

**LITERATURE REVIEW : GAMBARAN PENDAPATAN KELUARGA,  
POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**DEWI MAULANI  
P01031118076**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PRODI DIPLOMA III  
2021**

**LITERATURE REVIEW : GAMBARAN PENDAPATAN KELUARGA,  
POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Syarat Menyelesaikan Pro-  
gram Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



**DEWI MAULANI  
P01031118076**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PRODI DIPLOMA III  
2021**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul :Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola  
Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada  
Remaja  
Nama Mahasiswa :Dewi Maulani  
Nomor Induk Mahasiswa :P01031118076  
Program Studi :Diploma III Gizi

Menyetujui :



Rumida, SP, M.Kes

Pembimbing Utama / Ketua Penguji



Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

Anggota Penguji I



Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes

Anggota Penguji II

Mengetahui

Ketua Jurusan,



Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes

NIP 196403121987031003

Tanggal Lulu : 2 Juli 2021

## ABSTRAK

DEWI MAULANI “**LITERATURE RIVIEW : GAMBARAN PENDAPATAN KELUARGA, POLA HIDUP DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA**” (DIBAWAH BIMBINGAN RUMIDA)

Obesitas (*obesity*) ialah suatu keadaan dimana terjadi penimbunan lemak tubuh secara berlebihan sehingga berat badan tubuh seseorang jauh di atas normal, hal ini akibat ketidak seimbangan asupan (intake) dan pemakaian (expenditure) energi. Obesitas merupakan penyakit kronis yang bersifat multifaktorial dan dapat didefinisikan sebagai kenaikan akumulasi lemak tubuh.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja berdasarkan literatur review.

Metode penelitian ini merupakan *literature review* dengan mengidentifikasi 9 artikel yang telah diseleksi sesuai dengan tujuan penelitian. Seleksi artikel dilakukan dengan menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang terdiri dari duplikasi, judul, abstrak dan kriteria PICOS. Kriteria PICOS yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Populasi, Intervensi, Comparasi, Study Design, Full Text, Bahasa dan Tahun Terbit. Database yang digunakan dalam pencarian artikel adalah Google Scholar, Portal Garuda dan PubMed. Pencarian artikel dilakukan dengan menetapkan kata kunci bahasa Indonesia DAN serta kata kunci bahasa Inggris AND/OR.

Hasil analisis dari 9 artikel menunjukkan ada nya keterkaitan pada pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja, hal itu dipengaruhi oleh remaja yang memiliki keluarga dengan pendapatan tinggi uang saku tinggi dan cenderung makan tidak sehat juga pola hidup yang tidak baik.

Kata Kunci: Pendapatan Keluarga, Pola hidup, Obesitas, Remaja

## ABSTRACT

DEWI MAULANI "LITERATURE RIVIEW: DESCRIPTION OF FAMILY INCOME, LIFE STYLE WITH OBESITY IN ADOLESCENTS" (CONSULTANT: RUMIDA)

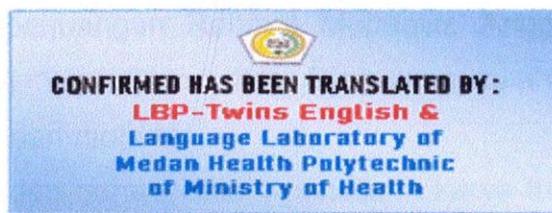
Obesity is a condition where there is excessive accumulation of body fat so that a person's body weight is far above normal, this is due to an imbalance in energy intake and expenditure. Obesity is a chronic disease that is multifactorial and can be defined as an increase in body fat accumulation.

The purpose of this study was to determine the description of family income, lifestyle with the incidence of obesity in adolescents based on the literature review.

This research method was a literature review by identifying 9 articles that have been selected according to the research objectives. Article selection is done by setting inclusion and exclusion criteria consisting of duplication, title, abstract and PICOS criteria. The PICOS criteria used in this study are Population, Intervention, Comparison, Study Design, Full Text, Language and Year of Publishing. The databases used in the article search are Google Scholar, Portal Garuda and PubMed. Article search is done by specifying Indonesian language keywords AND and English keywords AND/OR.

The results of the analysis of 9 articles showed that there was correlation between family income, lifestyle and the incidence of obesity in adolescents, it was influenced by adolescents who have families with high incomes, high pocket money and tend to eat unhealthy as well as bad lifestyles.

Keywords: Family Income, Lifestyle, Obesity, Adolescents



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul “**Literature Riview : Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja**” dapat diselesaikan dengan baik.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Rumida, SP, M.Kes selaku Dosen Pembimbing dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Dr.Ir, Zuraidah Nasution, M.Kes sebagai dosen penguji I.
4. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes sebagai dosen penguji II.
5. Ayahanda Junaidi dan Idunda Maysarlina yang selalu senantiasa memberikan dukungan, baik moral serta kasih sayang juga doa-doa yang selalu diberikan pada saya.
6. Saudara terkasih kakak Amalia Rahmi, adik-adik Mutiara Suci Ananda, Salman Al-Ghani, Akram Al-Ziat.
7. Teman seperjuangan Rahmat Muttaqiin, Anggi Patya, Cantique Novita, Yuli, Yani, Oktari, Ilda, Dian yang telah memberikan saya dukungan dan motivasi.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih banyak didapatkan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan para pembaca dapat memberikan saran dan masukan guna mendukung perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat .....	4
1.4.1 Bagi Penulis .....	4
1.4.2 Bagi Institusi.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....	5
2.1 Literatur Riview.....	5
2.1.1. Definisi .....	5
2.1.2 Jenis – Jenis Riview .....	5
2.1.3 Prinsip dalam Menentukan Tinjauan Pustaka Sistematis.....	6
2.1.4 Tahap Penulisan .....	7
2.1.6 Cara Melakukan Studi Literatur .....	8
2.2 Hasil Literature <i>Riview</i> .....	9
2.3 Pendapatan Keluarga.....	11
2.3.1 Definisi .....	11
2.4 Pola Hidup.....	13
2.4.1 Definisi .....	13
2.4.2 Menjaga Pola Hidup .....	14
2.4.3 Dampak Positif Menerapkan Pola Hidup Sehat .....	16
2.4.4 Dampak Negatif Tidak Menjaga Pola Hidup Sehat .....	17
2.5 Obesitas .....	18
2.5.1 Definisi .....	18
2.5.2 Penentuan Obesitas .....	18

2.5.3 Faktor Penyebab Obesitas .....	20
2.6. Remaja .....	21
2.6.1. Definisi .....	21
2.6.2 Tahap Perkembangan dan Batasan Remaja .....	21
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	23
3.1. Staretegi Pencarian Literatur .....	23
3.1.1 Protokol Pencarian Literatur .....	23
3.1.2 Database Pencarian .....	23
3.1.3 Kata Kunci .....	23
3.2 Kreteria Inklusi dan Ekslusi.....	24
3.3. Seleksi Artikel .....	25
3.4 Hasil Penelitian Kualitas Artikel .....	28
3.5 Analisis Data .....	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1 Hasil dan Pembahasan.....	30
4.1.1 Karakteristik Artikel.....	30
4.1.2 Karakteristik Sampel.....	32
4.1.3. Distribusi Pendapatan Keluarga Anak Remaja .....	33
4.1.5. Distribusi Kejadian Obesitas Pada Anak Remaja .....	35
4.1.6. Gambaran Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja .....	36
4.1.7. Gambaran Pola Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja .....	36
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....	37
5.1 Kesimpulan.....	37
5.2 Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	38

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan Antara Ketiga Bentuk Review .....	6
Tabel 2. Hasil-hasil Literature Riview Dengan Topik Pendapatan Ekonomi Keluarga dengan Pola Hidup Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja.....	9
Tabel 3. Kalsifikasi IMT untuk wilayah Asia Pasifik : .....	19
Tabel 4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Pencarian Literatur .....	25
Tabel 5. Hasil Penilaian Kualitas Artikel.....	28
Tabel 6. Master Table .....	29
Tabel 7. Distribus Karakteristik Artikel.....	30
Tabel 8. Karakteristik Sampel .....	32

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tabel Prisma Cheklist .....	<u>27</u>
---------------------------------------	-----------

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 BUKTI HASIL PENCARIAN LITERATURE .....	40
Lampiran 2 HASIL 9 ARTIKEL TERPILIH.....	42
Lampiran 3 SURAT PERNYATAAN.....	45
Lampiran 4 EC.....	46
Lampiran 5 DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	47
Lampiran 6 BUKTI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH.....	48

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Obesitas banyak dialami remaja dimasa sekarang. Proses awal terjadinya obesitas pada remaja dikarenakan pemasukan dan pengeluaran energi yang tidak proporsional (Kementrian Kesehatan RI, 2017). Dapat dikatakan obesitas (*obesity*) ialah suatu keadaan dimana terjadi penimbunan lemak tubuh secara berlebihan sehingga berat badan tubuh seseorang jauh di atas normal, hal ini akibat ketidak seimbangan asupan (intake) dan pemakaian (expenditure) energi. Obesitas merupakan penyakit kronis yang bersifat multifaktorial dan dapat didefinisikan sebagai kenaikan akumulasi lemak tubuh. WHO telah menyatakan obesitas telah menjadi epidemic global, sehingga merupakan suatu masalah kesehatan yang harus ditangani segera (Hamalding et al., 2019).

Kejadian obesitas di Indonesia mulai menjadi masalah gizi di masyarakat walaupun gizi kurang atau kurus masih tinggi (Octari et al., 2014). Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (2015), di Indonesia 13,5% remaja usia 18 tahun keatas sampai dewasa mengalami kegemukan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas ( $IMT \geq 25$ ) serta berdasarkan parameter Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) dibidang kebugaran dan gizi 2015-2019 sebesar 15,4% menderita obesitas ( $IMT \geq 27$ ). Sedangkan dengan masa kanak-kanak usia 2-12 tahun, sebanyak 18,8% yang menderita kegemukan dan 10,8% yang menderita obesitas. Data statistic tertentu obesitas mengindikasikan tidak teratasi, menurut RISKESDAS 2016, prevalensi obesitas  $IMT \geq 27$  bertambah sampai 20,7% sedangkan kegemukan dengan  $IMT \geq 25$  menjadi 33,5%.

Banyak faktor yang berperan dalam terjadinya obesitas yang sebagian besar merupakan interaksi antara factor genetik dengan faktor lingkungan, antara lain pola hidup, pendapatan keluarga dan nutrisi. Perubahan pengetahuan menyebabkan terjadinya perubahan pola hidup, sikap perilaku, pola makan serta pemilihan jenis dan jumlah makanan yang

dikonsumsi. Selain itu perubahan pola hidup juga menurunkan frekuensi dan intensitas aktifitas yang dilakukan. Terjadi penurunan aktifitas fisik ini dapat dilihat penurunan intensitas olahraga dan permainan yang menggunakan fisik pada anak digantikan dengan jenis permainan elektronik seperti video game (Octari et al., 2014).

