

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Kuta yang berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dengan berlokasi di Jalan Dewi Sartika Kuta, kode pos 80361 dengan nomor telepon (0361) 751506 memiliki luas sebesar 5187 m² yang berada di kawasan lingkungan Desa Adat Kuta, Kecamatan Kuta, Kabupaten Badung, Provinsi Bali.

SMPN 1 KUTA menggunakan kurikulum K-13 dan memiliki beberapa fasilitas penunjang dalam proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah yang dimana fasilitas tersebut terdiri dari beberapa ruang kelas belajar, laboratorium IPA, laboratorium komputer, perpustakaan, ruang ketrampilan, ruang osis, ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang tenaga pendidik, ruang osis dan ruang Unit Kesehatan Sekolah atau UKS. SMPN 1 KUTA memiliki jumlah ruang kelas sebanyak 25 kelas dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 611 siswa dan siswi perempuan sebanyak 614 siswi dengan total keseluruhan siswa pada tahun ajaran 2020/2021 sebanyak 1225 siswa dan jumlah tenaga pendidik sebanyak 63 orang.

Kondisi pedagang jajanan yang berada di SMPN 1 KUTA terdapat 1 kantin yang menjual berbagai jenis makanan jajanan anak sekolah salah satunya seperti aneka jenis kue, keripik, snack kemasan atau gorengan dan minuman kemasan. Kemudian di depan sekolah terdapat beberapa warung dan kaki lima yang menjual berbagai jenis jajanan dan makanan cepat saji anak sekolah. Kondisi

makanan jajanan yang dijual di area kantin sekolah berbeda dengan makanan jajanan yang dijual di area luar kantin sekolah.

Perbedaan makanan jajanan tersebut dilihat berdasarkan kemasan, jenis dan tempat jualan. Makanan jajanan yang dijual pedagang kaki lima dapat terpapar debu dan polusi serta serangga yang berada di sekitar tempat berjualan tersebut sedangkan makanan jajanan yang dijual di kantin sekolah banyak menjual snack makanan atau minuman dalam kemasan, beberapa jajanan pasar atau gorengan yang ditutup dengan penutup rapat.

2. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik sampel dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5
Distribusi Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin

| Karakteristik | (f) | (%) |
|---------------|-----|------|
| Umur | | |
| 12 tahun | 59 | 65,5 |
| 13 tahun | 31 | 34,5 |
| Total | 90 | 100 |
| Jenis Kelamin | | |
| Perempuan | 50 | 55,5 |
| Laki-laki | 40 | 44,5 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 5, dari 90 sampel dapat dilihat bahwa berdasarkan aspek umur dengan sampel terbanyak yakni berusia 12 tahun sebanyak (65,5%). Berdasarkan jenis kelamin dengan sampel terbanyak yakni dengan jenis kelamin perempuan sebanyak (55,5%).

3. Hasil Pengamatan

a. Data status gizi

Rata-rata IMT sampel sebesar 23,3 yang dimana IMT tertinggi sampel yaitu 30,2 sedangkan IMT sampel terendah sebesar 18,2. Berikut data sebaran sampel berdasarkan status gizi pada tabel 6

Tabel 6
Distribusi Sampel Berdasarkan Status Gizi

| Status Gizi | (f) | (%) |
|-------------|-----|------|
| Gizi Baik | 17 | 18,9 |
| Gizi Lebih | 49 | 54,4 |
| Obesitas | 24 | 26,7 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 6, hasil penelitian menunjukkan sebagian sampel dengan kategori gizi lebih sebanyak 49 sampel (54,4%).

b. Data pola konsumsi jajanan

Pola konsumsi jajanan yang dipaparkan dalam penelitian ini meliputi jenis, jumlah dan frekuensi.

1) Data konsumsi jenis jajanan

Jenis konsumsi jajanan merupakan banyaknya jajanan yang dikonsumsi sampel dalam sehari. Rata-rata konsumsi jajanan sebanyak 4 jenis dengan nilai tertinggi yakni 7 dan terendah 2, sehingga dapat dilihat pada tabel 7

Tabel 7
Distribusi Pola Konsumsi Jajanan Menurut Jenis Jajanan

| Jenis Jajanan | (f) | (%) |
|----------------------|------------|------------|
| Banyak ≥ 4 | 72 | 80 |
| Sedikit < 4 | 18 | 20 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 7 dari 90 sampel terdapat beberapa jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi yaitu brownies, donat, pastel, pisang goreng, risoles, onde-onde, dadar gulung, biskuit dan wafer/coklat. Sebagian sebaran sampel berdasarkan jenis jajanan dengan kategori banyak yakni 72 sampel (80%).

2) Data konsumsi frekuensi jajanan

Frekuensi konsumsi jajanan merupakan jumlah frekuensi jajanan yang di konsumsi dalam sehari. Rata-rata frekuensi konsumsi jajanan yakni 2 kali dengan nilai tertinggi sebesar 5 kali dan terendah 1 kali. Data sebaran sampel frekuensi konsumsi jajanan dapat dilihat pada tabel 8

Tabel 8
Distribusi Pola Konsumsi Jajanan Menurut Frekuensi Konsumsi Jajanan

| Frekuensi Konsumsi Jajanan | (f) | (%) |
|-----------------------------------|------------|------------|
| Cukup (1-2x/hr) | 44 | 49 |
| Tinggi ($> 3x/hr$) | 46 | 51 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 8, sebagian besar jumlah frekuensi konsumsi jajanan dengan kategori tinggi sebanyak 46 sampel (51%).

3) Data konsumsi energi dari jajanan

Konsumsi energi jajanan merupakan jumlah kandungan energi jajanan yang dikonsumsi sampel dengan rata-rata sebesar 356,7 kkal dengan nilai terendah yakni 209,2 kkal dan tertinggi sebesar 577,6 kkal. Data sebaran sampel jumlah konsumsi energi jajanan dapat dilihat pada tabel 9

Tabel 9

Distribusi Pola Konsumsi Jajanan Menurut Jumlah Konsumsi Energi Jajanan

| Konsumsi Energi (Kkal) | (f) | (%) |
|-------------------------------|------------|------------|
| Cukup < 20% | 30 | 33,4 |
| Tinggi > 20% | 60 | 66,6 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 9, sebagian besar konsumsi energi dari jajanan dengan kategori tinggi (>20%) sebanyak 60 sampel (66,6%). Rata-rata kontribusi energi jajanan sebesar 21% dengan nilai tertinggi sebesar 27% dan terendah 15%.

c. Data aktivitas fisik

Aktivitas fisik dapat dilakukan selama 2-5 kali dalam seminggu selama 10-15 menit. Rata-rata aktivitas fisik dengan nilai 3 yang terendah dengan nilai 1 dan tertinggi dengan nilai 4.

