

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Athira Demitri¹, Dwi Ayu Lestari², Wanda Lestari³

¹Dosen S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

^{2,3} Mahasiswa S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

* korespondensi Penulis : athira.demitri@gmail.com

Abstract. Adolescent nutritional status is one of the determinants of the quality of human resources, if deficiencies will cause very serious effects such as failure of physical growth and not optimal development and intelligence. Based on the health profile of North Sumatra Province in 2019, the prevalence of nutritional status in Simalungun district was very thin at 4.12% and obesity at 2.19%. This study aims to determine the factors associated with nutritional status in adolescents at SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. The research design used in this research is an analytic survey with a cross sectional design, with a population of 523 students and a sample size of 84 students selected by proportionate stratified random sampling. The results showed that there was a relationship between the pocket money factor (p value = 0.000 < 0.05), food intake (p value = 0.000 < 0.05), physical activity (p value = 0.000 < 0.05) with nutritional status. So that the results showed that there were 10 (11.9%) students with thin nutritional status, and 33 (39.3%) students with fat nutritional status. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between pocket money, food intake, physical activity with the incidence of nutritional status. It is expected for respondents who have less pocket money and nutrient intake to be able to familiarize a healthy diet, by consuming diverse and nutritious foods.

Keywords: Nutritional Status, Pocket Money, Food Intake, Physical Activity

Abstrak. Status gizi remaja merupakan salah satu penentu kualitas sumberdaya manusia. Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023, prevalensi status gizi di kabupaten Simalungun sangat kurus sebesar 4,12 dan obesitas sebesar 2,19%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan desain *cross sectional*, dengan populasi 523 siswa dan jumlah sampel sebanyak 84 siswa yang dipilih secara *proportionate stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara faktor uang saku (p value = 0,000 < 0,05), asupan makanan (p value = 0,000 < 0,05), aktivitas fisik (p value = 0,000 < 0,05) dengan status gizi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 10 (11,9%) siswa status gizi kurus, dan 33 (39,3%) siswa status gizi gemuk. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara uang saku, asupan makanan, aktivitas fisik dengan kejadian status gizi. Diharapkan bagi responden yang mempunyai uang saku dan asupan zat gizi kurang agar dapat membiasakan pola makan yang sehat, dengan mengkonsumsi makanan yang beragam dan bergizi.

Kata Kunci : Status Gizi, Uang Saku, Asupan Makanan, Aktivitas Fisik

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan jalan panjang yang menjembatani periode kehidupan anak dan dewasa, yang berawal pada usia 9-10 tahun dan berakhir di usia 18 tahun.(1) Pada periode ini berbagai perubahan terjadi baik perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. Perubahan ini terjadi dengan sangat cepat dan terkadang tanpa kita sadari. Perubahan fisik yang menonjol adalah perkembangan tanda-tanda sekunder, terjadinya pacu tumbuh, serta perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungannya.(2)

Masa remaja sangat membutuhkan asupan zat gizi lebih tinggi karena pertumbuhan fisik dan perkembangan yang terjadi saat peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja. Pemenuhan nutrisi pada remaja harus diperhatikan, banyak remaja yang aktif berolahraga

serta melakukan hal fisik lainnya(3). Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi untuk anak dan penggunaan zat-zat gizi yang diindikasikan dengan berat badan dan tinggi badan anak. Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Konsumsi energi berasal dari makanan, energi yang didapatkan akan menutupi asupan energi yang sudah dikeluarkan oleh tubuh seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat esensial (4).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 2,3 milyar remaja di dunia usia 15 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan dari jumlah tersebut lebih dari 700 juta mengalami obesitas. Dengan prevalensi sebesar 11% pada pria, dan 15% pada wanita. Prevalensi tertinggi terjadi di negara Amerika Serikat maupun Eropa yang mengalami overweight 62% dan 26% obesitas sedangkan Asia Tenggara angka *overweight* mencapai 14% dan untuk obesitas sebanyak 3%.(5) Dari data tersebut terlihat bahwa masalah status gizi lebih tidak sedikit kejadian obesitas di dunia yang terjadi pada kalangan remaja.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) Tahun 2018 prevalensi status gizi pada remaja umur 13-15 tahun kategori sangat kurus sebesar 0,67%, kurus sebesar 4,39%, gemuk 10,91% dan obesitas sebesar 14,8%.(6) Di Sumatera Utara berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi status gizi sangat kurus sebesar 3,18%, kurus sebesar 7,23%, gemuk 12,18% dan obesitas sebesar 2,17%(6). Di Simalungun berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019 prevalensi status gizi sangat kurus sebesar 4,12%, kurus sebesar 8,11%, gemuk 13,14% dan obesitas sebesar 2,19% (7).