Sosial ekonomi keluarga merupakan keadaan keluarga dilihat dari pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, status pekerjaan orang tua dan jumlah anggota keluarga. Kelas sosial dan status sosial ekonomi mempengaruhi prevalensi terjadinya *overweight*. Sejalan dengan pendapatan keluarga yang tinggi kecenderungan pola makan pun berubah yaitu terjadi peningkatan dalam asupan lemak dan protein hewani serta gula diikuti dengan penurunan lemak dan protein nabati dan karbohidrat. Pendapatan keluarga juga berhubungan dengan frekuensi makan diluar rumah yang biasanya tinggi lemak (Parengkuan et al., 2013).

Terjadinya obesitas juga di akibat dari pola hidup dan kebiasaan yang tidak baik juga tidak teratur. Pola hidup yang tidak baik contohnya kurangnya aktifitas fisik, dimana tubuh haruslah melakukan aktifitas fisik karena dari kebutuhan tubuh disebabkan kebiasaan yang kian meningkat pada aktivitas didalam rumah maupun diluar rumah, seperti menonton televisi dan bermain games online. Aktifitas yang minum gerak jika berlangsung lama akan berdampak buruk bagi kesehatannya, karja kejadian tersebut akan beresiko terjadinya *overweight* atau kelebihan berat badan. Pada dasarnya seseorang yang mengalami kegemukan atau obesitas kakinya akan tidak bisa menahan beban berat tubuh (Indriasari & Kurniati, 2017).

Pada awalnya kegemukan hanya terjadi pada kalangan dengan tingkat pendapatan keluarga tinggi, namun seiring dengan perkembangan zaman tersebut adanya perubahan. Selain itu permasalahan ini terjadi secara global terhadap seluruh tingkat sosial ekonomi Negara di dunia. Kejadian kegemukan berkaitan dengan tingkat pendapatan keluarganya yang berdampak pada pola konsumsi dan aktifitas fisik pola hidup dalam keseharian. Selain kebiasaan makan pada anak, status pendapatan

keluarga merupakan faktor yang diyakini berkontribusi pada kejadian obesitas. Pendapatan keluarga dapat mempengaruhi pemilihan makanan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan dapat mengubah pola hidup (Bhaswara & Saraswati, 2018).

Pendapatan keluarga menurut peneliti merupakan faktor resiko terjadinya obesitas juga berpengaruhnya kedalam pola hidup namun seberapa besar hubungan antara pendapatan keluarga dengan kaitannya pola hidup terhadap kejadian obesitas pada remaja belum diketahui secara pasti. Berdasarkan fenomena yang terjadi pada masa pandemi sekarang ini maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian literature review mengenai “Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Kejadian Obesitas Pada Remaja”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran dari pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja berdasarkan literatur review.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi pendapatan keluarga anak remaja
- b. Mengidentifikasi pola hidup anak remaja
- c. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada remaja
- d. Mendeskripsikan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas
- e. Mendeskripsikan pola hidup remaja dengan kejadian obesitas

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Bagi Penulis**

Sebagai sarana pembelajaran untuk menambah wawasan dan mengembangkan pengetahuan penulis dalam menyusun usulan penelitian dengan metode literature review.

### **1.4.2 Bagi Institusi**

penelitian ini dijadikan sebagai bahan pengembangan pengetahuan tentang analisis factor terjadinya obesitas pada remaja berdasarkan pendapatan keluarga serta pola hidup sehingga dapat memberikan upaya pencegahan dalam menurunkan prevalensi obesitas pada remaja

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Literatur Riview**

##### **2.1.1. Definisi**

Kajian pustaka adalah kegiatan peninjauan kembali (*review*) pustaka tentang masalah atau topik yang terkait. Kajian pustaka tidak selalau harus tepat berkaitan dengan masalah yang dihadapi, tetapi yang seiring dan berkaitan dengan topik penelitian yang sedang kita lakukan.

Kajian pustaka adalah kegiatan peninjauan kembali (*review*) pustaka tentang masalah atau topik yang terkait. Kajian pustaka tidak selalu harus tepat berkaitan dengan masalah yang dihadapi tetapi yang seiring dan berkaitan dengan topik penelitian yang sedang dilakukan.

*Literature review* adalah hasil analisis berupa kritik yang dilakukan terhadap satu atau lebih artikel mengenai topik khusus yang berkaitan dengan bidang keilmuan tertentu atau analisis yang terintegrasi (bukan hanya ringkasan) tulisan ilmiah yang terkait langsung dengan pertanyaan penelitian serta menunjukkan keterkaitan antara isi artikel-artikel yang dikaji dengan rumusan masalah (Alahi & Mukhopadhyay, 2019) (APU Writing Center, 2015).

##### **2.1.2 Jenis – Jenis Riview**

Menurut Kiteley and Stogdon, 2010, jenis-jenis review yang dapat dilakukan oleh seorang peneliti adalah sebagai berikut :

1. Literature review
2. Systematic Review (SR)
3. Scoping Review
4. Traditional Review/Narrative Review
5. Systematic Mapping Review
6. Meta Analysis (MA)

**Tabel 1. Perbedaan Antara Ketiga Bentuk Review**

<b>Perbedaan</b>	<b>Literature Review</b>	<b>Systematic Review</b>	<b>Meta Analysis</b>
Penulis	Individu/Tim	Tim	Tim
Rumusan Masalah	Tidak terlalu spesifik	Spesifik dan fokus pada satu pertanyaan	spesifik dan fokus pada satu pertanyaan
Pengumpulan pustaka (sumber)	Tidak terlalu sistematis Database pencari pustaka minimal 3	Sistematis Mesin pencari pustaka yang kredibel	Sistematis Mesin pencari pustaka yang kredibel
Strategi Pencarian	Tidak perlu protocol Minimal 3 database	Ada protokol review Minimal 5 database	Ada protokol review Minimal 5 database yang kredible dan besar
Seleksi	Kriteria inklusi, tidak spesifik, potensi bias tinggi	Kriteria inklusi, eksklusi, Tabel Prisma, PICOS	Kriteria inklusi, eksklusi, Tabel PRISMA, PICOS
Proses evaluasi Artikel : kualitas metode, hasil, dan luaran	Tidak terlalu kritis dan tidak terlalu ketat	Kritis dan ketat	Sangat kritis, sangat ketat dan komprehensif
Sintesis	Cenderung kualitatif	Kualitatif dan kuantitatif	Kuantitatif dan dilakukan uji statistic
Hasil akhir (simpulan)	Bersifat kualitatif, pertimbangan peneliti	Bersifat kualitatif dan kuantitatif	Bersifat kuantitatif

Sumber : University of West Florida (2020) Systematic Review Resources  
Systematic Reviews vs Other Types of Reviews.

### **2.1.3 Prinsip dalam Menentukan Tinjauan Pustaka Sistematis**

- a. Peneliti hanya bisa meneliti topik dalam bidangnya atau ilmu yang sedang dialami.
- b. Membaca dengan teliti semua pustaka yang digunakan dan menghindari replikasi penelitian orang lain tanpa alasan meyakinkan.
- c. Wajib menyumbangkan pengetahuan dalam bidangnya sehingga berbeda dengan penelitian sebelumnya.

- d. Menyebutkan sumber pustaka yang dirujuk guna memberi penghargaan pada penulis dan menghindari Plagiator.
- e. Prinsip pemutakhiran (kecuali untuk penelitian historis), ini sangat penting karena ilmu berkembang dengan cepat, dengan penelitian ini dapat berargumentasi berdasarkan teori-teori yang pada waktu itu dipandang paling representatif.
- f. Prinsip relevansi, diperlukan untuk menghasilkan kajian pustaka yang erat kaitannya dengan masalah yang akan diteliti.

#### **2.1.4 Tahap Penulisan**

##### **a. Tahap Review**

Membaca abstrak dari setiap penelitian terlebih dahulu untuk memberikan penilaian atau menyamakan apakah permasalahan yang dibahas sesuai dengan yang hendak dipecahkan dalam penelitian.

##### **b. Tahap Writing**

Mencatat point penting dan relevan dengan permasalahan penelitian, sumber-sumber informasi dan mencantumkan daftar pustaka.

##### **c. Tahap Sintesis**

Sintesis adalah tulisan utuh dan baru mengenai rangkuman dari berbagai sumber rujukan mengenai pengertian atau pendapat. Komponen ini merupakan tahap akhir yang harus dilakukan penulis dan dapat menjadi penentu kelengkapan dalam karya tulis ilmiah.

Adapun tahapan sintesis tersebut dilakukan seperti berikut :

1. Comparing (Mencari kesamaan)
2. Contrast (Mencari ketidaksamaan)
3. Criticize (Memberikan pandangan)
4. Summarize (Meringkas)

### 2.1.5 Tahap – tahap Studi Literatur

1. Formulasi Permasalahan : Pilihlah topik yang sesuai dengan isu dan interest dan permasalahan harus ditulis secara lengkap,
2. Pencarian Literatur : Temukan literatur yang relevan dengan penelitian.
3. Evaluasi data : cari dan temukan data yang tepat sesuai dengan yang dibutuhkan untuk mendukung penelitian,
4. Analisa dan Interpretasi : diskusikan, temukan, serta ringkas literature.

### 2.1.6 Cara Melakukan Studi Literatur

1. Mencari kesamaan (*Compare*)  
Membandingkan dua buah artikel atau lebih untuk mendapatkan kesamaannya.
2. Mencari Ketidaksamaan (*Contrast*)  
Membandingkan artikel hanya dicari perbedaannya
3. Memberikan Pandangan (*Criticize*)  
Memberikan pandangan atau komentar untuk artikel artikel yang kita review, disini kita memberi argumen kritis terhadap artikel tersebut misalnya untuk metode yang digunakan hasil atau temuannya.
4. Menggabungkan (*Synthesize*)  
Menggabungkan dua hal atau lebih, yang didapatkan dari artikel artikel yang berbeda untuk membentuk suatu kalimat atau paragraf baru biasanya yang digabungkan adalah temuan atau hasil penelitian yang saling mendukung untuk membangun argumen kita sendiri.
5. Meringkas (*Summarize*)  
Meringkas point point penting dari artikel yang kita review tentu point point yang diringkas adalah yang relevan sesuai dengan topik kita (Sinaga et al., 2020).

