

SKRIPSI
LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN
SERTA FREKUENSI KONSUMSI
***JUNK FOOD* PADA ANAK OBESITAS**

LITERATUR REVIEW



OLEH :
MADE PURNAMAYANTI
P07131217028

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
2021

SKRIPSI
LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN
SERTA FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD*
PADA ANAK OBESITAS

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Mata Kuliah Skripsi
Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar
Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan

Oleh:

MADE PURNAMAYANTI

NIM. P07131217028

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLIITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
2021

LEMBAR PERSETUJUAN
LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN SERTA
FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK OBESITAS

LITERATUR REVIEW

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN

Pembimbing Utama



Dr. I Putu Suraoka, SST.M.Kes
NIP. 197301241995031001

Pembimbing Pendamping



Ir. Desak Putu
Sukraniti, M.Kes
NIP. 195912111982012001

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



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




SERTA FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK
OBESITAS

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Jumat

TANGGAL : 30 April 2021

TIM PENGUJI :

1. *A.A. Ngurah Kusumajaya,SP.MPH* (Ketua) 
2. *Ida Ayu Eka Padmiari,SKM.M.Kes.* (Anggota 1) 
3. *Dr. I Putu Suraoka,SST.M.Kes* (Anggota 2) 

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Purnamayanti

NIM : P07131217028

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2020

Alamat : Perum.Padang Lestari Blok O/16 Kerobokan Kaja,Kuta

Utara, Badung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Lingkungan Sosial Dan Pemilihan Makanan Serta Frekuensi Konsumsi *Junk food* Pada Anak Obesitas adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain**
2. Apabila dikemudia hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesua Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian saat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Denpasar, Juni 2021

Yang membuat pernyataan

Made Purnamayanti

NIM. P07131217028

SOCIAL ENVIRONMENT AND SELECTION OF FOOD WITH *JUNK FOOD* CONSUMPTION FREQUENCY IN OBESITY CHINLDREN

ABSTRACT

In Indonesia, the problem of obesity is a nutritional problem that cannot be resolved. In recent decades, the prevalence of obesity in children has continued to increase. In Indonesia, based on Riskesda data by the Ministry of Health of the Republic of Indonesia in 2013, the prevalence of overweight and obesity in children aged 5-12 years reached 18.8%. Overweight or obesity occurs due to energy intake is higher than expended. High energy intake can be caused by the social environment, food choices and the frequency of consumption of junk food. The purpose of this study was to examine the results of research on the social environment and food selection and the frequency of consumption of junk food in obese children based on a study of the journal literature in the last 5 years. This type of research is a literature review research using Google Scholar with the keywords social environment, food selection, frequency of consumption of junk food, and obese children as many as 9 journals. The conclusion of research on the social environment and food selection and the frequency of consumption of junk food in obese children is that the social environment and food choices affect the frequency of consumption of junk food in obese children.

Keywords : social environment, selection of food, junk food consumption frequency, obese children

LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN SERTA FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK OBESITAS

ABSTRAK

Di Indonesia, masalah obesitas menjadi masalah gizi yang belum bisa terselesaikan. Pada beberapa dekade, prevalensi obesitas pada anak terus meningkat . Di Indonesia, berdasarkan data Riskesda oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, prevalensi overweight dan obesitas pada anak usia 5-12 tahun mencapai 18,8%. Kegemukan atau obesitas terjadi akibat asupan energi lebih tinggi dari yang dikeluarkan. Asupan energi tinggi bisa disebabkan oleh lingkungan sosial, pemilihan makanan dan frekuensi konsumsi *junk food*. Tujuan penelitian ini untuk menelaah hasil penelitian tentang lingkungan sosial dan pemilihan makanan serta frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas berdasarkan studi literatur jurnal 5 tahun terakhir. Jenis Penelitian ini adalah penelitian kajian literatur (literatur review) menggunakan google scholar dengan kata kunci lingkungan sosial, pemilihan makanan, frekuensi konsumsi *junk food* , dan anak obesitas sebanyak 9 jurnal. Kesimpulan dari penelitian tentang lingkungan sosial dan pemilihan makanan serta frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas adalah lingkungan sosial dan pemilihan makanan mempengaruhi frekuensi konsumsi junk food pada anak obesitas.

Kata Kunci : lingkungan sosial , pemilihan makanan , frekuensi konsumsi *junk food*, anak obesitas

**RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA
LINGKUNGAN SOSIAL DAN PEMILIHAN MAKANAN SERTA FREKUENSI
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK OBESITAS**

Oleh : Made Purnamayanti

P07131217028

Obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan ataupun abnormal yang dapat mengganggu kesehatan (WHO, 2011). Angka kejadian obesitas meningkat dengan pesat akibat pola hidup tidak aktif. Energi dari aktivitas fisik sehari-hari yang digunakan berkurang seiring globalisasi dan akibat dari kemajuan teknologi. Salah satu penyebab obesitas adalah lingkungan sehari-hari, pemilihan makanan dan frekuensi konsumsi *junkfood*. Pada anak-anak khususnya anak sekolah dasar secara langsung dan tidak langsung meniru perilaku orang-orang sekitarnya apabila di lingkungan sosial anak buruk dan tidak disiplin dalam memilih makanan. Pemilihan makanan merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan yang menjadi perhatian serius karena tingkat keamanannya yang rendah. Hal ini mempengaruhi frekuensi konsumsi *junkfood* anak sekolah dasar yang masih tinggi.