Faktor gizi eksternal adalah faktor-faktor yang berpengaruh di luar diri seseorang, yaitu daya beli keluarga, latar belakang sosial budaya, pendidikan, pengetahuan gizi, jumlah anggota keluarga dan kebersihan lingkungan serta uang saku. Anak dengan gizi berlebih cenderung mempunyai uang saku yang lebih besar dari pada anak yang memiliki gizi normal. Semakin tinggi uang saku pengeluaran untuk suatu makanan semakin besar. Uang saku yang besar akan meningkatkan resiko kejadian status gizi lebih. Hal ini dapat terjadi karena uang saku yang besar akan memberikan kebebasan anak dalam memilih dan mengkonsumsi makanan ringan disekolah, meskipun tujuan dari pemberian orang tua dengan jumlah uang saku yang besar adalah sebagiannya untuk ditabung. Namun, pada kenyataannya uang saku yang besar lebih banyak digunakan untuk jajan.(8)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Miko (2017) tentang hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas mahasiswa politeknik kesehatan kemenkes RI mengatakan orang yang mengalami obesitas lebih mudah merespon isyarat lapar, rasa dan bau makanan, atau waktu makan di bandingkan dengan orang yang berat badannya normal. Penderita obesitas cenderung akan makan bila ingin makan, bukan pada saat terasa lapar. Pola makan yang berlebihan menyebabkan penderita sulit untuk keluar dari kondisi berat badan berlebih, hal ini disebabkan karena tidak memiliki pengendalian diri dan motivasi yang kuat untuk mengurangi berat badan. Ketidakseimbangan antara jumlah makanan yang masuk dan keluar mengakibatkan energi terus menumpuk di dalam tubuh. (9)

Penelitian yang dilakukan Miristia (2018) pada remaja di SMP Dharma Pancasila Medan diketahui ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dengan nilai p value = 0,00. Pada penelitian ini remaja yang mengalami obesitas sebanyak 34 responden (29,80%) sebagian besar melakukan aktivitas fisik ringan dengan sebanyak 24 responden (70,60%), sedangkan remaja yang tidak mengalami obesitas sebanyak 80 responden (70,21%) dan sebagian besar melakukan aktivitas fisik sedang sebanyak 62 responden (77,50%).(10)

Dalam Penelitian yang dilakukan Sartika (2019) menunjukkan adanya pengaruh Uang Saku terhadap status gizi lebih pada remaja dengan p value sebesar 0,000. Uang Saku memiliki kontribusi terhadap status gizi remaja. Hal ini dikarenakan, uang saku yang besar akan memberikan kebebasan anak dalam memilih dan mengkonsumsi makanan ringan disekolah.(11). Tujuan Penelitian Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan dependen untuk memperoleh gambaran mengenai faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan status gizi remaja di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan yang berjumlah 523 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik *proportionate stratified random sampling*, yang dimana setiap kelas di SMP Muhammadiyah dapat menjadi sampel.

HASIL

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Usia	n	Persentase
12 tahun	4	4.8
13 tahun	34	40.5
14 tahun	31	36.9
15 tahun	14	16.7
16 tahun	1	1.2
Total	84	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	45	53.6
Perempuan	39	46.4
Total	84	100
Kelas		
7	27	32.1
8	37	44.0
9	20	23.8
Total	84	100

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 84 responden usia tertinggi yaitu berusia 16 tahun sebanyak 1 responden (1.2%) dan terendah berusia 12 tahun sebanyak 4 responden (4,8%). Pada variabel jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 45 responden (53.6%). Variabel kelas responden lebih banyak pada kelas 8 tingkat SMP sebanyak 37 responden (44.0).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Status Gizi	N	Persentase
Kurus	10	11.9
Normal	41	48.8
Gemuk	33	39.3
Total	84	100
Uang Saku		
Rendah	7	8.3