## 2.2 Hasil Literature Riview

**Tabel 2. Hasil-hasil Literature Riview dengan Topik Pendapatan Ekonomi Keluarga dengan Pola Hidup Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja.**

NO	JUDUL	PENULIS	DESIGN PENELITIAN ANALISIS DATA	DATA-BASE	TAHUN	TUJUAN	HASIL
1.	Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Di SMP Kristen Eben Haezar 1 Manado	Alfinto Candra, Tavip Dwi Wahyuni, Ani Sutrianingsih	<b>DESIGN :</b> <i>Cross Sectional</i>  <b>SAMPEL :</b> Siswa kelas X dan XI SMA Laboratorium Malang tahun 2015/2016 dengan jumlah 590 siswa dengan 236 responden (40% dari jumlah populasi). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah <i>simple random sampling</i> yang berarti pengambilan sampel dengan cara acak.	Google Sholer	2016	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Laboratorium Malang.	Ada hubungan yang signifikan antara Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Laboratorium Malang.
2.	Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga dengan Kegemukan pada Remaja SMA di Denpasar	Agung Gede Ari Nanda Bhaswara, Made Saraswati	<b>DESIGN :</b> <i>Cross Sectional</i>  <b>SAMPEL :</b> Mahasiswa SMA di Denpasar sebanyak 233 dengan mengisi kuesioner mengenai status ekonomi social dan kuesioner perancu dan IMT	Google Sholer	2018	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara status sosial ekonomi keluarga dengan kegemukan pada remaja SMA di Denpasar.	Hasil analisis bivariat diperoleh hubungan yang signifikan ( $p=0,025$ ; $OR=2,00$ ; $IK\ 95\% =1,084-3,695$ ). Selain itu kebiasaan sarapan dan IMT memiliki hubungan yang signifikan ( $p=0,000$ ; $OR=3,097$ ; $IK\ 95\% = 1,674-5,732$ ).
3.	Hubungan Gaya Hidup Terhadap Overweight Obesitas Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 11	Hermawati Hamalding, Risna, Rahma Sri Susanti	<b>DESIGN :</b> <i>Cross Sectional</i>  <b>SAMPEL :</b> Populasi dalam penelitian ini	SINTA (Portal Garuda)	2019	Bertujuan untuk mengetahui Hubungan Gaya Hidup Terhadap Overweight dan Obesitas pada	Hasil analisis multivariat menyatakan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara simultan adalah 23,6%

	makasar		berjumlah 216 dengan sampel sebanyak 76 siswi umur 14-17 tahun.			Remaja Putri di SMA Negeri 11 Makassar.	
4.	Hubungan Antara Aktifitas Fisik dan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa di SMP Kristen Eban Haezar 1 Manado	Feby Musralianti, A. J. M Rattu, Wulan P. J Kaunang	<p><b>DESIGN :</b> <i>Case control</i></p> <p><b>SAMPEL :</b> Seluruh siswa yang mempunyai berat badan lebih di SMP Eben Haezar 1 Manado. Jumlah sampel sama dengan jumlah populasi yaitu 82 yang terdiri dari 41 responden yang termasuk dalam kelompok kasus dan 41 responden yang termasuk dalam kelompok control.</p>	SINTA (Portal Garuda)	2016	<p>Tujuan penelitian diantaranya</p> <p>1.Untuk menganalisis kebiasaan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas Pelajar di SMP 1 Eben Haezar Manado.</p> <p>2.Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian obesitas Pelajar di SMP 1 Eben Haezar Manado.</p>	Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada pelajar SMP Kristen Eben Haezar 1 Manado dengan nilai aktivitas fisik ( $p < 0,05$ ; $OR = 0,016$ ), $OR < 1$ , variabel independent sebagai faktor protektif pada kejadian obesitas dan secara statistik tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas.
5.	LITERATURE REVIEW : Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja	Ni'matul Jihan, Dwi Prasetyaningati, Anita Rahmawati	<p><b>DESIGN :</b> <i>Cross-sectional</i></p> <p><b>METODE :</b> Tinjauan pustaka elektronik menggunakan 4 database (e-Resources perpunas, google scholar, Science Direct dan PubMed)</p>	Google Sholer	2020	Mengidentifikasi hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja berdasarkan <i>study empiris</i> lima tahun terakhir	Menggunakan kata kunci "physical activity", "obesity", "adolescence" dan menemukan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditentukan. Dalam study ini pemberian Tindakan aktivitas fisik (n=1) dan pengisian kuesioner (n=9). Faktor yang berkontribusi dalam studi aktivitas fisik sebagian besar cross-sectional.

## **2.3 Pendapatan Keluarga**

### **2.3.1 Definisi**

Pendapatan adalah hasil gaji, upah, imbalan yang diterima seseorang atas kegiatan yang dilakukannya. Pendapatan akan mempengaruhi pola kegiatan dan pola pikir termasuk kesempatan untuk memanfaatkan potensi dan fasilitas yang tersedia guna memenuhi kebutuhan hidupnya (Assari et al., 2020).

Pendapatan juga merupakan salah satu komponen penting dalam perekonomian. Pendapatan ini dapat menunjukkan tingkat kesejahteraan suatu rumah tangga. Konsumsi akan barang juga sewaktu-waktu dapat berubah sesuai dengan pendapatan yang diterima. Secara umum, pendapatan dapat diartikan sebagai sejumlah uang yang diterima sebagai balas jasa atas apa yang telah dikerjakan. Pendapatan setiap rumah tanggapun berbeda-beda tergantung jenis atau variasi pekerjaan. Variasi itu tidak hanya disebabkan oleh faktor potensi daerah, tetapi juga karakteristik rumah tangga (Parengkuan et al., 2013).

M.K Benet mengemukakan bahwa tingkat pendapatan akan mengakibatkan individu cenderung meningkatkan kualitas konsumsi pangannya dengan harga yang lebih mahal per unit zat gizinya. Pada tingkat pendapatan perkapita yang lebih rendah, permintaan terhadap pangan diutamakan pada pangan yang padat energi yang berasal dari hidrat arang, terutama padi-padian. Apabila pendapatan meningkat pada konsumsi pangan akan beragam, serta pada umumnya terjadi peningkatan konsumsi pangan yang lebih bernilai gizi tinggi, serta meningkatkan pula konsumsi pangan di luar rumah.

Semakin tinggi pendapatan, semakin bertambah pula persentasi pertambahan pembelanjannya termasuk sayur-sayuran, dan jenis-jenis makanan lainnya. Dengan demikian, pendapatan merupakan faktor determinan untuk menentukan kuantitas dan kualitas makanan. Maka dari itu jelas ada hubungan antara pendapatan dengan gizi yang didorong oleh pengaruh yang

menguntungkan dari pendapatan yang meningkat bagi perbaikan kesehatan dan masalah keluarga lainnya yang berkaitan dengan keadaan gizi dan hampir berlaku umum terhadap semua tingkat pendapatan orang-orang miskin dan lemahnya daya beli mereka telah memungkinkannya untuk mengatasi kebiasaan makanan dan cara-cara tertentu yang menghalangi perbaikan gizi yang efektif, terutama untuk anak-anak mereka. (Soerdjibroto, 2004).

#### **a. Golongan Pendapatan Keluarga**

Jumlah tanggungan dalam rumah tangga ditunjukkan dengan besarnya jumlah anggota rumah tangga yang tidak bekerja sehingga berpengaruh negatif dengan pendapatan tiap anggota keluarga.

Berdasarkan pengelompokan pendapatan menurut Badan Pusat Statistik membedakan menjadi 4 golongan yaitu ;

1. Golongan pendapatan sangat tinggi pendapatan rata-rata 9 lebih dari Rp. 3.500.000,00 per bulan.
2. Golongan pendapatan tinggi jika pendapatan rata-rata antara Rp.2.500.000,00 – Rp. 3.500.000,00.
3. Golongan pendapatan sedang jika pendapatan rata –rata antara Rp. 1500.000 – Rp. 2.500.000,00 per bulan. G
4. olongan pendapatan rendah kurang dari Rp. 1.500.000,00 (Han & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, 2019).

#### **b. Tanggungan Keluarga**

Ukuran jumlah tanggungan keluarga menurut BKKBN ;

1. Rumah tangga kecil : Kurang dari sama dengan 4 orang,
2. Kumah tangga sedang : 5 - 6 orang,
3. Rumah tangga besar lebih dari sama dengan 7 orang (Han & goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee, 2019).

### **c. Pengelompokan Pendapatan Keluarga**

Pendapatan rumah tangga merupakan jumlah keseluruhan dari pendapatan formal, pendapatan informal dan pendapatan subsistem adalah sebagai berikut :

1. Pendapatan Formal adalah pendapatan yang diperoleh dari hasil pekerjaan pokok.
2. Pendapatan Informal adalah yang diperoleh dari pekerjaan diluar pekerjaan pokok.
3. Pendapatan Subsistem adalah pendapatan yang diperoleh dari sektor produksi yang dinilai dengan uang, jadi yang dimaksud dengan pendapatan keluarga adalah seluruh penghasilan yang diperoleh dari semua anggota keluarga yang bekerja (Suhardjo,20014).

Tingkat pendapatan orang tua berkaitan dengan kemampuan orang tua untuk mencukupi kebutuhan, pemilihan jenis dan jumlah makanan, serta berpengaruh terhadap gaya hidup keluarga yang juga akan berdampak pada anak. Aritonang berpendapat bahwa pendapatan yang tinggi tidak selalu menjamin beragam dan bermutunya bahan pangan yang dikonsumsi tetapi dapat juga mengarah pada pemilihan bahan makanan yang lebih enak, siap santap, cepat, dan lebih banyak mengandung lemak, minyak, dan bahan lainnya yang dapat menyebabkan obesitas (Octari et al., 2014).

## **2.4 Pola Hidup**

### **2.4.1 Definisi**

Pola hidup ialah gaya hidup yang memperhatikan segala aspek kondisi kesehatan. Kesehatan merupakan hal penting yang akan mendukung segala aktifitas berjalan dengan lancar. Menjaga pola hidup sehat bisa membuat seseorang terhindar dari segala macam penyakit, itulah mengapa seseorang harus menjaga pola hidup sehat. Adapun gaya hidup yang diperhatikan, mu-

lai dari makanan, minuman, nutrisi hingga rutinitas bergerak atau berolahraga (Khowanto et al., 2007).

Pola hidup sehat adalah suatu konsep hidup yang mengedepankan upaya-upaya dan kegiatan-kegiatan hidup yang sehat. Dengan penerapan konsep hidup sehat ini, maka kita dapat terhindar dari berbagai penyakit yang mungkin dapat menyerang tubuh kita. Setidaknya dalam hal ini kita secara terus menerus mencoba untuk mensosialisasikan pengertian budaya hidup sehat kepada masyarakat. Hal ini sangat penting sebab salah satu dasar kebahagiaan hidup kita adalah kesehatan tubuh (Hamalding et al., 2019).

Pengertian hidup sehat dapat didefinisikan sebagai hidup tanpa gangguan masalah yang bersifat fisik maupun non fisik. Gangguan fisik berupa penyakit-penyakit yang menyerang tubuh dan fisik seseorang. Sementara non fisik menyangkut kesehatan kondisi jiwa, hati dan pikiran seseorang. Artinya, kesehatan meliputi unsur jasmani dan rohani (Khowanto et al., 2007).