Tabel 10

Distribusi Sampel Berdasarkan Aktivitas Fisik

| Aktivitas Fisik | (f) | (%) |
|------------------------|------------|------------|
| Rendah (<3) | 36 | 40 |
| Cukup (3) | 41 | 45,6 |
| Tinggi (>3) | 13 | 14,4 |
| Total | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel 10, aktivitas fisik yang dilakukan selama 1 minggu terakhir, sebagian besar sebaran sampel dengan kategori cukup yakni 41 sampel (45,6%).

4. Hasil analisis data

a. Hubungan jenis konsumsi jajanan dengan status obesitas

Berdasarkan tabel 11 dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori banyak. Dari 49 sampel sebagian besar yang mengalami gizi lebih (87,8%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori banyak dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik (70,5%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori sedikit. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara jenis konsumsi jajanan dengan status obesitas.

Tabel 11
Distribusi sampel menurut Jenis Konsumsi dan Status Obesitas

| Jenis Jajanan | Status Obesitas | | | | | |
|---------------|-----------------|------|------------|------|----------|-----|
| | Gizi Baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | |
| | f | % | f | % | f | % |
| Banyak | 5 | 29,5 | 43 | 87,8 | 24 | 100 |
| Sedikit | 12 | 70,5 | 6 | 12,2 | 0 | 0 |
| Total | 17 | 100 | 49 | 100 | 24 | 100 |

b. Hubungan frekuensi konsumsi jajanan dengan status obesitas

Berdasarkan tabel 12 dari 24 sampel yang mengalami obesitas sebagian besar (67%) frekuensi jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori tinggi. Dari 49 sampel yang mengalami gizi lebih sebagian besar (47%) frekuensi jajanan termasuk kategori tinggi dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik sebagian besar (76%) frekuensi jajanan termasuk kategori cukup. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson didapatkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$) sehingga ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status obesitas.

Tabel 12

Distribusi sampel menurut Frekuensi Konsumsi dan Status Obesitas

| Frekuensi Jajanan | Status Obesitas | | | | | |
|----------------------|-----------------|-----|------------|-----|----------|-----|
| | Gizi Baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | |
| | f | % | f | % | f | % |
| Tinggi | 4 | 24 | 26 | 53 | 16 | 67 |
| Cukup | 13 | 76 | 23 | 47 | 8 | 33 |
| Total | 17 | 100 | 49 | 100 | 24 | 100 |

c. Hubungan energi jajanan dengan status obesitas

Berdasarkan tabel 13 dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) energi dari jajanan termasuk kategori tinggi. Dari 49 sampel mengalami gizi lebih (67,4%) energi dari jajanan dengan kategori tinggi namun sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik sebanyak (82,3%) energi dari jajanan termasuk kategori cukup. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson

didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) demikian ada hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi energi jajanan dengan status obesitas.

Tabel 13
Distribusi sampel menurut Energi Jajanan dan Status Obesitas

| Jumlah Energi Jajanan | Status Obesitas | | | | | |
|--------------------------|-----------------|------|------------|------|----------|-----|
| | Gizi Baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | |
| | f | % | f | % | f | % |
| Tinggi | 3 | 17,7 | 33 | 67,4 | 24 | 100 |
| Cukup | 14 | 82,3 | 16 | 32,6 | 0 | 0 |
| Total | 17 | 100 | 49 | 100 | 24 | 100 |

d. Hubungan aktivitas fisik dengan status obesitas

Berdasarkan tabel 14 dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) aktivitas fisik termasuk kategori rendah. Dari 49 sampel sebagian besar (75,5%) aktivitas fisik termasuk kategori cukup (75,5%) dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik (76,5%) aktivitas fisik termasuk kategori tinggi. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status obesitas.

Tabel 14
Distribusi sampel menurut Aktivitas Fisik dan Status Obesitas

| Aktivitas Fisik | Status Obesitas | | | | | |
|-----------------|-----------------|------|------------|------|----------|-----|
| | Gizi Baik | | Gizi Lebih | | Obesitas | |
| | f | % | f | % | f | % |
| Rendah | 0 | 0 | 12 | 24,5 | 24 | 100 |
| Cukup | 4 | 23,5 | 37 | 75,5 | 0 | 0 |
| Tinggi | 13 | 76,5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total | 17 | 100 | 49 | 100 | 24 | 100 |

B. Pembahasan

1. Obesitas

Obesitas merupakan suatu keadaan dimana terjadinya penumpukan zat gizi yang berlebih didalam tubuh serta (Ronsumbre, 2017). Menurut (Mulyani, 2020) Obesitas merupakan ketidakseimbangan asupan energi (energi intake) dengan energi yang digunakan (energi expenditure) dengan ditandai adanya penumpukan lemak yang abnormal. Hasil penelitian menunjukkan dari 90 sampel sebagian besar sampel dengan kategori gizi baik sebanyak 17 sampel (18,9%), kemudian kategori gizi lebih sebanyak 49 sampel (54,4%) dan obesitas sebanyak 24 sampel (26,7%). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas diantaranya yakni faktor genetik atau keturunan, kemudian faktor lingkungan serta faktor sosial ekonomi dalam pemilihan sumber makanan yang dikonsumsi dan perilaku dalam perubahan pola makan.

2. Pola konsumsi jajanan

Pola konsumsi jajanan merupakan kebiasaan makan seseorang yang mencakup jumlah serta frekuensi dan jenis beberapa jajanan yang dikonsumsi seseorang pada waktu tertentu dalam pengaturan makan (Nisak, 2018). Jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi yaitu brownies, donat, pastel, pisang goreng, risoles, dadar gulung dan wafer/coklat. Data hasil jenis konsumsi jajanan kategori banyak yakni 72 sampel (80%) dan kategori sedikit yakni 18 sampel (20%).

Hubungan Jenis Konsumsi Jajanan Dengan Status Obesitas

Makanan jajanan memiliki jenis jajanan yang terdiri dari makanan utama, makanan snack, minuman dan buah-buahan. Jenis jajanan biasanya dikonsumsi sesuai selera atau keinginan masing-masing individu. Jenis jajanan terdapat beraneka ragam jajanan baik jajanan tradisional maupun berbagai modifikasi makanan jajanan kebudayaan luar negeri dalam bentuk camilan atau snack dengan porsi kecil.

