ARTIKEL RISET
URL artikel: http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig389

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI WILAYAH SANUR KAJA DENPASAR SELATAN

Ni Putu Yosi Rahayu[1], I Komang Agusjaya Mataram[2], A.A Gde Raka Kayanaya[3]
[1]Alumni Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar
[2,3]Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar
Email: yosirahayu14@yahoo.com

ABSTRACT

Technological and socio-economic developments have changed traditional consumption patterns to western consumption patterns such as *fast food* contains high energy and fat. Based on Riskesdas (2013) the prevalence of obesity is quite high 18,8%. The purpose this research is to know the relation of knowledge and *fast food* consumption pattern with nutrition status in elementary school child in Sanur Kaja area. This research type is *observational* and *crossectional* design with 76 samples. Data of knowledge collected by angket method, data of *fast food* consumption pattern collected by interview method using *SQ-FFQ*, and nutrition status data based on indicator body mass index (IMT/U) collected by anthropometry method. Data analysis use pearson correlation statistics. The result of this research showed that 39 (51,3%) samples are knowledge enough, consumption patters of *fast food* samples both of type, consumption of energy, fat and frecuency more than average, type consumption *fast food* 47 (61,8%) sample, consumption energy of *fast food* 42 (55,3%) sample, consumption fat of *fast food* 40 (52,6%) sample and frequency of *fast food* consumption 46 *(*60,5%) sample. The normal nutrition status as much 53 (69,7%) sample, overweight 10 (13,2%) sample, obesity 11 (14,5%) sample, very lean 1 (1,3%) sample and lean 1 (1,3%) sample. Knowledge with *fast food* consumption pattern and type consumption of *fast food* with nutrition status there is no significant relationship (p>0,05), *fast food* consumption pattern which include consumption of energy, consumption of fat and frequency of *fast food* consumption significant relationship with nutrition status (p <0.05).
Keywords: Knowledge, Consumption Pattern, *Fast Food*, Nutrition Status

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang terjadi di negara berkembang tidak saja masalah kurang gizi esensial, tetapi juga masalah gizi lebih yang berupa kelebihan berat badan. Perkembangan zaman membuat masyarakat pada saat ini lebih memilih untuk bersikap praktis dengan memilih makanan yang mudah disajikan tetapi tetap terjaga cita rasanya. Hal ini disebabkan tingkat ekonomi masyarakat yang mulai membaik sehingga mengakibatkan konsumsi makanan yang berlebih. Salah satu alternatif yaitu memilih untuk makan makanan cepat saji (*fast food*) yang sekarang sudah menjadi fenomena makanan yang cukup potensial dan diakui keberadaannya oleh masyarakat.[1]

Fast food mengandalkan pangan hewani sebagai menu utama yang juga merupakan pangan sumber kolesterol dan lemak. Lemak dan kolesterol memang diperlukan tubuh, namun bila dikonsumsi berlebihan akan menyebabkan gangguan kesehatan seperti terjadinya penyumbatan pembuluh darah. Konsumsi lemak seharusnya dibatasi maksimum 25% kebutuhan kalori atau sekitar 500-550 kalori sedangkan konsumsi kolesterol adalah 300 mg/orang/hari. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang

berasal dari makanan jajanan jenis *fast food* berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan masalah gizi.[2]

Anak-anak mempunyai kesehatan yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok masyarakat lainnya. Meskipun demikian, kelompok ini merupakan kelompok yang rawan gizi karena dalam periode pertumbuhan dan perkembangan, serta karena pada masa ini anak sangat aktif bermain dan beraktifitas, baik di sekolah maupun di lingkungan rumah.[3] Di Indonesia masalah gizi yaitu kegemukan pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8% terdiri dari gemuk 10,0% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Prevalensi sangat gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Bali masuk kedalam daftar Provinsi dengan prevalensi obesitas diatas rata-rata nasional. Tingginya prevalensi gemuk dan obesitas salah satunya Kota Denpasar dengan prevalensi Gemuk dengan 15,4% serta yang mengalami obesitas 11,3%. Prevalensi obesitas lebih banyak terjadi pada anak laki-laki dengan 9,8% serta pada perempuan 7,7% berdasarkan perhitungan status gizi menurut IMT/U pada anak umur 5-12 tahun serta yang mempengaruhi terjadinya obesitas adalah tempat tinggal dimana kejadian obesitas di Bali yang memiliki tempat tinggal di perkotaan lebih tinggi yaitu 10,9% dibandingan dipedesaan dengan 5,7%.[4]

