

INFORMASI ARTIKEL

Received: June, 19, 2026

Revised: September, 30, 2026

Available online: September, 30, 2026

at: <https://e-jurnal.ipohrr.com/index.php/hjk>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

Abstract

Background: Adolescent obesity has emerged as a critical global public health crisis driven by modern urbanization, sedentary lifestyles, and the high consumption of ultra-processed foods. In Indonesia, the DKI Jakarta province exhibits the highest prevalence of obesity, necessitating targeted school-based interventions.

Purpose: To explore students' knowledge and evaluate institutional prevention efforts against adolescent obesity.

Method: A qualitative case study design was conducted at a State Islamic Senior High School in South Jakarta. Informants were selected via purposive sampling, comprising a key informant (Principal), main informants (students), an expert informant (nurse from school health unit), and a supporting informant (school health unit' advisory teacher). Data were gathered through semi-structured in-depth interviews with rigorous probing, validated via source and method triangulation, and analyzed using content analysis.

Results: Five core themes emerged: (1) Health promotion programs ("Healthy Wednesday" and "Nutritious Act") run periodically, though specific obesity-prevention materials remain scarce; (2) Extensive physical activity support is provided through physical education, extracurriculars, and comprehensive sports facilities (stadium, swimming pool, and gym); (3) Nutritional status monitoring via anthropometric screening is carried out annually with local health centers; (4) The school enforces an Eco-school ("Adiwiyata") healthy canteen policy; and (5) Primary implementation challenges stem from persistent student food preferences for junk food and the absence of an explicit, written obesity intervention protocol.

Conclusion: While the school possesses robust structural and programmatic assets for health promotion, there is an urgent need to integrate specialized, written obesity guidelines and continuous personal counseling to translate knowledge into sustained behavioral change.

Keywords: Adolescent Obesity; Health Education; Physical Activity; School Health Unit; Urban Health.

PENDAHULUAN

Obesitas pada kelompok usia remaja telah menjelma menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat paling krusial di era modern global. Transisi epidemiologi yang ditandai oleh pergeseran gaya hidup masyarakat urban secara drastis mendorong peningkatan status gizi lebih secara eksponensial. Remaja merupakan kelompok yang berada dalam fase tumbuh kembang aktif sekaligus menjadi kelompok yang paling rentan terhadap

paparan lingkungan obesogenik. Pola perilaku instan, tingginya ketergantungan pada gawai, penurunan intensitas pergerakan fisik harian, serta tingginya penetrasi industri makanan ultraproces (*ultra-processed food*) yang padat kalori, namun miskin mikronutrien menjadi determinan utama yang mengeskalasi penumpukan lemak abnormal pada tubuh remaja (Mescoloto et al., 2024; Rahmawati et al., 2026). Jika tidak diintervensi secara dini, kondisi

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

obesitas pada fase remaja ini akan menetap hingga usia dewasa dan memicu timbulnya berbagai beban penyakit tidak menular kronis yang mengancam kualitas hidup (Adimuntja, 2024).

Secara epidemiologis, *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa prevalensi obesitas pada anak dan remaja usia 5–19 tahun melonjak tajam hingga lebih dari empat kali lipat secara global sejak dekade 1990-an (World Health Organization, 2025). Data internasional menunjukkan bahwa ratusan juta remaja saat ini hidup dengan status gizi lebih (*overweight*) dan obesitas (Swinburn et al., 2019). Di lingkup nasional, potret beban gizi ini terekam jelas dalam dokumen Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 yang menunjukkan peningkatan tren angka obesitas dari tahun ke tahun (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Republik Indonesia, 2023; United Nations Children's Fund, 2024). Di antara seluruh wilayah di Indonesia, Provinsi DKI Jakarta menempati urutan pertama dengan prevalensi obesitas tertinggi yang menyentuh angka 31.8%. Hal ini menegaskan bahwa sepertiga populasi di wilayah metropolitan berisiko mengalami konsekuensi klinis akibat berat badan berlebih, di mana kelompok remaja sekolah menengah menjadi penyumbang proporsi yang signifikan di kawasan urban kota administrasi seperti Jakarta Selatan (Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, 2022; Muharram et al., 2025).