Hasil penelitian dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori banyak. Dari 49 sampel sebagian besar yang mengalami gizi lebih (87,8%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori banyak dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik (70,5%) jenis jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori sedikit. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara jenis konsumsi jajanan dengan status obesitas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat perbedaan jenis konsumsi jajanan antara status gizi lebih dengan status gizi baik dan obesitas. Dimana pada sampel status gizi lebih cenderung lebih banyak, hal ini

dapat disebabkan karena rata-rata mengonsumsi jenis jajanan yang mengandung tinggi gula ataupun tinggi lemak dan karbohidrat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Febriani, 2013) mengenai pemilihan jenis jajanan yang dikonsumsi juga dapat mempengaruhi status gizi. Jajanan yang mengandung tinggi gula dan lemak sangat erat hubungannya dengan kejadian overweight. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian oleh Septiani (2017), menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara jenis konsumsi jajanan dengan obesitas.

Frekuensi jajanan merupakan jumlah kali jajanan yang dikonsumsi selama sehari. Data hasil frekuensi jajanan kategori cukup sebanyak 44 sampel (49%) dan kategori tinggi sebanyak 46 sampel (51%).

Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan Dengan Status Obesitas

Frekuensi jajanan merupakan jumlah kali jajanan yang dikonsumsi dalam sehari. Hasil penelitian dari 24 sampel yang mengalami obesitas sebagian besar (67%) frekuensi jajanan yang dikonsumsi termasuk kategori tinggi. Dari 49 sampel yang mengalami gizi lebih sebagian besar (47%) frekuensi jajanan termasuk kategori tinggi dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik sebagian besar (76%) frekuensi jajanan termasuk kategori cukup. Berdasarkan hasil uji statistik korelasi Pearson didapatkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$) sehingga ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status obesitas. Hasil penelitian tersebut menunjukkan sampel dengan frekuensi konsumsi jajanan lebih tinggi didapatkan pada status gizi lebih dibandingkan dengan status gizi baik dan obesitas, hal ini dapat disebabkan karena sampel mengonsumsi jajanan tidak sesuai dengan pengaturan jam makan, baik itu saat waktu makan ataupun pada saat selingan serta konsumsi makanan sehari yang

tidak seimbang sehingga memicu terjadinya resiko obesitas. Selain itu terdapat gerai atau toko yang menjajakan berbagai jenis jajanan baik di kantin sekolah maupun di luar sekolah. Frekuensi konsumsi jajanan yang berlebihan dapat menyebabkan resiko terjadinya obesitas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Fathin, 2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi makan jajanan dengan kejadian overweight atau obesitas pada anak remaja usia 11 sampai 13 tahun, pola konsumsi makanan jajanan berhubungan dengan kejadian overweight/obesitas pada remaja dengan menunjukkan prevalensi overweight/obesitas lebih tinggi pada anak yang mengkonsumsi 20% kalori dari makanan jajanan dan anak yang konsumsi makanan jajanan >3 kali per hari. Hasil serupa ditunjukkan di SD Hj Isriyati Semarang tahun 2009 bahwa hampir seluruh responden (98,7%) mempunyai kebiasaan jajan, membeli makanan jajanan disekolah dengan frekuensi 2 kali sehari (Putra & Subagio, 2009).

Jumlah energi jajanan merupakan hasil dari kandungan energi dari jajanan yang dikonsumsi selama sehari. Jumlah energi dari jajanan tertinggi yakni 577,6 kkal dan terendah 209,2 kkal dengan rata-rata konsumsi energi jajanan sebesar 353,7 kkal. Kontribusi energi dari konsumsi jajanan rata-rata sebesar 19,8%, tertinggi sebesar 30,5% dan terendah sebesar 9,8%. Sehingga sebaran sampel menurut jumlah konsumsi energi jajanan dalam kategori cukup sebanyak 50 sampel (55,5%) dan kategori tinggi sebanyak 40 sampel (44,5%).

Hubungan Jumlah Energi Jajanan Dengan Status Obesitas

Makanan jajanan memegang peranan penting dalam memberikan kontribusi tambahan dalam memenuhi kecukupan gizi, sebaiknya makanan jajanan yang dikonsumsi menyumbangkan 10-20% kebutuhan energi atau sebesar 192-384

kkal/hari (HAPSARI, 2017). Hasil penelitian dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) energi dari jajanan termasuk kategori tinggi. Dari 49 sampel mengalami gizi lebih (67,4%) energi dari jajanan dengan kategori tinggi namun sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik sebanyak (82,3%) energi dari jajanan termasuk kategori cukup. Berdasarkan hasil uji statistic kolerasi pearson didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) demikian ada hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi energi jajanan dengan status obesitas. Hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa jumlah energi dari jajanan lebih tinggi terdapat pada gizi lebih dibandingkan dengan gizi baik dan obesitas. Hal ini dapat disebabkan karena asupan zat gizi makro serta pola makan sehari lebih mudah terabsorpsi dalam tubuh sehingga menimbulkan rasa kenyang yang lebih lama. Sehingga dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan berat badan atau masa tubuh yang mengarah pada obesitas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dewita, 2021) yang mengatakan bahwa asupan energi yang berlebih merupakan penyebab utama terjadinya masalah obesitas. Menurut (Karmila & Fayasari, 2019) mengatakan bahwa asupan energi jajanan dapat mempengaruhi status gizi dikarenakan asupan jajanan yang berlebih dalam satu hari memicu terjadinya berhubungan dengan peningkatan asupan total kalori yang dimana asupan jajanan mengandung energi $\geq 10\%$ atau >5 kali dalam seminggu dapat memiliki risiko 7 kali terhadap peningkatan status gizi lebih. Dalam penelitian (Murakami & Livingstone, 2015) mengatakan bahwa energi dari snack meningkatkan kejadian obesitas.