Perubahan pola hidup yang terjadi karena pengetahuan serta perubahan pola konsumsi pada anak yang cenderung mengkonsumsi makanan tinggi kalori sehingga kalori tidak terpakai akan disimpan dalam bentuk lemak dan mengakibatkan masalah gizi. Hal ini tercermin dari masa anak-anak umur 6-13 tahun yang selalu ingin tahu tentang berbagai jenis dan rasa makanan baik buatan lokal maupun industri.[5]

Prevalensi obesitas dan konsumsi *fast food* sebagai faktor terjadinya obesitas pada anak sekolah dasar di Kota Denpasar adalah sebesar 13,6% dan banyaknya jenis *fast food* yang dikonsumsi sangat berpengaruh terhadap terjadinya obesitas.[6] Berbagai faktor yang mungkin dapat menyebabkan antara lain pengetahuan tentang makanan yang kurang, penyakit infeksi karena lingkungan. Keadaan ini dapat diasumsikan dari tidak adanya kasus-kasus gizi kurang dan buruk, melainkan memunculkan masalah gizi lebih yang cukup tinggi persentasenya yang diakibatkan oleh pengetahuan yang kurang mengenai makanan yang dikonsumsi.[7]

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi pada anak sekolah dasar di wilayah Sanur Kaja Denpasar Selatan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian adalah *observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah siswa SD N 2 Sanur, SD N 6 Sanur dan SD N 12 Sanur di wilayah Sanur Kaja Denpasar Selatan pada bulan April 2018. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V yang berjumlah 310 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 76 orang dengan kriteria bersedia menjadi sampel, berumur 10-12 Tahun, tidak dalam keadaan sakit dan terdaftar di sekolah bersangkutan pada bulan dan tahun dilaksanakan penelitian. Di masing-masing kelas sampel diambil dengan teknik *simpel random sampling* menggunakan sistem undian untuk memilih sampel sebanyak yang dibutuhkan sesuai perhitungan.

Data pengetahuan dikumpulkan dengan pengisian angket tentang pengetahuan dengan katagori baik skor 80-100%, cukup skor 60-79%, kurang skor <60%. Data pola konsumsi *fast food* dikumpulkan dengan metode wawancara dibantu dengan instrumen kuesioner *Semi Quantitatif-food frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Data jenis *fast food* diolah dengan menjumlahkan jenis-jenis *fast food* yang dikonsumsi dengan kategori ≥rata-rata dan <rata-rata. Data jumlah *fast food* diolah dengan mengkonversikan jumlah *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel ke dalam zat gizi yaitu energi dan lemak dengan kategori ≥rata-rata dan <rata-rata. Data frekuensi *fast food* diolah dengan menjumlah frekuensi *fast food* yang dikonsumsi oleh sampel selama satu bulan terakhir dengan kategori ≥rata-rata dan <rata-rata. Data status gizi diperoleh dari menghitung IMT/U dengan menimbang Berat Badan (BB) dan mengukur Tinggi Badan (TB) kemudian dihitung menggunakan rumus *z-score* dikelompokkan dengan ambang batas *z-score* berdasarkan indeks IMT/U yaitu sangat kurus, kurus,

normal, gemuk dan obesitas. Untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan dan pola konsumsi *fast food* dengan status menggunakan analisis statistik *korelasi pearson*.[8]

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sampel berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki yaitu 41 sampel (53,9%). Umur sampel terbanyak pada umur 11 Tahun yaitu 52 sampel (68,4%). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1
Sebaran Karakteristik Sampel

