

ABSTRAK

Obesitas menjadi salah satu dari sekian banyak masalah kesehatan bagi anak dan orang dewasa. Obesitas terjadi karena tidak seimbangnya energi antara kalori yang dikonsumsi dengan kalori yang digunakan. Penyebab ketidakseimbangan ini disebabkan karena peningkatan asupan makanan berenergi dengan kandungan lemak yang tinggi dan penurunan aktifitas fisik. Di Indonesia prevalensi angka gemuk 21,8 dan ditemukan pada anak sebesar 8,7%. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi bagaimana hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah. Metode dalam penelitian ini menggunakan *Literature Review*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh jurnal nasional dan internasional yang sesuai dengan tema peneliti. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 3 jurnal nasional dengan teknik penelitian menggunakan Purposive sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi dalam jurnal ini yaitu faktor dari pola makan. Diharapkan bagi petugas kesehatan dapat melakukan pengendalian atau pencegahan dengan cara mengatur pola makan, dengan porsi ideal dan seimbang.

Kata Kunci : Obesitas, Pola Makan, Anak Usia Sekolah
Daftar Pustaka : 1 Buku (201)
4 Jurnal (2015-2020)
5 Website (2010-2020)

ABSTRACT

Obesity is one of the many health problems for children and adults. Obesity occurs because the energy imbalance between the calories consumed and the calories used. The cause of this imbalance is due to an increase in the intake of energy foods with high fat content and a decrease in physical activity. In Indonesia, the prevalence of fat rate is 21.8 and it is found in children by 8.7%. The purpose of this study was to identify how the relationship between diet and obesity in school age children. The method in this study using a Literature Review. The population in this study were all national and international journals in accordance with the research theme. The sample used in this study were 3 national journals with research techniques using purposive sampling with predetermined inclusion and exclusion criteria. The results of this study indicate that the factors that influence this journal are the factors of diet. It is hoped that health workers can exercise control or prevention by regulating diet, with ideal and balanced portions.

Keywords: Obesity, Diet, School Age Children

Bibliography: 1 Book (2017)

4 Journals (2015-2020)

5 websites (2010-2020)