



**STRATEGI PROMOTIF DAN PREVENTIF KEPERAWATAN
KOMUNITAS DALAM MENGENDALIKAN OBESITAS REMAJA:
LITERATUR REREVIEW**

(Community Nursing Promotional And Preventive Strategies In Control Of Adolescent
Obesity:Literature Review)

Aksal Muhamad Firlo¹ Miftahul Falah²

1,2,Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Muhammadiyah Tasikmalaya.

muhamadfirloaksal@gmail.com , miftahul@umtas.ac.id

***Abstract.** Obesity in adolescents is increasing steadily and is a significant public health problem due to its association with long-term disease risks, reduced quality of life, and unhealthy behaviors that begin early in life. An unbalanced diet, lack of physical activity, excessive use of electronic devices, and a lack of nutrition education are all contributing factors to this condition. The purpose of this literature review is to identify and analyze preventive and promotive methods that can be used by community nursing in controlling adolescent obesity. The method used was a literature analysis of six national articles published in 2020–2025. These articles discussed obesity risk factors, educational interventions, eating behaviors, and physical activity in adolescents. Data were examined for relevance to each article's theme. According to the review's findings, health education, boosting physical activity, enhancing eating habits, decreasing sedentary behavior, and involving families and schools have all been successful in raising awareness and promoting healthy lifestyle choices. In conclusion, community nursing's promotional and preventive strategies are essential for stopping teenage obesity. Educational methods, environmental empowerment, and lifestyle changes are among these methods.*

***Keywords:** Obesity, Adolescent, Physical Activity, Diet*

Abstrak. Obesitas remaja sedang meningkat dan menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berkaitan dengan kebiasaan tidak sehat di awal kehidupan, kualitas hidup yang lebih rendah, dan risiko penyakit jangka panjang. Penyebab penyakit ini antara lain pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, penggunaan perangkat elektronik yang berlebihan, dan kurangnya edukasi gizi. Tujuan penilaian penelitian ini adalah untuk menentukan dan mengevaluasi strategi promotif dan preventif yang dapat diterapkan oleh perawat komunitas untuk mengurangi obesitas remaja. Enam Jurnal nasional yang diterbitkan antara tahun 2020 dan 2025 menjadi subjek analisis literatur. Jurnal-jurnal ini membahas aktivitas fisik remaja, kebiasaan makan, inisiatif edukasi, dan faktor risiko obesitas. Relevansi data dengan tema setiap artikel dinilai. Berdasarkan temuan tinjauan, edukasi kesehatan, peningkatan aktivitas fisik, perbaikan kebiasaan makan, pengurangan perilaku sedentari, serta pelibatan keluarga dan sekolah telah berhasil meningkatkan kesadaran dan mempromosikan pilihan gaya hidup sehat. Kesimpulannya, strategi promotif dan preventif keperawatan komunitas sangat penting untuk mencegah obesitas remaja. Strategi ini mencakup modifikasi gaya hidup, pemberdayaan lingkungan, dan pendekatan edukatif.

Katakunci: Obesitas, Remaja, Aktivitas fisik, Pola makan

LATAR BELAKANG

Dalam satu dekade terakhir, prevalensi obesitas pada anak-anak dan remaja telah mengalami peningkatan signifikan, menjadikannya isu kesehatan publik yang mendesak.

Kelompok usia muda semakin terpapar risiko kelebihan berat badan akibat perubahan

gaya hidup, peningkatan konsumsi makanan olahan, penurunan tingkat aktivitas fisik, serta eskalasi penggunaan perangkat elektronik. WHO (2016; 2020) melaporkan adanya peningkatan kasus obesitas dan kelebihan berat badan di kalangan remaja di Indonesia. Kondisi ini berkorelasi dengan peningkatan risiko berbagai penyakit, termasuk penyakit metabolik, penyakit kardiovaskular, dan obesitas pada fase dewasa, sehingga memerlukan penanganan yang cermat dan prioritas.

