



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI
DARI *SNACKING*, DAN INTENSITAS MENGGUNAKAN
GADGET DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK SD DI RW 02
CIPEDAK**

SKRIPSI

LATIVA NUR AINI

1710714081

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2021**



**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI
DARI *SNACKING*, DAN INTENSITAS MENGGUNAKAN
GADGET DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK SD DI RW 02
CIPEDAK**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Ilmu Gizi**

LATIVA NUR AINI

1710714081

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Lativa Nur Aini

NRP : 1710714081

Tanggal : 16 Februari 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 16 Februari 2021

Yang Menyatakan,



(Lativa Nur Aini)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lativa Nur Aini
NRP : 1710714081
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non
eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang
berjudul:

“Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi dari *Snacking*, dan
Intensitas Menggunakan *Gadget* dengan Gizi Lebih
pada Anak SD di RW 02 Cipadak”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih
media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat
dan mempublikasikan skripsi saya selama telah mencantumkan nama saya sebagai
penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 16 Februari 2021

Yang Menyatakan,




(Lativa Nur Aini)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Lativa Nur Aini
NRP : 1710714081
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi dari *Snacking*, dan Intensitas Menggunakan *Gadget* dengan Gizi Lebih pada Anak SD di RW 02 Cipadak

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.


Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes

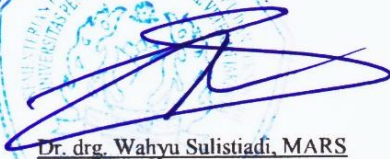
Ketua Penguji


Ibnu Mulkhan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si


Penguji I (Pembimbing 2)


Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi

Penguji II (Pembimbing 1)


Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNVJ


A'immatul Fauziyah, S.Gz., M.Si

Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 16 Februari 2021

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, ASUPAN ENERGI DARI *SNACKING*, DAN INTENSITAS MENGGUNAKAN *GADGET* DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK SD DI RW 02 CIPEDAK

Lativa Nur Aini

ABSTRAK

Gizi lebih merupakan salah satu masalah yang masih tinggi terjadi pada anak usia sekolah dasar. Gizi lebih banyak dipengaruhi oleh kebiasaan anak tidak melakukan sarapan, kebiasaan anak mengemil cemilan tinggi kalori, intensitas anak dalam menggunakan *gadget* yang membuat aktivitas fisik anak menjadi rendah, faktor genetik, dan juga faktor lingkungan lainnya. Gizi lebih pada anak dapat memicu terjadinya depresi, beresiko obesitas saat dewasa, dapat meningkatkan risiko diabetes melitus tipe 2 dan penyakit jantung. Di Indonesia, prevalensi gizi lebih pada anak usia 5-12 tahun mencapai 18,8%. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan kebiasaan sarapan, asupan energi dari *snacking*, dan intensitas menggunakan *gadget* dengan kejadian gizi lebih pada anak SD di RW 02 Cipedak tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 71 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih (*p value* = 0,015) dan terdapat hubungan antara asupan energi dari *snacking* dengan kejadian gizi lebih (*p value* = 0,00). Namun, tidak terdapat hubungan antara intensitas menggunakan *gadget* dengan kejadian gizi lebih (*p value* = 0,866).

Kata Kunci : Gizi Lebih, Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi dari *Snacking*, Intensitas Menggunakan *Gadget*

***RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST HABIT, ENERGY
INTAKE FROM SNACKING, AND INTENSITY OF USING
GADGET WITH OVERWEIGHT IN ELEMENTARY SCHOOL
CHILDREN IN RW 02 CIPEDAK***

Lativa Nur Aini

ABSTRACT

Overweight is one of the high problems in elementary school children. Nutrition is more influenced by the habit of children not eating breakfast, the habit of snacking on high-calorie foods, the intensity of the children using gadgets that make children's physical activity low, genetic factors, and also other environmental factors. Overweight in children can cause problems. The impact if a child overweight among other things trigger depression, risk of obesity as an adult, can increase the risk of type 2 diabetes mellitus and heart disease. In Indonesia, the prevalence of overweight in children aged 5-12 years reaches 18.8%. The study was to determine the relationship between breakfast habits, energy intake from snacking, and the intensity of using gadgets with the incidence of overweight in elementary school children in RW 02 Cipedak in 2021. This study used a cross sectional method. The sample on this research totaled 71 respondents used purposive sampling technique. Bivariate analysis using the chi-square test. The results showed that there was a relationship between breakfast habits and the incidence of overweight (p value = 0.015) and there was a relationship between energy intake from snacking and the incidence of overweight (p value = 0.00). However, there was no relationship between the intensity of using gadgets and the incidence of overweight (p value = 0.866).

