

SKRIPSI
HUBUNGAN PERILAKU *SEDENTARY* DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SDN 13 KESIMAN
DENPASAR TIMUR
TAHUN 2023



Oleh :
NI MADE CAHYANING UPADANI
NIM. P07120219096

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023

**HUBUNGAN PERILAKU *SEDENTARY* DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SDN 13 KESIMAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

NI MADE CAHYANING UPADANI

NIM. P07120219096

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN PERILAKU *SEDENTARY* DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SDN 13 KESIMAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2023**

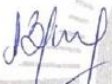
Oleh :

NI MADE CAHYANING UPADANI
NIM. P07120219096

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :


Ida Erni Sipahutar, S.Kep.Ners, M.Kep.
NIP. 196712261990032002


N.L.P. Yuniarti S.C.S.Kep.Ns.M.Pd
NIP. 196906211994032002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep.
NIP.196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI DENGAN JUDUL**

**HUBUNGAN PERILAKU *SEDENTARY* DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SDN 13 KESIMAN
DENPASAR TIMUR TAHUN 2023**

Oleh:

NI MADE CAHYANING UPADANI
NIM. P07120219096

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin
TANGGAL : 22 Mei 2023

TIM PENGUJI:

- | | |
|--|-----------------|
| 1. I Ketut Labir, SST, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP.196312251988021001 | Ketua (.....) |
| 2. Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep., Ners., M.Pd.
NIP.196106061988031002 | Anggota (.....) |
| 3. I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si
NIP.196510081986031001 | Anggota (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S. Kep., M.Kep.
NIP.196312311992031020

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SEDENTARY BEHAVIOR AND THE
INCIDENCE OF OBESITY IN SCHOOL-AGE CHILDREN AT SDN 13
KESIMAN DENPASAR TIMUR**

ABSTRACT

Obesity has now been recognized as a epidemic global health problem. The prevalence continues to increase every year. Obesity in children in Indonesia has not become the main focus at this time even though the prevalence of obesity in children in Indonesia also shows a rapidly increasing number. The incidence of obesity in children is generally caused by an inappropriate lifestyle such as sedentary behavior. This study aims to determine the relationship between sedentary behavior and the incidence of obesity in school-age children. This type of research is correlational quantitative with Total Sampling technique. The number of samples in this study were 132 samples. Data collection was carried out using the Adolescent Activity Questionnaire (ASAQ) and BMI was determined by measuring body weight and height. The data obtained showed that 22 respondents (16,7%) who were obese had sedentary behavior and 9 respondents (6,8%) did not. Respondents who were not obese were 18 respondents (13,6%) who behaved sedentary and 83 respondents (62,9%) who did not behave sedentary. The data analysis used was univariate and bivariate analysis using Chi Square. The results of this study indicate that the value of $p = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) means that H_a is accepted that there is a relationship between sedentary behavior and the incidence of obesity in school-age children.

Keywords: Obesity, Sedentary behavior, Children

HUBUNGAN PERILAKU *SEDENTARY* DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SDN 13 KESIMAN DENPASAR TIMUR

ABSTRAK

Obesitas saat ini sudah ditetapkan sebagai masalah kesehatan dunia. Prevalensi obesitas terus meningkat tiap tahunnya. Obesitas anak di Indonesia belum menjadi fokus utama penanggulangan pemerintah saat ini walaupun prevalensi obesitas pada anak di Indonesia juga menunjukkan angka yang meningkat pesat. Kejadian obesitas pada anak umumnya dikarenakan oleh pola hidup yang kurang tepat seperti perilaku *sedentary*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku *sedentary* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif *non eksperimen* dengan teknik *Total Sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 132 sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Adolescent Sedentary Activity Quesionnaire (ASAQ)* dan menentukan IMT dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Data yang didapat menunjukkan 22 responden (16,7%) yang berstatus obesitas berperilaku *sedentary* dan yang tidak berperilaku *sedentary* sebanyak 9 responden (6,8%). Responden yang berstatus tidak obesitas berperilaku *sedentary* sebanyak 18 responden (13,6%) dan yang tidak berperilaku *sedentary* sebanyak 83 responden (62,9%). Analisa data yang digunakan adalah analisis *univariate* dan *bivariate* dengan menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) sehingga hal ini mengartikan H_a diterima ada hubungan antara perilaku *sedentary* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah.

Kata kunci: Obesitas, Perilaku *sedentary*, Anak

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan Perilaku *Sedentary* dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur

Oleh: Ni Made Cahyaning Upadani

Obesitas adalah peningkatan berat badan akibat asupan makanan yang berlebihan dan membuat penumpukkan sel lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi yang masuk dengan asupan energi yang dikeluarkan dalam waktu lama (Yahya & Alderaan, 2018). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2017) mengatakan obesitas dan kegemukan saat ini telah menjadi ancaman kesehatan di seluruh dunia.

Prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun meningkat drastis dari (4%) pada tahun 1975 menjadi (18%) pada tahun 2018 (WHO, 2018). Indonesia menempati urutan kedua setelah Singapura dengan jumlah obesitas terbesar yaitu (12,2%) (liebert m. a., 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia terus meningkat dari (14,8%) pada tahun 2013 menjadi (21,8%) pada tahun 2018. Secara nasional masalah obesitas pada anak umur 5-12 tahun mencapai angka (8,8%).