Indonesia menghadapi tantangan nutrisi ganda: kekurangan gizi yang masih ada dan peningkatan masalah kelebihan gizi. Laporan dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018; 2019) mengidentifikasi beberapa elemen yang berkontribusi terhadap meningkatnya prevalensi obesitas di kalangan anak-anak dan remaja. Faktor-faktor ini meliputi perubahan pola makan, meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, serta berkurangnya aktivitas fisik dalam gaya hidup modern. Data dari Riskesdas tahun 2018 mengindikasikan bahwa 18,8% individu dalam rentang usia 5 hingga 12 tahun mengalami kelebihan berat badan. Di sisi lain, angka obesitas pada remaja mengalami kenaikan dari 1,6% pada tahun 2013 menjadi 4% pada tahun 2018.

Pola makan yang tidak seimbang adalah salah satu penyebab utama obesitas remaja. Konsumsi buah dan sayur sangat rendah, dan mayoritas makanan tinggi energi, gula, garam, dan lemak. Bahkan data dari Kemenkes RI (2018) menunjukkan bahwa 93,5% orang Indonesia kurang mengonsumsi buah dan sayur. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mubashir et al. (2024), yang menemukan bahwa asupan makronutrien yang tidak seimbang mengarah pada peningkatan indeks massa tubuh pada usia muda.

Keseimbangan kalori dalam tubuh dipengaruhi oleh kebiasaan konsumsi makanan dan minimnya kegiatan fisik. WHO pada tahun 2020 menyarankan agar individu pada usia anak-anak dan remaja melakukan aktivitas fisik dengan tingkat intensitas menengah hingga tinggi selama setidaknya 60 menit setiap harinya. Akan tetapi, berbagai studi mengindikasikan bahwa mayoritas remaja gagal memenuhi saran tersebut. Rendahnya alokasi energi harian sebagai akibat dari kurangnya aktivitas fisik berhubungan dengan peningkatan potensi obesitas (Elmira et al., 2024). Sejalan dengan itu, riset lain

mengemukakan bahwa penggunaan perangkat digital dalam jangka waktu yang ekstensif berkontribusi pada penurunan aktivitas fisik serta peningkatan risiko kegemukan (Naser et al., 2020).

Kelebihan bobot badan dapat memberikan dampak yang berkelanjutan terhadap kondisi fisik dan psikologis individu pada masa anak-anak dan remaja. Berdasarkan studi oleh Nunes et al. (2024) serta Yang et al. (2023), ketidakseimbangan energi pada usia muda berkaitan dengan peningkatan probabilitas berkembangnya diabetes melitus, dislipidemia, hipertensi, serta berbagai kelainan metabolik lainnya di masa mendatang. Selain itu, kondisi kelebihan berat badan juga berpotensi memicu stigma di lingkungan sosial, menurunkan rasa percaya diri, dan meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan emosional.

Berbagai penelitian mengindikasikan bahwa upaya peningkatan dan pencegahan, khususnya yang bersumber dari masyarakat, memiliki signifikansi yang tinggi. Tinjauan sistematis mengungkapkan bahwa program yang dikelola oleh tenaga kesehatan, seperti perawat, berkontribusi dalam membantu remaja mempertahankan pola makan dan tingkat aktivitas fisik yang sehat melalui metode edukasi, konseling, dan strategi modifikasi perilaku (Harbaugh, 2021). Lebih lanjut, riset yang dilakukan di Indonesia menyoroti bahwa program edukasi gizi di lingkungan sekolah, yang memanfaatkan materi visual dan kerja sama dengan pendidik serta institusi kesehatan, mampu meningkatkan pemahaman dan praktik konsumsi pangan sehat, sekaligus menurunkan bobot badan pada kalangan remaja yang mengalami kelebihan berat badan (Ariati et al., 2022; Wuryani et al., 2023; Rahmawati, 2023).

Mengingat bahwa obesitas pada anak dan remaja semakin meningkat dan bahwa banyak faktor memengaruhinya, penelitian yang meninjau secara menyeluruh elemen penting seperti pola makan dan aktivitas fisik diperlukan. Penelitian review ini menganalisis berbagai metode preventif dan promotif untuk mencegah obesitas remaja, berdasarkan bukti penelitian nasional yang dilakukan dalam sepuluh tahun terakhir. Penelitian ini juga menunjukkan betapa pentingnya keperawatan komunitas secara strategis untuk menangani obesitas pada kelompok usia muda.

