

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN DURASI PEMAKAIAN *GADGET*,TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS OBESITAS PADA SISWA SMP N 10 DENPASAR

Oleh : Cahyaning Werdiasih Pande (NIM. P07131016023)

Obesitas adalah keadaan dimana terjadi penimbunan lemak sehingga mengakibatkan berat badan seseorang di atas normal. Kecenderungan terjadinya obesitas pada umumnya berhubungan erat dengan pola makan, status sosial, ketidakseimbangan antara aktivitas tubuh, dan konsumsi makanan. Obesitas tidak hanya berdampak pada medis, psikis maupun sosial, tetapi juga erat hubungannya dengan kelangsungan hidup penderitanya. Faktor penyebab terjadinya obesitas yaitu faktor genetik, faktor psikososial, faktor perkembangan dan gaya hidup. Faktor genetik diturunkan dari anggota keluarga yang mengidap obesitas. Faktor gaya hidup mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak dan remaja. Pola makan yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan mengandung gula dan lemak yang tinggi dan makanan cepat saji atau fast food seperti *fried chicken*, mie kober, es krim, coklat, permen dan minuman bersoda. aktivitas fisik yang rendah seperti kurang berolahraga, tidak banyak melakukan gerakan diluar ruangan, duduk terlalu lama didepan tv dan bermain gadget seperti handphone. Dampak negatif penggunaan gadget yaitu anak menjadi pribadi yang tertutup, gangguan tidur, pertumbuhan otak yang terlalu cepat, menghambat perkembangan anak, obesitas anak dan gangguan mental pada anak

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai durasi pemakaian gadget tiap siswa obesitas di SMP N 10 Denpasar, menilai tingkat konsumsi tiap siswa yang berkaitan dengan penyebab obesitas di SMP N 10 Denpasar, menilai status obesitas pada siswa SMP N 10 Denpasar, Menganalisis secara deskriptif status obesitas berdasarkan durasi pemakaian gadget dan menganalisis secara deskriptif status obesitas berdasarkan tingkat konsumsi.

Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional karena peneliti melakukan pengamatan dan pencatatan terhadap gejala yang tampak pada subyek penelitian tanpa partisipasi dan intervensi dari peneliti dan subjek penelitian diamati apa adanya. Rancangan Penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Metode yang digunakan untuk pengambilan sampel yaitu *Purposive Sampling* dan wawancara. Jumlah sampel sebanyak 91 sampel. Data yang diambil yaitu data primer meliputi identitas sampel, hasil pengukuran antropometri, data durasi pemakaian gadget dan tingkat konsumsi energi sampel. Sedangkan data sekunder meliputi gambaran umum dan jumlah siswa-siswi SMPN 10 Denpasar.

Berdasarkan hasil penelitian, sampel sebagian besar adalah perempuan sebanyak 63,7% dan laki-laki sebanyak 36,3%. Jumlahsiswa SMP N 10 Denpasar dengan status gizi obesitas sebanyak 48 sampel (52,7%). Kelompok sampel dengan status gizi obesitas yang memiliki durasi pemakaian gadget dengan durasi 2 jam per hari yaitu sebanyak 20 sampel (41,7%) dan durasi lebih dari 2 jam sebanyak 28 sampel (58,3%), sedangkan Kelompok sampel dengan status gizi obesitas memiliki tingkat konsumsi diatas kecukupan yaitu sebanyak 39 sampel (81,3%), hal ini menunjukkan bahwa durasi pemakaian gadget lebih dari 2 jam per hari dan tingkat konsumsi diatas kecukupan ($> 110\%$ AKE) mempengaruhi terjadinya obesitas pada siswa.

Berdasarkan hasil penelitian, sampel dengan status obesitas cenderung lebih banyak menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 2 jam per hari (> 2 jam per hari dan memiliki tingkat konsumsi diatas kecukupan ($> 110\%$ AKE). Durasi pemakaian gadget lebih dari 2 jam perhari dan tingkat konsumsi energi diatas kecukupan berkaitan dengan status obesitas siswa.

Daftar Bacaan : 19 (Tahun 2001- Tahun 2018)