#### **2.4.2 Menjaga Pola Hidup**

Beberapa manfaat hidup sehat yang bisa kita dapatkan dengan kita melakukan cara sebagai berikut :

##### **1. Menjalankan Pola Hidup Sehat.**

Yang dimaksud dengan pengertian pola hidup sehat adalah segala aktifitas kehidupan kita dalam melaksanakan kehidupan sehat baik dari segi pola makan yang baik dan juga pola keseharian kita yang mencerminkan kehidupan sehat. Baik itu dalam aktifitas olahraga yang bermanfaat untuk menjaga kesehatan dan juga menghindarkan dari hal-hal yang bisa mendatangkan penyakit bagi tubuh kita.

##### **2. Mengonsumsi Makanan dan Buah Yang Sehat serta Bergizi.**

Konsumsi makanan yang sehat bisa kita lakukan dengan memperbanyak sayuran hijau, buah-buahan dan menghindari berbagai macam jenis makanan cepat saji. Untuk bisa hidup sehat terutama dalam hal pola makan

maka kita harus benar-benar selektif dalam memilih beraneka ragam jenis makanan. Menghindari makanan yang berkolesterol tinggi juga baik untuk kesehatan kita terutama kepada kesehatan jantung kita. Untuk itulah diperlukan cara dan tips pola makan sehat juga.

### 3. Mempunyai Waktu Istirahat Yang Cukup.

Ada beberapa jenis penyakit yang disebabkan dan di picu oleh karena kurang tidur. Untuk itulah agar tubuh kita terjaga kebugarab dan tetap dalam kondisi fit maka jangan lupakan untuk istirahat tidur yang cukup. Dalam keadaan tidur yang baik, maka ini akan mengistirahatkan segala aktifitas tubuh kita baik secara fisik maupun mental. Waktu dan lamanya istirahat dalam waktu satu hari, dengan rincian sebagai berikut:

- Diantaranya jam kerja atau belajar (pagi hari kurang lebih 10-16 menit)
- Siang hari waktu istirahat 15-20 menit, sebelum makan siang dan sesudah makan 30-60 menit
- Sore hari sebelum dan sesudah makan masing-masing 60 menit
- Malam hari sebelum tidur 60 menit

### 4. Menghindari Kebiasaan Yang Merusak Kesehatan.

Ada beberapa kebiasaan yang berbahaya dan merugikan kesehatan tubuh kita. Salah satunya adalah merokok dan juga meminum minuman alkohol serta kebiasaan yang berkaitan dengan NAPZA (narkotika, psiko-tropika, zat adiktif). Ini yang harus kita perhatikan benar-benar bila kita menginginkan kesehatan senantiasa mendampingi aktifitas kegiatan sehari-hari kita dengan baik.

### 5. Olahraga Secara Teratur.

Berolah raga secara teratur sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh badan kita. Dengan berolahraga maka akan dapat memacu jantung, pernafasan dan peredaran darah menjadi lebih baik lagi. Membiasakan diri untuk

berolah raga setiap hari dengan kegiatan yang ringan yang bisa kita lakukan contohnya seperti berjalan kaki, senam, fitness, jogging, bersepeda, atau melakukan olah raga penuh seperti main badminton, sepak bola, lari maraton, tenis, bola basket, dan lain sebagainya adalah merupakan bagian dari cara untuk menjaga kesehatan serta kebugaran tubuh kita.

#### 6. Minum Air Putih Yang Cukup.

Kita cukup mengenal akan banyak manfaat minum air putih bagi kesehatan. Kesehatan telah menganjurkan untuk kita mengkonsumsi air putih dalam sehari adalah tidak kurang dari 8 gelas. Air putih ini sangat baik untuk membersihkan serta memperbaiki dan menjaga kesehatan pencernaan kita. Serta kandungan nutrisi, oksigen dalam air baik untuk kelancaran peredaran darah kita .

#### 7. Memelihara kebersihan diri

Kebersihan badan dijaga dengan cara mandi, gosok gigi, keramas, cuci tangan, memotong kuku. Kebersihan pakaian dijaga dengan dicuci dan disetrika. Pakaian yang kotor seharusnya dicuci sampai bersih, kemudiandi-jemur di tempat yang tidak banyak debu, dan setelah kering seharusnya di-setrika untuk mematikan segala bibit penyakit (Kemenkes RI, 2016).

### **2.4.3 Dampak Positif Menerapkan Pola Hidup Sehat**

Berbicara pola hidup sehat, tidak hanya memfokuskan pada makanan sehat, namun terkait dengan kebiasaan sehat menjalani kehidupan dan tidak kalah penting yaitu kepemilikan pola pikir yang positif. Manusia memandang kehidupan dengan optimis, diyakini mempengaruhi kondisi kejiwaan pada akhirnya membebaskan dari beban pikiran yang dialaminya sehingga mampu menghindarkan dari penyakit yang biasanya disebabkan oleh munculnya stress, beban pikiran, dan kecemasan di dalam kehidupan (Octari et al., 2014).

a. Secara umum manfaat pola hidup sehat ialah :

1. Mengurangi resiko jantung, stroke dan penyakit diabetes
2. Meningkatkan stabilitas sendi
3. Meningkatkan dan meningkatkan jangkauan pergerakan
4. Bantuan mempertahankan fleksibilitas
5. Menjaga massa tulang
6. Mencegah osteoporosis dan patah tulang
7. Meningkatkan mood dan mengurangi gejala kecemasan dan depresi
8. Meningkatkan harga diri
9. Meningkatkan memori pada orang lanjut usia
10. Mengurangi stress.

b. Manfaat pola hidup sehat dalam kehidupan sehari hari diantaranya

1. Dapat tidur lebih nyenyak
2. Dapat bekerja lebih maksimal
3. Dapat belajar dengan baik
4. Dapat berpikir sehat dan positif
5. Merasakan damai,nyaman dan tenang
6. Memiliki penampilan yang sehat
7. Mendapatkan kehidupan dan interaksi social yang baik
8. Lebih percaya diri
9. Menghemat biaya kesehatan
10. Terhindar dari penyakit.

#### **2.4.4 Dampak Negatif Tidak Menjaga Pola Hidup Sehat**

1. Tidak dapat tidur nyenyak
2. Tidak dapat bekerja secara maksimum
3. Tidak dapat belajar dengan baik
4. Menjadi mudah stress
5. Merasa tidak nyaman
6. Tidak percaya diri

7. Kurang konsentrasi
8. Mudah terkena penyakit

## **2.5 Obesitas**

### **2.5.1 Definisi**

Obesitas merupakan penumpukan lemak abnormal atau berlebihan pada tubuh yang mengakibatkan ketidak seimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu yang lama. Adanya beberapa mekanisme yang berperan penting dalam tubuh individu untuk menjaga keseimbangan antara asupan energi dengan jumlah keseluruhan energi yang digunakan dan untuk menjaga berat badan yang dikategorikan stabil (Kementrian Kesehatan RI, 2017).

Obesitas banyak sekali ditemukan pada orang dewasa, anak-anak juga pada remaja. Indeks massa tubuh (IMT) adalah indeks sederhana dari berat badan terhadap tinggi badan yang digunakan untuk mengklarifikasikan kelebihan berat badan dan obesitas pada orang dewasa. Di Indonesia, 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas ( $IMT \geq 25$ ) dan berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas ( $IMT \geq 27$ ). Untuk menentukan obesitas diperlukan kriteria yang berdasarkan pengukuran antropometri dan atau pemeriksaan laboratoris. Pada umumnya pengukuran berat badan yang dibandingkan tinggi badan seseorang menjadi ukuran dengan standar berat badan ideal, atau dengan pengukuran lemak subkutan dengan skinfold thickness atau lipatan kulit (Alfianto et al., 2016).

### **2.5.2 Penentuan Obesitas**

Penentuan penilaian status gizi dapat dilakukan dengan cara melakukan metode antropometrik. Dimana pada metode ini berate parametric tubuh manusia. Cara ini dilakukan menggunakan parametric pada berat badan, tinggi badan, serta lapisan lemak. Antropometrik dilakukan dengan

berbagai macam cara berdasarkan usia dan kebutuhan gizi individu seseorang. Pengukuran ini dilakukan guna mengetahui keseimbangan tubuh secara fisik seperti berat badan dan tinggi badan. Beberapa indikator antropometrik yang kerap dipakai adalah pengukuran berat badan berdasarkan usia (BB/U), tinggi badan (TB/U) dan berat badan berdasarkan tinggi badan (BB/TB) dan dihitung menggunakan *Indeks Massa Tubuh (IMT)* (Assari et al., 2020).

**Tabel 3. Kalsifikasi IMT untuk wilayah Asia Pasifik :**

<b>Klasifikasi</b>	<b>BMI (Kg/m<sup>2</sup>)</b>
Abnormal	<18,5
Ideal	18,5-24,9
Berat badan berlebih	>25
Pra-obesitas	25-29,9
Obesitas stadium 1	30-34,9
Obesitas stadium 2	35-39
Obesitas stadium 3	>40

Sumber : (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

WHO menyarankan menggunakan cara Standar Deviasi Unit (SD) yang biasa dikatakan juga Z-Skor. Metode ini untuk menyederhanakan atau mengoptimalkan pertumbuhan. Waterlaw juga mendukung untuk menggunakan SD guna mengumumkan hasil dari pertumbuhan atau Peman-tauan Pertumbuhan. Rumus kalkulasi :

$$Z\text{-Skor} = \frac{\text{nilai skor individu objek nilai medium rujukan}}{\text{nilai tolak ukur}}$$

Klasifikasi serta tingkat batasan nutrisi sesuai IMT/U :

*Indeks Massa Tubuh* berdasarkan usia (IMT/U) Anak usia 5-19 Tahun:

Kelebihan berat badan : >1 SD hingga 2 SD (sama dengan BMI 25Kg/m<sup>2</sup> dalam umur 19 tahun).

Obesitas : >+2 SD (sama dengan BMI 30Kg/m<sup>2</sup> dalam umur 19 tahun) (WHO, 2017).

### 2.5.3 Faktor Penyebab Obesitas

#### a. Genetik

Faktor genetik atau keturunan terdapat pada kedua orang tua, factor ini yang sulit untuk dihindahi diama factor ini yang berperan penting. Apabila kedua orang tua menderita obesitas maka 80% anaka akan mengalami obesitas seperti kedua orang tua, akan tetapi apabila salah satu orang tua mengalami obesitas maka angka terjadinya obesitas pada anak hanya 40% terjadi serta jika keduanya tidak mengakami obesitas atau kegemukan mka 14% anak terjadinya obesitas atau kegemukan.