Urgensi pelaksanaan penelitian ini didasarkan pada kebutuhan mendesak untuk memutus rantai manifestasi penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi dini, hiperkolesterolemia, gangguan kardiovaskular, serta sindrom metabolik sejak dini di lingkungan institusi pendidikan. Sekolah menengah, khususnya institusi berbasis madrasah yang mengintegrasikan pendidikan umum dan penguatan karakter moral, memiliki posisi strategis dan otoritas struktural untuk membentuk ekosistem yang kondusif bagi perubahan perilaku kesehatan siswa. Mengingat sebagian besar waktu harian remaja dihabiskan di lingkungan sekolah, kebijakan madrasah dalam mengontrol ketersediaan pangan di kantin, memfasilitasi sarana olahraga, serta menyelenggarakan edukasi gizi melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS) memegang peranan krusial untuk menentukan keberhasilan

program pencegahan obesitas secara kolektif (Nego et al., 2025; Fithriani et al., 2025).

Telaah terhadap berbagai literatur terdahulu menunjukkan bahwa sebagian besar riset mengenai obesitas remaja di Indonesia masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif *cross-sectional* yang berfokus pada hubungan korelatif antara asupan kalori, durasi *screen-time*, dan faktor genetik terhadap indeks massa tubuh (IMT) (Masyitoh & Budiono, 2023). Keterbatasan utama dari penelitian-penelitian kuantitatif tersebut adalah ketidakmampuan dalam menggali akar penyebab perilaku, persepsi subjektif siswa, serta dinamika hambatan institusional yang dihadapi oleh pengelola sekolah dalam menegakkan program kesehatan. Untuk mengisi celah empiris (*empirical gap*) tersebut, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus mendalam (*in-depth qualitative case study*). Penggunaan metode kualitatif dengan teknik pembongkaran informasi (*probing*) yang ketat ini diaplikasikan untuk mengeksplorasi secara komprehensif gambaran pemahaman kognitif siswa dan mengevaluasi efektivitas penerapan riil dari kebijakan intervensi pencegahan yang diupayakan oleh pihak manajemen madrasah (Mudayana et al., 2025).

Manfaat teoretis dari penelitian ini adalah memperkaya khazanah keilmuan kesehatan masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan manajemen promosi kesehatan sekolah dan strategi penanggulangan lingkungan obesogenik di kawasan urban. Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan rekomendasi aplikatif bagi para pengambil kebijakan di madrasah, petugas Unit Kesehatan Sekolah, serta puskesmas setempat untuk menyusun panduan intervensi klinis yang spesifik, terstruktur, dan berbasis regulasi formal guna menurunkan angka risiko obesitas pada remaja sekolah.

METODE

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus (*case study*) untuk mengeksplorasi fenomena pencegahan obesitas dalam konteks dunia nyata di lingkungan pendidikan. Penelitian dilaksanakan di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) X Jakarta Selatan yang berlokasi di wilayah urban administratif Jakarta Selatan. Pemilihan lokasi dilakukan secara sengaja mengingat madrasah ini memiliki karakteristik unik,

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

yaitu statusnya sebagai sekolah berwawasan lingkungan (Adiwiyata) dengan fasilitas prasarana olahraga yang sangat intensif namun berada di episentrum wilayah urban dengan prevalensi obesitas yang tinggi.

Informan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik pencuplikan bertujuan (*purposive sampling*) guna memastikan variasi informasi yang kaya dan kredibel dari berbagai tingkat otoritas. Struktur informan terdiri dari empat lapisan: (1) Informan Kunci (*Key Informant*): Kepala Madrasah X selaku pemegang otoritas regulasi dan kebijakan institusi; (2) Informan Utama (*Main Informants*): Tiga orang siswa aktif (Usia 16, 17 dan 18 Tahun) untuk menggali aspek pengetahuan kognitif dan perilaku harian; (3) Informan Ahli (*Expert Informant*): Tenaga Kesehatan Unit Kesehatan Sekolah (Perawat) selaku pelaksana teknis medis di sekolah; serta (4) Informan Pendukung (*Supporting Informant*): Guru Pendamping UKS (Wakil Kepala Sekolah) yang mengawasi integrasi program kesehatan dengan kurikulum sekolah.

