



**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP RESIKO OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 LIMO KOTA
DEPOK**

SKRIPSI

AYU PUSPITA SARI

2010711024

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP RESIKO OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 LIMO KOTA
DEPOK**

SKRIPSI

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

AYU PUSPITA SARI

2010711024

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ayu Puspita Sari

NRP : 2010711024

Tanggal : 01 Juli 2024

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

Jakarta, 30 Juli 2024

Yang Menyatakan,



(Ayu Puspita Sari)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ayu Puspita Sari
NRP : 2010711024
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Program Studi Keperawatan 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 yang berjudul : Hubungan Pola Makan Terhadap Resiko Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN 01 Limo Kota Depok.

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 Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Depok, 01 Juli 2024

Yang menyatakan,



(Ayu Puspita Sari)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Ayu Puspita Sari

NIM : 2010711024

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Judul : Hubungan Pola Makan Terhadap Resiko Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN 01 Limo Kota Depok

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



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



Ns. Sang Ayu Made Advani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Penguji II



Desnawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.
Dekan FKHS UPN "Veteran" Jakarta



Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
Penguji III (Pembimbing)



Ns. Gamyra Tri Utami, M.Kep.
Ka. Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 1 Juli 2024

HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP RESIKO OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 LIMO KOTA DEPOK

Ayu Puspita Sari

Abstrak

Gizi berperan sebagai aspek penunjang Kesehatan. Pola makan lekat kaitannya dengan peningkatan resiko obesitas yang dihubungkan dengan elemen jenis makanan. Tujuan dari penelitian untuk menganalisis Hubungan Pola Makan Terhadap Resiko Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN 01 Limo Kota Depok. Penelitian ini kuantitatif jenis *Analytic Cross Sectional Study*. Besar sampel sebanyak 182 responden. Hasil dari penelitian yang dilakukan pada kategori IMT normal dengan pola makan teratur sebanyak 65 responden (35,7%) dan pada pola makan tidak teratur sebanyak 50 responden (27,5%) lalu pada kategori IMT overweight dengan pola makan teratur sebanyak 14 responden (7,7%) dan pada pola makan tidak teratur sebanyak 53 responden (29,1%). Hasil analisis uji chi square terdapat hubungan antara pola makan terhadap resiko obesitas (p value $< 0,05$) dengan OR sebesar 0,4 sehingga disimpulkan pola makan buruk beresiko sebesar 0,4 kali untuk obesitas. Diharapkan keluarga dapat memperhatikan asupan gizi anak mengenai pola makan frekuensi makan dan porsi makan, terutama saat makan, serta banyak mencari informasi mengenai gizi seimbang pada anak.

Kata Kunci: Anak Usia Sekolah, Pola Makan, Resiko Obesitas

THE RELATIONSHIP OF EATING PATTERNS TO THE RISK OF OBESITY IN PRIMARY SCHOOL AGE CHILDREN AT SDN 01 LIMO, DEPOK CITY

Ayu Puspita Sari

Abstrak

Nutrition plays a role as a supporting aspect of health. Eating patterns are closely related to an increased risk of obesity which is linked to the type of food. The aim of the research is to analyze the relationship between eating patterns and the risk of obesity in elementary school children at SDN 01 Limo, Depok City. This research is a quantitative type of Analytic Cross Sectional Study. The sample size was 182 respondents. The results of research conducted in the normal BMI category with a regular eating pattern were 65 respondents (35.7%) and in the irregular eating pattern there were 50 respondents (27.5%) and in the overweight BMI category with a regular eating pattern there were 14 respondents (7.7%) and irregular eating patterns as many as 53 respondents (29.1%). The results of the chi square test analysis showed a relationship between diet and the risk of obesity (p value < 0.05) with an OR of 0.4, so it was concluded that a bad diet had a risk of 0.4 times obesity. It is hoped that families can pay attention to children's nutritional intake regarding eating patterns, meal frequency and portion sizes, especially when eating, and look for more information about balanced nutrition for children.

Keywords: Dietary Habit, Risk of Obesity, School Age Children

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga proposal tugas akhir ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Pola Makan Terhadap Resiko Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDN 01 Limo Kota Depok”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati SKp., M.Kep.,Sp.Kep.,Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana. Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep selaku Sekretaris Program Studi Keperawatan Program Sarjana. Terima kasih penulis sampaikan kepada Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing dan Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji I dan Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep, Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji II

Disamping itu, ucapan terimakasih juga disampaikan kepada papah saya Gaguk Sumartono dan mamah saya Elvi Nora Nasution serta kakak saya Muhammad Rizki Prawira, juga kepada seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada teman-teman SMP, SMA dan Kuliah lainnya yang telah membantu serta memberikan dukungan dalam penulisan proposal tugas akhir ini.

Jakarta, 01 Juli 2024

Penulis



Ayu Puspita Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
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
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Umum	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Landasan Teori.....	6
II.2 Kerangka Teori	17
II.3 Tabel Penelitian Terdahulu	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
III.1 Kerangka Konsep.....	36
III.2 Hipotesis Penelitian	37
III.3 Definisi Operasional	38
III.4 Desain Penelitian	41
III.5 Populasi dan Sampel.....	41
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	44
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	44
III.8 Instrumen Penelitian	45
III.9 Uji Validitas dan Reabilitas	46
III.10 Analisa Data	49
III. 11 Etika Penelitian	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
IV.1 Analisis Data.....	53
BAB V PENUTUP.....	70
V.1 Kesimpulan.....	70
V.2 Saran	70

DAFTAR PUSTAKA	72
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Klasifikasi IMT	12
Tabel 2.	Penelitian Terdahulu.....	18
Tabel 3.	Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.	Jumlah Populasi Sampel Anak Usia Sekolah Dasar.....	43
Tabel 5.	Kisi-kisi Kuesioner Food Frequency Questionnaire	46
Tabel 6.	Uji Validitas	47
Tabel 7.	Tabel Nilai Alpha	48
Tabel 8.	Analisa Data Univariat	49
Tabel 9.	Distribusi Usia Siswa, Jenis Kelamin Siswa, Tingkat Pendidikan Orang Tua, Pekerjaan Orang Tua, Tingkat Pendapatan Orang Tua dan Uang Jajan Siswa di SDN 01 Limo Kota Depok, (n=182).....	54
Tabel 10.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Makanan di SDN 01 Limo Kota Depok.....	55
Tabel 11.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan di SDN 01 Limo Kota Depok.....	56
Tabel 12.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Risiko Obesitas di SDN 01 Limo Kota Depok.....	56
Tabel 13.	Hubungan Pola Makan dengan Risiko Obesitas Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 01 Limo Kota Depok	57

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Patofisiologi Obesitas.....	11
Skema 2	Kerangka Teori Penelitian.....	17
Skema 3	Kerangka Konsep.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Ethical Clereance
- Lampiran 2 Surat Balasan Ethical Clereance
- Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 4 Surat Balasan Dari SDN 01 Limo
- Lampiran 5 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 6 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Peresetujuan Informed Consent
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Kuesioner Food Frequency Questionnaire
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 12 Hasil Output SPSS Uji Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 13 Hasil Output SPSS Penelitian