

Faktor Penyebab dalam Pencegahan Obesitas pada Balita di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidempuan Utara

Nurul Hidayah Nasution, Lola Febrianty
Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan
nurulhidayah.nasution12@gmail.com
0852-7537-5159

ABSTRAK

Obesitas adalah keadaan patologis dengan adanya penimbunan lemak yang berlebih dari fungsi tubuh yang normal (Soetjningsih, 2012). Obesitas merupakan salah satu masalah yang dihadapi Indonesia selain kekurangan nutrisi. Ketimpangan pendapatan yang menyertai pertumbuhan ekonomi Indonesia dapat memperburuk masalah yang dihadapi Indonesia tersebut. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui faktor penyebab dalam pencegahan obesitas pada balita di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidempuan. Jenis penelitian analitik, desain studi *cross sectional*. Variabel independen adalah karakteristik responden (umur, pendidikan, sumber informasi dan pekerjaan), pengetahuan dan pola makan. Variabel dependen adalah pencegahan obesitas. Hasil penelitian, tidak ada hubungan umur orang tua, pendidikan orang tua, sumber informasi, pekerjaan orang tua, pengetahuan orang tua dan pola makan anak dengan pencegahan obesitas pada balita. Faktor penyebab dalam pencegahan obesitas pada balita dipengaruhi oleh pendidikan, sumber informasi dan pengetahuan secara bersama-sama menjadi variabel paling dominan berhubungan dengan pencegahan obesitas, nilai OR = 2,52. Upaya yang dapat dilakukan seperti pemanfaatan media cetak dan media elektronik oleh orang tua sebagai sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan orangtua dalam mencegah obesitas pada balita. Sosialisasi kepada para orang tua tentang makanan sehat dan makanan jajanan sehat yang tepat dan pentingnya pengawasan terhadap makanan yang dikonsumsi oleh anak balita.

Kata kunci : obesitas, balita

ABSTRACT

Obesity is a pathological state with the accumulation of excess fat from normal bodily functions (Soetjningsih, 2012). Obesity is one of the problems faced by Indonesia in addition to malnutrition. Inequality of income that accompanies Indonesia's economic growth can exacerbate the problems facing Indonesia. This research aims to determine the causal factors in the prevention of obesity in children under five in Bincar Village, Padangsidempuan District. Type of research was analytic, cross sectional study design. The independent variable is the respondent's characteristics (age, education, source of information and occupation), knowledge and eating patterns. The dependent variable is prevention of obesity. The results showed, there is no relationship between parental age, parental education, sources of information, parental occupation, parental knowledge and children's diet with the prevention of obesity in infants. The causative factor in the prevention of obesity in infants is influenced by education, information sources and knowledge together being the most dominant variable related to obesity prevention, OR value = 2.52. Efforts can be made such as the use of print and electronic media by parents as a source of information in order to increase parental knowledge in preventing obesity in infants. Outreach to parents about healthy food and healthy snacks that are appropriate and the importance of supervision of food consumed by children under five.

Keywords: obesity, toddlers

1. PENDAHULUAN

Mempunyai anak yang senang makan adalah hal yang menggembarakan tetapi tetap berhati-hati dalam memberikan makanan, karena justru dapat menjadi bumerang disaat anak beranjak dewasa. Pola makan anak pada waktu kecil dapat menjadi kebiasaan yang sulit dihilangkan ketika anak akan beranjak dewasa. Akibatnya, anak dapat mengalami obesitas (Waluyo, 2010). Data WHO (*World Health Organization*) Tahun 2011 secara global menyebutkan bahwa obesitas merupakan faktor penyebab kematian nomor lima. Sedikitnya 2,8 juta penduduk meninggal akibat dari obesitas 1 juta jiwa di antaranya adalah anak-anak dan balita. Sedangkan pada tahun 2010, anak-anak dan balita mengalami obesitas hampir 43 juta jiwa. Prevalensi *overweight* dan obesitas telah meningkat selama tiga dekade terakhir. *Overweight* dan obesitas menjadi masalah kesehatan serius sejak awal abad ke-21 (WHO, 2012).

