



**HUBUNGAN SARAPAN DENGAN RISIKO OBESITAS PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI SDN ROROTAN 01 PAGI JAKARTA**

SKRIPSI

AFDILA

1810711063

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2022**



**HUBUNGAN SARAPAN DENGAN RISIKO OBESITAS PADA
ANAK USIA SEKOLAH DI SDN ROROTAN 01 PAGI JAKARTA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

AFDILA

1810711063

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Afdila
NIM : 1810711063
Tanggal : 02 Juli 2022

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

Jakarta, 2 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(AFDILA)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Afdila
NIM : 1810711063
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

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

“Hubungan Sarapan dengan Risiko Obesitas pada Anak Usia Sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta”

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 tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 2 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Afdila)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Afdila
NIM : 1810711063
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Judul : Hubungan Sarapan dengan Risiko Obesitas pada Anak Usia Sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta

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

Ns. Indah Permatasari, M.Kep.

Ketua Penguji

Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Penguji II

Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep.,

Sp.Kep.Kom

Penguji III (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES LIPN Veteran Jakarta

Ditandatangani di : Jakarta
Tanggal Seminar : 5 Juli 2022

Ns. Fiora Ladesvita, M.Kep., Sp.Kep.MB

Ketua Program Studi S-1 Keperawatan

HUBUNGAN SARAPAN DENGAN RISIKO OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN ROROTAN 01 PAGI JAKARTA

Afdila

Abstrak

Studi Pendahuluan di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta sebanyak 5 siswa sarapan <4x/seminggu dan memiliki status gizi gemuk, 2 siswa sarapan <4x/seminggu dan memiliki status gizi normal, 2 siswa sarapan >4x/seminggu memiliki status gizi normal, serta 1 siswa sarapan <4x/seminggu memiliki status gizi kurus. Gizi berperan sebagai aspek penunjang kesehatan. Tidak sarapan lekat kaitannya dengan peningkatan risiko obesitas yang dihubungkan dengan elemen pola makan. Penelitian kuantitatif jenis *Analytic Cross Sectional Study*. Besar sampel sebanyak 132 responden. Diketahui pada kategori IMT normal (34,1%) memiliki kebiasaan sarapan baik, lalu sebanyak (40,2%) memiliki kebiasaan sarapan buruk. Pada kategori IMT overweight diketahui sebanyak 23 orang memiliki kebiasaan sarapan baik (17,4%) sedangkan (8,3%) memiliki kebiasaan sarapan buruk. Hasil analisis uji chi square terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dan risiko obesitas (p value < 0,05) dengan odds ratio sebesar 0,4 sehingga disimpulkan kebiasaan sarapan buruk berisiko sebesar 0,4 kali untuk obesitas. Diharapkan keluarga atau orang tua dapat memperhatikan asupan gizi anak, terutama saat sarapan, serta banyak mencari informasi mengenai gizi seimbang pada anak.

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Risiko Obesitas, Sarapan

CORRELATIONS OF BREAKFAST AND OBESITY RISK IN CHILDREN AT SDN ROROTAN 01 PAGI JAKARTA

Afdila

Abstract

Preliminary study at SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta as many as 5 students breakfast <4x/week and nutritional status obesity, 2 students breakfast <4x/week and normal nutritional status, 2 students breakfast >4x/week have normal nutrition poor nutritional status, and 1 students who eat breakfast <4x/week have underweight nutritional status. Nutrition plays a role as a supporter of health aspects. Skipping breakfast is closely linked to an increased risk of obesity associated with dietary elements. The type of quantitative research is Analytic Cross Sectional Study. The sample size is 132 respondents. It is known that in the normal BMI category (34.1%) have good breakfast habits, then as many as (40.2%) have bad breakfast habits. In the overweight BMI category, it is known that 23 people have good breakfast habits (17.4%) while (8.3%) have bad breakfast habits. The results of the chi square test analysis showed that there was a relationship between breakfast habits and the risk of obesity (p value <0.05). It is hoped that families or parents can pay attention to their child's nutritional intake, especially at breakfast, and look for a lot of information about balanced nutrition in children.

