

**KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
STATUS OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR
DI SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI
DI KOTA DENPASAR**



Oleh :
NI GUSTI AYU PUTU SANTIA RIADIPA
NIM. P07131015029

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA III
DENPASAR
2018**

**KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
STATUS OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR
DI SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI
DI KOTA DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Mata Kuliah Tugas Akhir
Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Pada Program Studi Diploma III Gizi**

Oleh :

**NI GUSTI AYU PUTU SANTIA RIADIPA
NIM : P07131015029**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA III
DENPASAR
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

POLA KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN STATUS OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI DI KOTA DENPASAR

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



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



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

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR




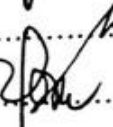

(Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes)
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL :
KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
STATUS OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI
DI KOTA DENPASAR

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT
TANGGAL : 6 JULI 2018

TIM PENGUJI :

1. A.A. Ngr Kusumajaya, SP, MPH (Ketua) (..........)
2. Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes (Anggota I) (..........)
3. Dr. I Putu Suiraoaka. SST., M.Kes (Anggota II) (..........)

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



(Dr. Komang Wardani, SST., M.Kes.)

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Gusti Ayu Putu Santia Riadipa
NIM : P07131015029
Program Studi : DIII
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2017/2018
Alamat : Br. Kebebeng, Mendoyo Dangin Tukad, Jembrana

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Pola Konsumsi Makanan Siap Saji dan Status Obesitas pada Usia Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 03 Penatih dan SD Negeri 17 Dangin Puri 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, Juli 2018

Yang membuat pernyataan



Ni Gusti Ayu Putu Santia Riadipa
NIM. P07131015029

**KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
STATUS OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI
DI KOTA DENPASAR**

ABSTRAK

Prevalensi obesitas pada anak umur 5-12 tahun mengalami peningkatan dari (9,2%) 2010 menjadi (18,8%) 2013, di Kota Denpasar prevalensi obesitas 11,9% 2011. Tujuan penelitian mengetahui gambaran konsumsi makanan siap saji dan status obesitas anak sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 03 Penatih dan SD Negeri 17 Dangin Puri pada Mei 2018. Jenis penelitian *Observasional* dengan rancangan penelitian *Cross sectional*. Rancangan data wawancara konsumsi makanan siap saji dan pengukuran status gizi. Data dihasilkan dalam penelitian dua sekolah yang berbeda konsumsi makanan siap saji jenis fried chicken 78 sampel (100.0%), hamburger 28 sampel (73.6%) dan 22 sampel (55.0%), kentang goreng 36 sampel (94.7%) dan 33 sampel (82.5%), mie instan 38 sampel (100.0%) dan 36 sampel (90.0%), nugget 38 sampel (100.0%) dan 38 sampel (95.0%), sosis 32 sampel (84.2%) dan 32 sampel (80.0%). Frekuensi *fried chicken* 22 sampel (57.9%) perhari 1-2 kali dan 20 sampel (50%) perhari 1-2 kali , 15 sampel (39.5%) perminggu 1-2 kali dan 20 sampel (52.6%) perminggu 1-2 kali. Rata – rata Kontribusi energi 625.16 dan 716.30 kkal, lemak 44.46 dan 50.37 gram, karbohidrat 50.74 dan 57.25 gram. Rata – rata Status Gizi dan Kontribusi status gizi obesitas 8 sampel energi 666.9 dan 1056.6 kkal, lemak 44.8 dan 68.2 gram, karbohidrat 59.3 dan 91.4 gram. Masih terdapat masalah gizi di kedua Sekolah Dasar, disarankan orang tua memperhatikan dan menjaga konsumsi anak sekolah dasar agar tidak berlebihan mengonsumsi makanan siap saji. Bagi peneliti lain dapat dijadikan data dasar untuk penelitian selanjutnya berkaitan konsumsi makanan siap saji anak Sekolah Dasar.