Data dari UNICEF (*United Nation Children's Fund*) dalam *World Children Refort Tahun 2012*, Indonesia menempati urutan pertama dengan tingkat obesitas pada anak tertinggi di wilayah ASEAN yakni 12,2 % presentase tersebut jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Negara di Asia Tenggara Lainnya, Seperti Thailand (8%), Malasiya (6%), Vietnam (4,6 %), dan Philipina (3,3 %).

Obesitas di Indonesia terjadi pada semua kelompok umur dan strata sosial ekonomi. Obesitas merupakan masalah yang serius karena dapat berlanjut hingga usia dewasa (KKRI, 2012; Mistry dan Puthussery, 2015 dalam Sarudarma, 2017). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menyebutkan bahwa proporsi status gizi gemuk pada anak balita di Indonesia sebesar 8%. Terdapat 13 Provinsi dengan prevalensi gemuk diatas prevalensi nasional.

Data Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2012, balita mengalami obesitas mengalami peningkatan dari tahun 2011 ditemukan 1,49% pada tahun 2012 menjadi sebesar 1,58% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2012). Data rekapitulasi kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan Tahun 2016, di seluruh Puskesmas Kota Padangsidimpuan Pada Tahun 2016 Terdapat

27 balita mengalami obesitas, pada usia 1-3 Tahun 12 balita dan usia 4-5 Tahun 15 balita.

Obesitas adalah keadaan patologis dengan adanya penimbunan lemak yang berlebih dari fungsi tubuh yang normal (Soetjiningsih, 2012). Selama ini sebagian masyarakat masih mempunyai anggapan bahwa balita yang gemuk menandakan balita yang sehat. Secara umum obesitas pada balita disebabkan karena kebiasaan pada pola makan, makanan siap saji salah satu contoh penyebabnya. Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak, terutama aspek perkembangan psikososial (Diana, 2013).

Obesitas merupakan salah satu masalah yang dihadapi Indonesia selain kekurangan nutrisi. Ketimpangan pendapatan yang menyertai pertumbuhan ekonomi Indonesia dapat memperburuk masalah yang dihadapi Indonesia tersebut (Hanandita dan Tampubolon, 2015 dalam Sarudarma, 2017). Dampak dari obesitas juga berpotensi mengalami berbagai penyakit yang menyebabkan kematian antara lain penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, dan lain-lain. Setiap tahunnya angka kejadian obesitas pada balita terus meningkat, maka dari itu diperlukan pengetahuan orang tua tentang obesitas pada balita (Diana, 2013). Lebih dari 2,1 miliar balita memiliki berat badan berlebih yang menyebabkan munculnya berbagai penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung (WHO, 2013).

Terjadinya obesitas merupakan dampak dari terjadinya kelebihan asupan energi dibandingkan dengan yang diperlukan oleh tubuh sehingga kelebihan asupan energi disimpan dalam bentuk lemak (Nugraha, 2009). Penyebab terjadinya obesitas diantaranya adalah faktor genetik, faktor kesehatan, faktor psikologis, faktor kurang gerak/olahraga, dan faktor lingkungan. Selain itu, pola makan yang tidak baik dan tidak sesuai dengan waktu, jumlah dan jenisnya merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya obesitas pada anak, karena anak-anak biasanya cenderung mengikuti perilaku dari orang tua mereka (Mu'tadin, 2010).

Survey Awal di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidimpuan Utara Kota Padangsidimpuan terdapat 152 orang Ibu yang memiliki balita dengan jumlah balita 167 orang, seluruh balita dengan status gizi

baik. Dan hasil wawancara dari 10 orang ibu yang memiliki balita, 6 orang belum mengetahui tentang pencegahan obesitas dan 4 orang mengetahui tentang pencegahan obesitas pada balita, 7 dari 10 balita makan dan minum susu lebih dari 3 kali, dan 6 dari 10 balita masih mengkonsumsi makanan selingan dengan makanan jajanan, seperti kerupuk, chiki atau permen, dengan alasan karena lebih mudah untuk didapatkan.