Key Word : Overweight, Breakfast Habit, Energy Intake from Snacking, Intensity of Using Gadget

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Energi dari *Snacking*, dan Intensitas Menggunakan *Gadget* dengan Kejadian Gizi Lebih pada anak SD di RW 02 Cipadak” diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Ilmu Gizi pada Fakultas Ilmu Kesehatan, UPN Veteran Jakarta. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama mengerjakan skripsi ini yaitu kedua orang tua tercinta, yaitu Bapak Miat dan Ibu Sainah dan juga keluarga atas dukungan, doa, dan kepercayaan yang tiada hentinya sampai detik ini. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada Ibu Aimmatul Fauziah, S.Gz, M.Si selaku Kepala Program Studi S1 Ilmu Gizi UPN Veteran Jakarta, Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing 1 yang telah membimbing dengan sabar dan Bapak Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si selaku dosen pembimbing 2, terima kasih penulis ucapkan atas bimbingan, saran dan motivasi yang sangat bermanfaat dari ibu & bapak. Tidak lupa terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh dosen S1 Ilmu Gizi UPN Veteran Jakarta atas ilmu yang telah diberikan. Dan terima kasih juga untuk para sahabat saya, serta teman-teman gizi angkatan 2017, dan teman seperbimbingan yang telah berbagi semangat, keluh kesah, dan saling menguatkan. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini. Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Jakarta, 16 Februari 2021

Penulis

Lativa Nur Aini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Anak Sekolah Dasar	6
II.2 Gizi Lebih.....	7
II.3 Intensitas Menggunakan <i>Gadget</i>	9
II.4 Asupan Energi dari <i>Snacking</i>	10
II.5 Kebiasaan Sarapan.....	12
II.6 Matriks Penelitian Terdahulu	17
II.7 Kerangka Teori.....	20
II.8 Kerangka Konsep	21
II.9 Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	22
III.2 Desain Penelitian.....	22
III.3 Populasi dan Sampel	22
III.4 Pengumpulan Data	25
III.5 Definisi Operasional.....	28
III.6 Etika Penelitian	29
III.7 Analisis Data	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
IV.2 Analisis Univariat	33
IV.3 Analisa Bivariat	37
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	43
BAB V PENUTUP.....	44

V.1	Kesimpulan	44
V.2	Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA		46
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kebutuhan Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Umur	7
Tabel 2	Klasifikasi IMT menurut Kemenkes 2010 untuk usia 5-18 tahun	8
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu	17
Tabel 4	Perbandingan Perhitungan Sampel	23
Tabel 5	Definisi Operasional	28
Tabel 6	Jumlah Anak SD di RW 02 Cipedak	32
Tabel 7	Distribusi Karakteristik Responden	33
Tabel 8	Distribusi Status Gizi Lebih (IMT/U) Responden	34
Tabel 9	Distribusi Intensitas Menggunakan Gadget	35
Tabel 10	Distribusi Asupan Energi dari Snacking	36
Tabel 11	Distribusi Kebiasaan Sarapan	36
Tabel 12	Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Kejadian Gizi Lebih	37
Tabel 13	Hasil Uji Rank Spearman Kebiasaan Sarapan dengan Kejadian Gizi Lebih	38
Tabel 14	Hubungan Asupan Energi dari Snacking dengan Kejadian Gizi Lebih	39
Tabel 15	Hasil Uji Rank Spearman Asupan Energi dari Snacking dengan Kejadian Gizi Lebih	40
Tabel 16	Hubungan Intensitas Menggunakan Gadget dengan Kejadian Gizi Lebih	41
Tabel 17	Hasil Uji Rank Spearman Intensitas Menggunakan Gadget dengan Kejadian Gizi Lebih	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Grafik Sugar Level.....	14
Gambar 2	Kerangka Teori.....	20
Gambar 3.	Kerangka Konsep	21
Gambar 4.	Alur Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keterangan Ethical Approval Persetujuan Etik
Lampiran 2	Surat Izin Melakukan Penelitian
Lampiran 3	Kartu Monitor Bimbingan Skripsi
Lampiran 4	Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner Responden
Lampiran 7	Hasil Uji Univariat
Lampiran 8	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 9	Dokumentasi
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas <i>Plagiarism</i>
Lampiran 11	Hasil Turnitin