METODE PENELITIAN

SUMBER DATA

Penelitian ini menerapkan pendekatan tinjauan literatur guna mengkaji secara komprehensif berbagai artikel ilmiah terkait strategi promosi kesehatan dan upaya pencegahan obesitas pada remaja, khususnya dari perspektif keperawatan komunitas. Pengumpulan artikel dilakukan melalui Google Scholar dan Portal Garuda, mengingat platform ini menawarkan akses yang luas ke jurnal ilmiah nasional yang relevan dan terindeks.

STRATEGI PENCARIAN

Penelusuran literatur dilaksanakan via Google Scholar dan Portal Garuda . Istilah pencarian yang dipergunakan adalah "Obesitas pada remaja", "Promosi kesehatan remaja", "Edukasi gizi", "Aktivitas fisik remaja", dan "Penanganan berbasis komunitas". Kriteria inklusi mencakup artikel yang menguraikan upaya preventif dan promotif dalam penanggulangan obesitas di kalangan remaja, mencakup intervensi di tingkat komunitas, program edukasi kesehatan, serta inisiatif di lingkungan sekolah. Guna memastikan relevansi bukti ilmiah, artikel-artikel yang diseleksi dibatasi pada publikasi dalam enam tahun terakhir (2020–2025). Model PICO (Population, Intervention, Comparison, and Results) diterapkan dalam proses penelusuran untuk memastikan pendekatan yang sistematis dan terfokus.

Tabel 1 Pertanyaan Penelitian (PICO Framework)

Elemen	Deskripsi	Istilah
P(population)	Remaja usia 10–19 tahun yang memiliki risiko atau mengalami obesitas	Adolescent obesity, youth overweight
I(Intervention)	Program promotif atau preventif: edukasi gizi, promosi aktivitas fisik, program sekolah/keluarga, intervensi komunitas	Health promotion, nutritional education, community intervention
C(Comparison)	Tanpa intervensi atau intervensi standar	Usual care, no intervention
O(Outcome)	Perubahan perilaku hidup sehat, peningkatan pengetahuan, atau penurunan risiko obesitas	Healthy behavior changes, BMI improvement

PEMILIHAN STUDI

Sebuah studi akan disertakan jika memenuhi syarat-syarat berikut: (a) menggunakan rancangan kuantitatif, seperti kuasi-eksperimental atau potong lintang; (b) subjek penelitian adalah remaja berusia 10–19 tahun; (c) memuat intervensi promosi atau pencegahan; dan (d) tersedia dalam bentuk artikel lengkap. Namun, studi tidak akan disertakan jika: (a) tidak mencakup bagian-bagian esensial seperti abstrak, metodologi, temuan, dan referensi; (b) merupakan artikel tinjauan pustaka yang tidak menyajikan data primer; atau (c) tidak memiliki keterkaitan dengan isu obesitas pada remaja dan bidang

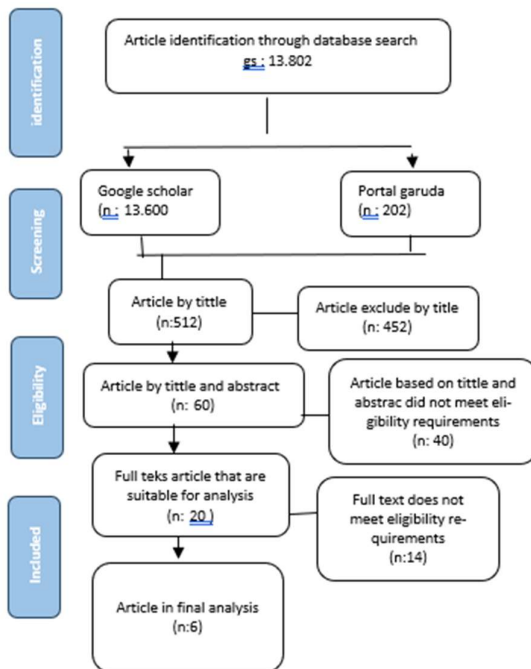
keperawatan komunitas.