Oleh karena risiko yang ditimbulkan dari obesitas maka dengan penelitian ini dapat diketahui faktor penyebab yang dapat menghambat pencegahan obesitas pada balita sehingga nantinya dapat dilakukan suatu upaya sosialisasi melalui suatu media promosi kesehatan dalam melakukan pencegahan obesitas pada balita.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain studi *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidempuan Utara pada bulan Februari – Juli 2019. Populasi penelitian ini adalah Ibu yang memiliki balita di Kelurahan Bincar sebanyak 152 responden. Jumlah sampel 61 responden dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independen adalah karakteristik responden (umur, pendidikan, sumber informasi dan pekerjaan), pengetahuan dan pola makan. Variabel dependen adalah pencegahan obesitas.

Pengolahan data dimulai dari *editing, coding*, tabulasi data dan *entry data*. Kemudian Analisis data dimulai dengan

B. Hubungan Karakteristik Responden, Pengetahuan, Pola Makan dengan Pencegahan Obesitas

Tabel 2 Hubungan karakteristik responden, pengetahuan, pola makan dengan pencegahan obesitas di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidempuan Utara

Variabel	Pencegahan Obesitas		Total	ilai P
	akukan	Dilakukan		
Umur Orang Tua				
20-27	(52,6%)	(47,4%)	(100%)),076
28-33	(36,4%)	(63,6%)	(100%)	
34-40	77,8%)	(22,2%)	100%)	

analisis univariat yang dilakukan secara deskriptif dari masing-masing variabel dengan tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan terikat. Analisa ini menggunakan Uji *chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95 % ($p < 0,05$). Analisis multivariat dilakukan untuk melihat faktor yang paling dominan mempengaruhi konsumsi ikan terhadap keracunan merkuri pada masyarakat dengan menggunakan analisis regresi logistik.

3. HASIL

A. Gambaran Karakteristik Responden, Pengetahuan, Pola Makan dan Pencegahan Obesitas

Tabel 1 Distribusi karakteristik responden, pengetahuan, pola makan dan pencegahan obesitas di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidempuan Utara

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas umur responden adalah 28-33 tahun sebanyak 33 orang (54,1%), mayoritas pendidikan responden adalah perguruan tinggi sebanyak 34 orang (55,7%), mayoritas sumber informasi adalah media elektronik sebanyak 34 orang (55,7%), mayoritas pekerjaan responden adalah wiraswasta sebanyak 25 orang (41,0%). mayoritas pengetahuan responden adalah cukup sebanyak 28 orang (45,9%), mayoritas pola makan responden adalah tidak baik sebanyak 42 orang (68,9%), mayoritas pencegahan obesitas pada responden adalah tidak dilakukan sebanyak 32 orang (52,5%).

Tabel 2. Lanjutan Hubungan karakteristik responden, pengetahuan, pola makan dengan pencegahan obesitas di Kelurahan Bincar Kecamatan Padangsidimpuan Utara

Variabel	Pencegahan Obesitas	Total	Nilai P	
Pendidikan Orang tua				
SMA	17 (63,0%)	10 (37,0%)	27 (100%)	0,059
Perguruan Tinggi	12 (35,3%)	22 (64,7%)	34 (100%)	
Sumber Informasi				
Teman/ keluarga	7 (70%)	3 (30%)	10 (100%)	0,456
Tenaga kesehatan	3 (50%)	3 (50%)	6 (100%)	
Media cetak	5 (45,5%)	6 (54,5%)	11 (100%)	
Media elektronik	14 (41,2%)	20 (52,5%)	34 (100%)	
Pekerjaan Orang Tua				
Tua				
IRT	9 (60%)	6 (40%)	15 (100%)	0,190
Wiraswasta	9 (36%)	16 (64%)	25 (100%)	
Pegawai honorer	8 (66,7%)	4 (33,3%)	12 (100%)	
Pegawai negeri	3 (33,3%)	6 (66,7%)	9 (100%)	
Pengetahuan Orang Tua				
Baik	9 (42,9%)	12 (57,1%)	21 (100%)	0,684
Cukup	13 (46,4%)	15 (53,6%)	28 (100%)	
Kurang	7 (58,3%)	5 (41,7%)	12 (100%)	
Pola Makan Anak				
Baik	13 (68,4%)	6 (31,8%)	19 (100%)	0,055
Tidak Baik	16 (38,1%)	26 (61,9%)	42(100%)	

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis diperoleh bahwa tidak ada hubungan antara umur orang tua, pendidikan orang tua, sumber informasi, pekerjaan orang tua, pengetahuan orang tua dan pola makan anak dengan pencegahan obesitas pada balita.