#### b. Konsumsi makan

Konsumsi makanan merupakan asupan yang dimakan setiap harinya. Secra ilmiah makanan memilii funhsi memenuhi kebutuhan energy, nutrisi serta komponen kimia yang diperlukan oleh tubuh seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, serta mineral. metabolisme nutrisi yang membutuhkan proses didalam tubuh berfungsi untuk memperoleh tenaga, mengembangkan sel, serta mengatur proporsi elektrosit dan struktur kekebalan tubuh.

#### c. Social ekonomi (Pendapatan Keluarga)

Keadaan ekonomi yang berkecukupan memiliki pengaruh pada konsumsi pangan, yaitu meliputi, pendapatan keluarga dan harga makanan. Tingginya keuangan keluarga dapat memperluan kemungkinan pembelian makanan dengan mutu dan jumlah yang lebih baik, dan sebaliknya, rendahnya keuangan keluarga dapat mengakibatkan penurunan kapasitas pembelian makanan baik secara mutu dan jumlahnya.

#### d. Pola Hidup

Pola hidup ialah gaya hidup yang memperhatikan segala aspek kondisi kesehtan. Kesehatan merupakan hal penting yang akan mendukung segala aktifitas berjalan dengan lancar. Menjaga pola hidup

sehat bisa membuat seseorang terhindar dari segala macam penyakit, itulah mengapa seseorang harus menjaga pola hidup sehat. Adapun gaya hidup yang diperhatikan, mulai dari makanan, minuman, nutrisi hingga rutinitas bergerak atau berolahraga (Dompas & Manado, 2018).

## **2.6. Remaja**

### **2.6.1. Definisi**

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan social (Alfianto et al., 2016).

Fase remaja tersebut mencerminkan cara berfikir remaja masih dalam koridor berpikir konkret, kondisi ini disebabkan pada masa ini terjadi suatu proses pendewasaan pada diri remaja. Masa tersebut berlangsung dari usia 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian sebagai berikut:

- a. Masa remaja awal (Early adolescent) umur 12-15 tahun.
- b. Masa remaja pertengahan (middle adolescent) umur 15-18 tahun
- c. Remaja terakhir umur (late adolescent 18-21 tahun.

### **2.6.2 Tahap Perkembangan dan Batasan Remaja**

Berdasarkan proses penyesuaian menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja yaitu:

- a. Remaja awal (Early adolescent) umur 12-15 tahun

Seorang remaja untuk tahap ini akan terjadi perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan yang akan menyertai perubahan-perubahan itu, mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru sehingga, cepat ter-

tarik pada lawan jenis, mudah terangsang secara erotis, dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis ia sudah akan berfantasi erotik.

b. Remaja madya (middle adolescent) berumur 15-18 tahun Tahap ini remaja membutuhkan kawan-kawan, remaja senang jika banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan mencintai pada diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya, selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimistis, idealitas atau materialis, dan sebagainya.

c. Remaja akhir (late adolescent) berumur 18-21 tahun Tahap ini merupakan dimana masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal yaitu:

- 1) Minat makin yang akan mantap terhadap fungsi intelek.
- 2) Egonya akan mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak berubah lagi.
- 4) Egosentrisme (terlalu mencari perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan dan kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (privateself) 6) masyarakat umum.

## **BAB 3**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Staretegi Pencarian Literatur**

Strategi pencarian literature terkait dengan judul penelitian ini yaitu gambaran pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja.

##### **3.1.1 Protokol Pencarian Literatur**

Rangkuman menyeluruh dari *literature review* adalah tentang gambaran pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja. Protokol pencarian *literature review* menggunakan tabel PRISMA checklist untuk menseleksi studi yang telah ditentukan dan disesuaikan dengan tujuan *literature review*. Checklist diawali dengan melakukan identifikasi dan skrining berdasarkan duplikasi, judul dan membaca abstrak. Waktu pencarian literature dilakukan November 2020.

##### **3.1.2 Database Pencarian**

Database pencarian literatur yang digunakan adalah PubMed, Portal Garuda dan Google Scholar. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian terdahulu. Sumber data diperoleh dari jurnal nasional maupun internasional yang yang dipublikasi dari 2015 hingga 2020.

##### **3.1.3 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, pendapatan keluarga, pola hidup, obesitas serta untuk bahasa Inggris menggunakan kata kunci family income n lifestyle and obesity.

### 3.2 Kreteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria pencarian pustaka diawali dengan duplikasi kemudian judul dan kesesuaian abstrak. Pada tahap duplikasi, artikel yang dicari dengan PubMed dilakukan dengan bantuan *Bibliography Mendeley*, sedangkan seleksi judul dilakukan dengan cara membaca secara cepat. Judul-judul artikel yang relevan akan disisihkan untuk dibaca bagian abstraknya.

Kemudian kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan tabel PICOS (*Population/problem, intervention, comparator, outcome, dan study design*). Apabila jumlah artikel masih terlalu banyak, maka peneliti menambah kriteria eksklusi seperti kelengkapan full text, indeks jurnal, bahasa dan tahun terbit.

- a) *Population/problem* yaitu populasi atau masalah yang akan di analisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *Literature Review*.
- b) *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *Literature Review*.
- c) *Comparison* yaitu intervensi atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembandingan, jika tidak ada bisa menggunakan kelompok control dalam studi yang terpilih.
- d) *Outcome* yaitu hasil atau iuran yang diperoleh pada studi terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *Literature Review*
- e) *Study design* yaitu desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan di review.

- f) Kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan tabel PICOS, full text, tingkat kesulitan analisis dan indeks jurnal, tahun terbit dan bahasa.

**Tabel 4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Pencarian Literatur**

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Populasi/Problem	Jurnal yang berhubungan dengan topic peneliti yakni remaja yang mengalami obesitas	Jurnal yang tidak berhubungan dengan topic yang akan diteliti yang memenuhi kriteria inklusi
Intervensi	Ada intervensi Tidak ada intervensi	-
Comparasi	Tidak/ada	-
Study Design	Cross Sectional, Case Control	-
Full Text	Lengkap sesuai IMRAD, Free	Tidak lengkap dan berbayar
Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain Indonesia dan Inggris
Tahun Terbit	2016-2020	Sebelum 2016

### 3.3. Seleksi Artikel

Pencarian literatur menggunakan tiga database: Google Scholer, Portal Garuda dan PubMed,. Pencarian artikel pada masing-masing database Google Scholer menggunakan kata kunci pendapatan keluarga, pola hidup, obesitas. Pencarian pada database Portal Garuda, menggunakan kata kunci pendapatan keluarga, pola hidup, obesitas. Pubmed, menggunakan kata kunci family income, lifesty obesity n teenager. Sedangkan pada tahap identifikasi, total jumlah artikel yang muncul sesuai kata kunci 5.750 artikel dengan rincian sebagai berikut :

#### a. Database Google Scholar

Kata kunci :

- Pendapatan keluarga obesitas remaja = 2.070 artikel
- Pola hidup dan obesitas remaja = 3.050 artikel

b. Database Portal Garuda

Kata kunci

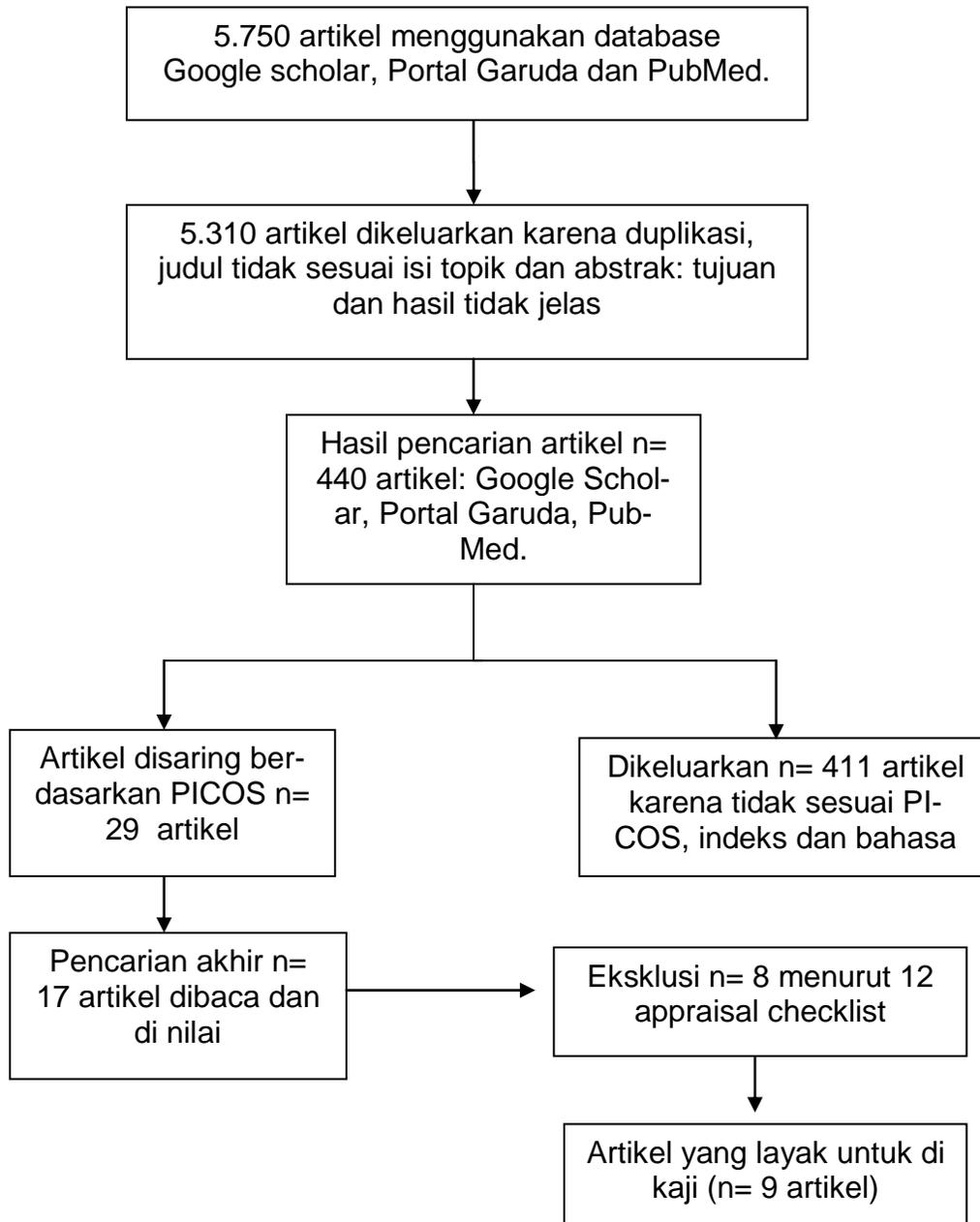
- Pendapatan keluarga obesitas = 2 artikel
- Pola hidup obesitas = 3 artikel

c. Database Pubmed

Kata kunci

- Family income n obesity = 58 artikel
- Lifestyleobesity n teenager = 587 artikel