PENILAIAN KUALITAS

Kualitas dinilai berdasarkan tujuan penelitian yang jelas, rancangan penelitian yang sesuai, metode pengambilan sampel, validitas alat ukur, deskripsi intervensi, keakuratan analisis data, serta penyajian dan pembahasan temuan yang lugas. Artikel yang tidak memenuhi kriteria ini akan dieliminasi dari tahap telaah.

HASIL PENCARIAN

Tinjauan literatur menghasilkan enam artikel yang menggunakan desain deskriptif kuantitatif dan kuasi-eksperimental. Setelah proses seleksi, yang meliputi peninjauan judul, abstrak, dan isi lengkap, jumlah artikel yang relevan telah diidentifikasi. Artikel-artikel ini menguraikan berbagai strategi pencegahan dan promosi yang bertujuan untuk mengelola masalah obesitas pada remaja. Strategi yang dibahas mencakup edukasi mengenai nutrisi, anjuran untuk meningkatkan aktivitas fisik, program intervensi di lingkungan sekolah, serta metode yang diterapkan dalam lingkup keperawatan komunitas. Informasi lebih lanjut seperti identitas penulis, judul artikel, objektif studi, metodologi yang digunakan, deskripsi karakteristik partisipan, serta temuan penelitian kemudian diekstraksi dari setiap artikel.



Tabel 1.1 Tabel Diagram Prisma

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. 2 Ekstraksi Data Literatur Review Strategi Promotif Dan Preventif Keperawatan Komunitas Dalam Mengendalikan Obesitas Remaja

No	Judul Penelitian	Penulis Pertama (tahun)	Tempat Penelitian	Desain Penelitian	Jumlah Sampel	Hasil
1.	Pengaruh edukasi gizi seimbang dalam mencegah obesitas terhadap pengetahuan dan sikap remaja	Norhasanah (2024)	SMAN 3 Palangka Raya, Kalimantan Tengah	Pre-eksperimen (one group pre-test post-test)	32 siswa kelas XI	Edukasi gizi seimbang meningkatkan pengetahuan secara signifikan (median 65 → 80) dan juga meningkatkan sikap positif terhadap makanan sehat (75 → 77,5). Peningkatan pengetahuan menghasilkan perubahan persepsi terhadap risiko obesitas. Media lembar balik terbukti efektif untuk memvisualisasikan konsep gizi seimbang.
2..	Analisis Faktor Kejadian Obesitas pada Pelajar Tata Boga di SMKN 3 Kota Banda Aceh	Gusti Wulandari (2025)	SMKN 3 Kota Banda Aceh	Cross-sectional (analitik kuantitatif)	68 siswi	Enam faktor berhubungan signifikan dengan obesitas: pengetahuan rendah, konsumsi fast food, pengaruh teman sebaya, uang saku terbatas (cenderung beli makanan murah tinggi kalori), aktivitas fisik rendah, dan penggunaan gadget berlebihan. Hasil ini menunjukkan obesitas dipengaruhi interaksi lingkungan, perilaku makan, ekonomi,