3. Aktivitas fisik

Menurut (Pratiwi, 2019) aktivitas fisik merupakan bagaimana cara anak dalam mengatur waktu kesehariannya selama 24 jam tiap hari untuk melakukan suatu jenis kegiatan secara rutin dan berulang-ulang. Berdasarkan hasil penelitian bahwa data aktivitas fisik yang termasuk kategori rendah sebanyak 36 sampel (40%), cukup sebanyak 41 sampel (45,6%) dan tinggi sebanyak 13 sampel (14,4%). Aktivitas fisik dilihat melalui kuesioner PAQ-C dengan menjumlahkan hasil secara keseluruhan kemudian bagi dengan jumlah soal yang tertera. Hasil pembagian tersebut akan menjadi nilai total PAQ-C dari dan selanjutnya dicari nilai median dari skor masing-masing sampel.

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Obesitas

Aktivitas fisik merupakan serangkaian aktivitas yang dilakukan sehari-hari. Aktivitas fisik dilakukan secara teratur dan dianjurkan sesuai umur serta kemampuan masing-masing dengan manfaat meningkatkan kebugaran serta menjaga keseimbangan berat badan. Hasil penelitian dari 24 sampel yang mengalami obesitas semuanya (100%) aktivitas fisik termasuk kategori rendah. Dari 49 sampel sebagian besar (75,5%) aktivitas fisik termasuk kategori cukup (75,5%) dan sebaliknya dari 17 sampel yang mengalami gizi baik (76,5%) aktivitas fisik termasuk kategori tinggi. Berdasarkan hasil uji statistik korelasi Pearson didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status obesitas.

Dari penelitian ini dapat dilihat bahwa sampel dengan status gizi lebih dominan memiliki hasil lebih tinggi dibandingkan dengan status gizi baik dan status obesitas. Hal ini dapat diakibatkan karena kurangnya aktivitas fisik yang

dilakukan seseorang serta pola makan yang tidak seimbang dengan porsi makan yang berlebihan serta pemilihan jenis makanan yang tidak terkontrol menyebabkan terjadinya obesitas. Apabila seseorang memiliki aktivitas yang rendah dan pola makan yang tidak seimbang maka pengeluaran energi dari dalam tubuh berkurang dan penumpukan lemak dalam tubuh meningkat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Mulyani, 2020) bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas, yang dimana obesitas pada remaja banyak terjadi akibat remaja yang tidak melakukan olahraga sehingga asupan energi yang dihasilkan tidak banyak digunakan sehingga sebagian besar tersimpan sebagai lemak tubuh. Penelitian yang dilakukan Mustelin (2009) menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan obesitas pada anak usia 5-15 tahun. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa responden yang tidak rutin berolahraga memiliki risiko obesitas sebesar 1,35 kali dibandingkan dengan responden yang rutin berolahraga.

BAB VI

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Bedasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola konsumsi jajanan dan aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja di SMPN 1 KUTA dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Pola konsumsi jajanan dari segi jumlah energi dengan kategori cukup sebanyak 30% dan tinggi 60%, frekuensi jajanan dengan kategori cukup 49% dan tinggi 51%, jenis jajanan dengan kategori banyak sebesar 80% dan sedikit sebesar 20%.
2. Aktivitas fisik remaja di SMPN 1 KUTA dengan kategori rendah 40%, cukup 45,6% dan tinggi 14,4%.
3. Status gizi pada remaja di SMPN 1 KUTA dengan kategori gizi baik 18,9%, gizi lebih 54,4% dan obesitas 26,7%.
4. Ada hubungan yang signifikan antara jenis konsumsi jajanan dengan obesitas pada remaja di SMPN 1 KUTA ($p = 0,000$).
5. Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan obesitas pada remaja di SMPN 1 KUTA ($p = 0,004$).
6. Ada hubungan yang signifikan antara energi dari jajanan dengan obesitas pada remaja di SMPN 1 KUTA ($p = 0,000$).
7. Ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja di SMPN 1 KUTA ($p = 0,000$).

B. Saran

Bedasarkan hasil penelitian, maka penulis menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Disarankan kepada pihak sekolah dan orang tua agar lebih memperhatikan pemilihan jajanan yang dikonsumsi serta melakukan pemantauan status gizi secara rutin pada remaja sekolah.
2. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti konsumsi dari jajanan anak sekolah dengan menggunakan kombinasi metode survei konsumsi lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abarca, R. M. (2021). Aktivitas Fisik Pada Hipertensi. *Physical Activity Journal of Hypertension*, 2013–2015.
- Amenani, C., & Januarto, O. B. (2022). Literature Review: Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Terhadap Obesitas Peserta Didik Sekolah Dasar. *Sport Science and Health*, 4(2), 184–193. <https://doi.org/10.17977/um062v4i22022p184-193>
- Anggiruling, D. O., Ekayanti, I., Khomsan, A., Masyarakat, D. G., Manusia, F. E., & Bogor, I. P. (2019). Analisis Faktor Pemilihan Jajanan , Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Factors Analysis of Snack Choice , Nutrition Contribution and Nutritional Status of Primary School Children. *Jurnal MKMI*, 15(1), 81–90.
- Basuki, K. (2019). Definisi Aktivitas Fisik Aktivitas. *ISSN 2502-3632 (Online) ISSN 2356-0304 (Paper) Jurnal Online Internasional & Nasional Vol. 7 No.1, Januari – Juni 2019 Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta*, 53(9), 26. www.journal.uta45jakarta.ac.id
- BPOM. (2016). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang Bagi Orang Tua, Guru dan Pengelola Kantin. *Direktorat Standardisasi Produk Pangan Deputy Bidang Pengawasan Keamanan Pangan Dan Bahan Berbahaya Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia*, 37. http://standarpangan.pom.go.id/dokumen/pedoman/Buku_Pedoman_PJAS_untuk_Pencapaian_Gizi_Seimbang__Orang_Tua__Guru__Pengelola_Kantin_.pdf
- BPOM. (2021). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. In *Direktorat Standardisasi Produk Pangan*. https://standarpangan.pom.go.id/dokumen/pedoman/Buku_Pedoman_PJAS_untuk_Pencapaian_Gizi_Seimbang__Pengawas_dan-atau_Penyuluh_.pdf
- Desthi, D. I., Idi, S., & Rini, W. A. (2019). Hubungan Asupan Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peleton Inti Smp N 5 Yogyakarta. *04 Juli*, 9–47. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1333/>
- Dewita, E. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Tambang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(1), 7–14. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i1.1554>
- Fadillah, N. (2018). *Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Siswa MI Negeri Boyolali*.
- Fathin, F. A. (2018). *Hubungan Kontribusi Energi Sarapan Dan Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di SMK N 1 Sukoharjo*.
- Fitriyah, R. (2017). *Modifikasi Makanan Selingan*. 9(1), 76–99.
- HAPSARI, R. N. (2017). kontribusi makanan jajanan terhadap tingkat kecukupan

asupan energi dan protein pada anak sekolah yang mendapat PMT-AS DI SD PLALAN 1 KOTA SURAKARTA. *Surakarta*, 1, 1–14.
http://eprints.ums.ac.id/27111/13/NASKAH_PUBLIKASI.pdf

