

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN POLA
MAKAN AKTIVITAS FISIK DAN PERAN SERTA ORANG TUA
PADA ANAK OBESITAS DI SD SARASWATI 5 DENPASAR**



Oleh :

NI MADE YENI MEILASANTI
NIM. P07131214032

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV
DENPASAR
2018**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN POLA
MAKANAKTIVITAS FISIK DAN PERAN SERTA ORANG TUA
PADA ANAK OBESITAS DI SD SARASWATI 5 DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**NI MADE YENI MEILASANTI
NIM. P07131214032**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV
DENPASAR
2018**

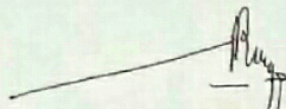
LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN POLA MAKAN AKTIVITAS FISIK DAN PERAN SERTA ORANG PADA ANAK OBESITAS DI SD SARASWATI 5 DENPASAR

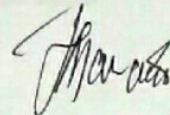
TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN DARI

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



A.A Gde Raka Kavanaya, SST,M.,Kes
NIP. 195704011985011001



Dr.Ir. I Komang Agusjaya M,M.,Kes
NIP. 196208161985031004

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



I Komang Wiardani, SST,M.Kes
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN POLA MAKAN AKTIVITAS FISIK DAN PERAN SERTA ORANG PADA ANAK OBESITAS DI SD SARASWATI 5 DENPASAR

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Kamis
TANGGAL : 12 Juli 2018

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|-----------|------------------------|
| 1. I Ketut Kencana, SKM.M.Pd | (Ketua) | (<i>[Signature]</i>) |
| 2. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes | (Anggota) | (<i>[Signature]</i>) |
| 3. A.A Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes | (Anggota) | (<i>[Signature]</i>) |

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



I Komang Wiardani, SST, M.Kes

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Yeni Meilasanti

NIM : P07131214032

Program Studi : DIPLOMA IV

Jurusan : GIZI

Tahun Akademik : 2014

Alamat : Jalan Berata, Llgkungan Kajakauh, Abianbase, Gianyar.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Peran Serta Orang Tua pada Anak Obesitas di SD Saraswati 5 Denpasar adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai peraturan mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 12 Juli 2018

Yang membuat pernyataan



Ni Made Yeni Meilasanti
P07131214032

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN POLA MAKAN AKTIVITAS FISIK DAN PERAN SERTA ORANG TUA PADA ANAK OBESITAS DI SD SARASWATI 5 DENPASAR

ABSTRAK

Obesitas pada anak merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat di abad ke-21 dan merupakan masalah global yang memberikan pengaruh cukup besar terutama pada negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas anak adalah tingkat pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik dan peran serta orang tua. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pola makan anak, aktivitas fisik anak, dan peran serta orang tua dengan obesitas anak di sekolah dasar Saraswati 5 Denpasar. Metode penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan cross sectional. Data diperoleh dari kuesioner yang diisi oleh anak dan orang tua sampel yang memenuhi kriteria sampel di sekolah dasar Saraswati 5 Denpasar. Hasil. Jumlah sampel adalah 64 sampel anak obesitas dari kelas 1-5. Hasil penelitian diperoleh untuk semua variabel dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Untuk hasil penelitian pada tingkat pengetahuan sampel didapat 23 sampel (53,5%) dalam kategori baik, 12 sampel (27,9%) dalam kategori cukup, dan 8 sampel (18,6%) dalam kategori kurang. Untuk hasil penelitian pada pola makan sampel didapat 21 sampel (48,8%) dalam kategori baik, 13 sampel (30,3%) kategori cukup, dan 9 sampel juga (20,9%) kategori kurang. Untuk hasil penelitian pada aktivitas fisik sampel didapat 9 sampel (20,9%) kategori baik, 14 sampel (32,6%) dalam kategori cukup, dan 20 sampel (46,5%) dalam kategori kurang. Untuk peran serta orang tua didapat 1 sampel (2,3%) dalam kategori baik, 4 sampel (9,3%) dalam kategori cukup, dan 38 sampel (88,4%) dalam kategori kurang. Hasil analisis melalui uji korelasi pearson menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan pola makan ($p=0,050$) dengan korelasi sangat rendah ($r=0,298$), terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan aktivitas fisik dengan ($p=0,0031$) dengan korelasi kuat ($r=0,846$), dan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan peran serta orang tua ($p=0,036$) dengan korelasi kuat ($r=0,816$). Kesimpulan. Terdapat hubungan bermakna antara pola makan, aktivitas fisik dan peran serta orang tua terhadap obesitas anak.