C. Variabel Dominan yang Mempengaruhi Pencegahan Obesitas

Tabel 3 Variabel Dominan yang mempengaruhi pencegahan obesitas

Variabel	B	Nilai P
Pendidikan	1,457	0,021
Sumber Informasi	0,682	0,037
Pengetahuan	- 1,271	0,16
Constant	-4,842	

Tabel 3 Hasil analisis multivariat dilaporkan bahwa terdapat tiga variabel yang berhubungan signifikan terhadap pencegahan obesitas ($p < 0,05$) yaitu pendidikan, sumber informasi dan pengetahuan. Faktor penyebab dalam pencegahan obesitas pada balita dipengaruhi oleh pendidikan, sumber informasi dan pengetahuan secara bersama-sama menjadi variabel paling dominan berhubungan dengan pencegahan obesitas, nilai OR = 2,52.

4. PEMBAHASAN

A. Hubungan Karakteristik Responden, Pengetahuan, Pola Makan dengan Pencegahan Obesitas

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil analisis hubungan umur orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh nilai $p = 0,076$ artinya tidak ada hubungan umur orang tua dengan pencegahan obesitas. Tidak adanya hubungan umur orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita dikarenakan umur orang tua bukan merupakan faktor langsung yang dapat mempengaruhi pencegahan obesitas pada balita.

Umur orang tua berkaitan dengan pengetahuan yang dimiliki, terutama berkaitan dengan makanan sehat dan upaya dalam melakukan pencegahan obesitas pada balita. Selain itu, juga didukung dengan

jumlah mayoritas umur orang tua yaitu 28-33 tahun sehingga rentang umur tersebut dapat dikatakan berkaitan dengan pekerjaan orang tua. Tempat kerja pada umumnya lebih memilih wanita yang dipekerjakan di kantornya dikarenakan wanita memiliki sifat yang lebih sabar, teliti dan loyal pada pekerjaannya. Hal-hal tersebut membuat anak-anak dalam keluarga tersebut diasuh atau diawasi oleh asisten rumah tangga, saudara atau kakek dan neneknya sehingga akan mempengaruhi pola konsumsi makanan sehat pada anak dan upaya dalam pencegahan obesitas pada balita tidak tercapai.

Hasil analisis pendidikan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh nilai $p = 0,059$ artinya tidak ada hubungan pendidikan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita. Tidak adanya hubungan pendidikan orangtua dengan pencegahan obesitas pada balita diduga karena faktor pendidikan bukan merupakan faktor langsung yang mempengaruhi status gizi, tetapi pendidikan sangat berpengaruh pada tingkat pengetahuan. Pengetahuan kesehatan dan gizi merupakan faktor yang sangat mempengaruhi pola konsumsi makan.

Tinggi rendahnya tingkat pendidikan ibu erat kaitannya dengan pengetahuan terhadap kesadaran akan kesehatan dan gizi anak-anak dan keluarganya. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang mereka peroleh. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi dan lebih tanggap terhadap adanya masalah gizi didalam keluarga dan bisa mengambil tindakan secepatnya misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Wawan, 2011). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suriani (2019) yang menyebutkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antarpendidikan ibu dengan kegemukan pada anak balita.

Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan sifat keterbukaan untuk menerima perubahan atau hal baru guna pemeliharaan kesehatan anak maupun salah satu penjelasannya, karena secara biologis ibu merupakan sumber hidup anak. Tingkat pendidikan ibu banyak menentukan sikap dan menghadapi berbagai masalah, misalnya memberikan makanan sehat kepada

anaknyanya. Anak-anak dari ibu yang mempunyai latar pendidikan lebih tinggi akan mendapat kesempatan hidup serta tumbuh lebih baik.