- Harmon, M., Skow, B., Simonson, P., Peck, J., Craig, R. T., Jackson, J. P., Simonson, P., Peck, J., Craig, R. T., Jackson, J. P., Pointon, D., Sugiyono, A., Thiel, C., Priyono, Sugiyono, S., Bentley, J. L., Van Fraassen, B. C., Creswell, John W. Edition, T., Hirschberg, W., ... McCrae, R. R. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Philosophy of Science* (Vol. 4, Issue 4). <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19528854%0Ahttp://libproxy.unm.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=51827937&site=eds-live&scope=site%5Cnhttp://content.ebscohost.com.libproxy.unm.edu/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=51>
- Hudaya, P. (2019). *Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri Guna Menggugah Siswa Meningkatkan Aktivitas Fisik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. 56–89.
- Karmila, K., & Fayasari, A. (2019). Kecukupan Asupan, Kontribusi Selingan dan Obesitas pada Siswa SMP Di Jakarta Timur. *Binawan Student Journal*, 1(1), 50–57. <http://journal.binawan.ac.id/index.php/bsj/article/view/51>
- Kemkes. (2017). Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (p. 37). <http://p2ptm.kemkes.go.id>
- Kemkes, R. (2018). *Dietetik Penyakit Tidak Menular*.
- Kementrian, R. (2020). PMK No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. In *Orphanet Journal of Rare Diseases* (Vol. 21, Issue 1).
- Kristiowati, E. (2018). *Gambaran Pola Konsumsi Cairan Pada Remaja Obesitas Di Man 1 Semarang*. m, 5–14.
- Lonto, J. S. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Anak Usia Sekolah (9-12 Tahun) Di Sd Gmim Sendangan Sonder. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–7.
- Maria. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah*. 8–43.
- Mariam, D. A., & Larasati, T. (2016). Obesitas Anak dan Peranan Orang Tua. *Majority*, 5(5), 161–165. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/943/776>
- Melani, V., Ronitawati, P., Swamilaksita, P. D., Sitoayu, L., Dewanti, L. P., & Hayatunnufus, F. (2022). Konsumsi Makan Siang Dan Jajanan Kaitannya Dengan Produktivitas Kerja Dan Status Gizi Guru. *Journal of Nutrition College*, 11(2), 126–134. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.33178>
- Mulyani, N. S. (2020). Faktor Penyebab Obesitas Pada Remaja Putri Di Aceh Besar. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1), 44–47. <https://doi.org/10.31983/jrg.v8i1.5472>

- Mulyawati, I., Kuswardinah, A., & Yuniastuti, A. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Keamanan Jajanan terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 1–8.
- Nisak, A. J. (2018). *Resiko Overweight / Obesitas Pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso I-172 Pola Konsumsi Makanan Jajanan Di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko Overweight / Obesitas Pada Anak*. January. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i3.2017>
- Pangan, survey konsumsi. (2018). *Penilaian Status Gizi. vol 1*.
- Pramono, A., & Sulchan, M. (2018). Kontribusi Makanan Jajan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Kota Semarang. *Gizi Indonesia*, 37(2), 129. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v37i2.158>
- Pratiwi, R. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik Dan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 1(69), 5–24.
- Purnamawati, I. (2018). Kajian Pustaka Obesitas. *Repositori Universitas Indonesia*, 5–19.
- Rachman, T. (2018). Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Ratna, S. (2019). *Hubungan Obesitas Dengan Pilates Exercise Pada Remaja*. 2, 10–35.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In *F1000Research* (Vol. 10). <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>
- Ronsumbre, D. A. (2017). Studi Obesitas pada Masyarakat Desa Sanoba Kecamatan Sanoba Kabupaten Nabire – Papua. *Obesitas*, 12–26.
- Sari, Y. D., & Rachmawati, R. (2020). Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan Terhadap Asupan Energi Sehari Di Indonesia (Analisis Data Survey Konsumsi Makanan Individu 2014) [Food Away From Home (Fafh) Contribution of Nutrition To Daily Total Energy Intake in Indonesia]. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 43(1), 29–40. <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i1.2891>
- WHO. (2018). More Active People For A Healthier World. In *Journal of Policy Modeling* (Vol. 28, Issue 6). <https://doi.org/10.1016/j.jpplmod.2006.06.007>

LAMPIRAN

Lampiran 1

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (*INFORMED CONSENT*) SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/Adik, Kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

| | |
|-------------------|--|
| Judul | Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Remaja Di SMP N 1 Kuta |
| Peneliti Utama | Ni Kadek Dea Widya Yanti |
| Institusi | Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar |
| Lokasi Penelitian | SMP N 1 Kuta |
| Sumber pendanaan | Swadana |

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi jajanan dan aktivitas fisik dengan obesitas pada siswa di SMP N 1 Kuta. Jumlah sampel sebanyak 90 orang dengan syarat yaitu :

- i. Kriteria Inklusi
 1. Seluruh siswa kelas VII
 2. Siswa yang berusia 13-14 tahun
 3. Bersedia berpartisipasi dalam sampel penelitian

ii. Kriteria Eksklusi

1. Sampel sedang sakit
2. Tidak hadir dalam pengambilan data

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan propotional random sampling pada kelas VII tahun ajaran 2021/2022. Dengan masing-masing kelas jumlah sampel yang diambil menggunakan random sampling dan pengambilan sampel akan dilakukan secara undian berdasarkan absen di kelas. Kemudian mengukur berat badan sampel menggunakan timbangan digital LED merk GEA 150A dengan ketelitian 0,1 kg dan tinggi badan sampel menggunakan microtoise dengan ketelitian 0,1 cm kemudian untuk menghitung Z-score nantinya akan dibandingkan dengan IMT/U usia 5-18 tahun menurut PMK No. 2 tahun 2020.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak memberikan manfaat secara langsung kepada peserta penelitian, tetapi dengan penelitian ini peserta dapat mengetahui wawasan mengenai ilmu pengetahuan di bidang gizi melalui pola konsumsi jajanan dan aktivitas fisik dengan obesitas pada remaja di SMP N 1 Kuta.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/Adik pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/Adik dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada

sanksi. Sebagai ucapan terima kasih atas partisipasi sebagai responden penelitian, peneliti akan memberikan bingkisan.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara/Adik diminta untuk menandatangani formulir ‘Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)’ Sebagai *Peserta Penelitian atau ‘Wali’ setelah Bapak/Ibu/Saudara/Adik benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/Adik akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat memengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/Adik untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/Adik.