**STRATEGI PROMOTIF DAN PREVENTIF KEPERAWATAN KOMUNITAS DALAM
MENGENDALIKAN OBESITAS REMAJA: LITERATUR REREVIEW**

						dan gaya hidup digital.
3.	Impact of Breakfast Habits, Dietary Diversity, and Family Support on Adolescent Overweight	Dani Zulfa Kotrunnada (2025)	Kota Yogyakarta	Cross-sectional (observasional analitik)	110 remaja usia 16–18 tahun	Kebiasaan sarapan dan keragaman pangan berpengaruh signifikan terhadap overweight ($p < 0,05$). Remaja yang sering melewatkan sarapan lebih sering mengonsumsi snack energi tinggi dan mengalami ketidakseimbangan asupan harian. Dukungan keluarga tidak berpengaruh signifikan, menunjukkan bahwa perilaku makan remaja lebih dipengaruhi kebiasaan individu dan lingkungan sekolah dibanding keluarga.
4.	Mencegah obesitas: peran aktivitas fisik pada remaja awal	Erlena (2025)	SMP di Kabupaten Karawang, Jawa Barat	Cross-sectional (kuantitatif analitik)	296 siswa SMP	Aktivitas fisik terbukti berhubungan sangat signifikan dengan obesitas ($p = 0,000$). Remaja dengan aktivitas fisik rendah lebih banyak mengalami penumpukan energi yang berujung pada peningkatan lemak tubuh. Penelitian menekankan kebutuhan intervensi berbasis sekolah seperti program olahraga rutin 2–3 kali/minggu untuk membentuk kebiasaan aktivitas fisik sejak dini.

**STRATEGI PROMOTIF DAN PREVENTIF KEPERAWATAN KOMUNITAS DALAM
MENGENDALIKAN OBESITAS REMAJA: LITERATUR REREVIEW**

5	Upaya Pencegahan Obesitas pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan	Bartol Felndity (2025)	Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara	Community service (penyuluhan langsung)	15 mahasiswa	Intervensi promosi kesehatan melalui penyuluhan langsung meningkatkan pengetahuan remaja mengenai risiko dan pencegahan obesitas. Peserta menunjukkan pemahaman lebih baik mengenai pola makan, risiko sedentarisme, dan pentingnya aktivitas fisik. Edukasi terbukti efektif bahkan pada kelompok kecil, sehingga dapat diterapkan sebagai strategi dasar promotif di komunitas
6	Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Overweighth pada Anak dan Remaja	Rahmadania r Aditya Putri (2025)	Dusun Bancaran, Bangkalan	Observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional	39 responden	Overweight berhubungan signifikan dengan pola makan tidak teratur (fast food, makan terburu-buru, konsumsi karbohidrat dan gula berlebih) serta aktivitas fisik ringan. Pola makan buruk menyebabkan surplus energi, sedangkan aktivitas fisik rendah menyebabkan energi tidak terpakai. Kombinasi keduanya mempercepat terjadinya overweight.

Analisis dari serangkaian studi yang ditinjau mengindikasikan bahwa obesitas pada kalangan remaja merupakan fenomena multifaset. Kekurangan pemahaman mengenai nutrisi, kebiasaan diet yang tidak proporsional, minimnya aktivitas fisik, pengaruh dari

lingkaran sosial, serta peningkatan penggunaan gawai merupakan beberapa elemen interdependen yang berkontribusi terhadap kondisi ini. Temuan-temuan ini memberikan gambaran komprehensif dan menekankan bahwa upaya pencegahan obesitas tidak dapat hanya mengandalkan satu pendekatan tunggal; diperlukan program intervensi yang mencakup berbagai dimensi kehidupan remaja.

Banyak penelitian telah mengonfirmasi signifikansi edukasi dalam memodifikasi perilaku. Felndity (2025) menggarisbawahi bahwa program penyuluhan kesehatan bagi remaja dapat membekali seluruh partisipan dengan pemahaman mengenai risiko obesitas serta krusialnya penerapan gaya hidup aktif. Dokumen pedoman dari WHO (2020) mengemukakan bahwa intervensi edukatif yang diselenggarakan di lingkungan sekolah dan komunitas memiliki dampak substansial terhadap keberlanjutan perilaku kesehatan. Investigasi yang dilakukan oleh Erlena (2024) menyimpulkan bahwa penggunaan lembar balik dan materi visual serupa mampu meningkatkan pengetahuan gizi dari 18,8% menjadi 65,6%. Temuan ini sejalan dengan kebijakan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) yang menekankan bahwa literasi gizi merupakan elemen fundamental bagi keberhasilan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), khususnya bagi kalangan remaja.