Hasil analisis sumber informasi dengan pencegahan obesitas diperoleh nilai $p = 0,059$ artinya tidak ada hubungan pendidikan dengan pencegahan obesitas. Keluarga berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu. Orang yang terpapar sumber informasi menghasilkan peningkatan pengetahuan bila dibandingkan dengan orang yang tidak terpapar sumber informasi.

Informasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga seseorang yang lebih banyak mencari informasi baik dari media cetak, media elektronik, maupun petugas kesehatan, maka pengetahuan lebih tinggi dari pada orang yang tidak pernah menerima informasi atau membaca buku dan apabila seseorang mendapat sumber informasi dari satu sumber saja, maka pengetahuan yang diperoleh masih dianggap kurang.

Hasil analisis pekerjaan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh nilai $p = 0,059$ artinya tidak ada hubungan pekerjaan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suriani (2019) yang menyebutkan bahwa tidak adanya hubungan antara status pekerjaan ibu dengan status gizi.

Di zaman modern saat ini banyak orang tua terutama wanita yang bekerja baik itu termasuk kedalam pekerjaan terampil maupun yang tidak terampil. Kondisi saat ini, dalam satu keluarga ibu yang bekerja merupakan suatu kebutuhan untuk menopang perekonomian keluarga. Banyak alasan yang menyebabkan ibu harus bekerja diantaranya untuk kebutuhan hidup sehari-hari, untuk biaya sekolah anak dan lainnya.

Hasil analisis hubungan antara pekerjaan ibu dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh bahwa upaya pencegahan obesitas yang tidak dilakukan pada balita dengan ibu yang memiliki jenis pekerjaan wiraswasta sebesar 64%. Data diatas secara presentase bahwa balita dengan

ibu bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan balita dengan ibu yang tidak bekerja sehingga anak yang memiliki orang tua terutama ibu yang bekerja akan sulit untuk mengontrol pola konsumsi makanan anak yang disuguhkan dengan mengonsumsi makanan siap saji yang sedikit kandungan gizinya.

Hal tersebut dikarenakan minimnya waktu yang dimiliki oleh ibu yang bekerja untuk menyiapkan, mengolah dan menyajikan masakan yang bergizi dalam upaya pencegahan obesitas pada balita. Frekuensi makan di luar rumah seperti makanan siap saji cenderung meningkat karena waktu yang tersedia untuk menyiapkan makanan di rumah sedikit.

Hasil analisis pengetahuan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh nilai $p = 0,684$ artinya tidak ada hubungan pengetahuan orang tua dengan pencegahan obesitas pada balita.

Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi perilaku, dalam hal melakukan pencegahan obesitas pada balita. Pengetahuan kesehatan dan pembinaan gizi tentang pentingnya sarapan dan membawa bekal, sanitasi dan jajanan yang sehat berhubungan dengan status gizi anak. Peran orangtua sangat penting dalam memperhatikan pola makan anak dan menyiapkan bekal sehat agar mengurangi jajan di sekolah sehingga setidaknya dapat mencegah terjadinya obesitas pada balita.

Pengetahuan yang baik tidak menjamin ibu akan memiliki pencegahan obesitas yang baik pula, dikarenakan bukan hanya faktor pengetahuan yang berhubungan terhadap pencegahan obesitas. Ada faktor lain yang memiliki hubungan terhadap pencegahan obesitas seperti pola makan ataupun faktor lainnya.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umam (2013) tentang analisa pengetahuan terhadap upaya pencegahan obesitas pada remaja di Wreda Pucaang gading Jakarta Selatan yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan upaya pencegahan obesitas pada balita. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik belum tentu akan berupaya baik dalam mencegah obesitas.

Hasil analisis hubungan pola makan balita dengan pencegahan obesitas pada balita diperoleh nilai $p = 0,055$ artinya tidak

ada hubungan pola makan balita dengan pencegahan obesitas pada balita. Balita yang memiliki pola makan yang tidak baik dan tidak melakukan upaya pencegahan obesitas sebanyak 26 orang (61,9%). Sebagian besar pola makan balita tidak baik dikarenakan orang tua yang bekerja sehingga makanan yang dikonsumsi tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi balita.