Instrumen utama dalam penelitian kualitatif ini adalah peneliti sendiri (human instrument) dengan dibantu oleh pedoman wawancara mendalam (*in-depth interview guide*) yang bersifat semi-terstruktur. Keabsahan data (*data trustworthiness*) dijamin secara ketat melalui penerapan strategi triangulasi sumber (membandingkan pernyataan siswa, guru, perawat, dan kepala sekolah) serta triangulasi metode (mengonfirmasikan hasil wawancara dengan observasi langsung terhadap fasilitas olahraga dan kondisi kantin madrasah). Seluruh data verbal direkam menggunakan alat perekam digital atas persetujuan tertulis dari informan dewasa (*informed consent*) serta persetujuan orang tua (*parental consent*) bagi informan siswa. Data audio kemudian ditranskripsikan secara kata per kata (*verbatim transcript*), diolah melalui proses pengodean (*coding*), reduksi data, dan dianalisis menggunakan metode analisis isi (*content analysis*) untuk menghasilkan tema-tema utama secara deskriptif-naratif.

HASIL

Proses analisis isi terhadap transkrip wawancara mendalam dan observasi lingkungan di

MAN X Jakarta Selatan menghasilkan lima tema utama yang menggambarkan realitas pengetahuan siswa serta dinamika upaya pencegahan penyakit obesitas di sekolah.

Tema 1: Edukasi Kesehatan dan Gizi sebagai Upaya Pencegahan

Berdasarkan hasil wawancara, pihak madrasah secara konsisten telah menjalankan aktivitas promosi kesehatan promotif-preventif secara massal melalui dua program utama, yaitu Rabu Sehat dan Aksi Bergizi. Program ini diselenggarakan secara berkala di akhir bulan dengan melibatkan sinergi seluruh warga sekolah melalui aktivitas fisik bersama, sarapan bersama dengan menu gizi seimbang, serta distribusi Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri. Pernyataan ini didukung oleh Guru Pendamping UKS: "*Untuk rutinitas kegiatan madrasah itu ada namanya Rabu Sehat dan itu dilakukan secara berkala sebulan sekali... ada makan bersama, makan bergizi bersama dan sasarannya semua guru, tenaga pendidik dan semua siswa.*" (*Informan Pendukung, Guru Pendamping UKS*).

Namun, hasil penggalian mendalam pada informan utama (siswa) menunjukkan adanya kesenjangan materi. Fokus edukasi yang diberikan selama ini masih berorientasi pada pencegahan anemia dan pengenalan prinsip gizi seimbang umum, tanpa menyentuh materi edukasi spesifik mengenai bahaya patofisiologis, faktor risiko, dan tata laksana penanganan klinis obesitas remaja.

Tema 2: Dukungan Aktivitas Fisik sebagai Strategi Pencegahan

Madrasah menaruh komitmen struktural yang sangat tinggi dalam memfasilitasi penurunan perilaku sedentari (*sedentary behavior*) siswa. Langkah ini diwujudkan melalui alokasi jam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang optimal, penyediaan beragam opsi kegiatan ekstrakurikuler olahraga, serta investasi besar pada sarana prasarana fisik. Madrasah memiliki Gedung Olahraga (GOR) tertutup, lapangan basket, lapangan futsal, kolam renang internal, hingga fasilitas ruang kebugaran modern (*gym space*) yang baru diresmikan untuk memfasilitasi latihan beban bagi siswa dan staf. Dari aspek pengetahuan, siswa mampu mengaitkan dengan baik signifikansi olahraga dengan pencegahan akumulasi lemak,

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

sebagaimana diutarakan oleh salah satu siswa: *"Olahraga itu kan membakar lemak. Ketika kita melakukan olahraga, tubuh itu bakal menggunakan lemak sebagai energi."* (Informan Utama Pertama – Usia 16 Tahun).

