

Susahnya menghadapi godaan
Mencium harum lezat makanan
Rasanya lidah ingin cicipi
Melihat balado kacang dan teri

Kau lupakan semua aturan
Ahli gizi yang tampan
Resiko soal belakang
Asalkan sang perut kenyang

Delapan puluh dua kilogram
Mengundang mata untuk memandang
Menyesal benci pada sang perut
Sedangkan lapar terus menuntut

Jikalau engkau sadar
Nafsu makan dilawan
Bangun tidur pagi buta
Lincahnya senam irama

Seminggu engkau jalani
Nasehat sang ahli gizi
Namun tak lama berselang
Godaan goyahkan iman

Majalah yang sedang engkau baca
Tawarkan resep gulai buaya
Nikmatnya engkau lama berhayal
Tak tahan kau makan tanpa sesal