Pola makan memainkan peranan yang penting dalam proses terjadinya obesitas. Pola makan yang tidak baik merupakan pencetus tidak dilakukannya pencegahan obesitas. Obesitas berhubungan dengan pola makan, terutama bila makan jajanan tidak sehat yang tinggi kalori dan rendah serat.

B. Variabel Dominan yang Mempengaruhi Pencegahan Obesitas

Faktor penyebab dalam pencegahan obesitas pada balita dipengaruhi oleh pendidikan, sumber informasi dan pengetahuan secara bersama sama menjadi variabel paling dominan berhubungan dengan pencegahan obesitas, nilai OR = 2,52 artinya responden dengan pendidikan yang tinggi, sumber informasi yang variatif dan pengetahuan yang baik mempunyai peluang 2,5 kali lebih besar dapat melakukan pencegahan obesitas pada balita dibandingkan dengan responden dengan pendidikan yang rendah sumber informasi yang kurang variatif dan pengetahuan yang kurang.

Upaya yang dapat dilakukan seperti pemanfaatan media cetak dan media elektronik oleh orang tua sebagai sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan orangtua dalam mencegah obesitas pada balita. Sosialisasi kepada para orang tua tentang makanan sehat dan makanan jajanan sehat yang tepat dan pentingnya pengawasan terhadap makanan yang dikonsumsi oleh anak balita.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Mayoritas umur responden adalah 28-33 tahun (54,1%), mayoritas pendidikan responden adalah perguruan tinggi (55,7%), mayoritas sumber informasi adalah media elektronik (55,7%), mayoritas pekerjaan responden adalah wiraswasta (41,0%). mayoritas

pengetahuan responden adalah cukup (45,9%), mayoritas pola makan responden adalah tidak baik (68,9%), mayoritas pencegahan obesitas pada responden adalah tidak dilakukan (52,5%).

2. Tidak hubungan umur, pendidikan, sumber informasi, pekerjaan, pengetahuan dan pola makan dengan pencegahan obesitas.
3. Pencegahan obesitas pada balita dipengaruhi oleh pendidikan, sumber informasi dan pengetahuan secara bersama sama menjadi variabel paling dominan berhubungan dengan pencegahan obesitas, nilai OR = 2,52 artinya responden dengan pendidikan yang tinggi, sumber informasi yang variatif dan pengetahuan yang baik mempunyai peluang 2,5 kali lebih besar dapat melakukan pencegahan obesitas pada balita dibandingkan dengan responden dengan pendidikan yang rendah sumber informasi yang kurang variatif dan pengetahuan yang kurang.

6. REFERENSI

- Diana, Yunita Sari. (2013). *Konsumsi Zat Gizi dan Aktivitas Balita Obesitas*. Bogor
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2012). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2012*. Di akses dari <http://www.depkes.go.id>
- Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2016*.
- Soetjiningsih, 2012. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC
- Suriani, Sari. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kegemukan Pada Balita di Kelurahan Warnasari Kecamatan Citangkil Kota Cilegon. *Falatehan Health Journal*, 6 (1) (2019) 1-10
- Umam, 2013. *Analisi Pengetahuan Terhadap Upaya Pencegahan Obesitas Pada Ibu Balita di Wreda Pucaang gading Jakarta Selatan*. Jawa Barat: Universitas Indonesia
- UNICEF (*United Nation Children's Fund*). 2012. Diakses <http://nationalgeographic.co.id>
- Waluyo, Kusno 2010. *Memahami Gizi untuk Bayi dan Anak*. Bandung: PT.Puri Delco
- Wawan, 2011. *Pengertian Umur di Akses* dari <http://digilib.unimus.ac.id>
- Nugraha, 2009. *Pengertian Obesitas di akses* dari <http://repository.usu.ac.id.pdf>
- World Health Organization (WHO). (2012) *Obesity: preventing and managing the global epidemic: Technical Report Series 2012*. Geneva: WHO
- WHO. (2013). *Obesity: preventing and managing the global epidemic: Technical Report Series 2013*. Geneva: WHO.
- World Children Refort Tahun 2012*. 2012. Diakses <http://nationalgeographic.co.id>