Kata kunci: obesitas anak, tingkat pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik, peran serta orang tua

**THE ASSOCIATION BETWEEN OF KNOWLEDGE LEVEL WITH
DIETARY PATTERN, PHYSICAL ACTIVITY AND THE ROLE OF
PARENTS WITH CHILDHOOD OBESITY IN SARASWATI 5 DENPASAR
ELEMENTARY SCHOOL.**

ABSTRACT

Childhood obesity is serious public health problem at 21st century. This is the global problem in low- and middle-income countries. The risk factors of childhood obesity are knowledge level, children's dietary pattern, physical activity, and the role of parents. This study aims to observe the association between children's dietary pattern, physical activity, and the role of parents with childhood obesity in Saraswati 5 Denpasar elementary schools. Method. This is a cross sectional analytical study. Data obtained from the questionnaire which are distributed to child and the parents. Result. There were 64 children taken as subjects of study were obesity from grade 1 until grade 5. The results obtained for all variables are categorized into 3 categories that is good, enough, and less. For the research result, there were 23 samples (53,5%) in good category, 12 samples (27,9%) in enough category, and 8 sample (18,6%) in the less category. For the result of the research on the sample diet, there were 21 samples (48,8%) in good category, 13 samples (30,3%) sufficient category, and 9 samples also (20,9%) less category. For the result of research on the physical activity of the sample, there were 9 samples (20,9%) good category, 14 samples (32,6%) in enough category, and 20 samples (46,5%) in less category. For the parents' role there were 1 samples (2,3%) in either category, 4 samples (9,3%) in sufficient category, and 38 samples (88,4%) in the less category. The analysis data resulted that knowledge level was associate with childrens's dietary pattern ($p=0,050$) and also knowledge level was associate with role of parents($p=0,036$) and also knowledge level was associate with physical activity ($p=0,031$). Conclusion. There is association between knowledge level with dietary pattern, physical activity, and role of parents with childhood obesity in Saraswati 5 Denpasar elementary schools.

Keywords: Childhood obesity, knowledge level, dietary pattern, physical activity, role of parents.

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dan Peran
Serta Orang Tua Pada Anak Obesitas Di SD Saraswati 5 Denpasar

Oleh : Ni Made Yeni Meilasanti (NIM. P07131214032)

Obesitas atau sangat gemuk adalah keadaan penumpukan atau akumulasi lemak yang terjadi di jaringan adipose yang dapat mengganggu kesehatan. Disebut obesitas juga apabila berat badan seseorang lebih besar 20% dari berat normal yang sesuai dengan tinggi badan dan usianya. Obesitas bukan lagi penyakit yang hanya meningkat angka kejadiannya di negara maju akan tetapi di negara berkembang pun obesitas turut meningkat angka kejadiannya. Faktor asupan makanan dan pola makan bisa mempengaruhi kasus obesitas, pengaruh negatif (terkait dengan asupan makanan yang berlebih) yaitu bisa menyebabkan atau memperparah obesitas dan pengaruh positif (asupan makanan yang cukup) bisa menurunkan kemungkinan terjadinya obesitas. Meningkatnya angka kejadian obesitas diakibatkan mulai berkembangnya teknologi sehingga memicu kurangnya aktivitas fisik contohnya adalah dengan adanya kendaraan bermotor maka akan mengurangi keinginan seseorang untuk berjalan ke tempat yang ingin dituju, selain itu juga pengkonsumsian makanan cepat saji yang berlebihan pun ditengarai memicu timbulnya obesitas, itu semua akan terjadi karena ditengarai juga kurangnya tingkat pengetahuan orang tentang obesitas penyebab maupun dampak yang akan ditimbulkan. Rekomendasi dari *Physical Activity and Health* menyatakan bahwa aktivitas fisik sedang sebaiknya dilakukan sekitar 20-30 menit atau lebih dalam seminggu. Aktivitas fisik sedang antara lain berjalan, jogging, berenang, dan bersepeda. Rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor utama yang mempengaruhi obesitas. Orang tua sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap kesehatan anak mengambil inisiatif untuk memberikan semua jenis makanan yang dianggap dapat memenuhi gizi anak terutama orang tua yang berpendapatan tinggi memiliki peluang yang lebih besar untuk memilih jenis

makanan, adanya peluang tersebut mengakibatkan pemilihan jenis dan jumlah makanan tidak lagi berdasarkan kebutuhan dan pertimbangan kesehatan tapi lebih mengarah pada pertimbangan praktis (*fast food*).

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah semua populasi anak yang mengalami obesitas dari siswa kelas 1-5 di SD Saraswati 5 Denpasar, dengan jumlah sampel sebanyak 64. Penelitian ini dilaksanakan di SD Saraswati 5 Denpasar pada bulan Mei 2018. Jenis data pada penelitian ini data primer yang meliputi identitas sampel dan kuesioner. Data sekunder yang meliputi yang meliputi sejarah sekolah, jumlah siswa, jumlah guru dan tenaga kependidikan, usaha kesehatan sekolah (UKS).

