



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA PUTRA
BANGSA DEPOK TAHUN 2015**

SKRIPSI

ESA ESPARIA

1110714047

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2015**



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA PUTRA
BANGSA DEPOK TAHUN 2015**

SKRIPSI

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

ESA ESPARIA

111 0714 047

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2015**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Esa Esparia
NRP : 1110714047
Tanggal : 3 Agustus 2015

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

Jakarta, 3 Agustus 2015

Yang Menyatakan,

 

(Esa Esparia)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Esa Esparia
NRP : 1110714047
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

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 Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Putra Bangsa Depok Tahun 2015”.

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.

Di buat di : Jakarta

Pada tanggal : 3 Agustus 2015

Yang Menyatakan,



(Esa Esparia)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Esa Esparia

NRP : 1110714047

Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* dengan
Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Putra Bangsa
Depok Tahun 2015

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S-1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Taufik Maryusman., S.Gz, M.Pd

Ketua Penguji

Nur Intania Sofianita, S. Ikom, MKM

Penguji I



Desma Dyaningrum, S.Kp., MARS

Dekan FIKES UPNVJ

Eflita Meiyetrian., SKM, MKM

Penguji II

Firlia Ayu Arini, SKM., MKM

Kepala Prodi S1

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 3 Agustus 2015

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA PUTRA BANGSA DEPOK TAHUN 2015

Esa Esparia

Abstrak

Obesitas saat anak-anak bisa disebabkan akibat makan melebihi kebutuhan, kurang aktivitas fisik, dan karena pengaruh iklan makanan yang berlebihan. Gaya hidup masa kini juga bisa menyebabkan kegemukan yaitu adanya kecenderungan suka mengonsumsi makan *fast food* modern. Penelitian ini dengan tujuan mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Putra Bangsa Depok tahun 2015. Jenis penelitian ini merupakan rancangan Cross Sectional, dimana penelitian ini mencari hubungan dengan menggunakan uji *chi square* pada tingkat kemaknaan 95% (α 0.05). Penentuan sample dengan *systematic random sampling*. Subjek penelitian (responden) pada semua anak kelas X–XI SMA. Jumlah sampel sebanyak 95 responden. Hasil uji statistik didapatkan ada hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi makan *fast food* dengan kejadian obesitas dan tidak ada hubungan yang bermakna antara umur, jenis kelamin dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Sebaiknya remaja membatasi diri dalam mengonsumsi *fast food* karena tidak baik untuk kesehatan dan dapat menimbulkan kejadian obesitas atau penyakit lainnya.

Kata Kunci : Obesitas, konsumsi *fast food*.

RELATION HABITS FAST FOOD WITH AN ACCURENCE OBESITY IN ADOLESCENTS TO SENIOR HIGH SCHOOL PUTRA BANGSA DEPOK IN 2015

Esa Esparia

Abstract

Obesity when kids can be induced in eating to exceed the needs, lack of physical activity, and because of the excessive influence of food advertising. The style of living today could also cause obesity is the tendency like to cusume eat fast food like modern. This study in order to know the relationship of fast food consumption habits with the incidence of obesity in adolescents to senior high school Depok in 2015. This type of research is a cross sectional design, which is looking for a relationship study using chi square test at 95% significance level (α 0.05). The determination of the sample with a systematic random sampling. Research subjects (respondents) in all the children in class X-XI. The total sample of 95 respondents. The test results obtained statistically significant relationship between the frequency of eating fast food consumption with obesity, and there is no significant relationship between age, the sexes and physical activity with the incidence of obesity. Teens should limit themselves in eating fast food because it is not good for health and can lead to obesity or other diseases.

Keywords: Obesity, fast food consumption.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi / tugas akhir ini tepat pada waktunya. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Putra Bangsa Depok Tahun 2015”.

Pada kesempatan yang baik ini, izinkanlah penulis menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang dengan tulus ikhlas telah memberikan bantuan dan dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada Eflita Meiyetriani, SKM, MKM, selaku dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat, kepada kedua orangtua, serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 3 Agustus 2015

Esa Esparia

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	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Perumusan Masalah	4
I.3 pertanyaan Peneliti	4
I.4 Tujuan Penelitian	5
I.5 Mamfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 obesitas	7
II.2 Penialaan Status Gizi	13
II.3 Kebiasaan Makan	15
II.4 Konsumsi Makan	16
II.5 <i>Fast Food</i>	16
II.6 Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Obesitas	18
II.7 Penelitian Terkait	24
II.8 Kerangka Teori	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
III.1 Kerangka Konsep	27
III.2 Definisi Operasional	28
III.3 Hipotesis	30
III.4 Rancangan Penelitian	30
III.5 Populasi dan Sampel	30
III.6 Tempat dan Waktu	33
III.7 Etika Penelitian	33
III.8 Teknik Pengumpulan Data	34
III.9 Instrumen Penelitian	35
III.10 Uji Validitas dan Uji Reabilitas	35
III.11 Teknik Pengolahan Data	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	39
IV.2 Hasil Univariat	40

IV.3 Hasil Bivariat	44
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	51
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
V.1 Kesimpulan	52
V.2 Saran	52
 DAFTAR PUSTAKA	54
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori IMT Di Indonesia Menurut Depkes RI 2003.....	15
Tabel 2	Nilai Physical Activity Ratio (PAR) Setiap Kegiatan	22
Tabel 3	Definisi Operasiona	28
Tabel 4	Perhitungan Sampel Berdasarkan Penelitian Sebelumnya	32
Tabel 5	Reabilitas Berdasarkan Nilai Alpha.....	36
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan IMT	40
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur.....	41
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelami	42
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makan <i>Fast Food</i>	43
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	44
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Umur Dengan Kejadian Obesitas.....	45
Tabel 12	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dengan Kejadian Obesitas	46
Tabel 13	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makan <i>Fast Food</i> dengan Kejadian obesitas	47
Tabel 14	Distribusi Responden Berdasrkan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas dengan Kejadian	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	26
Gambar 2	Kerangka Konsep	27
Gambar 3	Distribusi Sampel Penelitian	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data Dari UPN
Lampiran 2	: Surat Persetujuan Etik (Ethical Approval)
Lampiran 3	: Kartu Bimbingan
Lampiran 4	: Surat Pernyataan
Lampiran 5	: Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 6	: Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	: Formulir <i>Food frequency quesioner</i>
Lampiran 8	: Hasil output SPSS Analisis Univariat dan Bivariat
Lampiran 9	: Dokumentasi