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Rendah	7	100	0	0.0	0	0.0	7	100	
Sedang	3	6.0	34	68.0	13	26.0	50	100	0,000
Tinggi	0	0.0	7	25.9	20	74.1	27	100	
Total	10	11.9	41	48.8	33	39.3	84	100	

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil analisis hubungan uang saku dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan menunjukkan bahwa, responden dengan uang saku rendah mayoritas memiliki status gizi kurus sebanyak 7 responden (100%), responden dengan uang saku sedang lebih banyak memiliki status gizi normal sebanyak 34 responden (68,0%), responden dengan uang saku tinggi lebih banyak memiliki status gizi gemuk sebanyak 20 responden (74,1%). Hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai *p value* $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

2. Hubungan Asupan Makanan dengan Kejadian Anemia

Hubungan analisis asupan makanan dengan kejadian anemia pada responden di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4. Hubungan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Asupan Makanan	Status Gizi						Total N	<i>p value</i>
	Kurus		Normal		Gemuk			
	n	%	n	%	n	%		
Kurang	10	100	0	0.0	0	0.0	10	100
Normal	0	0.0	41	100.0	0	0.0	41	100
Lebih	0	0.0	0	0.0	33	100.0	33	100
Total	10	11.9	41	48.8	33	39.3	84	100

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil analisis hubungan Asupan makanan dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan menunjukkan bahwa, responden dengan asupan makanan kurang mayoritas memiliki status gizi kurus sebanyak 10 responden (100%), responden dengan asupan makanan normal mayoritas memiliki status gizi normal sebanyak 41 responden (100,0%), responden dengan asupan makanan lebih mayoritas memiliki status gizi gemuk sebanyak 33 responden (100,0%). Hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai *p value* $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan makanan dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

3. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi

Hubungan analisis aktivitas fisik dengan status gizi pada responden di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 5 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Aktifitas Fisik	Status Gizi						Total	<i>p value</i>
	Kurus		Normal		Gemuk			
	n	%	n	%	n	%	N	
Ringan	4	5.4	39	52.7	31	41.9	74	100
Sedang	6	60.0	2	20.0	2	20.0	10	100
Berat	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	100
Total	10	11.9	41	48.8	33	39.3	84	100

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil analisis hubungan Aktifitas fisik dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan menunjukkan bahwa, responden dengan aktifitas fisik ringan lebih banyak memiliki status gizi gemuk sebanyak 31 responden (41.9%), responden dengan aktifitas fisik sedang lebih banyak memiliki status gizi kurus sebanyak 6 responden (60,0%), dan tidak ada responden yang memiliki aktifitas fisik berat. Hasil uji statistik *chi square* diperoleh nilai *p value* $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

PEMBAHASAN

Hubungan Uang Saku dengan Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Uang saku merupakan uang yang diberikan oleh orang yang digunakan untuk membeli makanan atau minuman selama berada di sekolah. Kebanyakan anak menggunakan uang saku mereka untuk membeli gorengan dan minuman soft drink yang mengandung pemanis sangat tinggi. Keputusan mengkonsumsi suatu makanan biasanya dipengaruhi faktor kesukaan dan besarnya uang saku pada anak, semakin besar uang saku yang diperoleh makan semakin besar peluang dalam mengkonsumsi berbagai makanan yang disukai (12).