**Gambar 1. Tabel Prisma Checklist**



### 3.4 Hasil Penelitian Kualitas Artikel

**Tabel 5. Hasil Penilaian Kualitas Artikel**

No	Penulis	Kriteria							Hasil	Ket
		1	2	3	4	5	6	7		
1	Alfianto Candra, dkk (2016)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Ya	Tdk	Ya	43	Tdk Dikaji
2	Hermawati Hamalding, dkk (2019)	Tdk	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Tdk	Ya	29	Tdk Dikaji
3	Feby Musralianti, dkk (2016)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	100	Dikaji
4	Nikmatul Jihan, dkk (2020)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Ya	Tdk	Ya	43	Tdk Dikaji
5	Rendy Reynaldy Parengkuan, dkk (2015)	Tdk	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	71	Dikaji
6	Cici Oktari (2015)	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	86	Dikaji
7	Rosdiana (2018)	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	100	Dikaji
8	T.M.Rafsanjadi (2018)	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	86	Dikaji
9	Irmawan Farindra (2019)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Tdk	Tdk	Ya	29	Tdk Dikaji
10	Adinda Risky, dkk (2015)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Ya	Tdk	Ya	43	Tdk Dikaji
11	Simone A, dkk (2017)	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	86	Dikaji
12	Shervin Assari (2020)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Tdk	Tdk	Ya	29	Tdk Dikaji
13	Izmy Alwiah Musdar (2018)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Tdk	Tdk	Ya	43	Tdk Dikaji
14	Bunga Rina, dkk (2020)	Tdk	Tdk	Tdk	Ya	Ya	Tdk	Ya	43	Tdk Dikaji
15	Rifai Ali, dkk (2018)	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	86	Dikaji
16	Agung Gede Ari, dkk (2018)	Tdk	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	Ya	86	Dikaji
17	Alfianto Candra (2016)	Ya	Ya	Ya	Ya	Tdk	Ya	Ya	86	Dikaji

**Tabel 6. Master Table**

**Kualitas Artikel Menggunakan 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 analisis data sesuai kaidah analisis dan tujuan penelitian ?

Penilaian kualitas artikel dilakukan menggunakan *appraisal checklist* yang terdiri dari 7 kriteria, dimana 17 artikel dinilai kualitasnya masing-masing kriteria diberi nilai Ya dan Tidak. Artikel yang mendapatkan dinilai >50% masuk dalam kriteria inklusi atau memenuhi kualitas dan dibawah <50% tidak berkualitas dan harus dibuang karena akan memberikan bias atau validasi rendah. Pada table 5 terlihat hasil penilaian 17 artikel memberikan hasil 9 artikel.

### **3.5 Analisis Data**

Analisis data dilakukan secara kualitatif, dimana dari 9 artikel terpilih akan dikaji tentang pendapatan keluarga pada remaja yang obesitas, mengkaji pola hidup pada remaja dengan kejadian obesitas. Kemudian dilakukan pembahasan untuk menemukan temuan baru terkait analisis gambaran pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil dan Pembahasan

##### 4.1.1 Karakteristik Artikel

Berdasarkan penelitian kualitas artikel dengan menggunakan *Criteria Apparsial Checklist* diperoleh 9 artikel yang relevan dengan topic peneliti. Artikel yang memenuhi kriteria diterbitkan tersebut dari tahun 2015 hingga tahun 2020. 9 artikel yang relevan dengan tipok yang dibahas oleh paneliti terdiri dari 8 artikel Nasional yang terindeks Google Scholar dan Portal Garuda serta 1 artikel yang bereputasi Internasional terindeks PubMed. Design penelitian yang digunakan ke-9 artikel tersebut menggunakan design penelitian *Case control, Cross Sectional, Case Control Study, Experimental*. Distribusi karakteristik ke-9 artikel yang relevan dengan topik dapat dilihat pada table 7.

**Tabel 7. Distribus Karakteristik Artikel**

No	Penulis/Tahun	Judul Artikel	Desain Penelitian	Jurnal
1	Feby Musralianti, dkk (2016)	Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Di SMP Kristen Eban Haezar 1 Manada	<i>case control</i>	Google Scholar
2	Rendy Reynaldy (2016)	Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Dikota Manado	<i>case control</i>	Google Scholar
3	Cici Oktari (2015)	Hubungan Status Social Ekonomi Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Lawa Padang	<i>cross sectional</i>	Portal Garuda
4	Rosdiana (2018)	Intervensi Gaya Hidup Terhadap Pencegahan Obesitas Pada Remaja Di SMP Khadijah Makasar	<i>quasy eksperiment</i>	Google Scholar
5	Irmawan Farindra (2019)	Penyuluhan Gaya Hidup Pada Remaja Obesitas	<i>cross sectional</i>	Google Scholar

6	Simone A.French dkk (2017)	Obesity Prevention Intervention In Low-Income Middle School Children : Primary And Subgroup Analysis Of A Randomized Chinical Trial	<i>quasy ek-speri-ment</i>	Pubmed
7	Rifai Ali, dkk (2018)	Social Ekonomi, Konsumsi Fast Food Dan Riwayat Obesitas Sebagai Fakta Risiko Obesitas Remaja	<i>case con-trol</i>	Google Scholar
8	Ari Nanda Braswara dkk (2018)	Hubungan Status Social Ekonomi Keluarga Dengan Kegemukan Pada Remaja SMA Di Denpasar	<i>cross sec-tional</i>	Google Scholar
9	Alfianto Candra (2016)	Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Laboratorium Malang	<i>cross sec-tional</i>	Portal Garuda

Berdasarkan tabel 7. Terlihat bahwa dari 9 artikel penulisan *Literature Riview* Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja, terdapat tiga artikel dengan desain peneltian *Case Control* dimana artikel tersebut terdapat pada artikel penulis Feby Musralianti, dkk (2016), Rendy Reynaldy (2016), Rifai Ali, dkk (2018). Terdapat pula empat artikel dengan desain penelitian *Cross Sectional* dimana artikel tersebut terdapat pada artikel penulis Cici Oktari (2015), Irmawan Farindra (2019), Ari Nanda Braswara dkk (2018), Alfianto Candra (2016). Sedangkan artikel dengan desain penelitian Eksperiment terdapat dua artikel yaitu, Rosdiana (2018) dan Simone A.French dkk (2017).

#### 4.1.2 Karakteristik Sampel

Berdasarkan hasil pencarian dan penilaian kualitas artikel diperoleh 9 artikel penelitian yang dianggap relevan dengan topik peneliti. Distribusi karakteristik ke-9 artikel penelitian tersebut dapat dilihat sebagai berikut :

**Tabel 8. Karakteristik Sampel**

No	Penulis/Tahun	Teknik Pemilihan Sampel	Jumlah (n) Orang	Usia (Tahun)	Lokasi Penelitian
1	Feby Musralianti, dkk (2016)	Purposive Sampling	82	13-15	SMP Kristen Eben Haezr 1 Manado
2	Rendy Reynaldy (2016)	Purposive Sampling	136	6-14	SMP dikota Manado
3	Cici Oktari (2015)	Simple Random Sampling	195	13-16	Siswa SMP Padang
4	Rosdiana (2018)	Purposive Sampling	14	13-15	SMP Khadijah Kota Makassar
5	Irmawan Farindra (2019)	Purposive Sampling	50	14-17	SMA N Surabaya
6	Simone A.French dkk (2017)	Simple Random Sampling	534	13-16	SMP diInggris
7	Rifai Ali, dkk (2018)	Simple Random Sampling	670	14-17	SMA/SMK Kota Gorontalo
8	Ari Nanda Braswara dkk (2018)	Simple Random Sampling	233	15-17	Siswa SMA di Denpasar
9	Alfianto Candra (2016)	Simple Random Sampling	590	16-17	Siswa SMA Laboratorium Malang

Berdasarkan tabel 8. Terlihat bahwa kateakteristik sampel dari 9 artikel penulisan *Literature Review* Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Kejadian Obesitas Pada Remaja, terdapat total sampel dalam studi ini adalah sebanyak 2.504 orang dengan sampel terkecil adalah 14 orang dan sampel terbanyak adalah 670 orang. Teknik pengambilan sampel responden paling banyak menggunakan teknik Simple Random Sampling. Lokasi penelitian paling banyak dilakukan di Gorontalo.

#### 4.1.3. Distribusi Pendapatan Keluarga Anak Remaja

**Tabel 9. Identifikasi Pendapatan Keluarga Anak Remaja**

No	Penulis/ Tahun	Pendapatan Keluarga							
		Tinggi				Rendah			
		Kasus		Kontrol		Kasus		Kontrol	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Rendy Reynaldy, dkk (2016)	38	55,9	17	25,0	30	44,1	51	75,0
2	Cici Oktari (2015)	34	21,1	127	78,8	5	14,7	29	85,2
3	Simone A.French dkk (2017)	183	68,0	86	32,0	89	33,5	176	66,5
4	Rifai Ali, dkk (2018)	94	28,1	93	27,8	241	71,9	242	72,2
5	Ari Nanda Braswara dkk (2018)	25	37,8	41	62,1	39	23,3	128	76,6

Tabel 9 memperlihatkan bahwa terdapat lima artikel dari Sembilan artikel terpilih yang membahas tentang pendapatan keluarga dimana lima artikel tersebut menggunakan dua katagori tinggi dan rendah. Pada pendapatan keluarga tinggi dan rendah memiliki kriteria kasus dan kontrol dimana pada artikel Rendy Reynaldy, dkk (2016) terjadi pendapatan keluarga tinggi kasus berjumlah n sama dengan 38 (55,9%) sedangkan kontrol terdapat kasus kontrol berjumlah n sama dengan 17 (25%). Pada pendapatan keluarga rendah kasus berjumlah n sama dengan 30 (44,1%) sedangkan kontrol berjumlah n sama dengan 51 (75%). Dari data diatas didapatkan bahwa rata-rata artikel dengan jumlah responden yang memiliki pendapatan keluarga tinggi memiliki kasus tertinggi, sedangkan keluarga dengan pendapatan rendah terkontrol.