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti :

Ni Kadek Dea Widya Yanti

Mahasiswa Jurusan Gizi Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan

Hp. 081338100693

Email : Deawidyayanti121@gmail.com

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui**

untuk menjadi peserta *penelitian/Wali.

Peserta/Subyek Penelitian,

Wali,

Tanda Tangan dan Nama

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal (wajib diisi): / /

Tanggal (wajib diisi): /

/

Hubungan dengan Peserta/ Subyek Penelitian:

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang-koma)

Peneliti

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga/guru/wali kelas/kepala sekolah peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

| | |
|---|----------------|
| Saksi: | |
| <p>Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.</p> | |
| <hr/> | |
| <hr/> | |
| <i>Nama dan Tanda tangan saksi</i> | <i>Tanggal</i> |
| <p><i>(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)</i></p> | |

*coret yang tidak perlu

Lampiran 2

Surat Etik



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan
Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448
Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0656/2022

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Remaja Di SMP N 1 Kuta

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Ni Kadek Dea Widya Yanti

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 12 Oktober 2022

Ketua,



Dr. Ni Korang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Lampiran 3

Surat Ijin Penelitian Penanaman Modal Kabupaten Badung



PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PUSAT PEMERINTAHAN KABUPATEN BADUNG "MANGUPRAJA MANDALA"
JALAN RAYA SEMPIDI, MENGWI, BADUNG BALI (80351)
Telp. (0361) 4715259, Email : dpmpspbadingkab@gmail.com
Website : <http://dpmpspbadingkab.go.id>

Nomor : 2741/SKP/DPMPSTP/IX/2022
Lampiran : -
Perihal : Surat Keterangan Penelitian
Kepada :
Yth. KEPALA SMPN 1 KUTA
di -
Mangupura

Berdasarkan permohonan dengan nomor pendaftaran 220815005532, maka Bupati Badung memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :

Nama : NI KADEK DEA WIDYA YANTI
Pekerjaan : MAHASISWA
Alamat Pemohon : PRM TAMAN JIMBARAN X NO.S 40, LINGKUNGAN PERARUDAN, KELURAHAN JIMBARAN, KECAMATAN KUTA SELATAN, KABUPATEN BADUNG
Nama Instansi : POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
Alamat Instansi : JL. GUMITIR GG. ANGGREK NO.72, DESA KESIMAN KERTALANGU, KECAMATAN DENPASAR TIMUR, KOTA DENPASAR
Judul Penelitian : HUBUNGAN POLA KONSUMSI JAJANAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMP N 1 KUTA
Jumlah Peneliti : 1 ORANG
Lokasi Penelitian : SMPN 1 KUTA
Tujuan Penelitian : SKRIPSI
Lama Penelitian : 12 SEPTEMBER 2022 S/D 28 FEBRUARI 2023

dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum mengadakan Penelitian agar melapor kepada Instansi yang dituju serta instansi yang tercantum pada tembusan surat ini.
2. Saat mengadakan Penelitian agar mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku pada lokasi Penelitian dan wilayah setempat.
3. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan tujuan penelitian dan apabila melanggar ketentuan yang berlaku maka Surat Keterangan Penelitian ini akan dicabut serta dihentikan segala kegiatannya.
4. Apabila masa berlaku Surat Keterangan Penelitian telah berakhir, sedangkan penelitian belum selesai agar mengurus kembali Surat Keterangan Penelitian sesuai ketentuan yang berlaku.
5. Setelah kegiatan Penelitian selesai, agar melapor ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung secara daring serta mengunggah hasil penelitian melalui aplikasi www.laperon.badungkab.go.id.

Dikeluarkan di : Mangupura
Pada Tanggal : 9 SEPTEMBER 2022

**IZIN INI TIDAK
DIPUNGUT BIAYA**

Jangan berikan imbalan dalam bentuk apapun kepada petugas kami sebagai upaya mewujudkan Zona Integritas & Pelayanan Prima



ID:220815005532



KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN BADUNG,

I MADE AGUS ARYAWAN, S.T., M.T.
NIP. 19720828 199803 1 018

Tembusan disampaikan kepada :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung.
2. Kepala Dinas Pendidikan, Kepemudaan dan Olah Raga Kabupaten Badung.
3. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Badung.
4. Yang Bersangkutan.
5. Arsip.

1. Dokumen ini diterbitkan sistem LAPERON berdasarkan data dari Pemohon, tersimpan dalam sistem LAPERON, yang menjadi tanggung jawab Pemohon
2. Dalam hal terjadi kekeliruan isi dokumen ini akan dilakukan perbaikan sebagaimana mestinya
3. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSR-E-BSSN



Lampiran 4
Kuesioner Penelitian

A. Identitas Sampel

Nama sampel :
Jenis kelamin :
Tanggal lahir :
Kelas :
Umur :
Alamat :
Uang saku sekolah : Rp.

B. Data Antropometri

Berat badan : kg
Tinggi badan : cm
IMT/U :
Z-score :
Riwayat genetik obesitas dari orang tua : *) a) Ya b) Tidak
Pernah sakit/lainnya yang menghambat : *) a) Ya b) Tidak
kegiatan selama 1 minggu

Lampiran 5
Kuesioner Aktivitas Fisik

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 Kelas :

Kami mencoba untuk mencari tahu tentang tingkat aktivitas fisik sejak 7 hari terakhir (pada minggu terakhir). Salah satunya termasuk aktivitas fisik seperti olahraga atau tari yang membuat adik berkeringat atau membuat kaki adik merasa lelah atau permainan yang membuat adik bernapas keras, seperti kejar-kejaran, melompat, berlari, memanjat, dan lain-lain.

Diingatkan:

1. Tidak ada jawaban benar atau salah.
2. Jawablah semua pertanyaan dengan jujur dan akurat sesuai yang adik bisa (ini sangat penting).