Karakteristik	Kategori	Jumlah	
		f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	35	46,1
	Perempuan	41	53,9
	Total	76	100.0
Umur	10 Tahun	17	22.4
	11 Tahun	52	68.4
	12 Tahun	7	9.2
	Total	76	100,0

Pengetahuan tentang *fast food* dengan rata-rata (60,13), diketahui sebagian besar dalam kategori cukup yaitu 39 (51,3%) sampel, sedangkan kategori baik yaitu 7 (9,2%) sampel dan kurang yaitu 30 (39,5%) sampel. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2
Sebaran Sampel menurut Pengetahuan tentang *Fast Food*

Pengetahuan	Jumlah	
	f	%
Baik	7	9.2
Cukup	39	51.3
Kurang	30	39.5
Total	**76**	**100,0**

Pola konsumsi adalah suatu pola perilaku konsumsi pangan yang diperoleh karena terjadinya berulang-ulang.[2] Pola makan yang baik dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi, konsep gizi bahwa jika konsumsi tinggi maka tingkat konsumsi zat-zat gizi juga tinggi.[7] Dari hasil penelitian mengenai jenis konsumsi *fast food* sebagian besar sampel ≥rata-rata 47 sampel (61,8%), jumlah konsumsi *fast food* baik dari segi jumlah energi maupun lemak sebagian besar ≥rata-rata yaitu jumlah konsumsi energi fast food sebanyak 42 sampel (55,3%) dan jumlah konsumsi lemak fast food sebanyak 40 sampel (52,6%) dan frekeunsi konsumsi *fast food* sebagain besar ≥rata-rata sebanyak 46 sampel (60,5%). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3
Sebaran Sampel menurut Pola Konsumsi *Fast Food*

Kategori		Jumlah	
		f	%
Jenis *Fast Food*	≥rata-rata	47	61.8
	<rata-rata	29	38.2
	Total	76	100,0
Konsumsi Energi *Fast Food*	≥rata-rata	42	55,3
	<rata-rata	34	44,7
	Total	76	100,0
Konsumsi Lemak *Fast Food*	≥rata-rata	40	52,6
	<rata-rata	36	47,4
	Total	76	100,0
Frekuensi konsumsi *Fast Food*	≥rata-rata	46	60,5
	<rata-rata	30	39,5
	Total	**76**	**100,0**

Status gizi berdasarkan indikator IMT/U sebagian besar dengan status gizi normal 53 sampel (69,7%). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4
Sebaran Sampel menurut Status Gizi berdasarkan indikator IMT/U

Status Gizi	Jumlah	
	f	%
Sangat kurus	1	1.3
Kurus	1	1.3
Normal	53	69.7
Gemuk	10	13.2
Obesitas	11	14.5
Total	**76**	**100,0**

Hubungan Pengetahuan dan Jenis konsumsi *Fast Food*

Diketahui 39 sampel dengan pengetahuan cukup yang mengkonsumsi jenis *fast food* ≥rata-rata sebanyak 27 (69,2%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 12 (30,8%) sampel. Dilain pihak sebanyak 30 sampel yang memiliki pengetahuan kurang yang mengkonsumsi jenis *fast food* ≥rata-rata dan <rata-rata sebanyak 15 (50,0%). Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata tingkat pengetahuan tidak berhubungan secara bermakna dengan konsumsi jenis *fast food* (p=0,51, r=0,75).

Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Energi *Fast Food*

Diketahui 39 sampel dengan pengetahuan cukup yang konsumsi energi *fast food* ≥rata-rata sebanyak 20 (51,3%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 19 (48,7%) sampel. Dilain pihak sebanyak 30 sampel yang memiliki pengetahuan kurang konsumsi energi *fast food* ≥rata-rata sebanyak 19 (63,3%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 11 (36,7%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata tingkat pengetahuan tidak berhubungan secara bermakna dengan konsumsi energi *fast food* yang dikonsumsi (p=0,24,r=0,13).

Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Lemak *Fast Food*

Diketahui 39 sampel dengan pengetahuan cukup yang konsumsi lemak *fast food* ≥rata-rata sebanyak 17 (43,6%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 22 (56,4%) sampel. Dilain pihak sebanyak 30 sampel yang memiliki pengetahuan kurang konsumsi lemak *fast food* ≥rata-rata 19 (63,3%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 11 (36,7%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata tingkat pengetahuan tidak berhubungan secara bermakna dengan konsumsi lemak *fast food* yang dikonsumsi (p=0,28,r=0,12).

Hubungan Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi *Fast Food*

Diketahui 39 dengan pengetahuan cukup yang frekuensi konsumsi *fast food* ≥rata-rata sebanyak 34 (44,7%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 5 (6,6%) sampel. Dilain pihak sebanyak 30 sampel yang memiliki pengetahuan kurang frekuensi konsumsi *fast food* ≥rata-rata 20 (26,3%) sampel sedangkan dengan kategori <rata-rata sebanyak 10 (13,2%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata tingkat pengetahuan tidak berhubungan secara bermakna dengan frekuensi konsumsi *fast food* (p=0,13,r=0,17).

Pengetahuan yang cukup belum dapat dijadikan ukuran kesadaran seseorang mengikuti pola makan sehat temasuk keputusan untuk mengkonsumsi *fast food*. Keputusan mengkonsumsi suatu makanan dipengaruhi faktor kesukaan, selain dari pengetahuan yang mempengaruhi pola konsumsi adalah faktor ekonomi, sosial budaya, meningkatnya aktivitas, dan kesibukan orangtua sehingga semuanya ingin serba cepat dan serba praktis, inilah yang akan mempengaruhi kebiasaan makan dan akhirnya terdorong untuk lebih memilih mengkonsumsi makanan *fast food* tanpa memikirkan dampak negatifnya bagi kesehatan.[9] Sehingga cenderung tidak ada hubungan secara bermakna antara pengetahuan dengan pola konsumsi konsumsi *fast food* yang meliputi jenis konsumsi *fast food*, konsumsi energi dan lemak *fast food* serta frekuensi konsumsi *fast food*. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan tidak adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan responden dengan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*).[10]

Hubungan Jenis Konsumsi *Fast Food* dan Status Gizi

Diketahui 47 sampel yang mengkonsumsi jenis *fast food* ≥rata-rata dengan status gizi normal sebanyak 30 (63,8%) sampel, status gizi gemuk sebanyak 5 (10,6%) sampel, status gizi dan obesitas sebanyak 10 (21,3%) sampel. Dilain pihak 29 sampel dengan jenis konsumsi *fast food*<rata-rata dengan staus gizi gemuk sebanyak 5 (17,2%) dan obesitas sebanyak 1 (3,4%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata jenis *fast food* tidak berhubungan secara bermakna dengan status gizi (p=0,10,r=0,18).

Hubungan Konsumsi Energi *Fast Food* dan Status Gizi

Diketahui 42 sampel yang konsumsi energi *fast food* ≥rata-rata dengan status gizi normal sebanyak 23 (54,8%) sampel, status gizi gemuk sebanyak 9 (21,4%) sampel, status gizi dan obesitas sebanyak 10 (23,8%) sampel. Dilain pihak sebanyak 34 sampel konsumsi energi *fast food*<rata-rata dengan status gizi gemuk sebanyak 1 (2,9%) sampel dan obesitas sebanyak 1 (2,9%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata konsumsi energi *fast food* ada hubungan secara bermakna dengan status gizi (p=0,02,r=0,47).

Hubungan Konsumsi Lemak *Fast Food* dan Status Gizi

Diketahui 40 sampel yang konsumsi lemak *fast food* ≥rata-rata dengan status gizi normal sebanyak 20 (50,0%) sampel, status gizi gemuk sebanyak 10 (25,0%) sampel, status gizi dan obesitas sebanyak 10 (25,0%) sampel. Dilain pihak sebanyak 36 sampel konsumsi lemak *fast food*<rata-rata dengan staus gizi obesitas sebanyak 1 (2,8%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson*

pada taraf signifikan 5% ternyata konsumsi lemak *fast food*ada hubungan secara bermakna dengan status gizi (p=0,04, r=0,48).

