil negara dikota padang

Artikel Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan

FAKTOR RISIKO OBESITAS SENTRAL PADA APARATUR SIPIL NEGARA (ASN) DI KOTA PADANG
E Masri, M.Nova, RK Sari - SCIENTIA: Jurnal Farmasi dan ..., 2019 - jurnalscientia.org
Pengukuran lingkar perut pada 60 Aparatur Sipil Negara (ASN) tahun 2017 di kota Padang menunjukkan hampir sebagian besar (75%) mengalami obesitas sentral. Obesitas sentral meningkatkan risiko kematian akibat penyakit degeneratif. Penyebab mendasar obesitas sentral adalah ketidakseimbangan energi antara kalori yang dikonsumsi dan kalori yang dikeluarkan. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor risiko kejadian obesitas sentral pada ASN di Kota Padang. Penelitian bersifat analitik dengan desain case control. Populasi ...
☆ 99 Dirujuk 1 kali 2 versi

Menampilkan hasil terbaik untuk penelusuran ini. [Lihat semua hasil](#)

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.
Bantuan Privasi Persyaratan

13:37
29 Jun 2021

faktor kejadian obesitas sentral pada usia

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2CS&q=faktor+kejadian+obesitas+sentral+pada+usia+dewasa&btnG=

Google Cendekia faktor kejadian obesitas sentral pada usia dewasa

Artikel Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan

Kejadian Obesitas Sentral pada Usia Dewasa [PDF] unnes.ac.id
N Puspitasari - HIGEIA (Journal of Public Health Research and ..., 2018 - journal.unnes.ac.id
Kota Semarang memiliki prevalensi obesitas sentral sebesar 36,3% pada tahun 2013. Proporsi kejadian obesitas sentral di Kelurahan Plalangan pada tahun 2013 sebanyak 61,7% (pada wanita dewasa). Usia dewasa merupakan faktor risiko dari obesitas sentral, prevalensi obesitas sentral tahun 2013 pada kelompok usia 25-34 tahun (22,9%) dan 35-44 tahun (33,5%). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas sentral pada usia dewasa. Jenis penelitian ini adalah analitik ...
☆ 99 Dirujuk 20 kali Artikel terkait

Menampilkan hasil terbaik untuk penelusuran ini. [Lihat semua hasil](#)

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.
Bantuan Privasi Persyaratan

13:37
29 Jun 2021

obesitas sentral pada mahasiswa x +

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=obesitas+sentral+pada+mahasiswa+prodi+kesehatan+masyarakat+univet+bangun+nusantara+sukoharjo&btnG=

Apps Konversi PDF ke W... Reading list

Google Cendekia obesitas sentral pada mahasiswa prodi kesehatan masyarakat univet bangun

Artikel Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan

Studi Obesitas Sentral pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Univet Bangun Nusantara Sukoharjo [PDF] ums.ac.id

K. Pibiyanti - Jurnal Kesehatan, 2018 - journals.ums.ac.id

Obesitas sentral dianggap sebagai faktor risiko yang berkaitan erat dengan beberapa penyakit kronis karena berupa penumpukan lemak berlebih pada jaringan lemak subkutan dan lemak viseral perut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor risiko obesitas sentral pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Veteran Bangun Nusantara. Jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Populasi adalah semua mahasiswa yang berstatus aktif dengan pemilihan sampel dilakukan secara proporsi ...

☆ 99 Dirujuk 3 kali Artikel terkait

Menampilkan hasil terbaik untuk penelusuran ini. Lihat semua hasil

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

Bantuan 2 of 24 Clipboard
Item not Collected: Delete items to increase available space

13:38
29 Jun 2021

hubungan pengetahuan gizi dan x +

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=hubungan+pengetahuan+gizi+dan+aktifitas+fisik+terhadap+ukuran+lingkar+perut+pada+penderita+obesitas+sent...

Apps Konversi PDF ke W... Reading list

Google Cendekia hubungan pengetahuan gizi dan aktifitas fisik terhadap ukuran lingkar perut p

Artikel 1 hasil (0,07 dik) Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan
 Buat lansiran

[PDF] HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP UKURAN LINGKAR PERUT PADA PENDERITA OBESITAS SENTRAL DI KARAWANG [PDF] unsika.ac.id

S Bukhari, E Andriani - 2019 - journal.unsika.ac.id

Abstract Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas), prevalensi obesitas sentral di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun dari 18,8%(2007), 26,6%(2013), dan sebesar 31% pada tahun 2018.3. Di Jawa Barat, prevalensi yang mengalami obesitas sentral bahkan lebih besar dari prevalensi nasional. Obesitas, terutama obesitas sentral, adalah penyebab utama metabolik sindrom 5, 6, 7. Obesitas sentral dapat terjadi karena berbagai factor, factor yang paling dekat saat ini dikaitkan dengan pola konsumsi dan aktivitas fisik. Sedangkan ...