1) Apa aktivitas fisik di waktu luang kamu : Apakah kamu melakukan salah satu kegiatan berikut dalam 7 hari terakhir (minggu lalu)? Jika ya, berapa kali? (Pilihlah hanya satu lingkaran per baris dengan memberikan tanda X)

Nilai Durasi Aktifitas Fisik

| No | | Tidak pernah | 1-2 kali | 3-4 kali | 5-6 kali | 7 kali | Durasi menit/ 1 kali |
|-----------------|-------------|--------------|----------|----------|----------|--------|----------------------|
| Olahraga | | | | | | | |
| 1. | Skipping | a | b | c | d | e | |
| 2. | Tenis meja | a | b | c | d | e | |
| 3. | Sepatu roda | a | b | c | d | e | |
| 4. | Bersepeda | a | b | c | d | e | |

| | | | | | | | |
|---------------|---------------------|---|---|---|---|---|--|
| 5. | Kejar-kejaran | a | b | c | d | e | |
| 6. | Jogging/berlari | a | b | c | d | e | |
| 7. | Senam | a | b | c | d | e | |
| 8. | Berenang | a | b | c | d | e | |
| 9. | Futsal | a | b | c | d | e | |
| 10. | Bulu tangkis | a | b | c | d | e | |
| 11. | Sepak bola | a | b | c | d | e | |
| 12. | Basket | a | b | c | d | e | |
| 13. | Silat/karate | a | b | c | d | e | |
| 14. | Lainnya... | a | b | c | d | e | |
| Menari | | | | | | | |
| 15. | Ballet/dance modern | a | b | c | d | e | |
| 16. | Puspanjali | a | b | c | d | e | |
| 17. | Cendrawasih | a | b | c | d | e | |
| 18. | Pendet | a | b | c | d | e | |
| 19. | Panyambrahma | a | b | c | d | e | |
| 20. | Tenun | a | b | c | d | e | |
| 21. | Baris tunggal | a | b | c | d | e | |
| 22. | Lainnya... | a | b | c | d | e | |

- 2) Dalam 7 hari terakhir, selama pelajaran olahraga (physical education/PE), seberapa sering kamu bersikap sangat aktif (bermain dengan keras, berlari, melompat, melempar, menendang)?
- Saya tidak ikut pelajaran olahraga (PE)
 - Hampir tidak pernah
 - Terkadang
 - Cukup sering
 - Selalu
- 3) Dalam 7 hari terakhir, apa yang kamu lakukan bila sedang waktu istirahat?
- Duduk (mengobrol, membaca, mengobrol)
 - Berdiri sekitar atau berjalan di sekitar

- c. Jalan-jalan berkeliling
 - d. Kadang lari-lari dan bermain
 - e. Sebagian besar waktunya digunakan untuk berlari dan bermain
- 4) Dalam 7 hari terakhir, apa yang biasanya kamu lakukan saat jam makan siang (selain makan siang)?
- a. Duduk (berbicara, membaca, mengerjakan tugas)
 - b. Berdiri sekitar atau berjalan di sekitar
 - c. Jalan-jalan berkeliling
 - d. Kadang lari-lari dan bermain
 - e. Sebagian besar waktunya digunakan untuk berlari dan bermain
- 5) Dalam 7 hari terakhir, setelah pulang sekolah, apakah kamu melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ? berapa kali kamu melakukan olahraga seperti sepak bola, bulu tangkis atau yang lain. Menari seperti dance modern atau tari tradisional seperti panyambrahma dan lainnya ?
- a. Tidak ada
 - b. 1 kali minggu
 - c. 2-3 kali minggu
 - d. 4 kali minggu
 - e. 5 kali minggu
- 6) Dalam 7 hari terakhir, pada sore hari seberapa sering kamu melakukan olahraga seperti sepak bola atau yang lain. Menari seperti dance modern atau tari tradisional seperti panyambrahma atau yang lainnya ?
- a. Tidak ada
 - b. 1 kali minggu
 - c. 2-3 kali minggu
 - d. 4 kali minggu
 - e. 5 kali minggu
- 7) Pada akhir minggu yang lalu (hari sabtu dan minggu) seberapa sering kamu melakukan kegiatan olahraga (sepak bola, kejar-kejaran sesama teman dan

lainnya) atau menari (dance modern, tari tradisional seperti panyambrahma, puspanjali dan lainnya)?

- a. Tidak ada
- b. 1 kali minggu
- c. 2-3 kali minggu
- d. 4 kali minggu
- e. 5 kali minggu

8) Bacalah semua pernyataan di bawah ini. Kemudian pilih salah satu pernyataan yang menggambarkan dirimu !

- a. Hampir semua waktu luang saya habiskan untuk bersantai dirumah
- b. Saya kadang-kadang (1-2 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik satu jenis atau lebih seperti olahraga (lari-lari, sepak bola, bersepeda dan lain-lain), menari (dance modern atau tari tradisional seperti pendet, baris, panyambrahma, dan lain-lain).
- c. Saya sering (3-4 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik satu jenis atau lebih seperti olahraga (lari-lari, bulu tangkis, senam, bersepeda, dan lain-lain), menari (dance modern atau tari tradisional seperti panyambrahma, pendet,baris, manukrawa).
- d. Saya lebih sering (5-6 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik satu jenis atau lebih seperti olahraga (lari-lari, sepak bola, senam, jogging, bersepeda, dan lain-lain), menari (dance modern atau tari tradisional seperti puspanjali, pendet, cendrawasih, tenun dan lainnya).
- e. Saya sangat sering (>7 kali seminggu) melakukan aktivitas fisik satu jenis atau lebih seperti olahraga (lari-lari, sepak bola, basket, voli, berenang, bersepeda, dan lain-lain), menari (dance modern atau tari tradisional seperti panyambrahma, pendet, baris, manukrawa, dan lainnya) atau bermain game seperti galo-galoan dan lainnya.

9) Berilah tanda silang 'X' pada jawaban yang sesuai. Seberapa sering kamu melakukan aktivitas fisik seperti olahraga (lari-lari, basket, sepak bola, berenang, bersepeda, yoga, jogging dan lain-lain) , menari (dance modern atau

tari tradisional seperti panyambrahma, pendet, baris, leggong, trunajaya dan lainnya) atau bermain game seperti galo-galoan dan lainnya.

