

**HUBUNGAN KONSUMSI FAST FOOD DAN  
AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH  
PADA USIA SEKOLAH DI SD NEGERI 1 LEBIH**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**ARI WINA SANI**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**2021**

**HUBUNGAN KONSUMSI FAST FOOD DAN  
AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH  
PADA USIA SEKOLAH DI SD NEGERI 1 LEBIH**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Diajukan Oleh:**

**ARI WINA SANI**

**C1117036**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI**

**2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**HUBUNGAN KONSUMSI FAST FOOD DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN**  
**GIZI LEBIH PADA USIA SEKOLAH DI SD NEGERI 1 LEBIH**

Diajukan Oleh:

**ARI WINA SANI**  
**NIM. C1117036**


Mangsupura, 22 Maret 2021

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I

  
Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep. An  
NIDN. 0825118901

Pembimbing II

  
A. A Oka Astariningsih, SST., M. Kes  
NIDN. 0810105402

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua  
  
Ns. I Putri Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.  
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN  
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH  
TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 26 Mei 2021

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prihatihani, S.Kep., M.Kes

NIDN. 0821038801

Sekretaris Penguji



Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep. An

NIDN. 0825118901

Anggota Penguji



A.A. Oka Astariningsih, SST., M. Kes

NIDN. 0810105402

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan

Ketua



Ns. I. Putu Aysha Wilgra, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0821058603

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ari Wina Sari

NIM : C1117036

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Usia Sekolah Di SD N 1 Lebih

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 10 Januari 2021

A handwritten signature in black ink is written over a yellow rectangular stamp. The stamp contains the text 'MELAKUKAN' and 'PENGESAHAN' in red and black, along with a small emblem.

(Ari Wina Sari)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**Skripsi, Januari 2021**

**Ari Wina Sani**

**Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Usia Sekolah Di SD Negeri 1 Lebih**

**LV + 85 + 11 tabel + 1 gambar + 1 skema + 13 lampiran**

### **ABSTRAK**

Gizi lebih atau obesitas adalah kelebihan berat badan yang melampaui berat badan normal atau abnormal dimana bertambahnya jaringan lemak tubuh secara berlebihan pada individu yang tidak seimbang antara asupan energi dengan keluaran energi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi *fast food* dan aktifitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada anak usia sekolah dasar

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 61 siswa. Data di analisis menggunakan uji hipotesis *spearman rank* untuk mengetahui hubungan dua variabel berskala ordinal

Dari hasil analisa data didapatkan nilai *p-value* 0,001 pada variabel konsumsi *fast food* dan didapatkan nilai *p-value* 0,007 pada variabel aktivitas fisik yang berarti  $<0,05$  sehingga ada hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada anak usia sekolah di SD Negeri 1 Lebih.

Saran dari penelotian ini diharapkan perlu adanya upaya promotif dan preventif terhadap masalah gizi lebih tentang konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik pada anak

**Kata Kunci : Konsumsi *FastFood*, Aktivitas Fisik, Gizi Lebih**

**Daftar Pustaka : 26 (2010-2020)**

**Health Institution Of Bina Usada Bali**

**Bachelor Degree Of Nursing Program**

**Undergraduate Thesis, January 2021**

**Ari Wina Sani**

**THE CORRELATION OF FASTFOOD CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY WITH The INSIDENCE OF OVERWEIGHT ON AGESCHOOL CHILDREN AT SDN 1 LEBIH**

**LV + 86 + 11 tables + 1 picture + 1 scheme + 13 appendices**

Obesity is excess body weight that exceeds normal or abnormal body weight in which excess body fat tissue increases in individuals who do not balance energy intake and energy output. The purpose of this study was to determine the relationship between fast food consumption and physical activity with the incidence of overnutrition in elementary school age children

This study used quantitative research methods with cross sectional design. The sampling technique in this study used total sampling with a sample of 40 nurses. Data was analyzed using Spearman rank hypothesis test to determine the correlation between two ordinal scale variables

From the results of data analysis, it was obtained a p-value of 0.001 in the fast food consumption variable and obtained a p-value of 0.007 in the physical activity variable which means  $<0.05$  so that there is a relationship between fast food consumption and physical activity with the incidence of overnutrition in school age children in SD Negeri 1 Lebih

Suggestions from this research are expected to need promotive and preventive efforts against more nutritional problems regarding consumption of fast food and physical activity on ageschool children

**Keywords: Consumption of Fast Food, Physical Activity, Over Nutrition**

**Dafatr Reader: 26 (2010-2020)**

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puja dan Puji Syukur atas Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul “Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Usia Sekolah Di SD N 1 Lebih tahun 2020” dengan tujuan untuk memenuhi Tugas Akhir penulis.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada STIKES Bina Usada Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Ns. Komang Yogi Triana, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. An selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta membimbing dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
4. A.A Oka Astariningsih, SST., M. Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

5. Responden dan berbagai pihak di lapangan yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya demi berpartisipasi dalam penelitian ini.
6. Teman-teman dan berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan masukan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk menyempurnakan hasil tulisan yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk pembaca semuanya.

Mangupura, 10 Januari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	
A. Gizi Lebih atau obesitas.....	8
1. Definisi.....	8
2. Etiologi.....	9
a. Jenis Kelamin .....	9
b. Pendidikan Orang Tua.....	9
c. Faktor Genetik.....	10
d. Faktor psikososial, lingkungan dan faktor lainnya.....	11
3. Tipe Gizi Lebih atau Obesitas.....	12
a. Tipe Hiperplastik.....	12
b. Tipe Hipertropik .....	13
c. Tipe Hiperplastik dan Hipertropik .....	13
4. Klasifikasi IMT .....	13
5. Dampak Gizi Lebih atau Obesitas .....	14
a. Hipertensi .....	15
b. Diabetes Mellitus Tipe-2.....	15
c. Gangguan Saluran Pernapasan .....	15

d. Peningkatan Asam Lambung .....	16
e. Depresi .....	16
f. Gangguan Sistem Reproduksi .....	16
g. Osteoarthritis .....	16
6. Pencegahan Obesitas.....	17
B. Anak Usia Dasar .....	18
1. Definisi.....	18
2. Perkembangan Anak Sekolah Dasar.....	19
3. Gizi Anak Sekolah Dasar dan Permasalahannya.....	22
C. Penilaian Status Gizi Anak Sekolah Dasar.....	23
1. Penilaian Status Gizi Secara Langsung.....	23
2. Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung .....	25
D. Indeks Standar Antropometri Anak .....	26
1. Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) .....	26
2. Indeks Panjang Badan menurut Umur atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) .....	26
3. Indeks Berat Badan menurut Panjang Badan/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) .....	27
4. Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) .....	27
<b>BAB III: KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN</b>	
<b>DEFINISI OPERASIONAL</b>	
A. Kerangka Konsep.....	29
B. Hipotesis .....	30
C. Definisi Operasional .....	31
<b>BAB IV: METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sample.....	33
C. Tempat Penelitian .....	33
D. Waktu Penelitian.....	33

E. Etika Penelitian .....	33
F. Alat Pengumpulan Data .....	35
1. Instrumen Penelitian .....	35
2. Validitas dan Reliabilitas .....	36
G. Prosedur Pengumpulan Data .....	39
1. Prosedur Administrasi.....	39
2. Prosedur Teknis .....	39
H. Pengolahan Data .....	42
1. <i>Editing</i> .....	42
2. <i>Coding</i> .....	42
3. Skoring.....	43
4. <i>Data Entry</i> .....	43
5. <i>Cleaning</i> .....	43
6. <i>Tabulating</i> .....	43
I. Analisis Data.....	44
1. Analisis Univariat .....	44
2. Analisis Bivariat.....	44
<b>BAB V: HASIL</b>	
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
B. Hasil Analisa Data .....	46
1. Hasil Uji Univariat .....	46
2. Hasil Uji Bivariat .....	50
<b>BAB VI: PEMBAHASAN</b>	
A. Interpretasi Penelitian .....	52
1. Konsumsi Fast Food .....	52
2. Aktivitas Fisik.....	53
3. Kejadian Gizi Lebih.....	54
4. Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Usia Sekolah di SD Negeri 1 Lebih.....	55
5. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Usia Sekolah di SD Negeri 1 Lebih.....	57

B. Keterbatasan Penelitian .....	59
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	59
1. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan .....	59
2. Implikasi Terhadap Pendidikan .....	59
3. Implikasi Terhadap Penelitian Selanjutnya .....	60
<b>BAB VII: PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	61
B. Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	5
Tabel 2.1 Klasifikasi IMT Menurut Kemenkes RI 2020 .....	14
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	31
Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Usia .....	47
Tabel 5.2 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Jenis Kelamin .....	47
Tabel 5.3 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Kelas.....	48
Tabel 5.4 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	48
Tabel 5.5 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Aktivitas Fisik .....	49
Tabel 5.6 Karakteristik Subjek Penelitian	
Berdasarkan Kejadian Gizi Lebih .....	49
Tabel 5.7 Hasil Analisa Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i>	
Dengan Kejadian Gizi Lebih.....	50
Tabel 5.8 Hasil Analisa Hubungan Aktivitas Fisik	
Dengan Kejadian Gizi Lebih.....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	29

## DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Konsep .....	29
---------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Skripsi

Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina  
Usada Bali

Lampiran 2 Surat Balasan Ijin Studi Pe ndahuluan SD Negeri 1 Lebih

Lampiran 3 Surat Permohonan Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Lampiran 4 Surat Balasan Uji Validitas SD Negeri 4 Sidan

Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada  
Bali

Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Penelitian SD Negeri 1 Lebih

Lampiran 7 Jadwal Penelitian

Lampiran 8 Lembar Kuesioner Konsumsi *FastFood*

Lampiran 9 Lembar Kuesioner Aktivitas Fisik

Lampiran 10 Standar Deviasi Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U) Usia Anak  
Sekolah Dasar Kemenkes 2020

Lampiran 11 Surat Pengantar Kuesioner

Lampiran 12 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 13 Lembar Bimbingan Skripsi

Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup

## DAFTAR PUSTAKA

- Anindyawati. (2016). *Hubungan Frekuensi Konsumsi Fastfood, Aktivitas Fisik Dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak SD*. 7, 81.
- Aprilia, A. (2015). Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Riset*, 4(7), 45–48. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/viewFile/1446/1281>
- Direktorat Gizi Masyarakat. (2017). *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2017*.
- Hadi, H. (2014). Gizi lebih sebagai tantangan baru dan implikasinya terhadap kebijakan pembangunan kesehatan nasional. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 1(2), 47–53. <https://doi.org/10.22146/ijcn.17394>
- Julia, S. (2018). Pola konsumsi air, susu dan produk susu, serta minuman manis sebagai faktor risiko obesitas pada anak sekolah dasar di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 1(2), 102. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2013.1\(2\).102-109](https://doi.org/10.21927/ijnd.2013.1(2).102-109)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan*, 3, 1–78.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *FactSheet Obesitas Kit Informasi Obesitas.pdf* (pp. 1–8).
- Kusumawardhani, I. (2016). Pengaruh Penggunaan Kartu UNO Sebagai Media Permainan Tentang Buah dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar di SDN Brosot. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(2), 2–3. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/239/>
- Mandasari, & Jayanti. (2017). Resesi Ekonomi. *PT. Erlangga, Jakarta*.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan, Teori & Aplikasi, ed. revisi 2010*. Rineka Cipta.

- Nurani, E. (2017). Pengaruh Metode Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Praktek Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Dan Inovasi*, 7–29. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Nursalam. (2013). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Nuryanto, A. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 2(2), 214. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v2i2.121>
- Ortega, P. (2013). Pengaruh Aktivitas Fisik Pada Status Gizi Anak. *E-Jurnal Medika*, 6(6), 1–6. <https://doi.org/2303-1395>
- Prihatin Putri. (2016). Pengantar Riset Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Riset dalam Keperawatan. *Jurnal Riset*, 93.
- Putri Deswinta. (2013). Kajian Teori , Kerangka Konsep Dan Hipotesis dalam Penelitian. *BALAI PENGEMBANGAN KELOMPOK BELAJAR SUMATERA BARAT*, 1–7.
- Samosir Santoso. (2018). Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Berdasarkan Konsumsi FastFood. *Jurnal Skala Husada*, 8(2), 102–118.
- Sartika, R. A. D. (2011). Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun Di Indonesia. *Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok 16424, Indonesia*, 15(4), 37–43.
- Sugiyono. (2016a). *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2016b). Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. *Jurnal Riset*, 38.

- Suharsa, H., & Sahnaz. (2016). Status gizi lebih dan faktor-faktor lain yang berhubungan pada siswa sekolah dasar Islam Tirtayasa kelas IV dan V di kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar Widyaiswara*, 3(1), 53–76. [www.juliwi.com](http://www.juliwi.com)
- Sutanto Priyo Hastono. (2016). Analisa Data Bidang Kesehatan. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 1–212.
- Virgoanto, P. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Lebih Remaja SMA 1 Medaan Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 13(2), 153. <https://doi.org/10.24853/jkk.13.2.153-162>
- Wahyuni Salam. (2014). Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Anak Akademi Kebidanan Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal MKMI*, 6(3), 185–190.