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dengan *p value* =0.000. Sejalan dengan penelitian Telisa, Imelda et al., (2020) menyatakan bahwa ada

hubungan uang saku dengan terjadinya obesitas pada remaja SMA (p value= 0.032). dengan nilai OR 2.308, uang saku dengan kategori tinggi beresiko untuk menderita obesitas, uang saku tinggi cenderung dapat memilih jenis makanan yang dibeli dan diinginkan, sedangkan uang saku rendah cenderung memilih makanan yang murah, seperti gorengan dan cepat saji, tanpa memerhatikan zat gizi dalam makanan tersebut (32). Pada penelitian ini uang saku tinggi lebih banyak memiliki status gizi gemuk sebanyak 20 responden (74,1%), dan semua uang saku yang diberikan orangtua digunakan untuk membeli makanan atau jajan saat berada di sekolah diantaranya mi instan, gorengan, bakso, rujak dan minuman manis kemasan, dibutuhkannya peran orang tua dalam mengatur uang saku sesuai dengan kebutuhan anak remaja pada siswa di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

Li et al. (2017) menyatakan bahwa dalam penelitiannya di bagian kota besar di China menunjukkan terdapat hubungan antara besaran uang saku dengan resiko anak sekolah mengalami berat badan lebih, ini merupakan dampak dari adanya peningkatan trend sosial di China yang mengakibatkan tingginya uang saku yang diterima oleh anak sekolah. Semakin tua usia anak sekolah maka uang saku yang diterima semakin besar dan semakin besar uang saku yang diterima maka beresiko 45-90% pada kejadian status gizi lebih (13).

Hubungan Asupan Makanan dengan Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makanan dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dengan p value =0.000. responden dengan asupan makanan kurang semua memiliki status gizi kurang sebanyak 10 responden dan dengan asupan makanan lebih semua memiliki status gizi gemuk sebanyak 33 responden. Telisa, imelda et al (2020) menyatakan bahwa faktor yang berhubungan dan menjadi faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja adalah asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat). Responden yang memiliki status obesitas mencapai 33.1 %. Asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dengan kategori lebih rata-rata mencapai 34%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa pada umur remaja kelebihan asupan zat gizi terumata makro cukup tinggi. Hal ini ditunjang dengan konsumsi fast food yang sering sebesar 63.6% (14).

Siswa dengan asupan energi/lemak dari jajan yang lebih dari 100% namun memiliki status gizi yang normal, hal ini dikarenakan mereka memiliki asupan energi/lemak sehari yang lebih rendah dan rata-rata memiliki kebiasaan sarapan setiap hari. Sebaliknya terdapat asupan lemak dari makanan jajan sedikit namun memiliki status gizi lebih hal ini dikarenakan

asupan lemak sehari yang lebih tinggi (15). Salah satu fungsi lemak adalah sebagai sumber energi. Semakin banyaknya mengkonsumsi lemak tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik maka semakin besar juga lemak yang tidak dipergunakan yang kemudian disimpan dalam jaringan adiposa, dan hal tersebut dapat menyebabkan gizi lebih (16).

Menurut almatsier (2010) dalam Julianti (2018) menyatakan bahwa Kebiasaan yang diperoleh ketika masa remaja akan mempengaruhi kesehatan dan fase kehidupan lainnya. Remaja putri memiliki kebiasaan makan yang kurang baik sering melupakan untuk sarapan pagi sebelum ke sekolah, suka menghindari beberapa jenis makanan seperti telur dan susu, kebiasaan dan kesukaan terhadap mengkonsumsi makanan tertentu sehingga asupan gizi seimbang dan variasi makanan terlupakan (17).

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makanan dengan status gizi pada responden SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan dengan *p value* =0.000. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Cahyaning, RCD et al., (2019) ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi remaja putra di SMPN Kota Malang (18). Aktivitas fisik didefinisikan sebagai pergerakan tubuh khususnya otot yang membutuhkan energi dan olahraga adalah salah satu bentuk aktivitas fisik. Rekomendasi dari Physical Activity and Health menyatakan bahwa aktivitas fisik sedang sebaiknya dilakukan sekitar 30 menit atau lebih dalam seminggu. Aktivitas fisik sedang antara lain berjalan, jogging, berenang, dan bersepeda (19).

Aktivitas fisik anak adalah bagaimana cara anak mengalokasikan waktunya selama 24 jam dalam kehidupan sehari-hari untuk melakukan suatu jenis kegiatan secara rutin dan berulang-ulang. Aktivitas anak pada penelitian ini dibedakan pada aktivitas hari sekolah dan hari libur. Jenis dan waktu yang dialokasikan anak untuk berbagai kegiatan disajikan. Sekolah merupakan kegiatan yang memiliki alokasi waktu terbesar untuk kedua anak gemuk dan normal yaitu 9 jam/hari (19). Status gizi remaja tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas fisik saja tetapi banyak faktor lain yang mempengaruhinya, diantaranya adalah penyakit infeksi, genetik dan hormonal (18).