Berdasarkan tingkat pengetahuan sampel didapat sebagian besar sampel memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik yaitu 23 (53,5%), untuk pola makan sampel didapat juga sebagian besar sampel memiliki pola makan yang baik sebanyak 21 (48,8%), sedangkan untuk aktivitas fisik sampel didapat sebagian besar sampel memiliki aktivitas fisik yang kurang yaitu 20 (46,5%), dan untuk peran serta orang tua juga didapat memiliki kategori kurang lebih banyak yaitu 38 (88,4%).

Berdasarkan analisis didapatkan hasil pengetahuan tentang obesitas sampel sebagian besar dalam kategori baik, namun masih terdapat sampel dengan kategori pengetahuan cukup atau kurang. Pola makan sampel sebagian besar dalam kategori baik, namun masih terdapat sampel dengan kategori cukup atau kurang. Aktivitas fisik sampel sebagian besar dalam kategori kurang, namun terdapat juga sampel dengan kategori baik dan cukup. Peran serta orang tua sampel sebagian besar dalam kategori kurang, namun terdapat juga kategori baik dan cukup.

Diharapkan tingkat pengetahuan sampel tentang obesitas dan aktivitas fisiknya juga ditingkatkan guna mencegah terjadinya masalah gizi.

Daftar Bacaan : 31 (Tahun 2000-2017)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Penelitian Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dan Peran Serta Orang Tua Pada Anak Obesitas Di SD Saraswati 5 Denpasar” dengan tepat waktu.

Dalam menyusun skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak dan bimbingan dari dosen pembimbing, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. A. A. Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, banyak membantu dan memberikan petunjuk, mengoreksi serta memberikan saran-saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, banyak membantu dan memberikan petunjuk, mengoreksi serta memberikan saran-saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Direktur Poltekkes Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan kelancaran kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan kelancaran kepada penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
5. Ketua Program Studi Diploma IV Gizi Poltekkes Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan kelancaran kepada penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Para dosen dan staf Jurusan Gizi yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Orang tua dan keluarga, yang telah memberikan dukungan dan dorongan berupa materi dan moral yang tiada henti sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman yang telah membantu penulis dari pengumpulan data sehingga data yang didapat bisa diolah dengan baik.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran kritik dan yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Penulis

DAFTAR ISI

Isi	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv

DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Obesitas	
1. Pengertian Obesitas	7
2. Klasifikasi Obesitas	7
3. Manifestasi Klinis Obesitas	9
4. Pengukuran Obesitas	10
5. Epidemiologi.....	11
6. Faktor Resiko.....	12
7. Perilaku Makan Pemicu Obesitas	15
8. Evaluasi dan Dampak Obesitas	19
B. Pengetahuan	
1. Pengertian Pengetahuan.....	21
2. Pengetahuan Obesitas Pada Anak.....	21
3. Tingkat Pengetahuan	22
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Obesitas..	23
5. Cara Mengukur Obesitas	24
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel penelitian dan variabel operasional.....	26
C. Hipotesa penelitian.....	28
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis rancangan penelitian	29
B. Tempat dan waktu penelitian.....	29
C. Populasi sampel	29

D. Jenis dan teknik pengumpulan data	31
E. Cara pengolahan dan analisis data	32
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan.....	50
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	53
B. Saran	54
Daftar Pustaka.....	56

DAFTAR TABEL

No.	Halaman
1. Klasifikasi Obesitas	8
2. IMT/U	11
3. Definisi Operasional	26
4. Tabel sebaran tk pengetahuan dengan pola makan.....	46
5. Tabel analisis hub tk pengetahuan dengan pola makan.....	46
6. Tabel sebaran tk pengetahuan dengan aktivitas fisik	47
7. Tabel analisis hub tk pengetahuan dengan aktivitas fisik.....	48
8. Tabel sebaran tk pengetahuan dengan peran serta ortu	48
9. Tabel analisis hub tk pengetahuan dengan peran serta ortu	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Prevalensi Status Gizi Gemuk dan Sangat Gemuk	12
2. Kerangka konsep.....	25
3. Sebaran Sampel Menurut Jenis Kelamin	38
4. Sebaran Sampel Menurut Umur.....	39
5. Sebaran Sampel Menurut Pekerjaan Orang Tua.....	40
6. Sebaran Sampel Menurut Tingkat Pengetahuan	42
7. Sebaran Sampel Menurut Pola Makan.....	43
8. Sebaran Sampel Menurut Aktivitas Fisik	44
9. Sebaran Sampel Menurut Peran Serta Orang Tua	45

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
1. Kuesioner	60
2. Data Anak Obesitas.....	66
3. Perhitungan z-score sampel (IMT/U)	68
4. Form Recall 24 Jam	73
5. Surat Pernyataan	75
6. Data SPSS	76
7. Dokumentasi	78
8. Surat Ijin Penelitian.....	80