

**PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR
PROVINSI BALI**



Oleh :

DESHYA ANANDA RACHMANIA
NIM. P07131216058

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

**PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR
PROVINSI BALI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**DESHYA ANANDA RACHMANIA
NIM. P07131216058**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR
PROVINSI BALI**

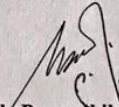
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes
NIP.196404171986032023



Ir. I Made Purnadibrata, M.Kes
NIP. 195609271981021002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi

Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL

**PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR
PROVINSI BALI**

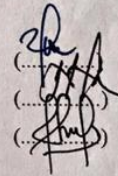
TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Selasa

TANGGAL : 12 Mei 2020

TIM PENGUJI :

1. Dr. I Putu Suiraka, S.ST.,M.Kes (Ketua)
2. I Made Rodja Suantara,SKM.,M.Kes (Anggota)
3. Ida Ayu Eka Padmiari,SKM.,M.Kes (Anggota)



**Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Pusat Kesehatan Kemenkes Denpasar**



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Deshya Ananda Rachmania
NIM : P07131216058
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Jalan Ahmad Yani No 42 Denpasar Utara

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Perbedaan Status Obesitas Berdasarkan Konsumsi *Junk Food* Pada Anak SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya 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 Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Deshya Ananda Rachmania
NIM. P07131216058

**PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR
PROVINSI BALI**

ABSTRAK

Obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebihan didalam tubuh. Obesitas terjadi akibat kelebihan asupan kalori. Anak dengan obesitas belum tentu memiliki kecukupan gizi yang baik. Kecukupan gizi adalah banyaknya zat gizi yang terpenuhi dari makanan bergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, tinggi badan, dan kondisi tertentu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan status obesitas berdasarkan konsumsi *junk food* pada Anak Sekolah SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan penelitian yang *cross sectional*. Lokasi penelitian di SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali dilaksanakan pada bulan januari tahun 2020. Populasi penelitian ini adalah Anak Sekolah SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali kelas III, IV dan V dengan sampel berjumlah 72 orang. Data status obesitas sampel dikumpulkan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan, konsumsi *junk food* diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner *SQ-FFQ*. Data dianalisis menggunakan uji *Independent t-test*. Hasil penelitian diperoleh 41,7% sampel mengalami obesitas, rata-rata konsumsi *junk food* 719,2 kkal, 41,7% sampel memiliki konsumsi *junk food* tinggi melebihi rata-rata. Hasil uji statistik menggunakan *Independent t-test*, didapat hasil nilai *p-value* > α ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan status obesitas berdasarkan konsumsi *junk food*

Kata kunci : Status Obesitas, Konsumsi *Junk food*, Anak Sekolah Dasar

**DIFFERENCES OF OBESITY STATUS BASED ON
JUNK FOOD CONSUMPTION IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS
SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR CITY
PROVINCE OF BALI**

ABSTRACT

Obesity is excessive accumulation of fat in the body. Obesity occurs due to excess energy intake. Children with obesity may not necessarily have adequate nutrient. Nutrient adequacy is the amount of nutrients that are met from food depending on age, gender, activity, weight, height, and certain conditions. The purpose of this study was to determine differences in obesity status based on junk food consumption in SD elementary school Negeri 3 Serangan Denpasar in Bali Province. This study was an observational study with a cross sectional design. The location of the study was in SD Negeri 3 Serangan Denpasar, Bali Province which was carried out in January 2020. The population in this study were elementary school students of SD Negeri 3 Serangan Denpasar, Bali Province class 3rd, 4rd and 5rd with a sample 72 students. Data on obesity status of the sample was collected by measuring weight and height, junk food consumption was obtained through interviews using the SQ-FFQ questionnaire. Data were analyzed by the Independent t-test. The results showed 41.7% of the samples were obese, the average consumption of junk food is 719.2 kcal, 41.7% of the samples had higher than average junk food consumption. Statistical test results by the Independent t-test, the results obtained $p\text{-value} > \alpha$ ($p > 0.05$) which means there is difference in obesity status based on junk food consumption not significant.

Keywords: Obesity Status, Junk food consumption, Elementary School Students

RINGKASAN PENELITIAN

PERBEDAAN STATUS OBESITAS BERDASARKAN KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK SEKOLAH SD NEGERI 3 SERANGAN DENPASAR PROVINSI BALI

Oleh : Deshya Ananda Rachmania (NIM. P07131216058)

Kemajuan di bidang ilmu pengetahuan dan ekonomi telah menciptakan suatu lingkungan dengan gaya hidup cenderung *sadentari* dan pola makan yang enak yang tinggi energi dan lemak. Kelebihan asupan energi disimpan dalam jaringan lemak, lama kelamaan akan mengakibatkan terjadinya obesitas (Masi, dkk, 2013). Obesitas atau kegemukan dari segi kesehatan merupakan salah satu penyakit masalah gizi, sebagai akibat konsumsi makanan yang jauh melebihi kebutuhannya (Soetjiningsih, 2012). Faktor utama penyebab obesitas tersebut ialah kebiasaan hidup sehari-hari, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan pola tidur yang diterapkan pada anak dan akan memicu beberapa masalah penyakit, masalah fisik, psikologis dan isolasi sosial pada anak (Arisman, 2014). Berdasarkan hasil Riskesdas Provinsi Bali tahun 2013, prevalensi kegemukan pada anak umur 5-12 tahun menurut IMT/U adalah 12,6%, serta masalah obesitas 8,8%. Berdasarkan hasil Rikesdas tahun 2013 di kota Denpasar, prevalensi kegemukan pada anak umur 5-12 tahun menurut IMT/U adalah 15,4%, serta masalah obesitas sebesar 11,3%. Adapun tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan status obesitas berdasarkan konsumsi *junk food*

Obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebihan didalam tubuh. Obesitas terjadi akibat kelebihan asupan energi. Anak dengan obesitas belum tentu memiliki kecukupan gizi yang baik. Kecukupan gizi adalah banyaknya zat gizi yang terpenuhi dari makanan bergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, tinggi badan, dan kondisi tertentu. Obesitas adalah kadar lemak tubuh yang berlebihan dan dapat menyebabkan terjadinya penyakit. Sementara itu, *overweight* adalah kelebihan berat badan diatas normal (Prihaningtyas, dkk, 2018).

Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah konsumsi *junk food*. Variabel terikat adalah status obesitas. Status obesitas dapat dikategorikan

menjadi obesitas dan tidak obesitas. Konsumsi *junk food* dapat dikategorikan menjadi rendah dan tinggi

Jenis penelitian ini yang dilaksanakan adalah observasional dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Lokasi penelitian yaitu Anak Sekolah SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali yang dilaksanakan pada bulan Januari. Populasi dalam penelitian ini adalah Anak Sekolah SD Negeri 3 Serangan Denpasar Provinsi Bali kelas III, IV dan V berjumlah 131 orang. Besar sampel sebanyak 72 orang dengan Teknik pengambilan sampel digunakan dalam penelitian ini adalah *proportional random sampling*. Data status obesitas sampel dikumpulkan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan, konsumsi *junk food* diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner *SQ-FFQ*. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik menggunakan uji *Independent t-test*.

Hasil penelitian diperoleh 41,7% sampel mengalami obesitas, rata-rata konsumsi *junk food* 719,2 kkal, 41,7% sampel memiliki konsumsi *junk food* tinggi melebihi rata-rata. Hasil uji statistik menggunakan *Independent t-test*, didapat hasil nilai $p\text{-value} > \alpha$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan status obesitas berdasarkan konsumsi *junk food*.

Diharapkan bagi sekolah SD Negeri 3 Serangan, perlu diberikan penyuluhan mengenai bahaya obesitas karena masih terdapat masalah obesitas, serta menerapkan aturan kepada kantin sekolah makanan yang dikonsumsi oleh siswa untuk mencegah terjadinya konsumsi berlebih yang bisa menyebabkan obesitas

Daftar bacaan : 32 (2012-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkatrahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Perbedaan Status Obesitas Berdasarkan Konsumsi *Junk Food* Pada Anak Sekolah SD Negeri 3 Denpasar Provinsi Bali” pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes sebagai pembimbing utama yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penyusunan skripsi ini, Ir. I Made Purnadhibrata,M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam penyusunan skripsi ini

Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini, Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini, Ketua Program Studi Sarjana Terapan yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini serta semua pihak yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Rumusan Masalah.....	4
3. Tujuan Penelitian.....	4
4. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
1. Obesitas..	6
2. Konsumsi.....	13
3. <i>Junk Food</i>	23
BAB III KERANGKA KONSEP.....	29
A. Kerangka Konsep.	29
B. Definisi Operasional.....	30
C. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB IV METODE PENELITIAN.....	32
1. Jenis dan Rancangan Penelitian.	32
2. Tempat dan Waktu Penelitian.	32
3. Populasi dan Sampel Penelitian.	33
4. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.	35
5. Alat dan Instrumen Penelitian.	36
6. Pengolahan Data Dan Analisis Data.	36
7. Etika Penelitian.....	38
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
1. Hasil Penelitian.....	40
2. Pembahasan.....	47
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
1. Simpulan.....	51
2. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Nomor		Halaman
1	Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	11
2	Definisi Operasional Variabel.....	30
3	Sebaran Umur dan Jenis Kelamin Sampel	41
4	Sebaran Sampel Menurut Status Obesitas.....	41
5	Sebaran Konsumsi <i>Junk Food</i>	42
6	Status Obesitas Berdasarkan Umur.....	43
7	Status Obesitas Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
8	Konsumsi <i>Junk Food</i> Berdasarkan Umur.....	45
9	Konsumsi <i>Junk Food</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
10	Perbedaan Status Obesitas Berdasarkan Konsumsi <i>Junk Food</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	<i>Informed Consent</i>	56
2.	Perhitungan Sampel.....	59
3.	<i>Ethical Clearance</i>	60
4.	Surat Izin Rekomendasi Provinsi Bali.....	61
5.	Surat Izin Rekomendasi Kabupaten.....	62
6.	Kuesioner Penelitian	64
7.	Formulir <i>SQ-FFQ</i> Yang Dimodifikasi.....	67