Tema 3: Pemantauan Status Gizi melalui Skrining Kesehatan

Upaya deteksi dini yang diimplementasikan di sekolah difasilitasi melalui program skrining kesehatan berkala yang dilaksanakan satu kali dalam setahun. Program ini berjalan atas kerja sama taktis antara Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dengan tenaga medis dari Puskesmas Kecamatan setempat. Parameter yang diukur meliputi pemeriksaan fisik umum serta pengukuran antropometri dasar berupa Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB) untuk memantau grafik perkembangan siswa. Petugas kesehatan UKS menjelaskan alur penanganan jika ditemukan siswa dengan status gizi berlebih: *"...kita lapor ke wali kelasnya, nanti wali kelas menyampaikan ke orang tua bahwa anaknya setelah diperiksa berat badannya segini, tingginya segini, ternyata masuk ke dalam kategori obesitas."* (Informan Ahli, Tenaga Kesehatan UKS).

Kendati demikian, pemantauan ini belum terintegrasi ke dalam sebuah sistem rekam medis digital penanganan obesitas yang berkesinambungan, melainkan baru sebatas pendataan tahunan administratif.

Tema 4: Pengawasan Lingkungan Pangan Sekolah melalui Kantin Sehat

Sebagai institusi yang menyandang predikat Sekolah Adiwiyata Nasional, MAN X Jakarta Selatan berupaya mengendalikan kualitas konsumsi siswanya dengan menerapkan kebijakan regulasi kantin sehat. Pihak manajemen sekolah melalui pengawasan koperasi dan tim Adiwiyata melakukan pembinaan berkala kepada para pedagang kantin agar tidak menjual produk makanan instan ultraproses (ultra-processed food), melarang penggunaan bahan penyedap berlebih, serta mewajibkan seluruh produk memiliki sertifikasi halal. Siswa secara kognitif memahami bahaya makanan cepat saji (junk food) dan minuman berpemanis dalam kemasan sebagai pemicu utama obesitas. Namun, pada realitas perilakunya, preferensi rasa personal siswa tetap menjadi tantangan terbesar karena mereka

cenderung abai terhadap opsi makanan sehat demi memuaskan selera jajanan instan.

Tema 5: Tantangan dalam Pencegahan dan Penanganan Obesitas di Sekolah

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa hambatan terbesar dalam optimalisasi pencegahan obesitas di lingkungan sekolah adalah belum adanya kebijakan regulasi tertulis yang spesifik mengenai standardisasi penanganan anak dengan obesitas. Kepala Madrasah mengonfirmasi hal tersebut: *"Secara tertulis tentang obesitas memang belum ada, tapi secara umum terkait kesehatan anak, kita selalu menekankan pentingnya menjaga pola hidup sehat lewat kegiatan olahraga dan kantin bersih."* (Informan Kunci, Kepala Madrasah).

Dampaknya, intervensi terhadap siswa yang mengalami obesitas klinis di sekolah saat ini hanya bersifat persuasif lisan dan edukasi individual tanpa tindak lanjut penanganan medis terstruktur. Hambatan ini diperparah oleh faktor eksternal di luar jangkauan pengawasan sekolah, seperti pola tidur siswa yang buruk (kebiasaan begadang akibat tugas atau gawai), tingginya frekuensi jajan gerai makanan cepat saji di sekitar lingkungan luar sekolah, serta kontribusi faktor genetik dari riwayat obesitas keluarga siswa.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa di MAN X Jakarta Selatan mengenai karakteristik dasar penyakit obesitas, faktor penyebab, serta dampak buruknya bagi kesehatan jangka panjang berada pada kategori yang cukup baik. Secara kognitif, para siswa mampu menjelaskan hukum keseimbangan energi (energy balance equation), yaitu bahwa peningkatan berat badan dipicu oleh ketidakseimbangan antara asupan energi (energy intake) dari makanan dan keluaran energi (energy expenditure) melalui aktivitas fisik. Penguasaan pengetahuan yang baik ini dipengaruhi oleh tingginya penetrasi akses informasi digital di wilayah urban Jakarta Selatan, peran asuhan orang tua di rumah, serta internalisasi materi gizi yang termuat dalam kurikulum mata pelajaran Biologi serta PJOK. Pengetahuan kognitif yang memadai ini merupakan modalitas awal (initial mindset) yang sangat fundamental dalam memicu kesadaran berperilaku sehat pada fase remaja.

