

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 BANCONG
KECAMATAN WONOASRI KABUPATEN MADIUN**



Oleh :
HIMAWAN SAMODRA
NIM : 201502016

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA
MADIUN
TAHUN 2020**

SKRIPSI

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 BANCONG KECAMATAN WONOASRI KABUPATEN MADIUN

**Diajukan untuk memenuhi
Salah satu persyaratan dalam mencapai gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)**



**Oleh :
HIMAWAN SAMODRA
NIM : 201502016**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA
MADIUN
TAHUN 2020**

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing dan telah dinyatakan layak mengikuti Ujian Sidang

SKRIPSI

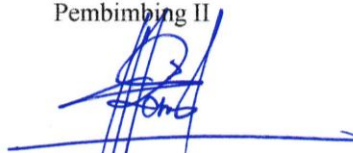
HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 BANCONG KECAMATAN WONOASRI KABUPATEN MADIUN

Menyetujui,
Pembimbing I



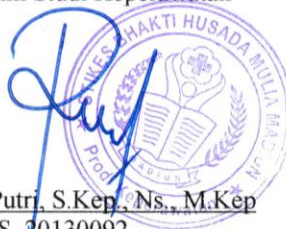
Kartika, S.Kep., Ns., M.K.M
NIS.20130091

Menyetujui,
Pembimbing II



Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NIS. 20120082

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan



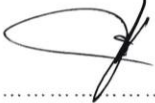


Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIS. 20130092

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir (Skripsi) dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

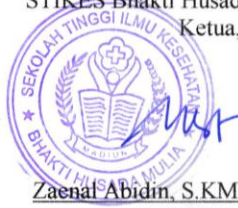
Pada tanggal : 15 - 05 - 2020

Dewan Penguji

1. Sesaria Betty M,S.Kep., Ns., M.Kes. : 
(Dewan Penguji)
NIS. 20150124
2. Kartika, S.kep,Ns.,M.KM : 
(Dewan Penguji 1)
NIS. 20130091
3. Retno Widiarini S.KM., M.Kes : 
(Dewan Penguji 2)
NIS. 20120082

Mengesahkan,

STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,



Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid)
NIS.20160103

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim...

Pujis yukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat, Taufiq, Hidayat dan karunia-Nya yang begitu besar yang senantiasa memberikan kemudahan, kelancaran dan kekuatan kepada saya. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagi saya untuk dapat meraih cita-citanya.

Saya persembahkan karya sederhana ini, yang saya buat dengan sepenuh hati dan sekuat tenaga serta pikiran untuk orang di sekitar saya yang sangat saya cintai. Untuk ayah dan ibu yang telah menjadi sosok orang tua yang terbaik, terhebat, dalam kehidupan saya dan selalu mendukung semua usaha yang saya lakukan dan selalu memberikan doa yang tiada hentinya. dan sahabat satu kelas saya yang sudah menjadi teman dan juga adek untuk saya yang sudah membantu penyusunan skripsi ini saya yakin bahwa keberhasilan yang saya raih ini tidak lepas dari doa yang kalian panjatkan disetiap sujudnya.

1. Untuk Ibu Kartika, S.Kep., Ns., M.K.M dan Retno Widiarini S.KM., M.Kes terimakasih telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan Skripsi dengan penuh kesabaran dan ketlatenan. Semoga Allah SWT memberikan balasan atas kebaikan yang telah diberikan oleh Ibu.
2. Untuk semua dosen STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun terimakasih telah mendidik dan membimbing saya selama ini. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan dan ilmu yang telah bapak/ibu ajarkan.
3. Kepala sekolah SD Negeri 01 Bancong ibu Siti Arijah S,Pd yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian,
4. Untuk kedua orang tua saya Bapak Yanu wardani dan Ibu Mariana Fadila beserta keluarga besar lainnya.
5. Untuk teman teman saya, terimakasih atas bantuan, dukungan, semangat, doa dan menemani saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga selamanya kita tetap sedekat seperti saat ini. Untuk sahabat saya, Yuda jaya wardana dan Eko Bagus Pambudi, dan khususnya kelas 8A Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun perjuangan kita belum selesai sampai disini. Mari kita

lanjutkan dengan membuktikan bahwa kita mampu menjadi individu yang profesional dan bisa diandalkan agar dapat mengharumkan nama STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

Madiun, 17 Maret 2020

Himawan Samodra

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Himawan Samodra

NIM : 201502016

Jenjang : Sarjana

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa penelitian dengan judul Hubungan Pola makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah Dasar di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan wonoasri Kabupaten Madiun ini benar benar saya lakukan sendiri, jika di kemudian hari terbukti adanya kesalahan maka saya siap di tindak sesuai hukum yang berlaku.

Madiun, 02 Mei 2020
Saya yang bertanda tangan,



Himawan Samodra

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Himawan Samodra
Jenis Kelamin : Laki Laki
Tempat/tgl lahir : Madiun, 28 Februari 1996
Agama : Islam
Alamat : Desa Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun
Email : -

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 01 Bancong (2000-2006)
2. SMP Negeri 01 Wonoasri (2007-2010)
3. SMA N 1 Nglames (2010-2013)
4. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun (2015-sekarang)

Riwayat Pekerjaan : Belum pernah bekerja

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN**

ABSTRAK

Himawan Samodra

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI SDN 01 BANCONG
KECAMATAN WONOASRI KABUPATEN MADIUN**

Pada saat wawancara dengan para siswa didapatkan pola makan yang keliru, beberapa murid mengatakan kalau mereka sering mengkonsumsi makanan mendekati jam tidur pada malam hari. mereka juga mengkonsumsi nasi dengan lauk mie instan, makanan tersebut di konsumsi pagi hari untuk sarapan dan ada juga yang mengkonsumsinya saat pulang dari sekolah, frekuensi makan dalam sehari bisa lebih dari 3 kali. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan anatar pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SD Negeri 01 Bancong keamatan wonoasri Kabupaten Madiun.

Jenis penelitian ini *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 1 sampai 6 SD Negeri 01 Bancong sebanyak 103 anak. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* sehingga di dapatkan sampel sebanyak 81 anak. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner pola makan dan lembar observasi untuk mengetahui tingkat kejadian obesitas pada anak.

Analisis data hasil penelitian meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar % responden memiliki kebiasaan pola makan tidak teratur dan sebagian besar % responden dengan tingkat obesitas. Berdasarkan hasil analisis statistik di dapatkan nilai $p= 0,018$ dan $OR=0,340$ artinya ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan tingkat obesitas siswa.

Dapat di simpulkan bahwa kebiasaan pola makan tidak teratur berhubungan signifikan dengan tingkat kejaian obesitas. Untuk itu di harapkan kepada semua pihak, baik pihak sekolah maupun orang tua untuk dapat melakukan upaya dalam membiasakan melakukan pola makan teratur pada anak supaya kejadian berat badan belebih atau obesitas dapat di cegah.

Kata Kunci : Pola Makan, Obesitas

ABSTRACT

Himawan Samodra

***THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY HABIT WITH OBESITY
IN PRIMARY SCHOOL-AGE CHILDRENS AT SDN 01 BANCONG
WONOASRI DISTRICT MADIUN***

During interviews with students, the wrong dietary habit were found, some of the students said that they often consume food close to bedtime at night. They also eat rice with instant noodle as a side dish, this kind of food is consumed in the morning for their breakfast and some other students consume it when they get home from school, the frequency of their meals could be more than 3 times a day. The purpose of this study was to analyze the relationship between eating patterns and the incidence obesity in primary school age children.

The type of this research was correlational study with cross sectional approach. The population of this study were all of 103 student from 1st until 6th class of SD Negeri 01 Bancong. The sampling technique of this study used a simple random sampling, so that 81 children was obtained as a sample. Data collected by using a questionnaire on dietary habit and observation sheets to determine the incidence of obesity in children.

The result of data analysis in this study were included univariate analysis and bivariate analysis using the chi square test. The results showed that the majority of respondents had irregular eating habits and the majority of respondents were obese. Based on the results of statistical analysis, the p value = 0.018 and OR = 0,340 wich means that there was a significant relationship between dietary habit with obesity level of the students.

From this study, it can be concluded that irregular eating habits are significantly related to obesity rates. For this reason, it is expected that all parties, both the school and parents, should be able to make an effort for children to getting used on regular eating habit so that the incidence of excess weight or obesity can be prevented.

Keywords: Diet, Obesity

DAFTAR ISI

Sampul Depan	i
Sampul Dalam.....	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar Pengesahan	iv
Lembar Persembahan	v
Pernyataan Keaslian Penelitian	vii
Daftar Riwayat Hidup	viii
Abstrak	ix
<i>Abstract</i>	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Singkatan.....	xvi
Daftar Istilah.....	xvii
Kata Pengantar	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Obesitas	7
2.1.1 Definisi Obesitas.....	7
2.1.2 Etiologi Obesitas.....	8
2.1.3 Klasifikasi	9
2.1.4 Manifestasi Klinis	9
2.1.5 Patofisiologi.....	10
2.1.6 Penatalaksanaan.....	11
2.1.6.1 Merubah Gaya Hidup	11
2.1.6.2 Terapi Diet.....	11
2.1.6.3 Aktivitas Fisik	12
2.1.6.4 Mengukur Berat Badan Ideal.....	12
2.2 Konsep Pola Makan.....	15
2.3 Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan	16
2.3.1 Peran Keluarga.....	16
2.3.2 Teman Sebaya.....	17
2.3.3 Lingkungan	17
2.3.4 Ekonomi.....	17

	2.3.5 Kebiasaan Makan.....	18
	2.3.6 Pola Makan Seimbang	18
	2.3.7 Konsumsi Makanan	19
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESA PENELITIAN	
	3.1 Kerangka Konseptual	22
	3.2 Hipotesa Penelitian.....	23
BAB 4	METODE PENELITIAN	
	4.1 Desain Penelitian	24
	4.2 Populasi dan Sampel.....	24
	4.2.1 Populasi	24
	4.2.2 Sampel	25
	4.2.3 Teknik Sampling.....	26
	4.3 Rancangan Penelitian	26
	4.4 Kerangka Kerja Penelitian.....	27
	4.5 Identifikasi Variabel	28
	4.6 Definisi Operasional	28
	4.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	30
	4.7.1 Instrumen	30
	4.8 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
	4.8.1 Lokasi Penelitian	30
	4.8.2 Waktu Penelitian.....	30
	4.9 Prosedur Penelitian	30
	4.10 Pengelolaan Data dan Analisa Data	31
	4.10.1 Pengelolaan Data	31
	4.10.2 Analisa Data.....	35
	1. Analisa Univariat.....	35
	2. Analisa Bivariat.....	36
	4.11 Etika Penelitian	37
BAB 5	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	5.1 Gambaran Umum	39
	5.2 Hasil Penelitian.....	40
	5.2.1 Data Umum.....	40
	5.2.2 Data Khusus.....	43
	5.3 Pembahasan	45
	5.4 Keterbatasan Penelitian	50
BAB 6	KESIMPULAN DAN SARAN	
	6.1 Kesimpulan.....	51
	6.2 Saran	51
	DAFTAR PUSTAKA	53
	LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kriteria IMT.....	13
Tabel 4.1	Definisi operasional penelitian Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun	30
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	40
Tabel 5.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua.....	41
Tabel 5.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan	41
Tabel 5.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Makanan	42
Tabel 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Makanan	42
Tabel 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Porsi Makanan.....	43
Tabel 5.8	Pola Makan Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Madiun	43
Tabel 5.9	Kejadian Obesitas Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong	44
Tabel 5.10	Tabulasi Silang Antara Sarapan Dan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas	22
Gambar 4.1	Kerangka Kerja program Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas di SDN 01 Bancong Kec.Wonoasri Kabupaten Madiun	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Pengambilan Data Awal	55
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian	56
Lampiran 3	Surat Keterangan Selesai Penelitian	57
Lampiran 4	Lembar Permohonan Menjadi Responden	58
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Responden	59
Lampiran 6	Kisi-kisi Kuesioner	60
Lampiran 7	Lembar Kuesioner Penelitian Pola Makan	61
Lampiran 8	Lembar Observasi Penelitian Kejadian Obesitas	62
Lampiran 9	Tabulasi Data Umum Responden	64
Lampiran 10	Tabulasi Data Khusus Responden	68
Lampiran 11	Hasil SPSS	73
Lampiran 12	Dokumentasi	78
Lampiran 13	Jadwal Kegiatan Penelitian	79
Lampiran 14	Lembar Konsultasi Bimbingan	80

DAFTAR SINGKATAN

UNICEF	: <i>United Nations Children's Fund</i>
SMA	: Sekolah Menengah Atas
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: <i>World Health Organization</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
BB	: Berat Badan
TB	: Tinggi Badan
DEPKES	: Departemen Kesehatan

DAFTAR ISTILAH

<i>Chi-Square</i>	: uji yang dilakukan pada dua variable dengan skala data nominal
<i>Confidentiality</i>	: Kerahasiaan
<i>Cross Sectional</i>	: Jenis Penelitian
<i>Editing</i>	: Penyuntingan data
<i>Fisher Exaet</i>	: Teknik uji sampel independen yang jumlahnya kecil
<i>Inform consent</i>	: Persetujuan atas dasar informasi dalam pelayanan Kesehatan
<i>Scoring</i>	: Pemberian skor
<i>Tabulating</i>	: Pengulangan
<i>Validity</i>	: Validitas

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun” ini dengan lancar.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Siti Arijah S.pd selaku kepala sekolah SDN 01 Bancong yang telah memberikan izin untuk penelitian ini.
2. Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) selaku ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin untuk penelitian.
3. Mega Arianti Putri, S.Kep., S., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Kartika S.Kep., Ns., M.K.M selaku pembimbing 1 dalam penyusunan skripsi ini dan yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis.
5. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Pihak perpustakaan yang telah memberikan pelayanan yang baik dalam meminjamkan buku.
7. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan doa.
8. Keluarga tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman kelas 7A Keperawatan dan semua pihak yang banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat kami harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini.