Tujuan penelusuran ini untuk menelaah hasil penelitian tentang lingkungan sosial dan pemilihan makanan serta frekuensi konsumsi *junkfood* pada anak obesitas. Jenis penelitian

studi kepustakaan (*library research*) menggunakan jurnal nasional dengan rancangan penelitiannya adalah kajian sistematis (*systematic review*). Penelusuran pustaka dilakukan melalui database *Google Scholar* dan Perpustakaan yang dicari mulai tahun 2016-2020 berkaitan dengan lingkungan sosial, pemilihan makanan, frekuensi konsumsi *junk food*, dan anak obesitas

Berdasarkan hasil penelitian yang mengkaji 9 jurnal yang telah ditelaah, lingkungan sosial yang paling mempengaruhi anak obesitas adalah lingkungan keluarga dan lingkungan teman sebaya. Lingkungan keluarga yang menyebabkan terjadinya obesitas anak adalah kebiasaan mengonsumsi *fast food* karena orangtua bekerja dan tidak sempat memasak dirumah untuk anak, membiarkan anak makan sepuasnya di pesta tanpa memperhatikan apa yang dimakan sebanyak, menyediakan camilan yang tidak sehat dirumah, dan ada keturunan anggota keluarga yang obesitas. Lingkungan teman sebaya yang menyebabkan terjadinya obesitas anak adalah tingkat aktivitas fisik rendah karena anak lebih suka didepan layar, ngemil dan tidak ada teman sebaya di lingkungan rumah untuk diajak bermain, durasi *screen time* < 2 jam per hari karena anak menghabiskan waktu didepan layar seperti *handphone*, televisi, laptop, komputer, *play station* maupun *tablet*. (Astuti Pavilianingtyas, 2017). Berdasarkan variabel pemilihan makanan, yang paling mempengaruhi obesitas anak adalah kesukaan anak makan ditempat terbuka, menyukai jajanan yang tinggi lemak dan gula, menyukai jajanan yang mengandung BTM dan bumbu yang tidak aman, serta pemahaman tentang kebersihan makanan (Kartika Juniari Ningsih, 2020). Berdasarkan variabel frekuensi konsumsi junkfood, anak yang obesitas sering mengonsumsi junk food dengan frekuensi rata-rata sebanyak > 2 kali dalam seminggu. Tingginya frekuensi konsumsi junk food menyebabkan asupan energi, lemak jenuh dan natrium tinggi. Ketiga zat gizi tersebut memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian obesitas.

Kesimpulan pada penelitian ini hasil literature review mengenai lingkungan sosial dan pemilihan makanan terhadap frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas menyatakan bahwa lingkungan sosial dan pemilihan makanan mempengaruhi frekuensi konsumsi junk food pada anak obesitas. Saran Jika ingin melakukan penelitian selanjutnya menggunakan variabel sama disarankan agar penelitian dilakukan secara langsung dan bagi anak yang status gizinya obesitas perlu diberi perhatian dari keluarga , sekolah , dan lingkungan teman sebayanya serta diberikan edukasi mengenai pemilihan makan yang baik. Selain itu perlu juga membatasi konsumsi junk food dan lebih sering mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan penelitian yang berjudul “Lingkunga Sosial Dan Pemilihan Makanan Serta Frekuensi Konsumsi *Junkfood* Pada Anak Obesitas ” tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, penulis banyak mengalami hambatan. Hal ini disebabkan karena terbatasnya pengetahuan yang dimiliki penulis. Namun berkat petunjuk,

masukan dan dorongan dari berbagai pihak akhirnya laporan penelitian ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. I Putu Suiraoaka, SST, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyusunan laporan penelitian ini
2. Ibu Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan koreksi dalam penyusunan laporan penelitian ini.
3. Ibu Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun laporan penelitian ini
4. Bapak Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun laporan penelitian ini.
5. Keluarga, teman-teman kuliah yang telah memberi masukan, motivasi dan semangat dalam proses penyusunan laporan penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan laporan penelitian ini. Penulis berharap tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	2
HALAMAN PENGESAHAN	3
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	3
ABSTRACT.....	4
ABSTRAK.....	5
RINGKASAN PENELUSURAN PUSTAKA.....	6
KATA PENGANTAR	8
DAFTAR ISI.....	9
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan	Error! Bookmark not defined.

D. Manfaat	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Lingkungan Sosial	Error! Bookmark not defined.
B. Pemilihan Makanan	Error! Bookmark not defined.
C. Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>	Error! Bookmark not defined.
D. Obesitas	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEP	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
B. Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Topik dan Lingkup Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
E. Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN JURNAL	Error! Bookmark not defined.