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

Dari perspektif makro organisasional sekolah, institusi madrasah ini telah berhasil membangun fondasi lingkungan fisik (*built environment*) yang sangat adaptif dalam memitigasi risiko gaya hidup sedentari remaja perkotaan. Kebijakan manajemen sekolah untuk menginvestasikan anggaran pada pembangunan sarana prasarana olahraga yang super lengkap, termasuk kolam renang dan fasilitas ruang kebugaran (*gym space*) merupakan langkah terobosan yang sangat efektif (Debie et al., 2024). Dalam perspektif kesehatan perkotaan (*urban health theory*), ketersediaan fasilitas fisik di dalam area institusi pendidikan bertindak sebagai faktor pelindung (*protective factor*) yang signifikan untuk memfasilitasi pergerakan aktif mandiri siswa di tengah keterbatasan ruang publik terbuka hijau di kota metropolitan Jakarta (Jebeile, 2022; Rizky & Kianto, 2025).

Namun, terdapat kesenjangan (*gap*) struktural yang mendalam antara ketersediaan fasilitas makro sekolah dengan program intervensi yang bersifat spesifik (*tailored intervention*). Program kesehatan unggulan sekolah seperti "Aksi Bergizi" dan "Rabu Sehat" terbukti efektif dalam membangun kebersamaan kultur hidup sehat, namun implementasinya masih bersifat sangat umum (*general*). Fokus materi penyuluhan yang didominasi oleh isu anemia pada remaja putri menyebabkan isu pencegahan obesitas dan tata laksana pengendalian berat badan bagi remaja putra dan putri menjadi terpinggirkan. Keterbatasan ini sejalan dengan kritik dalam evaluasi program promosi kesehatan sekolah yang seringkali menerapkan pendekatan *one-size-fits-all*, sehingga gagal menyentuh kebutuhan kelompok berisiko tinggi (*high-risk groups*) seperti siswa yang sudah masuk dalam kategori klinis *overweight* dan obesitas.

Kelemahan sistemik lain yang teridentifikasi adalah tidak adanya integrasi kelanjutan data (*sustainability of care*) setelah skrining tahunan bersama puskesmas dilaksanakan. Pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan yang dilakukan rutin setiap tahun belum dimanfaatkan sebagai instrumen deteksi dini intervensi terpadu, melainkan baru sebatas pemenuhan indikator laporan administratif tahunan. Tiadanya kebijakan tertulis formal yang mengikat dari pihak sekolah untuk menangani kasus obesitas berakibat pada nihilnya alur rujukan gizi, pendampingan psikologis, atau

modifikasi latihan fisik khusus bagi anak bergejala obesitas di sekolah. Penanganan yang hanya mengandalkan nasihat lisan terbukti tidak efektif menghadapi kuatnya gempuran lingkungan obesogenik modern.