Madiun, 02 Mei 2020

Himawan Samodra
NIM : 201502016

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas pada umumnya terjadi karena pola makan yang tidak teratur. banyaknya tawaran menu makanan serba instan yang bisa dikonsumsi kapan saja dan hanya membutuhkan waktu sangat singkat untuk mendapatkannya.

pola makan yang serba gampang menjadi makanan kegemaran kebanyakan anak, sehingga dapat mengakibatkan kegemukan atau bahkan mencapai obesitas level tertinggi. kelebihan berat badan atau obesitas juga merupakan keadaan tubuh yang mengakibatkan berat dan tinggi badan tidak seimbang baik di seluruh tubuh maupaun pada bagian bagian tertentu saja, obesitas jika dibiarkan terus menerus akan meningkatkan berbagai macam resiko penyakit seperti jantung,hipertensi dan diabetes (Nughraha, 2014).

National Health and Nutrition Examination Survey pada tahun 2011-2014 di Amerika persentase obesitas pada usia 2-19 tahun sebesar 17% dengan kategori berdasarkan kelompok umur, anak usia 2-5 tahun sebesar 8,9%, usia 6-11 tahun sebesar 17,5% dan usia 12-19 tahun sebesar 20,5%. Prevalensi obesitas di beberapa negara Asia Tenggara juga menunjukkan cukup tinggi. Berdasarkan *United Nations Children's Fund* UNICEF di Indonesia, Indonesia menempati urutan kedua setelah Singapura dengan jumlah anak dan remaja obesitas terbesar yaitu 12,2% kemudian Thailand

sebesar 8%, Malaysia sebesar 6% dan Vietnam sebesar 4,6%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas,2012) menunjukkan terjadi peningkatan prevalensi anak usia 10-16 tahun untuk kategori gemuk dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% yang terdiri dari gemuk 5,7% dan obesitas 1,6% pada tahun 2013, Di provinsi Riau prevalensi obesitas untuk anak usia 16-18 tahun adalah 1% pada tahun 2010 dan meningkat menjadi 2,4% pada tahun 2013, penelitian yang dilakukan oleh Anisa M N pada tahun 2012 yang di tujukan pada pelajar di salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) di Pekanbaru menunjukan proporsi obesitas pada pelajar SMAN di pekanbaru sebesar 26,2 %.

Hasil studi pendahuluan yang di lakukan pada tanggal 4 desember 2019 jumlah siswa SD Negeri 01 Bancong yang berjumlah 103 anak dimana anak kelas satu 18 siswa, kelas dua 17 siswa, kelas tiga 15 siswa, kelas empat 17 siswa, kelas lima 19 siswa dan kelas enam 17 siswa.

Pada saat wawancara dengan para siswa didapatkan pola makan yang keliru, beberapa murid mengatakan kalau mereka sering mengkonsumsi makanan mendekati jam tidur pada malam hari. mereka juga mengkonsumsi nasi dengan lauk mie instan,dimana makanan tersebut di konsumsi pagi hari untuk sarapan dan ada juga yang mengkonsumsinya saat pulang dari sekolah, frekuensi makan dalam sehari bisa lebih dari 3 kali.

Penyebab obesitas sangat kompleks dalam arti banyak sekali faktor yang menyebabkan obesitas terjadi. Beberapa faktor yang menyebabkan

terjadinya obesitas seperti faktor lingkungan, genetik, psikis, kesehatan, obat-obatan. pola makan yang berlebih dapat menjadi faktor terjadinya obesitas. (Thasim, 2013). Penelitian Rizki Yulaeni, dilakukan untuk melihat pengaruh pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran Kabupaten Semarang pada tahun 2015. Metode penelitian yang digunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas 1-6 di SD Mardi Rahayu Ungaran yang berjumlah 173 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Sampling Aksidental dengan jumlah sampel sebanyak 64 orang. Uji statistik yang dilakukan adalah uji *kolmogorof smirnov* dan hasilnya sebagian besar responden mempunyai pola makan berlebihan yaitu sebanyak 31 responden (48,4 %). Sedangkan pada tingkat obesitas diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas yaitu sebanyak 39 responden (60,9 %). Dari hasil uji statistik menggunakan uji *kolmogorov smirnov* diketahui ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran dengan nilai $p = 0,00$. Hasil penelitian sesuai dari hasil penelitian Ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran dengan nilai $p = 0,001$

Dari data Dinkes Kota Madiun pada tahun 2013 diperoleh bahwa prevalensi anak usia sekolah dasar yang *overweight* sebesar 7,05%. Prevalensi ini menurun dari tahun sebelumnya pada tahun 2012 sebesar 36,7% dan di tahun 2013 menjadi 34,2% (Dinkes Kota Madiun, 2013).

Penanganan pada obesitas dapat dilakukan dengan cara diet sehat dengan mengurangi cemilan dan mengurangi makan yang mengandung karbohidrat tinggi selalu melakukan olahraga secara teratur yang efektif untuk membakar kalori sehingga berat badan akan berkurang sedikit-demi sedikit, dan mengurangi makanan yang berlemak atau kolesterol karena menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh. Makanan yang berserat dapat mengikat lemak sehingga lemak yang tidak berguna dapat terbawa kotoran, dan dapat juga mengganti beras putih menjadi beras merah. Menurut Bobak (2005) perilaku makan sehat adalah perilaku konsumsi makan sehari – hari yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu untuk hidup sehat dan produktif. Untuk dapat mencapai keseimbangan gizi maka setiap orang harus mengkonsumsi minimal satu jenis bahan makanan dari tiap golongan bahan makanan yaitu karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayuran, buah dan susu atau sering kita sebut dengan pola makan gizi seimbang. Selain perilaku makan yang sehat, ada juga perilaku makan yang tidak sehat yang akan memberikan banyak dampak di kehidupan anak. Seseorang dengan pola makan mengandung serat tinggi efek kenyang yang lebih lama sehingga tidak cepat timbul lapar. Asupan tinggi serat tidak akan menyumbang energi lebih sehingga dapat membantu mengontrol berat badan (Thasim, 2013).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan suatu masalah apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SD Negeri 01 Bancong?

1.3 Tujuan Penelitaian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun
2. Mengidentifikasi kejadian obesitas di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun
3. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SD Negeri 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Dapat memberikan wacana mengenai pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa anak anak, sehingga anak anak dapat memenuhi tugas perkembangan dan siap untuk melewati masa-masa selanjutnya.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan STIKES BHM MADIUN

Hasil penelitian ini dapat jadi bahan acuan dan penekanan materi tentang ilmu keperawatan anak yaitu tentang hubungan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak.

2. Bagi responden

Dapat memberikan masukan untuk pemberian informasi kesehatan bagi siswa siswi khususnya mengenai hubungan pola makan terhadap kejadian obesitas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan atau sumber untuk penelitian selanjutnya, dan mendorong bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Obesitas

2.1.1 Definisi Obesitas

Obesitas atau kelebihan berat badan adalah ketidakseimbangan antara jumlah kalori yang masuk lebih banyak dibandingkan dengan pengeluaran energi. Seseorang yang kegemukan akan memiliki berat badan berlebihan hal ini akibat dari penimbunan lemak tubuh sehingga antara berat badan dan tinggi badan tidak seimbang (Jahari, 2014).

Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan ataupun abnormal yang dapat mengganggu kesehatan (WHO, 2011). Obesitas merupakan peningkatan lemak tubuh yang berlebihan. Obesitas disebabkan oleh kelebihan kalori dan tidak seimbangan antara energi yang masuk dengan yang keluar, sehingga kelebihan energi tersebut di simpan dalam bentuk lemak (Ganong 2009).

Obesitas adalah peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan skeletal dan fisik sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh. Hal ini karena tidak seimbang energi yang masuk dengan yang di keluarkan oleh tubuh, sehingga energi di simpan dalam bentuk lemak (Dorland 2010).

2.1.2 Etiologi Obesitas

Menurut Guyton 2012 obesitas disebabkan oleh beberapa faktor, meliputi :

a. Faktor genetik

Obesitas cenderung untuk diturunkan, sehingga diduga memiliki penyebab genetik. Tetapi anggota keluarga tidak hanya berbagi gen, tetapi juga makan dan kebiasaan gaya hidup, yang bisa mendorong terjadinya obesitas. Seringkali sulit untuk memisahkan faktor gaya hidup dengan faktor genetik.

b. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan seseorang juga memegang peranan yang cukup berarti. Yang termasuk lingkungan dalam hal ini adalah perilaku atau pola makan, misalnya apa yang dimakan dan berapa kali seseorang makan, serta bagaimana aktivitasnya setiap hari.

c. Aktifitas fisik

Seseorang dengan aktifitas fisik yang kurang dapat meningkatkan prevalensi terjadinya obesitas. Kebanyakan orang-orang yang kurang aktif tidak memerlukan banyak kalori dibandingkan dengan orang-orang yang melakukan aktifitas. Seseorang yang kurang aktif atau tidak melakukan aktivitas fisik yang seimbang dan mengkonsumsi makan yang tinggi lemak, akan cenderung mengalami obesitas.

d. Faktor umur

Meskipun dapat terjadi pada semua umur, obesitas sering dianggap sebagai kelainan pada umur pertengahan. *Overweight* yang

muncul pada tahun pertama kehidupan biasanya disertai perkembangan rangka yang cepat dan anak menjadi besar untuk umurnya.

e. Faktor jenis kelamin

Meskipun dapat terjadi pada kedua jenis kelamin, tetapi obesitas lebih umum dijumpai pada wanita terutama setelah kehamilan dan pada saat menopause. Obesitas pada wanita dapat disebabkan karena pengaruh faktor endokrin, karena kondisi ini muncul pada saat-saat adanya perubahan hormonal tersebut diatas.

2.1.3 Klasifikasi

Klasifikasi obesitas menurut Sungondo 2009 dapat dibedakan berdasarkan distribusi jaringan lemak, yaitu:

- a. *Apple-shaped body* (distribusi jaringan lemak lebih banyak dibagian dada dan pinggang)
- b. *Pear-shaped body* (distribusi jaringan lemak lebih banyak dibagian panggul dan paha)

2.1.4 Manifestasi Klinis

Menurut Siyoto (2014), gejala obesitas adalah sebagai berikut :

- a. Kebiasaan tidur dengan mendengkur.
- b. Susah tidur nyeri pada punggung atau sendi.
- c. Berhenti nafas pada saat tidur secara tiba-tiba.
- d. Sulit bernafas.
- e. Depresi sering merasakan ngantuk dan lelah.

2.1.5 Patofisiologi

Obesitas terjadi akibat ketidakseimbangan masukan dan keluaran kalori dari tubuh serta penurunan aktifitas fisik yang menyebabkan penumpukan lemak di sejumlah bagian tubuh (Rosen, 2008). Penelitian yang dilakukan menemukan bahwa pengontrolan nafsu makan dan tingkat kekenyangan seseorang diatur oleh mekanisme neural dan humoral (neurohumoral) yang dipengaruhi oleh genetik, nutrisi, lingkungan, dan sinyal psikologis. Pengaturan keseimbangan energi diperankan oleh hipotalamus melalui 3 proses fisiologis, yaitu pengendalian rasa lapar dan kenyang, mempengaruhi laju pengeluaran energi dan regulasi sekresi hormon. Proses dalam pengaturan penyimpanan energi ini terjadi melalui sinyal-sinyal eferen yang berpusat dihipotalamus setelah mendapatkan sinyal aferen dari perifer (jaringan adiposa, usus dan jaringan otot). Sinyal-sinyal tersebut bersifat anabolik (meningkatkan rasa lapar serta menurunkan pengeluaran energi) dan dapat pula bersifat katabolik (anoreksia, meningkatkan pengeluaran energi) dan dibagi menjadi 2 kategori, yaitu sinyal pendek dan sinyal panjang. Sinyal pendek mempengaruhi porsi makan dan waktu makan, serta berhubungan dengan faktor distensi lambung dan peptida gastrointestinal, yang diperankan oleh kolesistokinin (CCK) sebagai stimulator dalam peningkatan rasa lapar. Sinyal panjang diperankan oleh fat-derivedhormon leptin dan insulin yang mengatur penyimpanan dan keseimbangan energi (Sherwood, 2012). Apabila asupan energi melebihi dari yang dibutuhkan, maka jaringan

adiposa meningkat disertai dengan peningkatan kadar leptin dalam peredaran darah. Kemudian, leptin merangsang anorexigenic center di hipotalamus agar menurunkan produksi Neuro Peptida Y (NPY) sehingga terjadi penurunan nafsu makan. Demikian pula sebaliknya bila kebutuhan energi lebih besar dari asupan energi, maka jaringan adiposa berkurang dan terjadi rangsangan pada orexigenic center di hipotalamus yang menyebabkan peningkatan nafsu makan. Pada sebagian besar penderita obesitas terjadi resistensi leptin, sehingga tingginya kadar leptin tidak menyebabkan penurunan nafsu makan (Jeffrey, 2009).

2.1.6 Penatalaksanaan

2.1.6.1 Merubah Gaya Hidup

Diawali dengan merubah kebiasaan makan. Mengendalikan kebiasaan ngemil dan makan bukan karena lapar tetapi karena ingin menikmati makanan dan meningkatkan aktifitas fisik pada kegiatan sehari-hari. Meluangkan waktu berolahraga secara teratur sehingga pengeluaran kalori akan meningkat dan jaringan lemak akan dioksidasi (Sugondo, 2008).

2.1.6.2 Terapi Diet

Mengatur asupan makanan agar tidak mengkonsumsi makanan dengan jumlah kalori yang berlebih, dapat dilakukan dengan diet yang terprogram secara benar. Diet rendah kalori dapat dilakukan dengan mengurangi nasi dan makanan berlemak, serta mengkonsumsi makanan yang cukup memberikan rasa mengenyangkan tetapi tidak menggempukkan karena jumlah kalori sedikit, misalnya dengan menu yang mengandung tinggi

serat seperti sayur dan buah yang tidak terlalu manis (Sugondo, 2008), untuk diet rendah karbohidrat terdiri dari makanan yang tidak diproses protein hewan yang mengandung lemak, padi-padian, dan polong-polongan dengan kata lain diet mediterania (Fitri Yuniar, 2009).

2.1.6.3 Aktivitas Fisik

Peningkatan aktivitas fisik merupakan komponen penting dari program penurunan berat badan, walaupun aktifitas fisik tidak menyebabkan penurunan berat badan lebih banyak dalam jangka waktu enam bulan. Untuk penderita obesitas, terapi harus dimulai secara perlahan, dan intensitas sebaiknya ditingkatkan secara bertahap. Penderita obesitas dapat memulai aktivitas fisik dengan berjalan selama 30 menit dengan jangka waktu 3 kali seminggu dan dapat ditingkatkan intensitasnya selama 45 menit dengan jangka waktu 3 kali seminggu dan dapat ditingkatkan intensitasnya selama 45 menit dengan jangka waktu 5 kali seminggu (Sugondo, 2008).

2.1.6.4 Mengukur Berat Badan Ideal

1. Pengertian indeks massa tubuh

Penilaian kategori berat badan seseorang apakah sudah ideal apa belum dapat dilakukan dengan cara berikut. Indeks massa tubuh (IMT) yang dapat dilakukan secara membagi berat badan (kg) dengan kuadrat dari tinggi badan (m^2). Penilaian IMT Menggunakan 2 parameter yaitu, berat badan yang merupakan salah satu parameter massa tubuh yang paling sering digunakan yang dapat mencerminkan

jumlah zat seperti protein, lemak, air, dan mineral dan tinggi badan yang menjadi ukuran panjang dan dapat merefleksikan skeletal (Depkes, 2010).

Menghitung berat badan anak juga dapat dilakukan dengan rumus berikut, $2n + 8$, dengan n adalah usia anak dalam hitungan, misalkan anak usia 10 tahun, maka cara menghitung berat badan anak tersebut $(2 \times 10) + 8 = 28$, jadi berat badan normal anak tersebut 28kg,(WHO).

Rumus Indeks Massa Tubuh = $BB (kg) / TB (m)$

Keterangan :

BB : Berat badan (dalam kilo gram)

TB : Tinggi Badan (centi meter)

Tabel 2.1 Kriteria IMT

Indek IMT	KATEGORI
<18,5	Berat badan kurang (<i>Under weigh</i>)
18,5-24,9	Normal
25-29,9	Berat badan berlebih
>30	Gemuk

Sumber : (Depkes, 2010)

2. Mengukur lingkar pinggang.

Ukuran lingkar pinggang normal perempuan adalah kurang dari 80 cm, sementara pria kurang dari 90 cm. walaupun IMT normal, tetapi kalau lingkar pinggangnya lebih dari 80, maka ia harus menurunkan BB-nya, karena resiko mendapat penyakit meningkat. Ukuran lingkar pinggang sebetulnya sudah cukup menjadi parameter. Ukuran pinggang yang lebih dari normal menggambarkan banyaknya

lemak yang tertimbun di daerah perut. Lemak perut ini cukup berbahaya, karena terdapat di dekat organ-organ internal, seperti hati dan usus, sehingga lemak yang berlebihan itu bukan alat pasif untuk kelebihan energi, melainkan mengeluarkan hormon tertentu yang bisa mempengaruhi semuanya. Oleh karena itu orang yang memiliki lingkar pinggang lebih dari normal beresiko mendapat penyakit lebih banyak.

3. Berat badan normal

Berdasarkan Setiadi (2008) cara menghitung berat badan ideal adalah sebagai berikut :

1) Berat badan normal

Berat badan normal = Tinggi badan – 100

Contoh : Jika tinggi kita dari ujung kaki hingga ujung kepala 160 cm maka berat badan normal kita adalah $160 - 100 = 60$ kg

2) Berat badan ideal

Berat badan ideal = (tinggi badan – 100 – (10% tinggi badan – 100))

Contoh : Jika tinggi badan kita adalah setinggi 150 cm, maka berat badan ideal kita adalah $(150 - 100) - (10\% \times (150 - 100)) = 50 - 5 = 45$ kg

Menurut Setiadi (2008) dari hasil tersebut dapat kita ketahui apa yang terjadi pada diri kita dengan membandingkan hasilnya berikut di bawah ini :

- 1) Kurus = Hasilnya 10% kurang dari seharusnya.
 - (a) Kegemukan / Obesitas / Obesity = Hasilnya lebih dari 20% dari yang seharusnya
 - (b) Kelebihan berat badan / Overweight = Hasilnya lebih dari 10% s/d 20% lebih besar.

2.2 Konsep Pola Makan

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Depkes RI 2009).

Pengertian pola makan menurut Handajani adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi makanan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pilihan makanan bahwa pola makan di definisikan sebagai karakteristik dari kegiatan yang berulang kali makan individu atau sikap orang makan dalam memenuhi kebutuhan makan (Sulistyoningsih, 2011)

Secara umum pola makan memiliki 3 (tiga) komponen yang terdiri dari : jenis, frekuensi, dan jumlah makanan.

1. Jenis makan

Jenis makan adalah jenis makanan pokok yang dimakan setiap hari terdiri dari makan pokok, lauk hewani ,lauk nabati, sayuran, dan buah yang dikonsumsi setiap hari makanan pokok adalah sumber makanan utama di negara indonesia yang dikonsumsi setiap orang atau sekelompok masyarakat yang terdiri dari beras, jagung, sagu, umbi- umbian, dan tepung (Sulistyoningsih, 2011).

2. Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah beberapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan (Depkes 2013). Sedangkan menurut Suhardjo (2009) frekuensi makan merupakan berulang kali makan sehari dengan jumlah tiga kali makan pagi,siang, dan malam.

3. Jumlah makan

Jumlah makan adalah banyaknya makanan yang dimakan dalam setiap orang atau setiap individu dalam kelompok (Willy, 2011).

2.3 Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan

2.3.1 Peran keluarga

Peranan keluarga amat sangat penting bagi anak sekolah, bahkan pada pemilihan bahan makanan sekalipun. Makan bersama keluarga dengan suasana yang akrab dapat meningkatkan nafsu makan (Widodo, 2009).

2.3.2 Teman Sebaya

Tidak heran jika asupan makanan akan banyak dipengaruhi oleh kebiasaan makan teman-teman atau sekelompoknya. Apa yang diterima oleh kelompok (berupa figur idola, makanan, minuman) juga dengan mudah akan diterimanya. Demikian pula halnya dengan pemilihan bahan makanan. Untuk itu perlu diciptakan dalam kelompok itu suatu kondisi supaya mereka mendapatkan informasi yang baik dan benar mengenai kebutuhan dan kecukupan gizinya sehingga mereka tidak perlu membenci makanan yang bergizi (Sulistyoningsih, 2011).

2.3.3 Lingkungan

Dalam lingkungan pola makan ialah berpengaruh terhadap pembentuk perilaku makan berupa lingkungan keluarga melalui promosi, media elektronik, dan media cetak (Sulistyoningsih, 2011).

2.3.4 Ekonomi

Ekonomi mencukup dalam peningkatan peluang daya beli pangan dengan kuantitas dan kualitas dalam pendapatan menurunkan daya beli pangan secara kualitas maupun kualitas masyarakat. Pendapatan yang tinggi dapat mencakup kekurangan daya beli dengan kurangnya pola makan masyarakat sehingga pemilihan satu bahan makanan lebih di dasarkan dalam pertimbangan selera dibandingkan aspek gizi. Kecendrungan untuk mengkonsumsi makanan impor (Sulistyoningsih, 2011).

2.3.5 Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan suatu cara seseorang yang mempunyai keterbiasaan makan dalam jumlah tiga kali makan dengan frekuensi dan jenis makan yang dimakan (Depkes,2009). Menurut Willy (2011) mengatakan bahwa suatu penduduk mempunyai kebiasaan makan dalam tiga kali sehari adalah kebiasaan makan dalam setiap waktu.

2.3.6 Pola Makan Seimbang

Pola makan seimbang adalah suatu cara pengaturan jumlah dan jenis makan dalam bentuk susunan makan sehari-hari yang mengandung zat gizi yang terdiri dari enam zat yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air, dan keaneka ragam makanan.

Konsumsi pola makan seimbang merupakan susunan jumlah makanan yang dikonsumsi dengan mengandung gizi seimbang dalam tubuh dan mengandung dua zat yaitu: zat pembangun dan zat pengatur.

Makan seimbang adalah makanan yang memiliki banyak kandungan gizi dan asupan gizi yang terdapat pada makanan pokok, lauk hewani dan lauk nabati, sayur,dan buah.

Jumlah dan jenis makanan sehari-hari adalah cara makan seseorang individu atau sekelompok orang dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, sayuran, dan buah frekuensi tiga kali sehari dengan makan selingan pagi dan siang dengan mencapai gizi tubuh yang cukup dan pola makan yang berlebihan dapat mengakibatkan kegemukan atau obesitas pada tubuh.

Menu seimbang adalah makanan yang beraneka ragam yang memenuhi kebutuhan zat gizi dalam pedoman umum gizi seimbang (PUGS) (Dinkes RI, 2006). Dalam bentuk penyajian makanandan bentuk hidangan pagi, hidangan siang, dan hidangan malam dan mengandung zat pembangun dan pengatur.

2.3.7 Konsumsi Makanan

Konsumsi makanan adalah susunan makanan yang merupakan suatu kebiasaan yang dimakan seseorang dalam jenis dan jumlah bahan makanan setiap organ dalam satu hari yang di konsumsi atau dimakan dengan jangka waktu tertentu (Harap,2012).

Pengukuran konsumsi makanann Survey konsumsi makanan merupakan metode yang dapat digunakan untuk menentukan status gizi perorangan atau kelompok . Tujuan survey konsumsi makanan adalah untuk pengukuran jumlah makanan yang dikonsumsi pada tingkat kelompok, rumah tangga dan perorangann, sehingga diketahui kebiasaan makan dan dapat dinilai kecukupan makan yang dikonsumsi seseorang.

1. Kebiasaan makan

Kebiasaan makan adalah suatu kebiasaan individu dalam keluarga maupun dimasyarakat yang memepunyai cara makan dalam bentuk jenis makan,jumlah makan dan frekuensii makan meliputi: karbohidrat, lauk hewani, lauk nabati,sayuran, dan buah yang dikonsumsi setiap hari (Sudirman, 2010).

Kebiasaan sarapan pagi merupakan salah satu dasar pedoman umum gizi seimbang (PUGS). Kebiasaan sarapan pagi suatu cara makan seseorang individu atau kelompok masyarakat yang baik karena sarapan pagi dapat menambah energi yang cukup dan berkualitas untuk meningkatkan produktivitas (Depkes RI, 2008).

2. Makanan sehat

Makanan sehat adalah suatu makanan yang seimbang dengan beraneka ragam dengan mengandung zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang cukup energi makan sehat dapat mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang berbagai jenis makanan yang mengandung banyak kalori.

Hubungan makanan dan kesehatan salah satu jenis makanan yang banyak mengandung zat yang dibutuhkan oleh tubuh makanan merupakan suatu kebutuhan yang utama di Indonesia yang dikonsumsi sebagai makanan pokok mengandung zat gizi diantaranya: lemak, protein, mineral, vitamin dan air.

Pola konsumsi pangan merupakan susunan makanan jenis dan jumlah makanan setiap satu orang atau per hari yang dikonsumsi dalam waktu tertentu yang dikelompokkan meliputi padi-padian (beras, jagung, dan terigu (Ariani, M, 2008).

Bahan makanan sumber zat pembangun yang berasal dari bahan makanan nabati adalah kacang-kacangan, tempe, tahu. Sedangkan dari hewani adalah telur, ayam, daging, susu, serta hasil dari olahan seperti

keju. Zat pembangun berperan berperan untuk perkembangan kualitas tingkat kecerdasan seseorang.

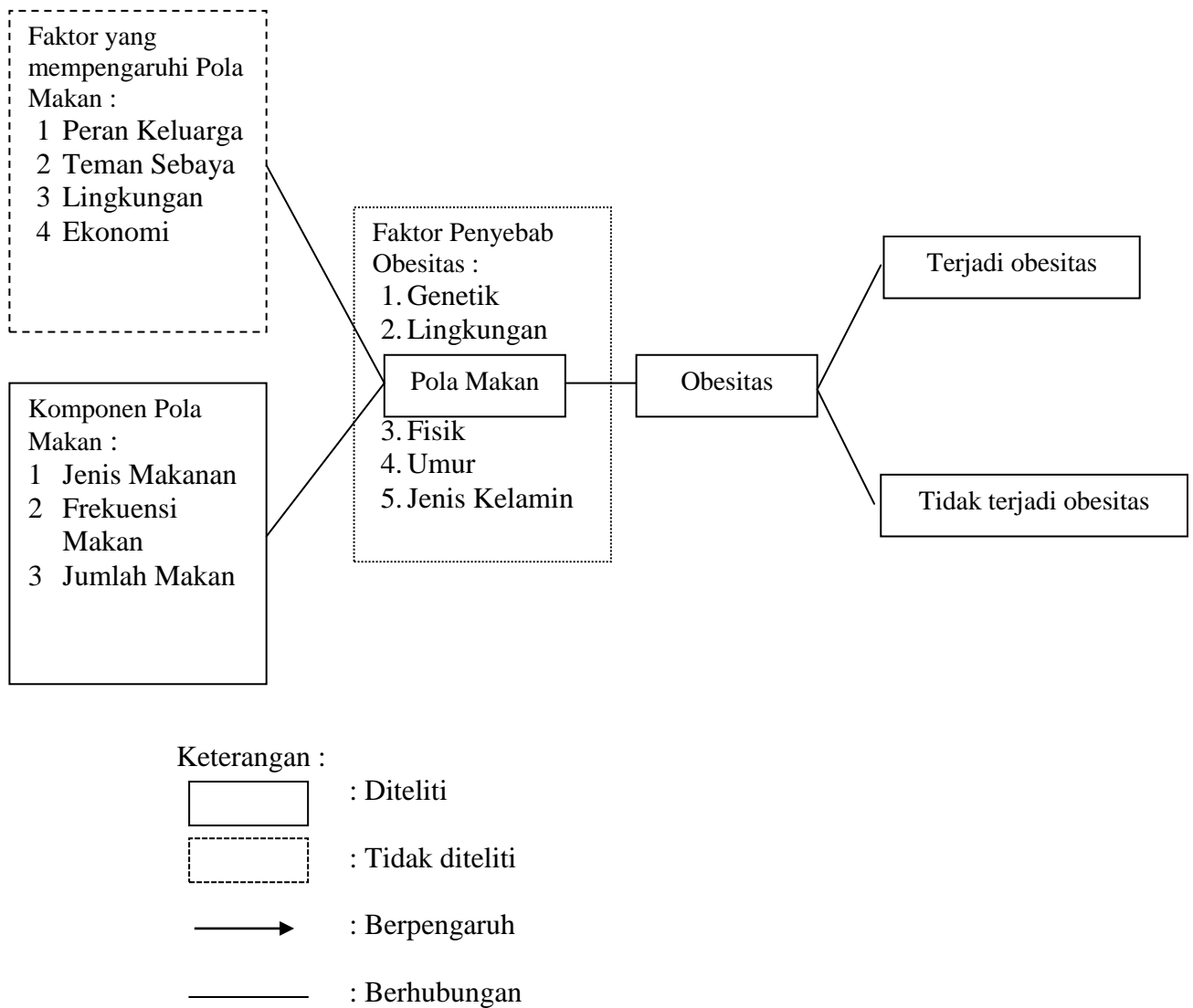
Bahan makanan sumber zat pengatur adalah semua sayur dan buah banyak mengandung vitamin dan mineral yang berperan untuk melancarkan fungsi organ tubuh.

BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL

3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep lain dan masalah yang akan diteliti (Notoadmodjo, 2010)



Gambar 3.1 Kerangka Konseptual hubungan pola makan dengan kejadian obesitas.

Penjelasan Kerangka Konsep

Kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar disebabkan oleh pola makan yang salah, meskipun diatas dijelaskan beberapa penyebab obesitas seperti genetik, lingkungan, umur dan jenis kelamin namun dalam penelitian ini hanya dilihat hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SD Negeri 01 Bancong kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari pertanyaan penelitian atau rumusan masalah (Nursalam, 2010)

H₁ : Ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar.

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Pada penelitian dengan judul Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar . pada bab ini akan di uraikan tentang rancangan penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi, sampel dan sampling, jalannya penelitian (kerangka kerja), identifikasi variabel, definisi operasional, pengumpulan data dan analisa data, etika penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian survei yang bersifat analitik digunakan untuk menegetahui hubungan sebab akibat antara dua variabel secara observasi, dimana bentuk hubungan meliputi : perbedaan, hubungan atau pengaruh. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas” di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi merupakan seluruh objek peneliti (Arikunto, 2013). Populasi dalam peneliti ini adalah seluruh siswa siswi obesitas berjumlah 40 anak di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.

4.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2013). Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin (Notoatmodjo, 2012), sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + n(d)^2}$$

$$n = \frac{103}{1 + 40(0,2575)^2}$$

$$n = \frac{103}{1 + 40(0,2575)}$$

$$n = \frac{103}{1,2575}$$

$$n = 81$$

Keterangan:

n = Besar sampel yang dibutuhkan N = jumlah populasi

d = tingkat kepercayaan atau ketepatan yang diinginkan (10%=0,1)

Berdasarkan rumus diatas maka sampel dalam penelitian ini adalah sebagian siswa obesitas di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun yang berjumlah 81 anak.

NO	KELAS	Distribusi proporsional sampling
1	Kelas 1	$\frac{18}{103} \times 81 = 14$
2	Kelas 2	$\frac{17}{103} \times 81 = 14$
3	Kelas 3	$\frac{15}{103} \times 81 = 11$
4	Kelas 4	$\frac{17}{103} \times 81 = 13$
5	Kelas 5	$\frac{19}{103} \times 81 = 15$
6	Kelas 6	$\frac{17}{103} \times 81 = 14$
	JUMLAH	81

4.2.3 Teknik Sampling

Sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi (Nursalam, 2013). Teknik sampling (pengambilan sampel) yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling* yaitu tehnik pengambilan sampel jenis *probability* yang sederhana untuk mencapai sampling ini, dan di seleksi secara acak.

1 Kriteria Inklusi

- a. Siswa kelas I sampai VI di SDN 01 Bancong kabupaten Madiun.
- b. Siswa kelas I sampai VI yang bersedia menjadi responden penelitian .

2. Kriteria Ekslusi

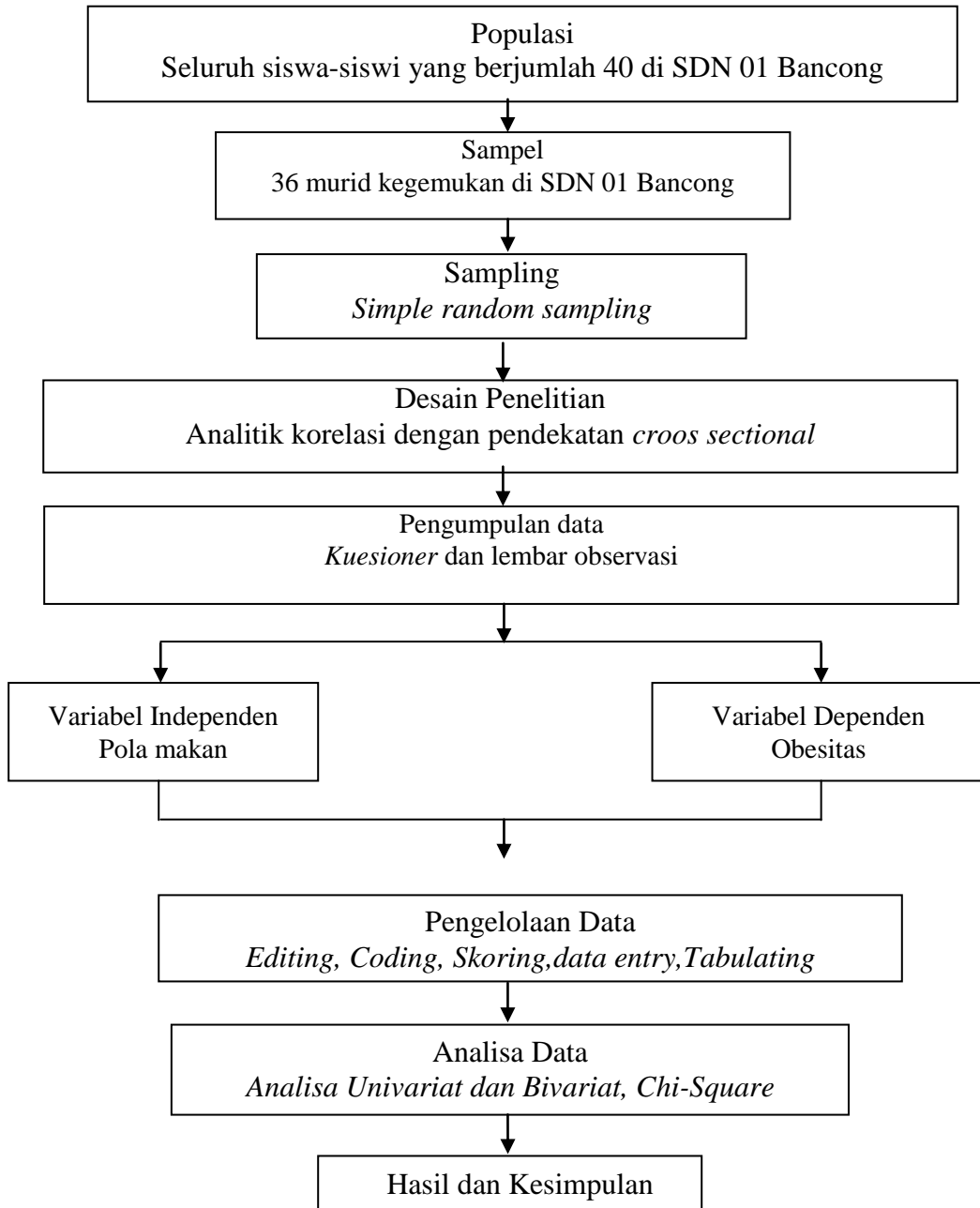
- a. Siswa kelas I sampai VI yang tidak masuk saat penelitian.
- b. Siswa yang sedang sakit tidak ikut penelitian,

4.3 Rancangan Penelitian

Desian penelitian adalah suatu yang vital dalam penelitian yang memungkinkan memaksimalkan suatu kontrol beberapa faktor yang bisa mempengaruhi *validity* suatu hasil (Nursalam, 2013).

Desain penelitian dalam yaitu analitik korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional* yaitu jenis penelitian untuk mempelajari hubungan antara faktor risiko dengan efek meliputi meliputi variabel bebas dan variabel terikat yang diukur sekaligus dalam suatu waktu (Notoatmodjo, 2012).

4.4 Jalannya Penelitian (kerangka kerja)



Gambar 4.1 Kerangka Kerja program Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas di SDN 01 Bancong Kec.Wonoasri Kabupaten Madiun.

4.5 Identifikasai Variabel

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2012), Menurut Notoatmodjo (2012) hubungan antara satu variabel dengan variabel lain maka dalam penelitian ini dibedakan menjadi :

1. Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terkait) (Notoatmodjo, 2012). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pola makan.

2. Variabel Dependen (terikat)

Variabel dependen sering disebut dengan variabel terkait. Variabel berkaitan merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Notoatmodjo, 2012). Variabel terkait dalam penelitian ini adalah kejadian obesitas.

4.6 Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan pedoman bagi penelitian untuk mengukur/memanipulasi variabel penelitian sehingga memudahkan pengumpulan data dan menghindarkan perbaikan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Nototmodmodjo, 2012).

Tabel 4.1 Definisi operasional penelitian Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala	Skor /Kategori
1. Variabel Independen: Pola makan	Pola makan yang meliputi menu makanan, frekuensi makan, porsi makanan yang dimakan	1. Menu makan 2. Frekuensi makan 3. Porsi makan	KUESIONER	NOMINAL	Skor : 1 : YA (jika jawaban siswa” YA) 0 : TIDAK (Jika jawaban siswa” TIDAK) Skor Baik = $x > 6,6$ Kurang = $x < 6,6$
2. Variabel Dependen Kejadian Obesitas	Penumpukan lemak yang berlebihan ataupun abnormal yang dapat mengganggu Kesehatan	1. Pengukuran IMT 2. Mengukur berat badan	Observasi timbangan berat bb dan pengukur tinggi badan.	NOMINAL	Kategori : 1. Obesitas $IMT > 30,0$ 2. Tidak obesitas $IMT < 30$ (Depkes 2010) Skor : Obesitas : 1 Tidak obesitas : 0

4.7 Pengumpulan dan Analisis Data

4.7.1 Instrumen

Instrumen mengumpulkan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh penelitian dan kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis (Sugiyono,2016)

Instrumen untuk penelitian ini menggunakan koesioner, instrumen alat ukur menggunakan skala nominal alasan menggunakan metode skala nominal untuk mengetahui apakah sampel ada hubungan pola makan atau tidak menggunakan lembar kuesioner untuk kejadian obesitas.

4.8 Lokasi dan Waktu Penelitian

4.8.2 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.

4.8.3 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember sampai Februari 2019 yaitu mulai penyusunan proposal, seminar proposal, penelitian analisa data dan penyusunan laporan akhir.

4.9 Prosedur Penelitian

Prosedur pengumpulan data adalah suatau proses pendekatan kepada subjek dan pengumpulan karakteristik subjek yang dilakukan dalam suatu penelitian (Nursalam,2013). Dalam melakukan penelitaian ini prosedur yang ditetapkan adalah sebagai berikut:

1. Perizinan
 - a. Tahap awal prosedur pengambilan data dilakukan dengan meminta surat perizinan pengantar Survey Pre data dan Studi Pendahuluan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.
 - b. Perizinan kepada Kepala Sekolah SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.
2. Pengambilan Sampel
 - a. Upaya untuk menentukan responden yang sesuai kriteria anak yang sudah mengalami obesitas.
 - b. Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar”.
3. Memberikan *informed consent* pada responden
Peneliti mengajukan surat persetujuan menjadi responden kepada responden.
4. Responden menandatangani surat persetujuan menjadi responden.
5. Mengidentifikasi responden dengan menggunakan *kuesioner*.
6. Selanjutnya melakukan *Editing, Coding, scoring, entry data, Tabuling*.

4.10 Pengelolaan Data dan Analisa Data

4.10.1 Pengelolaan Data

Pada persiapan analisa data, dilakukan pengolahan data melalui tahap *Editig, Coding, Enty data, dan Tabulating* (Notoatmodjo, 2012).

1. *Editing* merupakan kegiatan cek data dan mempengaruhi instrument.
2. *Coding* adalah pengubah data menjadi angkatan atau kode untuk mempermudah pengelompokan data.

a. Data Umum Responden Siswa

1) Kelas

Kelas 1 = 1

Kelas 2 = 2

Kelas 3 = 3

Kelas 4 = 4

Kelas 5 = 5

Kelas 6 = 6

2) Umur

6-8 tahun = 1

9-12 tahun = 2

3) Berat badan

25-30 kg = 1

35-40 kg = 2

>60 = 3

4) Jenis kelamin

Laki-laki = 1

Perempuan = 2

5) Jenis makanan

Nasi, Lauk, Sayur = 1

Nasi, Lauk	= 2
Nasi, Lauk, Sayur, Susu	= 3
Nasi, Lauk, Susu	= 4
Susu	= 5
6) Frekuensi makan	
Empat kali sehari	= 1
Tiga kali sehari	= 2
Dua kali sehari	= 3
Satu kali sehari	= 4
7) Porsi makan	
Setengah porsi	= 1
Satu porsi	= 2
Dua porsi	= 3
Lebih dari dua porsi	= 4
8) Pekerjaan orang tuan	
Petani	=1
Wiraswasta	=2
PNS	= 3
Lainya	=4

3. *Skoring*

adalah pemberian nama pada masing-masing jawaban yang dipilih responden sesuai criteria instrumen.

a. Skoring Pola makan :

$$X \text{ max} = 1$$

$$X \text{ min} = 0$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X \text{ max} + X \text{ min}) \times \text{jumlah pertanyaan}$$

$$\frac{1}{2} (1+0) \times 10$$

$$\frac{1}{2} \times 10 = 5$$

$$L \text{ max} = 10 \times 1 = 10$$

$$L \text{ min} = 10 \times 0 = 0$$

Standart deviasi (SD) =

$$\frac{1}{6} (L \text{ max} - L \text{ min})$$

$$\frac{1}{6}(10-0)$$

$$\frac{1}{6} \times 10 = 1,6$$

$$\text{Baik} = \chi > (M + SD.1)$$

$$\chi > (5 + 1.6.1)$$

$$\chi > (M + 1,6)$$

$$\chi > 6,6$$

$$\text{Kurang} = \chi < (M + SD.1)$$

$$\chi < (5 + 1,6.1)$$

$$\chi < (5 + 1,6)$$

$$\chi < 6,6$$

jadi,kategori kuesioner pola makan adalah sebagai berikut :

$$\text{Baik} = \chi > 6,6$$

Kurang = $\chi < 6,6$

b. Skoring Obesitas :

Obesitas : 1

Tidak terjadi Obesitas : 0

4. *Tabulating*

yaitu pengelompokan data berdasarkan variabel dan memasukkan kedalam tabel. Data tentang karakteristik umum responden dirubah dalam bentuk prosentase, dengan rumus:

$$P = \frac{\sum f}{N}$$

Keterangan:

P = Presentase

f = Frekuensi variabel

N = Jumlah jawaban yang dikumpulkan

4.10.2 Analisa Data

Analisa data dibagi mdenjadi dua metode analisa Univariat dan analisa Bivariat yaitu:

1. Analisa Univariat

Analisa Univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel peneliti. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan prosentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2012)

a. Distribusi frekuensi

$$P = \frac{f}{N}$$

Keterangan:

P = Proporsi

f = Frekuensi kategori

n = Jumlah sampel

Setelah data terkumpul melalui observasi dan wawancara kemudian dikelompokkan dalam tabulasi sesuai karakteristik:

100% : Seluruhnya

76%-99% : Hampir seluruhnya

51%-75% : Sebagian besar

50% : Setengahnya

25%-49% : Hampir setengahnya

0% : Tidak satupun (Notoatmodjo,2012)

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoadmodjo, 2012).

Uji yang di pakai adalah *chi-square* rank dengan software SPSS 1.6 dengan variabel bebas (X) terikat (Y) dan data berbentuk nominal dan nominal, adapun syarat dimana uji chi – square dapat di gunakan

- a. Tidak ada cell dengan nilai frekuensi kenyataan atau di sebut juga actual count (Fa) sebesar 0 (nol)

- b. Apabila bentuk tabel lebih dari 2x2, misak 2x3,maka jumlah cell dengan frekuensi harapan yang kurang dari 5 tidak boleh lebih dari 20%
- c. Apabila bentuk tabel kontigensi 2x2, maka tidak boleh ada 1 cell saja yang memiliki frekuensi harapan atau disebut juga *expented count* (Fh) kurang dari 5.

Uji *chi – square* mencari hubungn atau pengaruh variable bebas (x) dengan variable terikat (y) dan data berbentukniminal dan nominal. Untuk mengetahui terdapat pengaruh atau tidak dapat dilihat dari nilai signifikan (sujarweni,2015)

a.jika $\text{sig} > 0,05$ maka H1 diterima, tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas

b.jika $\text{sig} < 0.05$ maka H1 diterima ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SDN 01 Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun,

4.11 Etika Penelitian

1. Lembar Persetujuan Responden (*Informent Consert*)

Lembar persetujuan responden menjadi responden akan diberikan subjek yang di teliti menjelaskan selama dan sesudah pengumpulan data. Jika calon responden bersedia untuk diteliti, maka mereka responden menolak untuk diteliti meka penelitian tidak mamakai dan hak-hak klien.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Persetujuan untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data umum hanya kode dengan memberi nomer urut pada setiap bandel kuisioner.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dan kerahasiaan dari responden dijamin peneliti.

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini penulis menyajikan hasil dan pembahasan penelitian tentang hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas anak Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Kabupaten Madiun. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 29 Januari 2020 di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun. Secara garis besar proses penelitian ini diawali dengan melampirkan surat izin penelitian pada sekolah yang bersangkutan lalu peneliti melakukan penelitiannya dengan membagikan *kuesioner* pada anak-anak yang menjadi sampel dan pada tanggal 30 Januari 2020 surat balasan penelitian baru diberikan oleh pihak sekolah yang bersangkutan.

5.1 Gambaran Umum

Lokasi penelitian ini di Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun. Di sekolah SDN 01 Bancong memiliki ruang kelas I, II, III, IV, V dan VI. Banyaknya murid Kelas I ada 18 siswa, Kelas II ada 17 siswa, Kelas III ada 15 siswa, Kelas IV ada 17, Kelas V ada 19 siswa dan kelas VI ada 17 Siswa . Sehingga total keseluruhan siswa siswi SDN 01 Bancong ada 103 siswa.

Secara umum keadaan lingkungan SDN 01 Bancong terlihat tertata rapi, bersih dan sejuk, di samping SD ini dibatasi dengan jalan raya. Jarak antara SDN 01 Bancong ke tempat pelayanan kesehatan seperti rumah sakit atau klinik berjarak kurang lebih 2 KM. Ada beberapa ruangan yang terdapat di SDN 01 Bancong seperti ruang kepala sekolah, ruang guru,

perpustakaan, ruang tata usaha, kantin, lapangan, dan ada toilet berjumlah 3 terdiri dari 1 toilet laki-laki, 1 toilet perempuan, 1 toilet untuk guru dan masing-masing toilet berjumlah 3. Keadaan toilet sangat bersih, cukup nyaman, air bersih dan tersedia tempat sampah di toilet. Ada ruang UKS (Unit Kesehatan Sekolah) digunakan untuk siswa siswi yang merasa sakit, untuk keadaan umum UKS nyaman, dilengkapi dengan tempat tidur dan obat-obatan.

5.2 Hasil Penelitian

5.2.1 Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin murid di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun adalah sebagai berikut:

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase%
1	Perempuan	40	51
2	Laki-Laki	41	49
	Total	81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 5.1 karakteristik jenis kelamin peserta didik sebagian besar adalah laki-laki dengan jumlah sebanyak 41 anak (51%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik responden berdasarkan usia murid di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun adalah sebagai berikut:

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Presentase%
1	6-8	39	48
2	9-12	42	52
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupatenn Madiun

Berdasarkan tabel 5.2 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar usia responden adalah 9-12 tahun yang berjumlah 42 anak (52%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase%
1	Petani	30	37
2	Wiraswasta	25	31
3	PNS	12	15
4	Lain-lain	14	17
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupatenn Madiun

Berdasarkan tabel 5.3 di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pekerjaan orang tua siswa yaitu petani dengan frekuensi terbanyak yaitu 30 (37%) dan pekerjaan PNS dengan frekuensi paling sedikit yaitu 12 (15%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan.

Karakteristik responden berdasarkan berat badan pada peserta didik di SDN 1 Bancong Madiun.

Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan

No	Berat Badan (kg)	Frekuensi	Presentase%
1	25-30	39	48
2	35-40	38	47
3	>60	4	5
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel di atas dapat di simpulkan bahwa sebagian besar berat badan siswa yaitu 25-30 kilo gram dengan frekuensi 39 anak (48%).

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Makanan.

Karakteristik responden berdasarkan jenis makanan pada peserta didik di SDN 1 Bancong Madiun.

Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Makanan

No	Jenis makanan	Frekuensi	Presentase%
1	Nasi,lauk,sayur	24	30
2	Nasi,lauk	30	37
3	Nasi,lauk,sayur,susu	13	16
4	Nasi,lauk,susu	14	17
5	Susu	0	0
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 5.5 di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik mengkonsumsi nasi, lauk yaitu sebesar 30 anak (37%) dan hanya 14 anak (17%) yang mengkonsumsi nasi,lauk,susu.

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Makanan

Karakteristik responden berdasarkan frekuensi makanan pada peserta didik di SDN 1 Bancong Madiun.

Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Makanan

No	Frekuensi makan	Frekuensi	Presentase%
1	Empat kali sehari	10	12
2	Tiga kali sehari	48	57
3	Dua kali sehari	20	27
4	Satu kali sehari	3	4
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 5.6 di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki kebiasaan makan tiga kali sehari yaitu 48 siswa (57%) dan hanya 3 anak (4%) yang memiliki frekuensi makan 1

kali sehari.

7. Karakteristik Responden Berdasarkan Porsi Makanan

Karakteristik responden berdasarkan porsi makanan pada peserta didik di SDN 1 Bancong Madiun.

Tabel 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Porsi Makanan

No	Porsi makan	Frekuensi	Presentase%
1	Setengah porsi	10	12
2	Satu porsi	50	62
3	Dua porsi	15	19
4	Lebih dari dua porsi	6	7
Total		81	100

Sumber : Data primer, di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 5.7 di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki kebiasaan makan satu porsi makan yaitu 50 anak (62%) dan hanya 6 anak (7%) yang makan lebih dari dua porsi.

5.2.2 Data Khusus

Hasil analisa data responden yang diberikan kuesioner dan observasi pada peserta didik tentang pola makan dan tingkat obesitas di SDN 1 Bancong Madiun dibawah ini :

1. Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun

Tabel 5.8 Pola Makan Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Madiun

No	Pola makan	Frekuensi	Presentase%
1	Teratur	38	47
2	Tidak teratur	43	63
Total		81	100

Sumber : Data primer, kuesioner responden di SDN 1 Bancong Madiun

Berdasarkan tabel 5.8 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang memiliki pola makan tidak teratur yaitu 43 siswa (63%).

2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kejadian Obesitas Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Madiun

Tabel 5.9 Kejadian Obesitas Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong

No	Tingkat kejadian obesitas	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Obesitas	39	48
2	Tidak obesitas	42	52
Total		81	100

Sumber : Data primer, observasi responden di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 5.9 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar siswa tidak obesitas yaitu sebanyak 42 siswa (52%).

3. Hubungan Pola Makan dan Kejadian Obesitas Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Madiun

Tabel 5.10 Tabulasi Silang Antara Pola Makan dan Obesitas Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong

Pola makan	Tingkat kejadian obesitas				Jumlah	%
	Tidak obesitas		Obesitas			
	Jumlah	%	Jumlah	%		
Tidak teratur	17	40,9%	26	60,1%	43	100%
Teratur	25	65,7%	13	34,3%	38	100%
Jumlah	42		39		81	100%
OR	5,570					
P- value	0,018					

Sumber : Data primer, kuesioner dan observasi responden di SDN 1 Bancong Madiun

Berdasarkan tabel 5.10 di atas menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kebiasaan makan teratur dan tidak obesitas sebanyak 25 siswa (65,7%) dan yang obesitas sebanyak 13 siswa (34,3%),

Pengolahan data untuk mengetahui hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas adalah menggunakan Uji *Chi Square*. Uji ini digunakan untuk membuktikan hipotesis yaitu ada tidaknya hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas pada anak di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun. Berdasarkan hasil uji *Chi Square*

dengan nilai *continuity correction* didapatkan nilai p $0,018 \leq 0,05$ maka H_1 : ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Bancong dan $OR = 0,340$. OR /odds ratio merupakan ukuran antara paparan dari hasil. Di dapatkan nilai $OR = 0,340$ dapat dikatakan anak yang memiliki pola makan tidak teratur memiliki resiko (nilai OR) lebih besar mengalami obesitas di bandingkan dengan anak yang memiliki pola makan teratur.

5.3 Pembahasan

5.3.1 Pola Makan Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa-siswi SDN 01 Bacong Kabupaten Madiun kelas I sampai VI mempunyai kebiasaan pola makan yang tidak teratur tidak yakni 53,1% dan sisanya 47% memiliki pola makan teratur. Beberapa faktor yang mempengaruhi pola makan adalah peran keluarga, teman sebaya, lingkungan dan status ekonomi. .keluarga menentukan makanan yang dimakan seorang anak makan bersama keluarga meningkatkan nafsu makan pada anak,

Secara umum pola makan memiliki 3 kompoen yaitu jenis, frekuensi dan jumlah. Jenis merupakan makanan pokok yang dimakan setiap hari, frekuensi adalah berapa kali dalam sehari seorang anak makan, dan jumlah adalah banyaknya makanan yang di konsumsi dalam seklai makan.

Pekerjaan wali murid juga mempengaruhi pola makan, dapat diketahui

pekerjaan wali murid hampir setengahnya adalah petani yaitu 30 orang (37%). Menurut hasil penelitian di atas pekerjaan petani membuat pola makan anak tidak teratur karena mereka tidak bisa setiap saat mengawasi pola makan anaknya sehingga anak-anak tersebut makan secara tidak teratur tanpa ada pengawasan dari orang tua. Anak-anak yang memiliki pola makan tidak teratur di SDN 01 Bancong sebanyak 43 anak (63%).

Menurut teori menurut Depkes RI (2011) pola makan suatu cara atau usaha dalam tingkah laku dan jenis makanan dengan meliputi mempertahankan kesehatan status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Pola makan didefinisikan sebagai karakteristik dari kegiatan yang berulang kali makan individu atau sikap orang makan dalam memenuhi kebutuhan makan (Sulistyoningsih, 2011).

Sesuai dengan teori Harap, VY (2012) dimana pada masa usia anak-anak biasanya membutuhkan kalori yang cukup tinggi karena pada umumnya aktivitas diluar rumah padat. Biasanya anak usia 6–12 senang dengan pola makan yang tidak sehat misalnya makanan cepat saji, soft drink, mie instan sehingga menimbulkan efek yang kurang bagus terhadap kesehatan mereka. Tetapi sebagian anak juga yang mempunyai aktivitas padat di luar rumah sering kali melupakan waktu untuk makan sehingga menimbulkan rasa sakit. Oleh sebab itu perlu ada pengawasan dari orang tua mengenai pola makan anak sehingga semua kebutuhan kalornya terpenuhi dengan baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Ratu (2012) didapatkan hasil bahwa

pola makan pada anak dipengaruhi oleh pendapatan orang tua yang status sosial ekonomi tinggi. dibandingkan dengan status ekonomi orang tua yang rendah. Dimana anak yang berasal dari latar belakang keluarga yang penghasilannya tinggi mempunyai resiko lebih besar mengalami obesitas, karena segala kebutuhan anak yang terpenuhi. Menurut Le Bow, prevalensi kegemukan tergantung pada tingkat sosial ekonomi, dengan kriteria kira-kira 40% pada tingkat sosial ekonomi tinggi dan 25% tingkat ekonnomi rendah.

Menurut asumsi peneliti, karena kurangnya pengawasan pada pola makan menyebabkan anak anak memiliki pola makan yang tidak teratur, seharusnya para orang tua tidak begitu saja membiarkan anak mereka dengan tetap mengontrol pola makan anak, misalkan setiap tapi ketika mereka berangkat ke ladang harus benar benar memastikan anak tersebut makan makanan yang di sediakan di rumah,data dari umur responden dengan jumlah 81 responden sebagian besar berumur 9-12 tahun sejumlah 42 anak (52%), pada uisa ini anak anak masih belum bisa mengotrol nafsu dan pola makan mereka ola makan mereka lebih cenderung tertarik pada makanan dan minuman seperti mie instan,soft drink dan snack.

5.3.2 Tingkat Kejadian Obesitas Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami obesitas berjumlah 39 responden (48,1%), hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 9 - 12 tahun berjumlah 42 responden (53,6%).

Meskipun dapat terjadi pada semua kelompok umur obesitas memang sering dianggap terjadi di umur pertengahan. Walaupun juga obesitas juga dapat terjadi pada semua jenis kelamin namun faktanya obesitas lebih sering terjadi pada wanita karena faktor endokrin,terlebih lagi obesitas muncul pada awal awal masa perubahan hormonal (Guyton 2012).

Pola makan juga dapat mempengaruhi kejadian obesitas. Contohnya pola makan yang tidak teratur seperti mengkonsumsi makanan mendekati jam tidur, senang dengan makanan dan minuman manis.

Menurut Papalia dan Olda (2012) Seorang anak pada tahap ini masih terheran-heran terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Pada tahap ini, anak mengalami perubahan fisik terhadap tinggi badan dan berat badan.

Menurut asumsi peneliti masih banyak ditemukan bahwa siswa SD Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun yang memiliki berat badan berlebih yaitu 42 responden (51,9%) ini disebabkan karena buruknya perilaku pola makan pada siswa SD Negeri 01 Bancong Kabupaten Madiun. Pengawasan orang tua perlu di tingkatkan agar anak anak terbiasa dalam melakukan pola makan yang teratur untuk menjaga berat badan ideal.

5.3.3 Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat Kejadian Obesitas

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* dengan nilai *continuity correction* didapatkan nilai $p\ 0,018 \leq 0,05$ maka H_1 : ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Bancong kabupaten

Madiun. Sesuai hasil tabel diatas, hasil nilai OR sebesar 5,750 maka dapat disimpulkan bahwa pola makan yang tidak teratur memiliki resiko terjadinya berat badan berlebih pada anak.

Sesuai dengan teori Thasim,(2013) pola makan yang berlebih dapat faktor terjadinya obesitas. Obesitas terjadi jika seseorang mengkonsumsi kalori melebihi jumlah kalori yang dibakar. Pada hakikatnya, tubuh memerlukan asupan kalori untuk kelangsungan hidup dan aktivitas fisik, namun untuk menjaga berat badan perlu adanya keseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Keseimbangan energi yang terjadi dapat mengarah pada kelebihan berat Badan dan obesitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sanora Myorisina dan Dewi Rokhanawati (2010) di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang menyatakan ada hubungan signifikan antara pola makan dengan obesitas.

Penelitian sebelumnya didapatkan hasil uji statistik *rank spearman* diperoleh hasil signifikan atau angka $p= 0,000$ jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ($p < a$), maka H_1 diterima yang berarti ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SMK Bakti Indonesia Medika Jombang

Menurut asumsi peneliti, kebiasaan pola makan berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak, dimana terlihat adanya kecenderungan anak yang memiliki pola makan tidak teratur (53,1%). dan anak yang memiliki berat badan berlebih (51,9%). Pola makan teratur sangat penting untuk dilakukan, untuk menjaga bentuk tubuh dan berat badan ideal. Jika seorang

anak memiliki kebiasaan pola makan tidak teratur, maka akan rentan terhadap resiko kenaikan berat badan sampai terjadi obesitas.

5.4 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini hanya 1x pada saat penelitian itu saja dan mengobservasi pola makan siswa, informasi pola makan siswa hanya didapatkan dari hasil kuesioner tidak member intervensi langsung. Isi dari pertanyaan kuesioner tersebut meliputi jenis makanan, frekuensi makanan, serta jumlah makanan. Kuesioner ini juga tidak dapat mengukur dengan pasti tentang kebiasaan pola makan anak karena isi dari pertanyaan tentang pola makan hanya bersifat objektif sehingga tidak memiliki tingkat kebenaran yang tinggi, karena jawaban sangat bergantung kepada kejujuran dari responden dan responden pada penelitian ini adalah anak kelas I sampai dengan VI.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini peneliti akan menyampaikan tentang hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas di SDN 01 Bancong Kabupaten Madiun.

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pola makan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong yang dapat disimpulkan bahwa yang memiliki kebiasaan pola makan tidak teratur yaitu 43 siswa (53,1%).
2. Tingkat kejadian obesitas siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong yang dapat disimpulkan bahwa 42 siswa memiliki berat badan berlebih (51,9%).
3. Ada Hubungan Antara Pola Makan Dengan Tingkat Kejadian Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Kabupaten Madiun.

6.2 Saran

1. Bagi Guru SDN 1 Bancong Kabupaten Madiun

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan daftar pustaka berkaitan dengan hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Kabupaten Madiun.

2. Bagi Orang Tua

Meningkatkan pengawasan pada anak tentang pentingnya pola makan teratur, karena pada usia anak-anak masih belum bisa mengontrol nafsu dan pola makan.

3. Bagi Anak

Menjaga pola makan teratur supaya memiliki berat badan dan tubuh yang ideal.

4. Bagi Institusi STIKES Bhakti Husada Mulia

Menambah kepustakaan keperawatan anak khususnya tentang hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas pada anak.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya menganalisis adanya hubungan pola makan dengan tingkat kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar Negeri 1 Bancong Kabupaten Madiun, dapat dilakukan intervensi untuk keluarga agar dapat memberi dukungan untuk menjaga pola makan teratur pada anaknya.

6. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong peserta didik untuk selalu menjaga pola makan teratur supaya anak memiliki berat badan dan tubuh yang ideal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia . 2012. *Serba Serbi Diet Sehat* : Kawah Medika.
- Depkes RI. 2011. *Pedoman Gizi*. Jakarta : Bina Gizi kesehatan Ibu dan Anak.
- Dorland. W.A.N. 2010. *Kamus kedokteran Dorlan Edisi 29*. Jakarta : EGC.
- Fitri Yuniar. 2009. *Khasiat WHOLEGRAIN Makan untuk Hidup sehat*. Jakarta : Gramedia Pusaka Utama.
- Ganong, WF. 2009 . *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Ganong Edisi 22*. Jakarta : EGC.
- Guyton, A. C.m dan Hall, J.E,. 2012. *Buku Ajar Fisiologis Kedokteran*. Jakarta : EGC.
- Harap, V. Y . 2012. *Hubungan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi*. Program Studi Pendidikan Biologi , Universitas syiah. Banda Aceh.
- Hasdianah H.R . 2014. *Gizi Pemanfaatan Gizi, Diet , dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Jahari. 2014. *Faktor Faktor yang Mempengaruhi Obesitas pada Anak*. Yogyakarta: Gizi Klinik Indonesi .Jakarta : Salemba Medika.
- Notoadmojo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugraha, G. I., 2014. *Etiologi dan Patofiolog Obesitas*. Dalam : Soegih, R.R., dan Wiramihardja, K. K (Editor). *Obesitas Permasalahan dan Terapi*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nursalam . 2010.*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*.
- Papalia, D. E ., Old, S. W., Feldman, dan R. D . 2012. *Perkembangan Manusia*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Ramadhani M.T. 2012. *Pengaruh Pemebrian Diet Rendah Karbohidrat terhadap Perubahan Berat Badan , Indeks Massa Tubuh dan Prensentase Lemak Tubuh di Catering Slim*. Depok.
- RISKESDAS. 2012. *Riset Kesehatan Dasar*. Diakses pada 03 Desember 2019 <http://www.riskesdas.litbang.depkes.go.id/download/pdf>.

- Sandu. 2014. *Gizi Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas* . Yogyakarta : Nuhu Medika.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung : CV Alfa Beta.
- Sugondo, S. 2008 . *Obesitas Dalam : Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi IV*. Jakarta : Pusat Penerbit IPD FKUI.
- Sulistyoningsih, H. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan dan Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Whidhawati, Atika Proverawati, SKM, MPH. 2010. *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja*, Yogyakarta : Nuha Medika.
- WHO. 2011. *Obesity and Overweight*. Diakses tanggal 03 Desember 2019. <http://win.nidkk.nih.gov/publications//PDFs/stat904z.pdf>.
- Willy. 2011. *Catam Ilmu Kesehatan Anak*. Surabaya : Airlangga University Press.

Lampiran 1

SURAT IZIN PENGAMBILAN DATA AWAL



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)
BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
PRODI SI KEPERAWATAN**

Kampus : Jl. Taman Praja Kec. Taman Kota Madiun Telp /Fax. (0351) 491947
AKREDITASI BAN PT NO.383/SK/BAN-PT/Akred/PT/V/2015
website : www.stikes-bhm.ac.id

Nomor : 153/STIKES/BHM/4/XII/2019
Lampiran : -
Perihal : Izin Pengambilan Data Awal

Kepada Yth :
Kepala Sekolah SDN 01 Bancong
di -

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat,

Sebagai salah satu persyaratan Akademik untuk mendapat gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep), maka setiap mahasiswa Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang akan menyelesaikan studinya diharuskan menyusun sebuah Skripsi. Untuk tujuan tersebut diatas, kami mohon bantuan dan kerja sama Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin pengambilan data awal sebagai kelengkapan data penelitian kepada :

Nama Mahasiswa	:	Himawan Samodra
NIM	:	201502016
Semester	:	VII (Tujuh)
Data yg dibutuhkan	:	Jumlah siswa dan studi pendahuluan
Judul	:	Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah Dasar
Pembimbing	:	Kartika S.Kep.,Ns.,M.K.M Retno Widiarini, S.KM.,M.Kes

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Madiun,
Ketua

Zaenal Abidin, SKM.,M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

Lampiran 2

SURAT IZIN PENELITIAN



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)
BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
PRODI SI KEPERAWATAN**

Kampus : Jl. Taman Praja Kec. Taman Kota Madiun Telp /Fax. (0351) 491947

AKREDITASI BAN PT NO.383/SK/BAN-PT/Akred/PT/V/2015
website : www.stikes-bhm.ac.id

Nomor : *IS/STIKES/BHM/U/1/2020*
Lampiran : -
Perihal : *Izin Penelitian*

Kepada Yth :
Kepala SDN 01 Bancong Kec. Wonoasri Kab. Madiun
di -

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat,

Sebagai salah satu persyaratan Akademik untuk mendapat gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep), maka setiap mahasiswa Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang akan menyelesaikan studinya diharuskan menyusun sebuah Skripsi. Untuk tujuan tersebut diatas, kami mohon bantuan dan kerja sama Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin penelitian kepada :

Nama Mahasiswa : Himawan Samodra
NIM : 201502016
Judul : Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia sekolah dasar
Tempat Penelitian : SD Negeri 01 Bancong
Lama Penelitian : Satu Hari
Pembimbing : 1. Kartika S.kep,Ns.,M.K.M
2. Retno Widiarini S.K.M.,M.Kes

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Madiun 27 Januari 2020
Ketua

Zaenal Abidin, SKM., M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

Lampiran 3

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN



**PEMERINTAH KABUPATEN MADIUN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

Jl. Raya Tiron 87 Telp (0351) 464477 Fax. 473173

Website: www.madiunkab.go.id Email: dinaspendidikankabmdn@gmail.com

MADIUN 63151

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.7653/402.108/VIII/20

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Arijah, S.Pd.,
NIP : 19630707 1985042002
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SDN 01 BancongKecamatanWonoasriKabupaten Madiun

Dengan ini menerangkan:

Nama : Himawansamodra
NIM : 201502016
Program/Jurusan : S1/Keperawatan
Perguruan Tinggi : STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
Keterangan : Telah melaksanakan penelitian dengan judul "HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR" pada tanggal 29 Januari 2020.

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya, semoga dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Madiun, 30 Januari 2020

Kepala Sekolah



Lampiran 4

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:

Sdra/i sebagai calon Responden

Di SD Negeri 01 Bancong

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Himawan Samodra

NIM : 201502016

Mahasiswa : S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Bermaksud melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas.

Untuk keperluan tersebut, saudara/i bersedia/tidak bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Selanjutnya mengisi kuesioner yang saya sediakan dengan kejujuran dan apa adanya. Jawaban saudara dijamin kerahasiaannya.

Demikian lembar persetujuan ini saya buat, atas bantuan dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Madiun, Januari 2020
Hormat Saya

Himawan Samodra

Lampiran 5

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini , saya, Menyatakan bahwa:

1. Telah mendapat penjelasan tentang penelitian “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas”
2. Telah diberi kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan jawaban dari peneliti
3. Keputusan bersedia atau tidak bersedia mengikuti penelitian ini

Dengan ini saya memutuskan secara sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan dalam keadaan sadar, bahwa saya (**bersedia/tidak bersedia ***) berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini, dengan catatan apabila suatu waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan. Saya percaya informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Peneliti

Madiun, Januari 2020
Responden

Himawan Samodra

NIM : 201502016

Keterangan :

*) Coret yang tidak

Lampiran 6

KISI-KISI POLA MAKAN HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS

No	Parameter	No.SoaI	Jumlah	Nilai
1.	Menu makan	1,2,3,4	4	Ya = 1 Tidak = 2
2.	Frekuensi makan	5,6,7,8,9	5	
3.	Porsi makan	10	1	
	Jumlah		10	

Lampiran 7

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN POLA MAKAN

Petunjuk Pengisian :

- a) Baca dan pahami dengan baik setiap pertanyaan di bawah ini
- b) Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang menurut anda benar

Keterangan :

YA : 1

TIDAK : 0

DAFTAR PERNYATAAN

No	Pernyataan	YA	TIDAK
1.	Saya mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari		
2.	Saya mengkonsumsi lauk hewani seperti : daging ayam, daging kambing, daging sapi setiap hari		
3.	Saya mengkonsumsi lauk nabati seperti : tahu, tempe setiap hari		
4.	Saya membeli jajanan seperti snack, mie instan Disekolah		
5.	Saya mengkonsumsi air putih sebanyak 2,5 liter setiap hari		
6.	Saya makan pagi ,siang, malam secara teratur		
7.	Saya membawa bekal makan siang dari rumah untuk di makan disekolah		
8.	Saya makan lebih 3x sehari		
9.	Saya mengkonsumsi susu 1x sehari		
10.	Saya makan 1 piring nasi dan lauk setiap harinya		

Lampiran 8

LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN KEJADIAN OBESITAS

No	Nama	Berat badan (BB) kg	Tinggi badan (TB) m	IMT	Kategori
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					

No	Nama	Berat badan (BB) kg	Tinggi badan (TB) m	IMT	Kategori
41					
42					
43					
44					
45					
46					
47					
48					
49					
50					
51					
52					
53					
54					
55					
56					
57					
58					
59					
60					
61					
62					
63					
64					
65					
66					
67					
68					
69					
70					
71					
72					
73					
74					
75					
76					
77					
78					
79					
80					
81					

Lampiran 9

TABULASI DATA UMUM RESPONDEN

No	Nama	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	Berat Badan	Jenis Makanan	Frekuensi Makan	Porsi Makan	Pola Makan	T.k Obesitas	Pekerjaan Orang Tua
1	AN.Y	1	1	1	1	1	3	2	1	0	1
2	AN.B	3	1	1	1	1	2	2	1	0	1
3	AN.I	1	1	1	1	1	2	1	0	1	1
4	AN.S	1	1	2	2	3	2	2	1	1	2
5	AN.S	1	1	2	1	4	1	2	0	1	4
6	AN.E	5	2	1	2	2	2	3	0	1	1
7	AN.H	3	1	2	2	2	3	2	0	0	1
8	AN.B	4	2	1	2	1	2	2	1	0	4
9	AN.C	4	2	2	1	1	2	3	0	1	1
10	AN.B	4	2	2	1	4	2	3	0	1	1
11	AN.A	1	1	2	1	4	3	2	0	0	4
12	AN.D	5	2	1	3	4	2	3	1	1	2
13	AN.W	6	2	2	3	3	1	3	0	0	1
14	AN.G	1	1	2	1	1	3	1	1	0	4
15	AN.S	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1
16	AN.M	3	1	1	2	1	2	4	0	0	2
17	AN.E	1	1	2	1	2	3	3	0	0	4
18	AN.F	3	1	1	1	2	2	4	0	1	1
19	AN.J	4	2	2	2	2	3	2	1	0	1
20	AN.A	1	1	1	1	1	2	2	1	0	3

No	Nama	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	Berat Badan	Jenis Makanan	Frekuensi Makan	Porsi Makan	Pola Makan	T.k Obesitas	Pekerjaan Orang Tua
21	AN.A	4	2	1	2	3	2	2	0	1	2
22	AN.D	3	1	2	2	4	3	2	1	1	1
23	AN.S	2	1	2	1	2	2	3	1	0	1
24	AN.D	5	2	2	2	4	2	2	1	0	4
25	AN.Y	3	1	1	1	2	2	2	0	1	1
26	AN.B	3	1	2	1	2	3	4	0	0	2
26	AN.K	5	2	1	2	1	2	2	1	0	3
28	AN.T	1	1	1	1	2	2	2	0	1	1
29	AN.Y	1	1	2	1	4	2	2	1	1	1
30	AN.B	6	2	1	2	1	2	2	0	0	3
31	AN.I	4	2	1	2	4	1	1	1	0	2
32	AN.S	4	2	2	2	3	2	2	1	0	4
33	AN.S	6	2	2	2	3	1	1	0	1	1
34	AN.E	6	2	1	3	3	2	2	0	1	1
35	AN.H	3	1	2	1	2	2	2	1	0	1
36	AN.B	6	2	1	2	1	2	1	0	0	2
37	AN.C	5	2	1	2	2	1	3	0	0	1
38	AN.B	3	1	2	1	2	3	3	0	1	1
39	AN.A	1	1	1	1	1	4	2	1	0	3
40	AN.D	2	1	2	1	3	2	3	0	1	1
41	AN.W	3	1	1	1	4	2	4	1	1	2
42	AN.G	1	1	2	1	2	1	2	0	0	1

No	Nama	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	Berat Badan	Jenis Makanan	Frekuensi Makan	Porsi Makan	Pola Makan	T.k Obesitas	Pekerjaan Orang Tua
43	AN.S	5	2	1	2	1	2	2	1	1	3
44	AN.M	5	2	1	2	2	2	2	1	1	4
45	AN.E	3	1	1	1	3	1	2	1	0	2
46	AN.F	4	2	2	2	2	3	2	0	0	2
47	AN.J	4	2	2	2	4	2	1	0	0	3
48	AN.A	6	2	2	2	2	2	2	0	0	2
49	AN.A	1	1	2	1	1	2	3	0	1	1
50	AN.D	6	2	1	1	1	4	2	1	1	1
51	AN.S	5	2	2	2	3	2	2	0	1	2
52	AN.D	2	1	2	1	2	2	1	1	0	4
53	AN.Y	6	2	1	2	4	2	3	0	0	4
54	AN.B	6	2	1	2	3	3	4	0	0	2
55	AN.K	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3
56	AN.T	6	2	2	2	2	2	2	0	1	1
57	AN.Y	5	2	1	2	1	1	2	1	0	4
58	AN.B	6	2	2	2	2	2	2	0	1	2
59	AN.I	6	2	2	1	1	2	2	1	0	4
60	AN.S	1	1	1	1	2	2	2	0	1	2
61	AN.S	5	2	2	2	2	2	1	0	1	1
62	AN.E	2	1	1	1	4	2	3	0	1	2
63	AN.H	5	2	1	2	4	2	2	1	1	1
64	AN.B	6	2	2	3	1	2	2	1	0	3

No	Nama	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	Berat Badan	Jenis Makanan	Frekuensi Makan	Porsi Makan	Pola Makan	T.k Obesitas	Pekerjaan Orang Tua
65	AN.C	2	1	1	2	2	2	2	0	0	2
66	AN.B	5	2	2	2	2	3	2	1	0	2
67	AN.A	4	2	2	2	3	3	3	1	0	1
68	AN.D	2	1	1	1	2	3	2	0	1	2
69	AN.W	5	2	1	2	3	3	2	1	0	2
70	AN.G	4	2	2	2	1	2	2	0	1	3
71	AN.S	5	2	1	2	1	3	2	1	1	1
72	AN.M	2	1	1	1	1	4	1	1	0	2
73	AN.E	2	1	1	1	4	3	2	1	0	3
74	AN.F	2	1	2	1	2	3	3	0	1	4
75	AN.J	5	2	2	2	2	3	2	0	1	4
76	AN.A	4	2	2	2	3	3	2	0	1	2
77	AN.A	5	2	1	2	2	2	2	1	0	3
78	AN.D	2	1	2	1	1	2	2	0	1	2
79	AN.S	4	2	2	1	1	2	4	1	0	3
80	AN.D	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2
81	AN.Y	2	1	1	1	2	1	2	0	0	2

Lampiran 10

TABULASI DATA KHUSUS RESPONDEN

A. POLA MAKAN

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
1	AN.Y	1	TERATUR
2	AN.B	1	TERATUR
3	AN.I	0	TIDAK TERATUR
4	AN.S	1	TERATUR
5	AN.S	0	TIDAK TERATUR
6	AN.E	0	TIDAK TERATUR
7	AN.H	0	TIDAK TERATUR
8	AN.B	1	TERATUR
9	AN.C	0	TIDAK TERATUR
10	AN.B	0	TIDAK TERATUR
11	AN.A	0	TIDAK TERATUR
12	AN.D	1	TERATUR
13	AN.W	0	TIDAK TERATUR
14	AN.G	1	TERATUR
15	AN.S	1	TERATUR
16	AN.M	0	TIDAK TERATUR
17	AN.E	0	TIDAK TERATUR
18	AN.F	0	TIDAK TERATUR
19	AN.J	1	TERATUR
20	AN.A	1	TERATUR
21	AN.A	0	TIDAK TERATUR
22	AN.D	1	TERATUR
23	AN.S	1	TERATUR
24	AN.D	1	TERATUR
25	AN.Y	0	TIDAK TERATUR
26	AN.B	0	TIDAK TERATUR
26	AN.K	1	TERATUR
28	AN.T	0	TIDAK TERATUR
29	AN.Y	1	TERATUR
30	AN.B	0	TIDAK TERATUR
31	AN.I	1	TERATUR
32	AN.S	1	TERATUR

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
33	AN.S	0	TIDAK TERATUR
34	AN.E	0	TIDAK TERATUR
35	AN.H	1	TERATUR
36	AN.B	0	TIDAK TERATUR
37	AN.C	0	TIDAK TERATUR
38	AN.B	0	TIDAK TERATUR
39	AN.A	1	TERATUR
40	AN.D	0	TIDAK TERATUR
41	AN.W	1	TERATUR
42	AN.G	0	TIDAK TERATUR
43	AN.S	1	TERATUR
44	AN.M	1	TERATUR
45	AN.E	1	TERATUR
46	AN.F	0	TIDAK TERATUR
47	AN.J	0	TIDAK TERATUR
48	AN.A	0	TIDAK TERATUR
49	AN.A	0	TIDAK TERATUR
50	AN.D	1	TERATUR
51	AN.S	0	TIDAK TERATUR
52	AN.D	1	TERATUR
53	AN.Y	0	TIDAK TERATUR
54	AN.B	0	TIDAK TERATUR
55	AN.K	1	TERATUR
56	AN.T	0	TIDAK TERATUR
57	AN.Y	1	TERATUR
58	AN.B	0	TIDAK TERATUR
59	AN.I	1	TERATUR
60	AN.S	0	TIDAK TERATUR
61	AN.S	0	TIDAK TERATUR
62	AN.E	0	TIDAK TERATUR
63	AN.H	1	TERATUR
64	AN.B	1	TERATUR
65	AN.C	0	TIDAK TERATUR
66	AN.B	1	TERATUR
67	AN.A	1	TERATUR
68	AN.D	0	TIDAK TERATUR
69	AN.W	1	TERATUR
70	AN.G	0	TIDAK TERATUR

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
71	AN.S	1	TERATUR
72	AN.M	1	TERATUR
73	AN.E	1	TERATUR
74	AN.F	0	TIDAK TERATUR
75	AN.J	0	TIDAK TERATUR
76	AN.A	0	TIDAK TERATUR
77	AN.A	1	TERATUR
78	AN.D	0	TIDAK TERATUR
79	AN.S	1	TERATUR
80	AN.D	1	TERATUR
81	AN.Y	0	TIDAK TERATUR

B. OBESITAS

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
1	AN.Y	0	TIDAK OBESITAS
2	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
3	AN.I	1	OBESITAS
4	AN.S	1	OBESITAS
5	AN.S	1	OBESITAS
6	AN.E	1	OBESITAS
7	AN.H	0	TIDAK OBESITAS
8	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
9	AN.C	1	OBESITAS
10	AN.B	1	OBESITAS
11	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
12	AN.D	1	OBESITAS
13	AN.W	0	TIDAK OBESITAS
14	AN.G	0	TIDAK OBESITAS
15	AN.S	1	OBESITAS
16	AN.M	0	TIDAK OBESITAS
17	AN.E	0	TIDAK OBESITAS
18	AN.F	1	OBESITAS
19	AN.J	0	TIDAK OBESITAS
20	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
21	AN.A	1	OBESITAS
22	AN.D	1	OBESITAS

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
23	AN.S	0	TIDAK OBESITAS
24	AN.D	0	TIDAK OBESITAS
25	AN.Y	1	OBESITAS
26	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
26	AN.K	0	TIDAK OBESITAS
28	AN.T	1	OBESITAS
29	AN.Y	1	OBESITAS
30	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
31	AN.I	0	TIDAK OBESITAS
32	AN.S	0	TIDAK OBESITAS
33	AN.S	1	OBESITAS
34	AN.E	1	OBESITAS
35	AN.H	0	TIDAK OBESITAS
36	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
37	AN.C	0	TIDAK OBESITAS
38	AN.B	1	OBESITAS
39	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
40	AN.D	1	OBESITAS
41	AN.W	1	OBESITAS
42	AN.G	0	TIDAK OBESITAS
43	AN.S	1	OBESITAS
44	AN.M	1	OBESITAS
45	AN.E	0	TIDAK OBESITAS
46	AN.F	0	TIDAK OBESITAS
47	AN.J	0	TIDAK OBESITAS
48	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
49	AN.A	1	OBESITAS
50	AN.D	1	OBESITAS
51	AN.S	1	OBESITAS
52	AN.D	0	TIDAK OBESITAS
53	AN.Y	0	TIDAK OBESITAS
54	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
55	AN.K	1	OBESITAS
56	AN.T	1	OBESITAS
57	AN.Y	0	TIDAK OBESITAS
58	AN.B	1	OBESITAS
59	AN.I	0	TIDAK OBESITAS
60	AN.S	1	OBESITAS

NO	NAMA	KODING	KETERANGAN
61	AN.S	1	OBESITAS
62	AN.E	1	OBESITAS
63	AN.H	1	OBESITAS
64	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
65	AN.C	0	TIDAK OBESITAS
66	AN.B	0	TIDAK OBESITAS
67	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
68	AN.D	1	OBESITAS
69	AN.W	0	TIDAK OBESITAS
70	AN.G	1	OBESITAS
71	AN.S	1	OBESITAS
72	AN.M	0	TIDAK OBESITAS
73	AN.E	0	TIDAK OBESITAS
74	AN.F	1	OBESITAS
75	AN.J	1	OBESITAS
76	AN.A	1	OBESITAS
77	AN.A	0	TIDAK OBESITAS
78	AN.D	1	OBESITAS
79	AN.S	0	TIDAK OBESITAS
80	AN.D	1	OBESITAS
81	AN.Y	0	TIDAK OBESITAS

Lampiran 11

HASIL SPSS

A. DATA UMUM

		Kelas			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kelas 1	15	18.5	18.5	18.5
	Kelas 2	13	16.0	16.0	34.6
	Kelas 3	11	13.6	13.6	48.1
	Kelas 4	13	16.0	16.0	64.2
	Kelas 5	16	19.8	19.8	84.0
	Kelas 6	13	16.0	16.0	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

		Umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6-8 Tahun	39	48.1	48.1	48.1
	9-12 Tahun	42	51.9	51.9	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	41	50.6	50.6	50.6
	Perempuan	40	49.4	49.4	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

		Berat Badan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25-30 Kg	39	48.1	48.1	48.1
	35-40 Kg	38	46.9	46.9	95.1
	Lebih dari 60 Kg	4	4.9	4.9	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Jenis Makanan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nasi,Lauk,Sayur	24	29.6	29.6	29.6
	Nasi,Lauk	30	37.0	37.0	66.7
	Nasi,Lauk,Sayur,Susu	13	16.0	16.0	82.7
	Nasi,Lauk,Susu	14	17.3	17.3	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Frekuensi Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4 Kali Sehari	10	12.3	12.3	12.3
	3 Kali Sehari	48	59.3	59.3	71.6
	2 Kali Sehari	20	24.7	24.7	96.3
	1 Kali Sehari	3	3.7	3.7	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

Porsi Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Setengah Porsi	10	12.3	12.3	12.3
	Satu Porsi	50	61.7	61.7	74.1
	Dua Porsi	15	18.5	18.5	92.6
	Lebih dari Dua Porsi	6	7.4	7.4	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

PEKERJAAN ORANG TUA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PETANI	30	37.0	37.0	37.0
	WIRASWASTA	25	30.9	30.9	67.9
	PNS	12	14.8	14.8	82.7
	LAIN-LAIN	14	17.3	17.3	100.0
	Total	81	100.0	100.0	

B. DATA KHUSUS

Pola Makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Teratur	43	53.1	53.1	53.1
Teratur	38	46.9	46.9	100.0
Total	81	100.0	100.0	

Tingkat Kejadian Obesitas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Obesitas	42	51.9	51.9	51.9
Obesitas	39	48.1	48.1	100.0
Total	81	100.0	100.0	

C. Correlations

Correlations

		POLA MAKAN	TINGKAT KEJADIAN OBESITAS
POLA MAKAN	Pearson Correlation	1	-.262*
	Sig. (2-tailed)		.018
	N	81	81
TINGKAT KEJADIAN OBESITAS	Pearson Correlation	-.262*	1
	Sig. (2-tailed)	.018	
	N	81	81

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

D. UJI CHI-SQUARE

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
POLA MAKAN * TINGKAT KEJADIAN OBESITAS	81	100.0%	0	.0%	81	100.0%

POLA MAKAN * TINGKAT KEJADIAN OBESITAS Crosstabulation

Count		TINGKAT KEJADIAN OBESITAS		
		TIDAK OBESITAS	OBESITAS	Total
POLA MAKAN	TIDAK TERATUR	17	26	43
	TERATUR	25	13	38
Total		42	39	81

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.570 ^a	1	.018		
Continuity Correction ^d	4.568	1	.033		
Likelihood Ratio	5.642	1	.018		
Fisher's Exact Test				.026	.016
Linear-by-Linear Association	5.501	1	.019		
N of Valid Cases ^b	81				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 18,30.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.254	.018
N of Valid Cases		81	

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for POLA MAKAN (TIDAK TERATUR / TERATUR)	.340	.137	.842
For cohort TINGKAT KEJADIAN OBESITAS = TIDAK OBESITAS	.601	.389	.928
For cohort TINGKAT KEJADIAN OBESITAS = OBESITAS	1.767	1.069	2.922
N of Valid Cases	81		

Lampiran 12

DOKUMENTASI

1. Membagikan Kuesioner



2. Foto dengan anak anak obesitas



2. Mengukur tinggi badan



4. Menimbang berat badan



5.foto bersama dengan wali kelas



Lampiran 13

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN

No	Kegiatan	November	Desember	Januari	Februari	Maret
1	Pengajuan dan konsul judul					
2	Penyusunan proposal					
3	Bimbingan proposal					
4	Ujian proposal					
5	Revisi proposal					
6	Pengambilan data					
7	Penyusunan dan bimbingan skripsi					
8	Ujian skripsi					

Lampiran 14

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : HIMAWAN SAMODRA
 NIM : 201502016
 Judul : Hubungan Pola Makan dengan kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah Dasar
 Pembimbing 1 : KARTIKA S.KEP. Ns. M.KM.
 Pembimbing 2 : Retno Widiyanti, SKM, M.KEP.

PEMBIMBING 1				
NO	TANGGAL	TOPIK / BAB	HASIL KONSULTASI	Ttd
	02/10/12	- Studi Pendahuluan. - Peerti Latar Belakang. BAB II	BAB I - Studi Pendahuluan - Konsep IMT - Kaidah Penulisan - Manfaatnya ke dalam	
	10/10/12	BAB I, II, III	Bab I Penulisan II Konsep Teori dipaparkan III Review konsep dgn icon Daftar pabjoran kaidah penulisan daftar	
	27/10/12	BAB I-III	Sesuaikan dgn kaidah penulisan - Formatnya konsep yg ditanyakan - Dgn menggunakan buat portofolio - Kuastifikasi	

PEMBIMBING 2

NO	TANGGAL	TOPIK / BAB	HASIL KONSULTASI	Ttd
	18-12-2012	BAB I Study Pendahuluan BAB 3. penjelasan kerangka konsep BAB IV minggu depan BAB IV Revisi Penulisan Ganti Teknik sampling Lengkap lampiran	 	

NO	TANGGAL	TOPIK / BAB	HASIL KONSULTASI	Ttd
	4/1/20	BAB III, IV	- Kuantoran perbaikan Perke-lisis - Sampling perbaikan	
	8/1/20	BAB .1-IV	Acc Ujian Proposal.	

NO	TANGGAL	TOPIK / BAB	HASIL KONSULTASI	Ttd

Kaprodi Keperawatan