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan uang saku dengan status gizi pada remaja SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan. Ada hubungan asupan makanan dengan status gizi pada remaja SMP

Muhammadiyah 21 Serbelawan. Ada hubungan aktifitas fisik dengan status gizi pada remaja SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Bapak /Ibu pimpinan SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan yang telah memberikan ijin untuk meneliti di SMP Muhammadiyah 21 Serbelawan.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik dalam publikasi artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arisman. Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi Edisi 2. Jakarta: EGC Buku Kedokteran; 2010.
2. Batubara JR. Adolescent Development (Perkembangan Remaja). Sari Pediatr. 2010;12(1):21.
3. Hafiza D, Utmi A, Niriayah S. Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. Al-Asalmiya Nurs J Ilmu Keperawatan (Journal Nurs Sci. 2021;9(2):86–96.
4. Winarsih. Pengantar ilmu gizi dalam kebidanan. Yogyakarta: Pustaka Baru; 2018.
5. Widyawati. Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Remaja Putri Usia 15-17 Tahun Di Madrasah Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2016. 2016;
6. Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar Nasional. Riskesdas. 2018;63.
7. Provsu DK. Profil Provinsi Sumatera Utara. J Ilm Smart. 2019;III(2):68–80.
8. Hidayah N, Bowo PA. Pengaruh Uang Saku, Locus of Control, Dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif. Econ Educ Anal J. 2019;7(3):1025–39.
9. Miko A, Pratiwi M. Relationship to eating pattern and physical activity with obesity in Health Polytechnic students Ministry of Health in Aceh. AcTion J. 2017;2(1).
10. Miristia V. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMP Dharma Pancasila Medan. 2018;
11. Sartika W, Herlina S, Qomariah S, Juwita S. Pengaruh Uang Saku Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19 The Effect of Pocket Money on The Events of Overnutrition In Youth Times Pandemic Covid 19. J Heal Technol Med. 2022;8(1).
12. Ariesta M, Mitra, Desfita S, Nurlisis, Harahap H. Hubungan Keanekaragaman Konsumsi Pangan Dan Aktifitas Fisik Dengan Kegemukan Remaja Di Smpn Kampar Kiri Kabupaten Kampar. J Ners [Internet]. 2021;5(2). Available from: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
13. Rahman J, Fatmawati I, Syah MNH, Sufyan DL. Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. AcTion Aceh Nutr J. 2021 May 28;6(1):65.

14. Telisa I, Hartati Y, Dwisetyo Haripamilu A. Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Heal J* [Internet]. 2020;7(3):124–31. Available from: www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
15. Harvi SF, Maryanto S, Pontang GS. The Correlation Between Energy And Fat Of Street Food Towards The Nutritional Status Of Students Aged 13-15 Years Old In West Ungaran. *J Gizi dan Kesehatan*. 2017;9(21).
16. Qurrata D, Yunin A', Nadhiroh SR. Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lebih pada Siswa SMA Al-Falah Surabaya. *Indones J Heal Promot* [Internet]. 2022;5(11). Available from: <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
17. Julianti N. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Cikarang Program Studi D III Kebidanan Neneng Julianti Status Gizi Pada Remaja Putri Di MTS Al-Barkah Bekasi Tahun 2017. *J Ilm Kebidanan*. 2018;12.
18. Chaterina Dwi Cahyaning Supriyadi Agung Kurniawan R. Hubungan Pola Konsumsi, Aktivitas Fisik dan Jumlah Uang Saku dengan Status Gizi pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang Tahun 2019 [Internet]. Vol. 1, *Sport Science and Health* |. 2019. Available from: <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/indexhttp://fik.um.ac.id/>
19. Septiani R, Raharjo BB. Pola Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Faktor Keturunan Terhadap Kejadian Obesitas (Studi Kasus pada Siswa SD Negeri 01 Tonjong Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes). *Public Heal Perspect J* [Internet]. 2017;2(3):262–9. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>