Tantangan paling kompleks yang dihadapi sekolah dalam mengendalikan status gizi siswa adalah menjembatani jurang pemisah antara pengetahuan kognitif siswa dan perubahan perilaku nyata (*behavioral change gap*) (Pribadi & Setijaningrum, 2023). Teori perilaku kesehatan (seperti *Transtheoretical Model*) menyebutkan bahwa pengetahuan yang baik tidak serta merta langsung bertransformasi menjadi tindakan tanpa adanya pengkondisian lingkungan yang ketat dan konsisten. Meskipun para siswa mengetahui bahwa konsumsi makanan *ultraproses* tinggi gula dan lemak merupakan pemicu utama obesitas, preferensi rasa personal, pengaruh tekanan teman sebaya (*peer-pressure*), serta kemudahan memesan makanan instan via aplikasi daring saat berada di luar sekolah mengalahkan pengetahuan teoritis mereka (Prince, 2021). Kebijakan kantin sehat berbasis *Adiwiyata* yang membatasi penjualan makanan kurang sehat di dalam sekolah berhasil mengontrol konsumsi siswa selama jam sekolah, tetapi tidak mampu mengintervensi keputusan kuliner siswa ketika mereka telah berada di luar pagar madrasah (Singh et al., 2017). Oleh karena itu, pendekatan pencegahan ke depan membutuhkan modifikasi perilaku yang melibatkan pengawasan ketat, komitmen regulasi, serta keterlibatan aktif orang tua di rumah sebagai pengontrol utama pola hidup anak (Makmur et al., 2017).

SIMPULAN

Siswa di MAN X Jakarta Selatan memiliki tingkat pengetahuan kognitif yang baik mengenai konsep dasar, dampak, dan pencegahan obesitas. Pihak madrasah juga telah memiliki modalitas struktural yang sangat kondusif, ditandai dengan pelaksanaan program promosi kesehatan berkala (*Rabu Sehat & Aksi Bergizi*), penyediaan prasarana olahraga yang sangat intensif dan lengkap (*GOR*, kolam renang, ruang *gym*), serta kebijakan kantin sehat berwawasan *Adiwiyata*. Kendati demikian, efektivitas pencegahan obesitas masih terhambat oleh belum adanya kebijakan regulasi tertulis yang spesifik sebagai pedoman tata laksana intervensi klinis siswa dengan

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

obesitas, serta adanya kesenjangan perilaku akibat kuatnya preferensi konsumsi pangan instan (junk food) dan gaya hidup sedentari di luar pengawasan sekolah.

SARAN

Bagi Pengambil Kebijakan Madrasah: Diharapkan segera menyusun regulasi tertulis yang eksplisit dalam bentuk Surat Keputusan (SK) Kepala Madrasah terkait Panduan Pencegahan dan Penanganan Obesitas Remaja di Lingkungan Sekolah. Regulasi ini harus mencakup pengintegrasian materi edukasi spesifik mengenai obesitas ke dalam kurikulum Rabu Sehat secara berkala, serta memperketat pengawasan terhadap seluruh pasokan pangan pedagang kantin agar konsisten menyediakan menu sehat rendah kalori dan lemak.

Bagi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dan Puskesmas, disarankan untuk mengoptimalkan pemanfaatan data hasil skrining antropometri tahunan menjadi sistem deteksi dini terpadu. Siswa yang teridentifikasi mengalami overweight atau obesitas harus ditindaklanjuti secara privat melalui program konseling gizi individual, pembuatan buku kontrol aktivitas fisik, serta pembentukan kader remaja "Peer Counselor Anti-Obesitas" dengan melibatkan koordinasi aktif bersama orang tua siswa secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Adimuntja, N. P. (2024). Analisis Faktor Lingkungan Obesogenik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di Kota Jayapura. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(2), 222-229.

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Nasional Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>

Debie, A., Nigusie, A., Gedle, D., Khatri, R. B., & Assefa, Y. (2024). Building a resilient health system for universal health coverage and health security: a systematic review. *Global Health Research and Policy*, 9(1), 2.

Fithriani, F., Putra, A. Y., & Rosani, M. (2025). Evaluasi program sekolah sehat dalam mengembangkan perilaku sehat pada SMA di Indralaya Selatan. *EduTeach: Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran*, 6(02), 170-186.

Jebeile, H., Kelly, A. S., O'Malley, G., & Baur, L. A. (2022). Obesity in children and adolescents: epidemiology, causes, assessment, and management. *The lancet Diabetes & endocrinology*, 10(5), 351-365.

Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2022). Buku Putih Reformasi Sistem Kesehatan Nasional: Penguatan Pelayanan Kesehatan Promotif dan Preventif. Diakses dari: https://perpustakaan.bappenas.go.id/e-library/file_upload/koleksi/migrasi-data-publikasi/file/Policy_Paper/Buku%20Putih%20Reformasi%20SKN.pdf

Makmur, M., Sujana, T., & Kinasih, A. (2017). Strategi Program Kesehatan Puskesmas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 8(2), 107-133.

Masyitoh, M., & Budiono, I. (2023). Faktor yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih dan obesitas pada remaja. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 3(1), 59-68.

Mescoloto, S. B., Pongiluppi, G., & Domene, S. M. Á. (2024). Ultra-processed food consumption and children and adolescents' health. *Jornal de pediatria*, 100(suppl 1), S18-S30.

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta
Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>

Gambaran pengetahuan siswa serta upaya penerapan pencegahan terhadap penyakit obesitas di madrasah x wilayah Jakarta

- Mudayana, A. A., Hastuti, S. K. W., & Salsabila, F. I. (2025). Studi Kualitatif: Gaya Kepemimpinan di Pelayanan Kesehatan Primer Kota Yogyakarta. In *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* (Vol. 10, No. 1, pp. 1-13).
- Muharram, F. R., Tjandra, S., Madani, N. J., Rokx, C., & Abdullah, A. (2025). Trends in the double burden of malnutrition among Indonesian adults, 2007 to 2023. *Scientific reports*, 15(1), 34883.
- Nego, I. G., Yustedjo, D. O., Parlindungan, H., Hartono, B., & Daud, A. G. (2025). Konsep dasar ekonomi kesehatan dan aplikasinya dalam sistem pelayanan kesehatan: tinjauan literatur. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 9(4), 335-349.
- Pribadi, F. A., & Setijaningrum, E. (2023). *Analisis Prinsip Pembiayaan Kesehatan dalam Mendukung Cakupan Kesehatan Semesta di Indonesia Analysis of Health Financing Principles in Supporting.... e-journal. unair. ac. id*.
- Prince, A. (2021). Developing Resilient Health Financing Models in Response to Emerging Global Health Threats. *International Journal of Computer Science and Engineering Research and Development (IJCSEED)*, 11(1), 29-38.
- Rizky, P. A., & Krianto, T. (2025). Perbedaan Pola Konsumsi Dan Status Gizi Remaja Di Wilayah Perkotaan Dan Pedesaan Di Indonesia. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 13(3), 338-352.
- Rahmawati, S., Mutiarasari, D. R., & Alfitri, K. N. (2026). Hubungan Asupan Lemak Dalam Ultra Processed Food (UPF) Dengan Kejadian Status Gizi Lebih Di SMA Negeri 2 Sleman. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 8(1), 2181-2190.
- Resfita, D., & Rany, N. (2025). Analisis Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Sekolah Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Cenaku Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 3227-3237.
- Singh, A., Bassi, S., Nazar, G. P., Saluja, K., Park, M., Kinra, S., & Arora, M. (2017). Impact of school policies on non-communicable disease risk factors—a systematic review. *BMC public health*, 17(1), 292.
- Swinburn, B. A., Kraak, V. I., Allender, S., Atkins, V. J., Baker, P. I., Bogard, J. R., & Dietz, W. H. (2019). The global syndemic of obesity, undernutrition, and climate change: the Lancet Commission report. *The lancet*, 393(10173), 791-846.
- United Nations Children's Fund. (2024). The Triple Burden of Malnutrition in Indonesian Adolescents: A Comprehensive Policy Brief on Overweight and Obesity. Diakses dari: <https://www.unicef.org/indonesia/nutrition/reports/landscape-analysis-overweight-and-obesity-indonesia>
- World Health Organization. (2025). *Obesity and Overweight: Global Fact Sheets and Epidemiological Data Updates*. Diakses dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/obesity-and-overweight>

Fatima Tudzahro, Laily Hanifah*

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta
Korespondensi penulis: Laily Hanifah. *Email: laily.hanifah@upnvj.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v20i7.3622>