Faktor utama adalah perilaku makan. Menurut Putri et al. (2025) dan Norhasanah (2024), konsumsi makanan cepat saji, konsumsi makanan yang tinggi gula dan energi, dan pola makan yang tidak teratur meningkatkan kemungkinan mengalami obesitas dan obesitas. Hasil studi di Aceh Besar menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan yang buruk dan kurangnya keragaman pangan juga merupakan faktor penting. Menurut WHO (2020, 2023), pola makan yang penuh energi dan paparan iklan makanan yang tidak sehat menyebabkan perilaku makan remaja menjadi lebih berisiko.

Selama penelitian, aktivitas fisik disebut sebagai bagian dari perlindungan. Menurut banyak penelitian, melakukan aktivitas fisik secara teratur dua hingga tiga kali seminggu selama sepuluh hingga tiga puluh menit sudah menurunkan risiko terkena obesitas secara signifikan. Sebuah penelitian oleh Elmira et al. (2024) dan Putri et al. (2025) menemukan bahwa remaja yang berlebihan berat badan lebih jarang melakukan aktivitas fisik. Ini sesuai dengan rekomendasi yang dibuat oleh Organisasi Kesehatan Dunia (2020) yang mengatakan remaja berusia 10 hingga 17 tahun harus berolahraga setidaknya 60 menit dengan intensitas sedang hingga berat setiap hari. Departemen Kesehatan Republik

Indonesia (2018, 2020) menyatakan bahwa gaya hidup yang tidak aktif, termasuk penggunaan gawai yang berlebihan, berkontribusi secara signifikan pada peningkatan jumlah remaja yang obesitas.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Februhartanty et al. (2019) dan Mardiana et al. (2022), faktor sosial dan budaya yang meningkatkan risiko, termasuk kebiasaan mengonsumsi makanan olahan, kemudahan mendapatkan makanan cepat saji, dan paparan lingkungan yang menyebabkan obesitas, semua berkontribusi pada pola makan tidak sehat yang bertahan lama. Dengan kondisi ini, mencegah obesitas menjadi lebih sulit, terutama bagi remaja karena mereka mulai membuat kebiasaan jangka panjang.

Secara keseluruhan, seluruh jurnal menyampaikan pesan yang sama perawat komunitas dapat membantu mengendalikan obesitas remaja dengan mengajarkan gizi, menjadi sadar kesehatan, melakukan aktivitas fisik, dan mengurangi waktu yang dihabiskan di televisi. Selain itu, mereka membantu keluarga dan sekolah memperbaiki lingkungan mereka. Intervensi promotif dan preventif terbukti lebih efektif daripada upaya tunggal karena mereka dapat memengaruhi perilaku remaja dari berbagai aspek secara bersamaan. Strategi terpadu ini sejalan dengan strategi global WHO untuk mencegah obesitas dan kebijakan nasional Kemenkes RI untuk mencegah obesitas

KESIMPULAN

Obesitas pada remaja dapat disebabkan oleh pola makan yang tinggi kalori, kebiasaan makan yang tidak teratur, aktivitas fisik yang kurang, dan lingkungan yang mendorong perilaku sedentari. Kurang literasi gizi dan paparan makanan tidak sehat meningkatkan risiko overweight remaja, sesuai dengan rekomendasi WHO tentang pentingnya aktivitas fisik minimal 60 menit setiap hari dan pola makan seimbang untuk menjaga kesehatan. Seluruh penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi melalui keperawatan komunitas berhasil meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi, pengendalian berat badan, dan IMT sejak dini. Pendekatan promotif dan preventif yang mencakup instruksi kesehatan, pembiasaan aktivitas fisik, peningkatan konsumsi makanan bergizi, pembatasan penggunaan gawai, dan skrining status gizi mereka terbukti lebih efektif daripada intervensi tunggal. Untuk mencegah obesitas jangka panjang, sekolah, keluarga, dan profesional kesehatan harus bekerja sama untuk membuat lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat.

Referensi

Erlena, E., Lilyanti, H., & Sudiono, S. (2025). Mencegah Obesitas: Peran Aktivitas Fisik Pada Remaja Awal. Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 16(01), 132-141.