☆ 99 Artikel terkait

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.

Bantuan Privasi Persyaratan

13:40
29 Jun 2021

hubungan pola hidup sedentaria x +

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=hubungan+pola+hidup+sedentaria+dengan+kejadian+obesitas+sentral+pada+pegawai+pemerintahan+dikantor+...

Google Cendekia hubungan pola hidup sedentaria dengan kejadian obesitas sentral pada peg [Q]

Artikel Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan

[PDF] Hubungan Pola Hidup Sedentaria Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Pegawai Pemerintahan Di Kantor Bupati Kabupaten Jenepono

[PDF] core.ac.uk

N Isligamah, S Sirajuddin, R Indiasari - Fakultas Kesehatan Masyarakat ... 2014 - core.ac.uk
Pola hidup sedentaria dan maraknya ketersediaan akses teknologi dan transportasi memiliki kaitan yang sangat erat terhadap kejadian obesitas sentral. Penelitian analitik mengenai pengaruh aktivitas fisik yang rendah (sedentary activity) terhadap obesitas sentral telah dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola hidup sedentaria dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai di kantor bupati kabupaten Jenepono. Jenis penelitian cross sectional ini melibatkan 146 responden dan ...

☆ 99 Dirujuk 13 kali Artikel terkait

Menampilkan hasil terbaik untuk penelusuran ini. Lihat semua hasil

Activate Windows

Go to Settings to activate Windows.

Bantuan Privasi Persyaratan

Windows taskbar with icons for Start, Search, File Explorer, Edge, and other applications. System tray shows time 13:41 and date 29 Jun 2021.

gambaran obesitas sentral pada x +

scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=gambaran+obesitas+sentral+pada+laki+laki+fakultas+teknik+universitas+diponegoro&btnG=

Google Cendekia gambaran obesitas sentral pada laki laki fakultas teknik universitas diponego [Q]

Artikel Profil saya Koleksiku

Kapan saja
Sejak 2021
Sejak 2020
Sejak 2017
Rentang khusus...

Urutkan menurut relevansi
Urutkan menurut tanggal

sertakan paten
 mencakup kutipan

Gambaran Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Teknik Universitas Diponegoro

[PDF] undip.ac.id

MG Putri, A Udiyono, MS Adi... - Jurnal Kesehatan ..., 2016 - ejournal3.undip.ac.id
Obesity is one of the prevalent health issues in modern times. One type of obesity that is harmful to health is central obesity. Central obesity is a result of body fat accumulation in the abdomen, causing degenerative diseases. The purpose of this study to describe the prevalence central obesity in male students. Thereby, the study uses observational research with cross sectional design conducted in the Faculty of Engineering, University of Diponegoro. The population on this study are male students of the Faculty of Engineering ...

☆ 99 Dirujuk 1 kali Artikel terkait 2 versi

Menampilkan hasil terbaik untuk penelusuran ini. Lihat semua hasil

Activate Windows

Go to Settings to activate Windows.

Bantuan Privasi Persyaratan

Windows taskbar with icons for Start, Search, File Explorer, Edge, and other applications. System tray shows time 13:42 and date 29 Jun 2021.

gambaran obesitas sentral pada x Demographic, dietary and physio x +

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26140255/

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

demographic dietary and physical activity predictors of general and abdomi X Search

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Found 1 result for an alternative search.
Your search for *demographic dietary and ph...* retrieved no results.

Save Email Send to Display options

Filters applied: Abstract, Free full text, Full text. Clear all

> Springerplus. 2015 May 15;4:226. doi: 10.1186/s40064-015-0999-2. eCollection 2015.

Demographic, dietary and physical activity predictors of general and abdominal obesity among university students: a cross-sectional study

Victor Mogre¹, Rauf Nyaba², Samuel Aleyira², Napoleon B Sam³

Affiliations + expand
PMID: 26140255 PMCID: PMC4480231 DOI: 10.1186/s40064-015-0999-2
Free PMC article

FULL TEXT LINKS
SpringerLink
PMC FREE Full text

ACTIONS
Cite
Favorites

SHARE

13:44
29 Jun 2021

gambaran obesitas sentral pada x Associations of breaks in sedentary x +

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25844429/

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

associations of breaks in sedentary time with abdominal obesity in portugue X Search

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Found 1 result for *associations of breaks in sedentary time with abdominal obesity i...*

Save Email Send to Display options

Filters applied: Abstract, Free full text, Full text. Clear all

> Age (Dordr). 2015;37(2):23. doi: 10.1007/s11357-015-9760-6.