#### 4.1.4. Distribusi Pola Hidup Anak Remaja

Tabel 10. Identifikasi Pola Hidup Anak Remaja

No	Penulis/Tahun	Pola Hidup							
		Baik				Kurang Baik			
		Obesitas		Non Obesitas		Obesitas		Non Obesitas	
		N	%	n	%	n	%	n	%
1	Feby Musralianti, dkk (2016)	38	92,68	7	17,07	3	7,37	34	82,93
2	Cici Oktari (2015)	18	15,38	99	84,62	21	26,92	57	73,08
3	Rosdiana (2018)	4	6,0	3	4,0	4	6,0	3	4,0
4	Irmawan Farindra (2019)	2	22,2	1	11,1	2	22,2	5	55,5
5	Alfianto Candra (2016)	47	20	14	53	38	17	10	10

Tabel 10 memperlihatkan bahwa terdapat empat artikel yang membahas tentang pola hidup remaja dimana ke-empat artikel tersebut menggunakan katagori baik dan kurang baik, di mana setiap katagorinya memiliki kriteria kasus dan kontrol. Artikel yang dominan terdapat pada artikel Feby Musralianti kriteria pola hidup yang baik terdapat kasus n sama dengan 17 (79%) sedangkan kontrol memiliki jumlah n sama dengan 34 (%). Pada pola hidup kurang baik terdapat kasus jumlah n sama dengan 3 (26%) sedangkan kontrol terdapat jumlah n sama dengan 34 (54%). Dari data diatas didapatkan bahwa rata-rata pola hidup pada responden dipenelitian sebelumnya memiliki pola hidup yang kurang baik.

#### 4.1.5. Distribusi Kejadian Obesitas Pada Anak Remaja

**Tabel 11. Identifikasi kejadian obesitas pada anak remaja**

No	Penulis / Tahun	Jumlah (n) Orang	Obesitas		Non Obesitas	
			n	%	n	%
1	Feby Musralianti, dkk (2016)	82	41	50%	41	50%
2	Rendy Reynaldy (2016)	136	68	50%	68	50%
3	Cici Oktari (2015)	195	39	20%	156	80%
4	Rosdiana (2018)	14	8	57,1%	6	42%
5	Irmawan Farindra (2019)	50	20	40%	30	60%
6	Simone A.French dkk (2017)	534	272	50,9%	262	49%
7	Rifai Ali, dkk (2018)	670	335	50%	335	50%
8	Ari Nanda Braswara dkk (2018)	233	64	26,6	169	72,5%
9	Alfianto Candra (2016)	109	85	77,9%	24	22%

Tabel 11 memperlihatkan jumlah kejadian obesitas dan non obesitas pada beberapa artikel terpilih dimana dari sembilan artikel terpilih menyatakan bahwa kejadian obesitas dan non obesitas terjadi dapat terjadi. Pada artikel Rosdiana (2018) dengan jumlah responden n sama dengan 14 dimana kejadian obesitas terjadi dengan jumlah n sama dengan 8 orang (57,1%) sedangkan non obesitas terjadi dengan jumlah n sama dengan 6 orang (42%). Jadi jumlah rata rata artikel menyatakan kejadian obesitas dan non obesitas disetiap artikel memiliki kejadian dominan terjadi obesitas.

#### **4.1.6. Gambaran Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja**

Berdasarkan beberapa artikel yang membahas tentang pendapatan keluarga diatas garis pendapatan keluarga tinggi memiliki kecenderungan obesitas dikarenakan semakin tinggi pendapatan keluarga maka semakin banyak remaja diberikan uang saku dan membeli makanan juga jajanan diluaran ataupun disekolah. Sedangkan remaja yang memiliki orangtua dengan pendapatan rendah rebih cenderung tidak sembarang jajan hal itu dikarenakan uang saku pada anak remaja lebih terbatas.

#### **4.1.7. Gambaran Pola Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja**

Berdasarkan beberapa artikel yang membahas tentang pola hidup remaja dimana pada remaja yang memiliki pola hidup tidak baik cenderung terjadinya obesitas. Sedangkan remaja dengan kejadian pola hidup baik minimum terjadinya obesitas pada remaja tersebut.

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil *Literature Review* dari 9 artikel mengenai pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan yaitu :

- a. Dari 5 artikel yang menyatakan bahwa pendapatan keluarga tinggi dengan kasus yaitu sebanyak 374 orang.
- b. Dari 5 artikel yang menyatakan bahwa pola hidup dengan penilaian baik yaitu sebanyak 109 orang.
- c. Dari 9 artikel yang menyatakan bahwa adanya kejadian obesitas pada remaja yaitu sebanyak 932 orang (80%).
- d. Remaja dengan pendapatan keluarga tinggi akan lebih cenderung terjadinya obesitas, hal itu terjadi karena tingginya pendapatan keluarga maka lebih besar terjadinya makan jajanan luar hingga tidak teratur dan tidak memperhatikan kebutuhan gizi remaja tersebut.
- e. Remaja dengan pola hidup kurang baik akan lebih rentan terjadinya obesitas, hal itu terjadi karena pola hidup atau kebiasaan dikeseharian yang tidak teratur baik dari kebiasaan makan, jajanan luar dan kebiasaan tidur.

#### **5.2 Saran**

Remaja diharapkan memperhatikan pola hidup mengenai kesehatan sehingga dapat meningkatkan perilaku hidup sehat serta pemilihan makanan jajanan sehat dan bergizi. Selain itu sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pendapatan keluarga, pola hidup dengan kejadian obesitas pada remaja dengan menambahkan variabel-variabel lainnya untuk mengetahui factor-faktor lain yang dapat menyebabkan obesitas pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfianto, C., Wahyuni, T. D., & Sutriningsih, A. (2016). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Laboratorium Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 1(1), 1–6. [Jurnalpsik.Unitri@Gmail.Com](mailto:Jurnalpsik.Unitri@Gmail.Com)
- Assari, S., Boyce, S., Caldwell, C. H., Bazargan, M., & Mincy, R. (2020). Family Income And Gang Presence In The Neighborhood: Diminished Returns Of Black Families. *Urban Science*, 4(2), 29. <https://doi.org/10.3390/urbansci4020029>
- Bhaswara, A. A. G. A. N., & Saraswati, M. R. (2018). Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Kegemukan Pada Remaja Sma Di Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*.
- Dompas, R., & Manado, P. K. (2018). *Buku Saku Ilmu Kesehatan Anak. November*.
- Hamalding, H., Risna, R., & Susanti, S. R. (2019). Hubungan Gaya Hidup Terhadap Overweight Dan Obesitas Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 11 Makassar. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*. <https://doi.org/10.36090/jkkm.v1i1.240>
- Han, E. S., & Goleman, Daniel; Boyatzis, Richard; Mckee, A. (2019). 濟無no Title No Title. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Indriasari, R., & Kurniati, Y. (2017). Literature Review: Perubahan Gaya Hidup Sebagai Upaya Manajemen Sindroma Metabolik Pada Remaja. *Gizi Indonesia*. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v40i1.220>
- Kemenkes RI. (2016). *Buku KIA 2016*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Factsheet Obesitas Kit Informasi Obesitas.Pdf* (Pp. 1–8).
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). *Panduan Pelaksanaan Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas (GENTAS)* (P. 32). <http://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/panduan-gentas>
- Khowanto, P., Musdar, I. A., & Rahman, S. (2007). *Rancang Bangun Sistem Rekomendasi Pola Hidup Sehat Bagi Penderita Obesitas Menggunakan Rumus Harris Benedict People Using Harris Benedict Formula*. 1–5.

- Octari, C., Liputo, N. I., & Edison, E. (2014). Hubungan Status Sosial Ekonomi Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SD Negeri 08 Alang Lawas Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. <https://doi.org/10.25077/jka.v3i2.50>
- Parengkuan, R., Mayulu, N., & Ponidjan, T. (2013). Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Dikota Manado. *Jurnal Keperawatan Unsrat*.
- Sinaga, H. T., Martony, O., & Doloksaribu, T. H. (2020). *Pedoman Penyusunan Karya Tulis Ilmiah / Skripsi Kajian Pustaka ( Literature Review ) Edisi Revisi Pedoman Penyusunan Karya Tulis Ilmiah / Skripsi Kajian Pustaka ( Literature Review ) Edisi Revisi*. 26.

## Lampiran 1

# BUKTI HASIL PENCARIAN LITERATURE

## Pencarian menggunakan “Google Sholer”

The screenshot shows a Google Scholar search for "pendapatan keluarga obesitas remaja". The search results are displayed in a list format. The first result is "Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian **Obesitas** pada **Remaja** di SMA Negeri 4 Kendari Tahun 2016" by S Wulandari, H Lestadi, AF Fachlevy, published in Jurnal Ilmiah Mahasiswa in 2017. The second result is "Faktor-faktor yang berhubungan dengan Perilaku Makan pada **Remaja** SMA Negeri 1 palu" by N Rahman, NU Dewi, F Armawaty, published in Jurnal Kesehatan Masyarakat in 2016. The third result is "[PDF] Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan **Obesitas** Pada **Remaja** Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019" by FS Selawati, I Mahmudong, N Ramadhani, published in e-journal unair.ac.id in 2019. The fourth result is "HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI FAST FOOD, SARAPAN PAGI DAN TINGKAT **PENDAPATAN KELUARGA** TERHADAP **OBESITAS** PADA **REMAJA** DI SMA 13 ..." by S Suji Ainda Mardatta, published in repo.stikesperintis.ac.id in 2019. The search interface includes filters for relevance and date, and a sidebar with options to sort and filter results.

## Pencarian menggunakan “Garuda”

The screenshot shows a Garuda search for "pendapatan keluarga obesitas". The search results are displayed in a list format. The first result is "HUBUNGAN **PENDAPATAN KELUARGA** DENGAN KEJADIAN **OBESITAS** PADA ANAK SEKOLAH DASAR DIKOTA MANADO" by Parengkuan, Rendy R, Mayulu, Nelly, Ponidjan, Tati, published in JURNAL KEPERAWATAN Vol 1, No 1 (1): E-Jurnal Keperawatan in 2018. The second result is "HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, DAN **PENDAPATAN KELUARGA** DENGAN KEJADIAN **OBESITAS** PADA ANAK SEKOLAH DASAR" by Widiantari, Ni Made Ayu, Nuryanto, I Kadek, Dewi, Komang Ayu Purnama, published in Jurnal Riset Kesehatan Nasional Vol 2, No 2 (2018) in 2018. The search interface includes filters for year and a sidebar with options to filter and reset results.

## Pencarian menggunakan “PUBMED”

The screenshot shows a web browser window with multiple tabs. The active tab is 'Family income n obesity'. The address bar shows the URL: [pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Family+income+n+obesity&filter=years:2015-2021](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Family+income+n+obesity&filter=years:2015-2021). A COVID-19 warning banner is at the top. Below it is the NIH logo and 'National Library of Medicine' text. The search bar contains 'Family income n obesity' and a 'Search' button. Below the search bar are options for 'Advanced', 'Create alert', and 'Create RSS'. There are also buttons for 'Save', 'Email', and 'Send to'. The results section shows '58 results' and a bar chart titled 'RESULTS BY YEAR' for the period 2015-2021. The first result is titled 'Family Income and Gang Presence in the Neighborhood: Diminished Returns of Black Families.' with a citation: 'Assari S, Boyce S, Caldwell CH, Bazargan M, Mincy R. Urban Sci. 2020 Jun;4(2):29. doi: 10.3390/urbansci4020029. Epub 2020 Jun 24. PMID: 32671278. Free PMC article.' A 'Feedback' button is visible in the bottom right corner.