Hubungan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* dan Status Gizi

Diketahui 46 sampel yang frekuensi konsumsi *fast food* ≥rata-rata dengan status gizi normal sebanyak 25 (54,3%) sampel, status gizi gemuk sebanyak 8 (17,4%) sampel, status gizi dan obesitas sebanyak 11 (23,9%) sampel. Dilain pihak sebanyak 30 sampel frekuensi konsumsi *fast food*<rata-rata dengan staus gizi gemuk sebanyak 2 (6,7%) sampel. Berdasarkan analisis statistik *Korelasi Pearson* pada taraf signifikan 5% ternyata frekuensi konsumsi *fast food* ada hubungan secara bermakna dengan status gizi (p=0,01,r=0,26).

Konsumsi jenis *fast food* tidak berhubungan secara bermakna dengan status gizi. Jenis *fast food* di konsumsi belum dapat dijadikan ukuran mempengaruhi kebiasaan yang dapat mengubah keadaan gizi seseorang, selain dari jenis tingginya konsumsi *fast food* dapat dipengaruhi oleh frekuensi dan jumlah dari *fast food* yang dikonsumsi. Penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian Premayani (2010) dan Hanum (2016) yang menyatakan tidak ada hubungan antraa jenis *fast food* dengan status gizi pada siswa.[11,12] Konsumsi energi dan lemak *fast food* ada hubungan secara bermakna dengan status gizi. Kandungan energi dan lemak dari *fast food* sangat tinggi, karena secara umum sebagian besar *fast food* sangat tinggi kalori dan kandungan lemak jenuh, jika dikonsumsi secara terus menerus akan menyebabkan masalah gizi dan frekuensi konsumsi *fast food* ada hubungan secara bermakna dengan status gizi. Kebiasaan makan dapat menggambarkan frekuensi khususnya frekuensi konsumsi *fast food* dirumah maupun sekolah. Frekuensi sangat berkaitan erat dengan status gizi, karena semakin sering mengkonsumsi makanan *fast food* maka kecenderungan untuk mengalami status gizi gemuk dan obesitas akan semakin tinggi. Penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian Premayani (2010) yang menyatakan bahwa ada hubungan tingkat konsumsi lemak dari *fast food* dengan status gizi.[12] Penelitian Mataram (2017) juga menyatakan stunting dipengaruhi oleh konsumsi protein.[13]

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dapat disimpulkan sebagai berikut : 1) Pengetahuan anak Sekolah Dasar Di Wilayah Sanur Kaja tentang *fast food* 51,3% termasuk dalam kategori cukup dengan rata-rata 60,13. 2) Pola konsumsi yang meliputi jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi *fast food* anak Sekolah Dasar di Wilayah Sanur Kaja baik jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi *fast food* termasuk dalam kategori ≥rata-rata yaitu, jenis 61,8%, konsumsi energi *fast food* 55,3% dan konsumsi lemak 52,6% serta frekuensi konsumsi *fast food* 60,5%. 3) Status gizi anak Sekolah Dasar di Wilayah Sanur Kaja 1,3% sangat kurus, 1,3% kurus, 69,7% normal, 13,2% gemuk dan 14,5% obesitas. 5) Pengetahuan tidak berhubungan secara bermakna dengan pola konsumsi *fast food* baik dari segi jenis, jumlah dan frekuensi *fast food* serta jenis konsumsi *fast food* tidak berhubungan secara bermakna dengan status gizi anak Sekolah Dasar di Wilayah Sanur Kaja Denpasar Selatan (p>0,05). 6) Konsumsi energi dan lemak *fast food* serta frekuensi konsumsi *fast food* ada hubungan bermakna dengan status gizi sedangkan anak Sekolah Dasar di Wilayah Sanur Kaja Denpasar Selatan (p<0,05).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut: Diharapkan adanya penyuluhan tentang makanan cepat saji (*fast food)* dan penambahan konsumsi sayur dan buah pada menu yang dikonsumsi dalam sehari di Sekolah Dasar wilayah Sanur Kaja Denpasar Selatan oleh petugas Kesehatan yang mewilayah sekolah tersebut untuk mengurangi frekuensi konsumsi *fast food* yang tinggi, selain itu peranan dari orang tua untuk tidak membiasakan anak untuk mengkonsumsi makanan cepat saji dikarenakan dalam *fast food* tinggi kandungan energi dan lemak, diimbangi dengan konsumsi sayur dan buah serta olahraga yang teratur karena pada fase ini anak masih dalam masa pertumbuhan, jika konsumsi *fast food* secara berlebihan akan berdampak pada status gizi pada anak khususnya gizi lebih.