Associations of breaks in sedentary time with abdominal obesity in Portuguese older adults

Pedro B Júdice, Analiza M Silva, Diana A Santos, Fátima Baptista, Luís B Sardinha

PMID: 25844429 PMCID: PMC4346413 DOI: 10.1007/s11357-015-9760-6
Free PMC article

FULL TEXT LINKS
PMC FREE Full text

ACTIONS
Cite
Favorites

SHARE

13:45
29 Jun 2021

gambaran obesitas sentral pada x Major Dietary Patterns in Relation to General and Central Obesity among Chinese Adults x SIR: Scientific Journal Rankings x +

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26184308/

Apps Konversi PDF ke W... Reading list

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

major dietary patterns in relation to general and central obesity among chin X Search

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Found 1 result for an alternative search.
Your search for *major dietary patterns in relation to general and central obesity among Chinese adults* retrieved no results.

Save Email Send to Display options

Filters applied: Abstract, Free full text, Full text. Clear all

> Nutrients. 2015 Jul 15;7(7):5834-49. doi: 10.3390/nu7075253.

Major Dietary Patterns in Relation to General and Central Obesity among Chinese Adults

Cangqing Yu¹, Zumin Shi², Jun Lv³, Huaidong Du⁴, Lu Qi^{5,6}, Yu Guo⁷, Zheng Bian⁸, Liang Chang⁹, Xuefeng Tang¹⁰, Qilian Jiang¹¹, Huaiyi Mu¹², Dongxia Pan¹³, Junshi Chen¹⁴, Zhengming Chen¹⁵, Liming Li^{16,17}.

Affiliations + expand

PMID: 26184308 PMCID: PMC4517030 DOI: 10.3390/nu7075253

FULL TEXT LINKS

FULL TEXT OPEN ACCESS MDPI

PMC Full text

ACTIONS

Cite Favorites

Windows

13:48 29 Jun 2021

gambaran obesitas sentral pada x Dietary patterns and abdominal obesity in middle aged and elderly Japanese adults: Waseda Alumni's Sports, Exercise, Daily Activity, Sedentariness and Health Study (WASEDA'S Health Study) x SIR: Scientific Journal Rankings x +

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30396031/

Apps Konversi PDF ke W... Reading list

NIH National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

dietary patterns and abdominal obesity in middle aged and elderly japanese X Search

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Found 1 result for *dietary patterns and abdominal obesity in middle aged and elderly Japanese adults: Waseda Alumni's Sports, Exercise, Daily Activity, Sedentariness and Health Study (WASEDA'S Health Study)* retrieved no results.

Save Email Send to Display options

Filters applied: Abstract, Free full text, Full text. Clear all

> Nutrition. 2019 Feb;58:149-155. doi: 10.1016/j.nut.2018.05.029. Epub 2018 Jul 19.

Dietary patterns and abdominal obesity in middle-aged and elderly Japanese adults: Waseda Alumni's Sports, Exercise, Daily Activity, Sedentariness and Health Study (WASEDA'S Health Study)

Tomoko Ito¹, Ryoko Kawakami², Kumpei Tanisawa³, Rina Miyawaki⁴, Kaori Ishii², Suguru Torii⁵, Katsuhiko Suzuki⁵, Shizuo Sakamoto⁵, Isao Muraoka⁵, Koichiro Oka⁵, Mitsuru Higuchi⁶, WASEDA'S Health Study Group

Affiliations + expand

PMID: 30396031 DOI: 10.1016/j.nut.2018.05.029

FULL TEXT LINKS

ELSEVIER OPEN ACCESS

ACTIONS

Cite Favorites

SHARE

Windows

13:55 29 Jun 2021

LAMPIRAN 6.

JADWAL PELAKSANAAN

No	Kegiatan	2020				2021									
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agu	Sep	
1	Penelusuran Pustaka														
2	Sortir artikel yang berkaitan														
3	Penyusunan Proposal														
4	Penyelesaian Proposal														
5	Seminar Proposal														
6	Revisi Proposal														
7	Pencarian Artikel														
8	Penulisan hasil skripsi														
9	Seminar hasil skripsi														
10	Perbaikan skripsi														