COVID-19 is an emerging, rapidly evolving situation.  
Get the latest public health information from CDC: <https://www.coronavirus.gov>  
Get the latest research information from NIH: <https://www.nih.gov/coronavirus>  
Find NCBI SARS-CoV-2 literature, sequence, and clinical content: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/sars-cov-2/>

NIH National Library of Medicine  
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

Family income n obesity

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Save Email Send to Sorted by: Best match Display options

MY NCBI FILTERS 58 results

RESULTS BY YEAR

Showing results for *family income r obesity*  
Your search for *Family income n obesity* retrieved no results

Family Income and Gang Presence in the Neighborhood: Diminished Returns of Black Families.

Cite Assari S, Boyce S, Caldwell CH, Bazargan M, Mincy R.  
Urban Sci. 2020 Jun;4(2):29. doi: 10.3390/urbansci4020029. Epub 2020 Jun 24.

Share PMID: 32671278 Free PMC article.

Feedback

## Lampiran 2

### HASIL 9 ARTIKEL TERPILIH

No	Penulis / Judul	Desain Penelitian, Analisis Data	Tujuan	Hasil	Kesimpulan
1	Feby Musralianti, A.J. M Rattu, Wulan P.J Kaunang / Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Di SMP Kristen Eben Haezar 1 Manada	<i>Case Control</i>	Menganalisis kebiasaan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas Pelajar di SMP 1 Eben Haezar Manado	Terdapat hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada pelajar SMP Kristen Eben Haezer 1 Manado	Terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas dan secara stayistik tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas dan secara statistik tidak ada hubungan antara pola makan denga kejadian obesitas
2	Rendy Reynaldy Parengkuan, Nelly Malayu, Tati Ponidjan / Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Dikota Manado	<i>Case control</i>	Menganalisis hubungan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas	Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas	Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar pada kelompok (obesitas) berada pada katagori pendapatan keluarga tinggi. Demikian juga pada kelompok kontrol (tidak obesitas) sebagian besar berada pada katagori pendapatan keluarga rendah.
3	Cici Oktari, Nr Indrawaty Liputo, Edison / Hubungan Status sosial Ekonomi dan Pola Hidup dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Alang Lawas Padang	<i>Case Control Study</i>	Mengetahui hubungan antara status sosial ekonomi dan pola hidup terhadap kejadian obesitas pada siswa alang lawas Padang	Hasil 8,21% siswa mengalami obesitas, 11,79% overweight atatu gemuk, 82,60% tingkat pendapatan orang tua siswa berada di atas garis kemiskinan, 71,30% ayah dan 71,80% ibu siswa memiliki tingkat pendidikan menengah,	Tidak didapatkan hubungan yang bermakna antara kejadian obesitas dengan tingkat pendidikan orang tua, tingkat pendapatan orang tua, dan pola makan. Didapatkan hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas.

				58,50% memiliki pola makan baik dan 60% memiliki aktifitas fisik aktif.	
4	Rosdiana / Intervensi Gaya Hidup Terhadap Pencegahan Obesitas Pada Remaja Di SMP Khadijah Kota Makassar	<i>Experiment</i>	Membuktikan pengaruh variabel independen intervensi gaya hidup terhadap variabel dependen pencegahan obesitas	Diperoleh bahwa ada perubahan status gizi siswa (1 normal) tetapi tidak ada pengaruh bermakna antara intervensi gaya hidup terhadap status gizi baik pada kelompok perlakuan ( $p=0,107$ ) maupun kelompok kontrol ( $p=0,081$ )	Intervensi gaya hidup dapat memberikan perubahan yang cukup terhadap status gizi siswa, pola makan dan asupan gizinya walaupun dari hasil analisis statistik tidak memberikan perubahan yang bermakna secara signifikan.
5	Irmawan Farindra, Warda Elmaida / penyuluhan Pola Hidup (Diabetes Mellitus, Obesitas dan Pola Diet)	<i>Cross Sectional</i>	Meningkatkan pengetahuan tentang sedenter pada staff bagian admin dan laboratorium serta meningkatkan kesadaran untuk lebih menjaga pola hidup agar selalu sehat	IMT normal sebanyak 2 orang (22,22%), berlebih sebanyak 1 orang (11,11%), obesitas derajat I sebanyak 1 orang (11,11%) dan obesitas derajat II sebanyak 5 orang (55,55%)	Terdapat 50% lebih pegawai admin dan laboran yang mengalami obesitas, pola hidup yang didominasi oleh kurangnya gerak
6	Simone A. French, PhD, Nancy E. Sherwood, PhD, Sara Veblen-Mortenson, MSW, MPH, A. Lauren Crain, PhD, Meghan M. JaKa, PhD, Nathan R. Mitchell, MPH, Anne Marie Hotop, MA, MS, Jerica M. Berge, PhD, MPH, LMFT, Alicia S. Kunin Batson, PhD, Kim Truesdale, PhD, June Stevens, PhD, Charlotte Pratt,	<i>Eksperiment</i>	To evaluate multicomponent obesity prevention interventions across a variety of low-income preschool children	Compared to usual care, the NET - Works intervention did not show an irreversible difference in BMI change at 24 (-0.12 kg / m <sup>2</sup> ; 95% confidence interval [CI] = -0.44,0,19) or 36 months (-0.19 kg / m <sup>2</sup> ; 95% CI = -0.64, 0.26).	In a secondary analysis, NET-Works significantly reduced BMI over 3 years among Hispanic children and children who were overweight or obese.

	PhD, and Layla Esposito, PhD/ Multicomponent Obesity Prevention Intervention in Low- Income Preschoolers : Primary and Subgroup Analyses of the NET – Works Randomized Clinical Trial, 2012–2017				
7	Rifai Ali, Nuryani / Pendapatan Keluarga, Komsumsi Fast Food dan Riwayat Obesitas Sebagai Faktor Risiko Obesitas Remaja	<i>Case Control Study</i>	Mengetahui faktor penyebab obesitas diliat dari pendapatan keluarga konsumsi fast food dan riwayat obesitas pada remaja	Adanya riwayat obesitas orang tua (OR=2,016;95% CI;1,482-2,743) konsumsi fast food lebih dari 3 kali perminggu (OR=1,829;95% CI;1,337-2,502)	Pendapatan keluarga, riwayat obesitas pada orang tua dan konsumsi fast food merupakan faktor risiko signifikan terhadap obesitas remaja
8	Anak Gunung Gede Ari Nanda Bhaswara, Ratna Saraswati / Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Obesitas Pada Remaja SMA di Denpasar	<i>Cross sectional</i>	Untuk mengetahui adanya hubungan antara status sosial ekonomi keluarga dengan obesitas pada remaja SMA di denpasar	Diperoleh 27,5% responden mengalami obesitas, fengan frekuensi lelaki sebesar 35,06% dan responden perempuan mencapai 23,72%.	Adanya hubungan antara status sosial ekonomi dengan obesitas pada remaja SMA di denpasar, selain itu didapatkan variabel kebiasaan sarapan yang lebih berpengaruh terhadap kegemukan dibandingkan dengan status sosial ekonomi.
9	Alfianto Candra, Tavip Dwi Wahyuni, Ani Sutriningsih / Hubungan Antara Aktivitas fisik dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di SMA Laboratorium Malang	<i>Cross sectional</i>	Untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Laboratorium Malang	Hasil diperoleh 236 siswa SMA Laboratorium Malang didapatkn katagori kurang aktif yaitu 64% dan didapatkan rata-rata kalori dalam seminggu berkatagori normal dengan 71%	Adanya hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan obesitas, dan hubungan yang signifikan antara pola makan dengan obesitas

**Lampiran 3**

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewi Maulani

NIM : P01031118076

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat dalam Karya Tulis Ilmiah saya adalah benar saya ayang ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (Ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat Pernyataan,

  
(Dewi Maulani)



**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](mailto:kepk.poltekkesmedan@gmail.com)



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG  
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN  
Nomor: 01/077/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:

**“Literature Riview : Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Dengan  
Kejadian Obesitas Pada Remaja”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/  
Peneliti Utama : **Dewi Maulani**

Dari Institusi : **Jurusan D-III Gizi Poltekkes 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, Agustus 2021  
Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Poltekkes Kemenkes Medan

Ketua,

Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes  
NIP. 196101101989102001



## **Lampiran 5**

### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Dewi Maulani  
TTL : Kisaran, 10 Juli 2000  
Nama Orang Tua  
    Ayah : Junaidi  
    Ibu : Maisarlina  
Jumlah Bersaudara : 5 (Lima)  
Alamat Rumah : Jl.Rebung LK.III SiUmbut-Umbut, Kisaran Timur  
Kabupaten Asahan  
No Telepon : 082275445945  
Email : dewimlni0@gmail.com  
Riwayat Pendidikan : 1. TK Daar Al-Uluum Asahan  
                          2. SDN 018886 Selawan  
                          3. MTs.Negeri Asahan  
                          4. SMA Negeri 2 Kisaran  
Hobby : Berenang  
Motto : “Setiap kesulitan selalu ada kemudahan.  
Setiap masalah pasti ada solusinya”

## Lampiran 6

### BUKTI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Dewi Maulani

NIM : P01031118076

Judul : Gambaran Pendapatan Keluarga, Pola Hidup Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja

Pembimbing : Rumida, SP, M. Kes

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T.Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1	5 Oktober 2020	Diskusi tentang topik penelitian		
2	15 Oktober 2020	Bimbingan mengajukan judul dan diskusi mengenai studi literatur		
3	21 oktober 2020	Bimbingan revisi ajuan judul		
4	24 November 2020	Bimbingan mengajukan BAB I dan BAB II kepada dosen pembimbing		
5	14 Januari 2021	Bimbingan mengajukan BAB III kepada dosen pembimbing		
6	20 Januari 2021	Menyerahkan revisi BAB I, II, dan III		
7	24 April 2021	Seminar proposal		
8	3 Mei 2021	Revisi ke pembimbing		

9	10 Mei 2021	Revisi ke pembimbing		
10	17 Mei 2021	Revisi ke penguji I		
11	24 Mei 2021	Revisi ke penguji II		
12	7 Juni 2021	Diskusi BAB IV		
13	21 Juni 2021	Diskusi BAB V		
14	2 Juli 2021	Seminar hasil KTI		
15	12 Juli 2021	Revisi KTI ke pembimbing		
16	26 Juli 2021	Revisi KTI ke penguji I		
17	26 Agustus 2021	Revisi KTI ke penguji II		
18	26 September 2021	Revisi KTI ke penguji II		