DAFTAR PUSTAKA

1. **V, Dauly.** *Persepsi Konsumen Dalam Memilih Makanan Cepat Saji.* s.l. : Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu politik Universitas Bengkulu, 2014. Tersedia dalam http://repository.unib.ac.id/9194/2/I%2CIII%2CI-14-vir-FS.pdf. diakses pada 10 April 2017.
2. **A, Khomsan.** *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan.* Jakarta : Raja Grafindopp Persada, 2004.
3. **S, Notoatmodjo.** *Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilpaku Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta, 2003.
4. **Kemenkes,RI**.*Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS).* 306, Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2013. Tersedia dalam

   Http://www.depkes.go.id/resources/download/general/hasil Riskesdas 2013.pdf.Diakses tanggal 9 April 2017
5. **Arisman,MB.** *Gizi Dalam Daur Kehidupan. Buku Ajar Ilmu Gizi*.Jakarta : EGC, 2004. XV,235 hlm.
6. **Padmiari, IAE.** *Prevalensi Obesitas dan Konsumsi Fast Food sebagai Faktor Resiko Terjadi Obesitas pada Anak SD Di Kota Denpasar,Provinsi Bali.* Yogyakarta : Program Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada, 2002. Tersedia dalam http://googleweblight.com/i?u=http://etd.repository.ugm.ac.id/index.php?mod%3Dpenelitian_detail%26sub%3DPenelitianDetail%26act%3Dview%26typ%3Dhtml%26buku_id%3D18909&grqid=mIqf04_9&s=1&hl=id-ID. Diakses pada 10 April 2017.
7. **Baliwati, Y.F, Khomsan, A and Dwiriani, C,Meti.** *Pengantar Pangan dan Gizi.* Jakarta : Penebar Swadaya, 2004.
8. **Sugiyono.** *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D Edisi ke-12* . Bandung : ALFABETA, 2011.
9. **Adriani, M and Wirjatmadi.** *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan, Edisi-1*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2012.
10. **Santosa, B and Velania, V**.*Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Makanan Cepat Saji dengan Pola Konsumsinya pada Mahasiswa Tingkat II Akper Panti Kosala Surakarta***.** Surakarta : s.n., 2017, Vol. 5. No.1. Tersedia dalam https://ejurnal.akperpantikosala.ac.id/index.php/jik/article/download/115/85.Diakses tanggal 6 Juni 2018.
11. **Hanum, L.** *Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja.* Riau : Jurusan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, 2016.Tersedia dalam http://googleweblight.com/i?u=htpps://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/5108&grqid=rHBgYs89&s=1&hl=id-ID. Diakses Pada 10 juni 2018.
12. **Premayani, E.** *Hubungan Pola Konsumsi Fast Food dan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa SMP Santo Yoseph Denpasar.* Denpasar : Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar, 2010.
13. **Mataram, IKA**.*Stunting Cause Factors in the Village Of Traditional Bali*. 2017. Available online at http://ijcu.us/online/journal/index.php/irjei.diakses tanggal 6 Juni 2018.