Kata Kunci : Makanan Siap Saji, Status Obesitas

**FAST FOOD CONSUMPTION AND
OBESITY STATUS ON ELEMENTARY SCHOOL
IN SD NEGERI 03 PENATIH DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURI
IN DENPASAR CITY**

ABSTRACT

The prevalence of obesity in children aged 5-12 years has increased from (9.2%) 2010 to (18.8%) in 2013, the city of Denpasar prevalence of obesity 11,9% 2011. The research objectives know the description of fast food consumption and obesity status elementary school. The study was conducted at SDN 03 Penatih and SDN 17 Dangin Puri in May 2018. Type of Observational research with cross sectional research design. The design of interview data on fast food consumption and nutritional status measurement. The data were obtained in two different schools of study of fast food consumption of fried chicken 78 samples (100.0%), hamburger 28 samples (73.6%) and 22 samples (55.0%), 36 samples (94.7%) and 33 samples (82.5 %), instant noodles 38 samples (100.0%) and 36 samples (90.0%), 38 sample nugget (100.0%) and 38 samples (95.0%), sausage 32 samples (84.2%) and 32 samples (80.0%). Frequency of fried chicken 22 samples (57.9%) daily 1-2 times and 20 samples (50%) daily 1-2 times, 15 samples (39.5%) weekly 1-2 times and 20 samples (50%) weekly 1-2 times , 1 sample (2.6%) weekly 3 times. Average Energy contribution 625.16 and 716.30 kcal, fat 44.46 and 50.37 grams, carbohydrates 50.74 and 57.25 grams. Average Nutritional Status and Contribution of obesity nutritional status 8 energy samples 666.9 and 1056.6 kcal, fat 44.8 and 68.2 grams, carbohydrates 59.3 and 91.4 grams. There are still nutritional problems in both primary schools, parents are advised to pay attention and keep the consumption of elementary school so as not to over-eat fast food. For other researchers can be used as basic data for further research related to the consumption of fast food of elementary school.

Keywords: Fast food, Obesity Status

RINGKASAN PENELITIAN

KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN STATUS OBESITAS PADA ANAK
USIA SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 03 PENATIH
DAN SD NEGERI 17 DANGIN PURIDI KOTA DENPASAR
TAHUN 2018
OLEH : NI GUSTI AYU PUTU SANTIA RIADIPA (NIM : P07131015029)

Obesitas pada masa anak – anak merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang paling serius. Masalahnya bersifat global dan terus memengaruhi banyak negara berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2017). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak umur 5-12 tahun yaitu dari 9,2% pada tahun 2010 menjadi 18,8% pada tahun 2013. Dalam penelitian Cintary et.al (2011) di Kota Denpasar menunjukkan prevalensi obesitas anak usia sekolah dasar sebesar 11,9%.

Pola makan memengaruhi obesitas pada anak, terutama di kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat (terutama dalam bentuk makanan siap saji) yang mutu gizinya tidak seimbang. Pola makan tersebut merupakan jenis – jenis makanan yang bermanfaat, akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori. Berbagai makanan yang tergolong makanan siap saji adalah kentang goreng, ayam goreng, *hamburger*, *soft drink*, *pizza*, *hotdog*, donat dan lain – lain (Junaidi, 2016).

Tujuan dari penelitian ini mengetahui gambaran pola konsumsi makanan siap saji dan status obesitas anak sekolah dasar. Penelitian dilakukan di SD Negeri 03 Penatih dan SD Negeri 17 Dangin Puri pada bulan Mei 2018 dengan mengambil sampel kelas IV dan V sebanyak 78 sampel. Jenis penelitian *Observasional* dengan rancangan penelitian *Cross sectional* yang dilakukan dengan wawancara mengenai pola konsumsi makanan siap saji menggunakan

kuesioner konsumsi makanan siap saji dan pengukuran status gizi dengan indeks IMT/U.

Jenis konsumsi makanan siap saji di hasil sebaran sampel di kedua Sekolah Dasar jenis makanan siap saji yang sering dikonsumsi adalah fried chicken 78 sampel (100.0%), hamburger 28 sampel (73.6%) dan 22 sampel (55.0%), kentang goreng 36 sampel (94.7%) dan 33 sampel (82.5%), mie instan 38 sampel (100.0%) dan 36 sampel (90.0%), nugget 38 sampel (100.0%) dan 38 sampel (95.0%) serta sosis 32 sampel (84.2%) dan 32 sampel (80.0%).