**STRATEGI PROMOTIF DAN PREVENTIF KEPERAWATAN KOMUNITAS DALAM
MENGENDALIKAN OBESITAS REMAJA: LITERATUR REREVIEW**

- Norhasanah, N., Susanti, N., & Normila, N. (2024). *The Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Dalam Mencegah Obesitas Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 15(02), 461-472.
- Kotrunnada, D. Z., Kusnandar, K., & Lestari, A. (2025). *Impact Of Breakfast Habits, Dietary Diversity, And Family Support On Adolescent Overweight: A Cross-Sectional Study*. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 35(1), 19-31.
- Felndity, B., Sahsun, D., Saiful, S., Musa, S., & Lestari, T. (2025). *Upaya Pencegahan Obesitas Pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan*. *Maju: Indonesian Journal Of Community Empowerment*, 2(4), 653-659.
- Wulandari, G., Abdullah, A., & Arifin, V. N. (2025). *Analisis Faktor Kejadian Obesitas Pada Pelajar Tata Boga Di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 3 Kota Banda Aceh*. *Jurnal Promotif Preventif*, 8(1), 37-46.
- DWIPA, A. A. (2023). *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Anak Dan Remaja Di Dusun Bancaran, Bangkalan*.
- Ariyanto, A., Fatmawati, T. Y., & Efni, N. (2024). *Edukasi Manajemen Pengendalian Obesitas Pada Remaja*. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(3), 429-435.
- World Health Organization. (2020). *Guidelines On Physical Activity And Sedentary Behaviour*. WHO Press.
- World Health Organization. (2023). *Adolescent Obesity: Global Epidemiological Update*. WHO Press.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Umum Gizi Seimbang Revisi 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Pada Remaja*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Kerja Dan Olahraga.
- Febrihartanty, J., Wibowo, Y., & Lestari, T. (2019). *Environmental And Cultural Determinants Of Unhealthy Eating Among Indonesian Adolescents*. *Asia Pacific Journal Of Clinical Nutrition*, 28(4), 745-752.
- Mardiana, S., Hasanah, U., & Pratiwi, R. (2022). *Paparan Iklan Makanan Tidak Sehat Dan Hubungannya Dengan Pola Konsumsi Remaja Urban*. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 17(1), 33-42.
- Rahmawati, A., & Rachim, A. (2023). *Implementasi Program Kantin Sehat Dalam Menurunkan Perilaku Konsumsi Makanan Tinggi Kalori Pada Remaja*. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 8(2), 120-129.
- Sari, R. M., & Putra, A. D. (2022). *Edukasi gizi berbasis sekolah dalam pencegahan obesitas remaja*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 17(3), 125-133.
- Lestari, W., & Pramudita, A. (2021). *Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi remaja di perkotaan*. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9(2), 89-97.
- Yusuf, H., & Amalia, R. (2023). *Efektivitas program edukasi gizi terhadap penurunan risiko obesitas pada remaja*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 11(1), 45-54.
- Handayani, S., & Nurhayati, Y. (2020). *Peran lingkungan keluarga dalam pembentukan pola makan remaja*. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 5(2), 78-85.

**STRATEGI PROMOTIF DAN PREVENTIF KEPERAWATAN KOMUNITAS DALAM
MENGENDALIKAN OBESITAS REMAJA: LITERATUR REREVIEW**

- Supriyadi, R., & Widya, P. (2021). Dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap aktivitas fisik remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Anak*, 6(1), 33–41.
- Kurniawati, D., & Syafitri, I. (2023). Pengaruh konseling gizi terhadap perubahan perilaku makan remaja. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah*, 12(1), 55–63.
- Rahman, T., & Fitriani, N. (2022). Analisis faktor risiko overweight pada remaja sekolah menengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Nusantara*, 4(2), 101–109.
- Wati, L., & Diresti, R. (2024). Intervensi aktivitas fisik berbasis sekolah untuk pencegahan obesitas pada remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 13(2), 142–150.
- Mulyasari, R., & Dewi, P. (2020). Hubungan konsumsi fast food dengan risiko obesitas pada remaja. *Jurnal Kesehatan Prima*, 14(1), 67–74.
- Putra, S. A., & Melati, F. (2024). Penerapan program GERMAS dalam pencegahan obesitas remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 6(3), 210–220.