Nilai Keaktifan Aktifias Fisik

| Hari | Tidak pernah | Jarang | Kadang | Sering | Sangat sering |
|-------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|----------------------|
| Senin | a | b | c | d | e |
| Selasa | a | b | c | d | e |
| Rabu | a | b | c | d | e |
| Kamis | a | b | c | d | e |
| Jumat | a | b | c | d | e |
| Sabtu | a | b | c | d | e |
| minggu | a | b | c | d | e |

10) Apakah selama seminggu ini kamu pernah sakit atau mengalami sesuatu yang menghambat aktivitas fisik ?

- a. Ya
- b. Tidak

Lampiran 6

Formulir Semi Kuantitatif Frequency Food Questionare (SQ-FFQ)

Nama :
Gender / Umur : L / P (tahun)
Sampel :

| No | Jenis Jajanan | Frekuensi | | | | | | |
|----|------------------|-----------|-----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|-------------------|
| | | TP | 1-2x/hr (50) | ≥3x/hr (25) | 3-6/mg (15) | 1-2/mg (10) | 2x/bln (5) | Tdk pernah (0) |
| 1 | Biskuit | | | | | | | |
| 2 | Brownies | | | | | | | |
| 3 | Donat | | | | | | | |
| 4 | Keripik pisang | | | | | | | |
| 5 | Keripik singkong | | | | | | | |
| 6 | Kue pukis | | | | | | | |
| 7 | Kue lumpur | | | | | | | |
| 8 | Keripik talas | | | | | | | |
| 9 | Martabak telur | | | | | | | |
| 10 | Onde-onde | | | | | | | |
| 11 | Pastel | | | | | | | |
| 12 | Pisang goreng | | | | | | | |
| 13 | Risoles | | | | | | | |
| 14 | Wafer/coklat | | | | | | | |
| 15 | Dadar gulung | | | | | | | |
| 16 | Bolu keju | | | | | | | |
| 17 | Lumpia | | | | | | | |
| 18 | Bubur sumsum | | | | | | | |
| 19 | Nagasari | | | | | | | |
| 20 | Kue apem | | | | | | | |
| 21 | Kue putri ayu | | | | | | | |
| 22 | Klepon | | | | | | | |
| 23 | Bakpia | | | | | | | |

Lampiran 7

Langkah-langkah Perhitungan Frekuensi Aktivitas Fisik

Berikut merupakan lampiran mengenai langkah-langkah perhitungan frekuensi aktivitas fisik.

1. Menghitung rata-rata pada soal no 1 dengan menunjukkan setiap jawaban frekuensi pada setiap aktivitas fisik yang dilakukan masing-masing sampel kemudian dilakukan perhitungan sejumlah aktivitas fisik yang dilakukan seperti beriku;

| Aktivitas Fisik | Frekuensi | Interpretasi |
|------------------|----------------|--------------|
| | Kode sampel 01 | |
| 1 | A | 1 |
| 2 | A | 1 |
| 3 | A | 1 |
| 4 | B | 2 |
| 5 | D | 4 |
| 6 | B | 2 |
| 7 | A | 1 |
| 8 | B | 2 |
| 9 | A | 1 |
| 10 | D | 4 |
| 11 | C | 3 |
| 12 | A | 1 |
| 13 | B | 2 |
| 14 | A | 1 |
| 15 | D | 4 |
| 16 | B | 2 |
| 17 | B | 2 |
| 18 | B | 2 |
| 19 | A | 1 |
| 20 | A | 1 |
| Rata-rata | | 1 |

2. Soal pilihan ganda nomor 2-8 dengan kategori jawaban A bernilai 1, jawaban B bernilai 2, jawaban C bernilai 3, jawaban D bernilai 4 dan jawaban E bernilai 5. Kemudian dihitung dan dijumlahkan total nilai dari pilihan ganda no 2-8

3. Menghitung rata-rata pada soal no 9 dengan menjumlahkan setiap jawaban dengan kategori jawaban A bernilai 1, jawaban B bernilai 2, jawaban C bernilai 3, jawaban D bernilai 4 dan jawaban E bernilai 5 pada setiap hari yang dilakukan masing-masing sampel kemudian dilakukan pembagian total hari dalam seminggu, seperti berikut;

| Hari | Frekuensi | Interpretasi |
|------------------|----------------|--------------|
| | Kode sampel 01 | |
| Senin | C | 3 |
| Selasa | C | 3 |
| Rabu | C | 3 |
| Kamis | B | 2 |
| Jumat | B | 2 |
| Sabtu | B | 2 |
| Minggu | A | 1 |
| Rata-rata | | 2 |

4. Menghitung rata-rata dari 9 item pertanyaan seperti berikut;

| Kode sampel | Pertanyaan aktivitas fisik dari no- | | | | | | | | | Rata-rata frekuensi |
|-------------|-------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| 1 | 1 | 4 | 5 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 |

Tabel Penilaian Kuesioner PAQ-C

| No | Jumlah Nilai | Klasifikasi |
|----|--------------|---------------|
| 1 | 5 | Sangat Tinggi |
| 2 | 4 | Tinggi |
| 3 | 3 | Cukup |
| 4 | 2 | Rendah/Kurang |
| 5 | 1 | Sangat Rendah |

Lampiran 8
Dokumentasi Kegiatan



Lampiran 9

Hasil Turnitin

HUBUNGAN POLA KONSUMSI JAJANAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMP N 1 KUTA

ORIGINALITY REPORT

| | | | |
|------------------|------------------|--------------|----------------|
| 26% | 27% | 11% | 14% |
| SIMILARITY INDEX | INTERNET SOURCES | PUBLICATIONS | STUDENT PAPERS |

PRIMARY SOURCES

| | | |
|----------|---|------------|
| 1 | repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source | 10% |
| 2 | bppsdmk.kemkes.go.id Internet Source | 2% |
| 3 | Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper | 1% |
| 4 | eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source | 1% |
| 5 | repository.itspku.ac.id Internet Source | 1% |
| 6 | eprints.umm.ac.id Internet Source | 1% |
| 7 | repository.helvetia.ac.id Internet Source | 1% |
| 8 | www.scribd.com Internet Source | 1% |

www.studocu.com

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Kadek Dea Widya yanti
NIM : P07131219045
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Jl. Taman Jimbaran X/S No.40
Nomor HP / Email : 081338100693 / Deawidyayanti121@gmail.com

Dengan ini menyerahkan karya tulis ilmiah berupa skripsi dengan judul :

“Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Da Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Remaja Di SMPN 1 KUTA”

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan bersungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 11 April 2023
Yang membuat pernyataan



Ni Kadek Dea Widya Yanti
NIM.P07131219045