Data Riset Kesehatan Dasar Provinsi Bali tahun 2018 menunjukkan prevalensi obesitas pada anak sekolah mencapai (9,2%). Denpasar dengan prevalensi tertinggi yakni (15,12%), Badung (11,44%), Klungkung (11,41%), Tabanan (11,16%), Buleleng (10,82%), Gianyar (8,66%), Jembrana (7,66%), Bangli (7,52%) dan Karangasem dengan prevalensi terendah yakni (4,55%).

Crawford (2019) mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang berhubungan dengan obesitas yaitu kebiasaan, lingkungan dan psikososial. Kementerian Kesehatan RI menyebutkan bahwa perilaku *sedentary* adalah kegiatan yang dilakukan di luar waktu tidur dan hanya mengeluarkan kalori dalam jumlah sedikit yang menjadi salah satu penyebab obesitas pada anak. Anak yang

lebih banyak mengalami *sedentary* akan lebih banyak menggunakan waktu untuk bermain sendiri dan kurang bergerak serta kurang berinteraksi dengan lingkungan luar (Ludyanti, 2018). Tubuh menjadi gemuk karena energi yang masuk berbentuk kalori dalam makanan lebih banyak daripada yang dikeluarkan dalam bentuk aktivitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku *sedentary* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur pada tanggal 8 April 2023. Jumlah sampel dalam penelitian ini sejumlah 132 sampel responden yang terdiri dari siswa kelas 4, 5 dan 6. Data yang dikumpulkan menggunakan kuesioner ASAQ yang terdiri dari 10 pertanyaan dan pengukuran IMT.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 101 responden (76,5%) tidak mengalami obesitas dan sebanyak 31 responden (23,5%) mengalami obesitas. Sebanyak 22 responden (16,7%) yang berstatus obesitas berperilaku *sedentary* dan yang tidak berperilaku *sedentary* sebanyak 9 responden (6,8%). Responden yang berstatus tidak obesitas tidak berperilaku *sedentary* sebanyak 83 responden (62,9%) dan 18 responden (13,6%) berperilaku *sedentary*. Hasil penelitian diuji menggunakan uji *Chi Square* dan didapatkan hasil $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) yang berarti H_a diterima ada hubungan perilaku *sedentary* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asung kerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyusun skripsi yang berjudul **Hubungan Perilaku *Sedentary* Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023** tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr.Sri Rahayu,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes selaku Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan.
3. Ibu N.L.K Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Ibu Ida Erni Sipahutar,S.Kep,Ners,M.Kep. selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan proposal ini.

5. Ibu N.L.P. Yuniarti S.C.S.Kep.Ns.M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan proposal ini.
6. Semua dosen pengajar mata kuliah di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan dapat digunakan hingga tersusun proposal ini.
7. Orangtua, keluarga, dan sahabat peneliti, yang juga telah memberikan dorongan dan inspirasi.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karenanya sumbang saran untuk perbaikan sangat peneliti harapkan dan semoga usulan proposal ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 22 Mei 2023

Ni Made Cahyaning Upadani
NIM. P07120219096

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SKRIPSI DENGAN JUDUL.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Obesitas.....	7
B. Perilaku <i>Sedentary</i>	16
C. Anak Sekolah	21
D. Pemeriksaan status gizi.....	22
BAB III KERANGKA KONSEP	24
A. Kerangka Konsep	24
B. Variabel Penelitian	25
C. Definisi Operasional.....	25
D. Hipotesis	26
BAB IV METODE PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Alur Penelitian	28
C. Tempat dan Waktu Penelitian	28

D. Populasi dan Sampel.....	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	30
F. Pengolahan dan Analisa Data	34
G. Etika Penelitian	37
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian	39
B. Pembahasan Hasil Penelitian	45
C. Keterbatasan Penelitian	47
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Variabel Penelitian Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023	26
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur dan Kelas Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023	41
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur	42
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku <i>Sedentary</i> Pada Anak Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur	42
Tabel 5	Tabel Identifikasi Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023.....	43
Tabel 6	Tabel Silang Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023	43
Tabel 7	Analisis Data <i>Chi Square</i> Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023.....	24
Gambar 2	Alur penelitian Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Jadwal Kegiatan Penelitian	53
Lampiran 2.	Anggaran Biaya Penelitian.....	54
Lampiran 3.	Lembar Permohonan Menjadi Responden	55
Lampiran 4.	Lembar Persetujuan Responden	56
Lampiran 5.	Persetujuan Penjelasan (<i>Informed Consent</i>)	57
Lampiran 6.	Lembar Pengumpulan Data Kuisioner <i>Sedentary</i>	60
Lampiran 7.	Validasi Bimbingan	64
Lampiran 8.	Master Tabel Pengumpulan Data Hubungan Perilaku <i>Sedentary</i> dengan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah di SDN 13 Kesiman Denpasar Timur Tahun 2023	65
Lampiran 9.	Hasil Analisis Data	62
Lampiran 10.	Kode Etik.....	73