Keywords : Breakfast, Children, Obesity Risk

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Sarapan dengan Risiko Obesitas pada Anak Usia Sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta” dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih penulis ucapkan kepada :

1. Dr. Erna Hernawati, Ak, CPMA, CA, CGOP, selaku Rektor UPN Veteran Jakarta.
2. Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Ns. Wiwin Winarti, S.Kep. M.Epid. M.N, selaku Ketua Jurusan Keperawatan.
4. Ns. Fiora Ladestiva, M.Kep. Sp.Kep. MB selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana.
5. Ns. Mareta Dea Rosaline, M. Kep selaku Sekretaris Program Studi Keperawatan Program Sarjana.
6. Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M. Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing
7. Ns. Indah Permatasari, M.Kep selaku dosen penguji satu, serta Ns. Ritanti, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji dua.
8. Ibu saya Almh. Rosmiati, Bapak saya Bimo Waluyanto serta adik saya Thalita yang telah memberikan cinta, motivasi, serta nasehat
9. Teman-teman penulis khususnya Feren Tyas, Jessica, Putri Fitria, Angel Sri, dan Nurul Septianti.
10. Pihak sekolah SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta serta SDN Rorotan 02 Pagi Jakarta yang telah mendukung kegiatan penelitian sejak awal hingga akhir.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, maka dari itu penulis mengharapkan saran dari pembaca demi perkembangan positif penulis.

Jakarta, 26 Maret 2022

Penulis

Afdila

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II Tinjauan Pustaka.....	9
II.1 Anak Usia Sekolah	9
II.2 Sarapan	16
II.3 Risiko Obesitas.....	21
II.4 Kerangka Teori.....	31
II.5 Tabel Penelitian Terdahulu	32
BAB III Metode Penelitian.....	41
III.1 Kerangka Konsep	41
III.2 Hipotesis Penelitian	42
III.3 Definisi Operasional	42
III.4 Desain Penelitian.....	46
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	47
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	51
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	51
III.8 Instrumen Penelitian	53
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	54
III.10 Analisa Data.....	57
III.11 Etika Penelitian	59
III.12 Keterbatasan Penelitian	61
BAB IV Hasil dan Pembahasan	62
IV.1 Hasil Penelitian	62
IV.2 Pembahasan.....	68
BAB V Penutup.....	81

V.1	Kesimpulan	81
V.2	Saran	81
DAFTAR PUSTAKA		84
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori Status Gizi Pada Anak Usia 5-18 Tahun.....	28
Tabel 2.2	Matriks Penelitian Terdahulu.....	32
Tabel 3.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	43
Tabel 3.4	Distribusi Responden Tiap Kelas.....	49
Tabel 3.5	Kisi Instrumen <i>The Attitudes Breakfast Questionnaire</i>	53
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas <i>The Attitudes Breakfast Questionnaire</i>	55
Tabel 3.7	Kategori Tingkat Reliabilitas	56
Tabel 3.8	Analisa Univariat.....	58
Tabel 3.9	Analisa Bivariat.....	59
Tabel 4.10	Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Usia	
	di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta	62
Tabel 4.11	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan	
	Jenis Kelamin di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta	63
Tabel 4.12	Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan	
	Uang Jajan di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta	63
Tabel 4.13	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan	
	Orang Tua di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta.....	64
Tabel 4.14	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan	
	Orang Tua di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta.....	65
Tabel 4.15	Distribusi Rata-Rata Responden Berdasarkan Penghasilan	
	Orang Tua di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta.....	66
Tabel 4.16	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan	
	Sarapan di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta	66
Tabel 4.17	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Risiko	
	Obesitas di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta	67
Tabel 4.18	Hubungan Sarapan Dengan Risiko Obesitas Pada Anak	
	Usia Sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta.....	67

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	Kerangka Teori.....	43
Skema 3.2	Kerangka Konsep	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 2 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 3 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 Surat Persetujuan *Ethical Clearance*
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Judul Skripsi
- Lampiran 7 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin