

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK
DI SD MUHAMMADIYAH 019
BANGKINANG KOTA



NAMA : SELVI OKTOVIANI

NIM : 1514201040

PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
TAHUN 2019

LEMBARAN PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : SELVI OKTOVIANI

NIM : 1514201040

NAMA

TANDA TANGAN

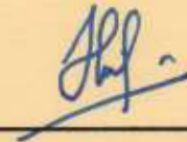
Pembimbing I:

DEWI ANGGRIANI HARAHAP, M.Keb
NIP.TT : 096 542 092



Pembimbing II:

Ns. NIA APRILLA, M.Kep
NIP.TT : 096 542 190





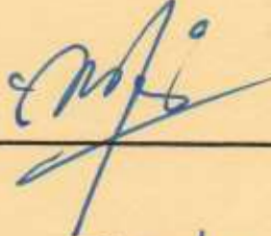

Ketua Prodi S1 Keperawatan



Ns. ALINI, M.Kep

NIP. TT : 096 542 079

LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI
UJIAN SKRIPSI S1 ILMU KEPERAWATAN

No	NAMA	TANDA TANGAN
1	<u>DEWI ANGGRIANI HARAHAP, M.Keb</u> Ketua	 _____
2	<u>Ns. NIA APRILLA, M.Kep</u> Sekretaris	 _____
3	<u>Ns. M. NURMAN, S.Kep, M.Kep</u> Penguji I	 _____
4	<u>ERLINAWATI, M.Keb</u> Penguji II	 _____

Mahasiswa :

Nama : SELVI OKTOVIANI

NIM : 1514201040

Tanggal ujian : 28 September 2019

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Laporan Penelitian, September 2019

SELVI OKTOVIANI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIFITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK DI SD MUHAMMADIYAH 019
BANGKINANG KOTA**

xii + 54 Halaman + 11 Tabel + 5 Skema + 10 Lampiran

ABSTRAK

Obesitas pada anak sekolah dasar dapat menurunkan tingkat kecerdasan anak karena aktivitas dan kreativitas anak menjadi menurun dan cenderung malas. Obesitas disebabkan oleh beberapa faktor –faktor seperti genetik, aktivitas fisik, pola makan, lingkungan dan hormonal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang Kota. Penelitian ini bersifat *analitik* dengan menggunakan desain penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini siswi kelas IV - VI di SD Muhammadiyah Bangkinang Kota yang berjumlah 370 orang dengan jumlah sampel 192 orang dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur kuesioner, timbangan dan sentimeter. Pengolahan data menggunakan *analisa univariat dan bivariat*. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden memiliki pola makan kurang sebanyak 98 orang (51%), aktifitas fisik rendah 105 orang (54,7%), dan lebih dari separuh mengalami obesitas sebanyak 102 orang (53,1%). Hasil uji *Chi-square* didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang Kota dengan nilai *p* (0,000). Untuk itu bagi pihak sekolah untuk dapat melakukan penyuluhan tentang obesitas pada agar dapat mencegah terjadinya obesitas.

Daftar Bacaan : 27 (2007 - 2018)

Kata Kunci : Pola makan, aktifitas fisik, kejadian obesitas

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan laporan penelitian ini, yang diajukan untuk melengkapi dan memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan pada Program SI Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dengan judul **“Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang Kota”**.

Dalam menyelesaikan laporan penelitian ini, peneliti merasakan betapa besarnya manfaat bimbingan yang telah diberikan oleh semua pihak terutama yang memberikan masukan - masukan dan data - data sehingga dapat dijadikan suatu pedoman dan landasan bagi penulisan dalam menggali semua permasalahan yang erat kaitannya dengan laporan penelitian ini.

Pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Dewi Anggriani Harahap, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dan selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
3. Ns. Nia Aprilla, M.Kep, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.

4. Ns. M. Nurman, M.Kep, selaku narasumber I yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
5. Erlinawati, M.Keb, selaku narasumber II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
6. Musta'in, S,Pd, selaku kepala sekolah SD Muhammadiyah 019 Bangkinang Kota yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta izin kepada peneliti untuk bisa melakukan penelitian di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang Kota.
7. Ibu dan Bapak Dosen serta Staf Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberikan dorongan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.
8. Dengan rasa hormat dan terima kasih yang tidak terhingga kepada Ayahanda (Kasmiyur), Ibunda (Eli Rahniati) dan seluruh keluarga tercinta yang telah banyak memberikan dorongan dan semangat serta do'a yang tiada henti - hentinya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian ini.
9. Teman – teman SI keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan dan motivasi kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan laporan penelitian ini masih belum sempurna. Untuk itu peneliti berharap kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan laporan penelitian ini.

Bangkinang, September 2019

Peneliti

SELVI OKTOVIANI
NIM : 1514201040

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	
1. Anak.....	8
a. Definisi.....	8
b. Tumbuh Kembang Anak.....	9
c. Nutrisi Pada Anak Berdasarkan Usia.....	11
d. Dampak Nutrisi Kurang dan Lebih Pada Anak.....	13
2. Obesitas.....	14
a. Definisi.....	14
b. Etiologi Obesitas.....	15
c. Klasifikasi Obesitas.....	16
d. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Obesitas.....	17
e. Penilaian Obesitas.....	23
e. Dampak Obesitas.....	25
B. Penelitian Terkait.....	25
C. Kerangka Teori.....	28
D. Kerangka Konsep.....	29
E. Hipotesis Penelitian.....	29

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian.....	30
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
	C. Populasi dan Sampel.....	32
	D. Etika Penelitian.....	34
	E. Alat Pengumpulan Data.....	35
	F. Prosedur pengumpulan data.....	38
	G. Teknik Pengumpulan Data.....	39
	H. Definisi Operasional.....	40
	I. Analisa Data.....	41
BAB IV	HASIL PENELITIAN	
	A. Analisa Univariat.....	43
	B. Analisa Bivariat.....	44
BAB V	PEMBAHASAN	
	A. Pembahasan.....	47
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan.....	53
	B. Saran.....	53

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Kebutuhan Zat Gizi Makro dan Mikro Anak Sekolah..... 12
Tabel 2.2	Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Obesitas Berdasarkan IMT Menurut WHO..... 24
Tabel 2.3	Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Obesitas..... 24
Tabel 3.1	BMI (Body Massa Indeks) atau IMT (Indeks Masa Tubuh)..... 35
Tabel 3.2	Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Obesitas..... 38
Tabel 3.3	Definisi Operasional..... 40
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Pada Responden di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang..... 44
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktifitas Fisik Pada Responden di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang..... 43
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Stunting Pada Responden di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang..... 44
Tabel 4.4	Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang..... 44
Tabel 4.5	Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang..... 45

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 2.1 Penyebab Terjadinya Obesitas.....	16
Skema 2.1 Kerangka Teori Penelitian.....	28
Skema 2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	29
Skema 3.1 Rancangan Penelitian.....	30
Skema 3.2 Alur Penelitian.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1	: Surat Izin Penelitian
Lampiran	2	: Surat Balasan Penelitian
Lampiran	3	: Permohonan Menjadi Responden
Lampiran	4	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran	5	: Lembar Kuesioner
Lampiran	6	: Master Tabel
Lampiran	7	: Hasil SPSS
Lampiran	8	: Lembar Dokumentasi
Lampiran	9	: Riwayat Hidup
Lampiran	10	: Lembar Konsultasi