Frekuensi konsumsi makanan siap saji di kedua sekolah dasar adalah *fried chicken* dengan 22 sampel (57.9%) dalam sehari 1-2 kali dan 20 sampel (50%) selama sehari 1-2 kali, 15 sampel (39.5%) dalam seminggu 1-2 kali dan 20 sampel (50%) selama seminggu 1-2 kali serta 1 sampel (2.6%) dalam seminggu 3 kali.

Kontribusi konsumsi makanan siap saji di kedua Sekolah Dasar yang konsumsi energi rata – rata mencapai 625.16 kkal dan 716.30 kkal, lemak rata – rata mencapai 44.46 gram dan 50.37 gram, karbohidrat 50.74 gram dan 57.25 gram.

Status Gizi di kedua Sekolah Dasar sebaran status gizi sampel di kedua Sekolah Dasar yang berstatus gizi normal 20 sampel (52.6%) dan 25 sampel (62.5%), status gizi gemuk 7 sampel (18.4%) dan 6 sampel (15.0%), status gizi obesitas 8 sampel (21.1%) dan 8 sampel (20.0%).

Rata – rata Status Gizi dan Kontribusi Makanan Siap Saji yang dikonsumsi di kedua Sekolah Dasar sampel yang berstatus gizi obesitas 8 sampel energi mencapai 666.9 kkal dan 1056.6 kkal, lemak 44.8 gram dan 68.2 gram, karbohidrat 59.3 gram dan 91.4 gram.

Adapun saran yang penulis ingin sampaikan adalah Diharapkan untuk para orang tua agar lebih memperhatikan dan menjaga pola konsumsi anak sekolah dasar agar tidak berlebihan mengonsumsi makanan siap saji. Bagi peneliti lain yang berminat dapat dijadikan data dasar untuk penelitian selanjutnya berkaitan dengan konsumsi makanan siap saji pada anak Sekolah Dasar.

Daftar bacaan : (22 1995 -2017)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Konsumsi Makanan Siap Saji dan Status Obesitas pada Anak Sekolah

Dasar di SD Negeri 03 Penatih dan SD Negeri 17 Dangin Puri” dapat terselesaikan pada waktunya.

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini, penulis banyak memperoleh bantuan serta dukungan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. I Putu Suiraoaka, SST,M.Kes selaku pembimbing yang telah banyak membantu dan mengkoreksi serta memberikan saran – saran sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah membantu dalam penulisan Tugas Akhir ini.
3. Bapak A.A Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
4. Ibu Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan kelancaran kepada penulis untuk penyelesaian Tugas Akhir ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
6. Keluarga dan teman – teman di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah banyak membantu dan memberikan motivasi dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran perbaikan yang bersifat membangun agar tercapainya kesempurnaan usulan penelitian ini. Penulis berharap Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
ABSTRACT	v

RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Obesitas.....	6
B. Pola Konsumsi Makanan Siap Saji	14
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep penelitan	18
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	19
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi Sampel.....	24
D. Jenis dan Cara Pengumpulan data.....	26
E. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data	28
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan hasil penelitian	42

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	44
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Kategori ambang batas status gizi anak	15
2. Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin.....	32
3. Distribusi sampel berdasarkan umur.....	33
4. Distribusi sampel berdasarkan jenis makanan siap saji	34
5. Distribusi sampel berdasarkan frekuensi konsumsi makanan siap saji.....	35

6. Distribusi sampel berdasarkan kontribusi konsumsi makanan siap saji ...	37
7. Distribusi sampel berdasarkan status gizi	38
8. Distribusi sampel berdasarkan status gizi dan Kontribusi makanan siap saji di SD Negeri 17 Dangin Puri.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep penelitian	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat ijin penelitian	50
2. Pernyataan kesediaan menjadi sampel penelitian	53
3. Perhitungan Sampel	54
4. Form identitas sampel	55
5. Form Konsumsi makanan siap saji	56

6. Dokumentasi	57
----------------------	----

DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BB	: Berat Badan
DKBM	: Daftar Komposisi Bahan Makanan
NIS	: Nilai Individual Subjek

SQ-FFQ : *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*

SD : Sekolah Dasar

TB : Tinggi Badan