

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD*  
DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN  
OBESITAS ANAK**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
di Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh :

**HEPPI VANADIAN**

**41110031**

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA  
YOGYAKARTA

2016

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIVITAS FISIK  
DENGAN KEJADIAN OBESITAS ANAK**

telah diajukan dan dipertahankan oleh:

**HEPPI VANADIAN**

**41110031**

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran

Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta

Dan dinyatakan **DITERIMA**

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Kedokteran pada tanggal 26 Mei 2016

**Nama Dosen**

**Tanda Tangan**

1. DR. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A  
(Dosen Pembimbing I/Ketua Tim)
2. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH  
(Dosen Pembimbing II)
3. Prof. dr. J.W. Siagian, Sp.PA  
(Dosen Penguji)



**DUTA WACANA**  
Yogyakarta, 26 Mei 2016

**Disahkan Oleh,**

Dekan

PJS Wakil Dekan I Bidang Akademik



Prof. dr. J. W. Siagian, Sp.PA



dr. Sugianto, Sp.S., M.Kes., Ph.D

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul:

### HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS ANAK

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta adalah bukan hasil tiruan atau dipublikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika di kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 26 Mei 2016



Heppi Vanadian

41110031

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **Heppi Vanadian**

NIM : **41110031**

demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### **HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS ANAK**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap dicantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Yogyakarta, 26 Mei 2016

Yang menyatakan,



Heppi Vanadian

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena hanya dengan berkat anugerah dan karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak” sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) di S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Berbagai hambatan dan kesulitan pasti penulis hadapi dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini, namun berkat bimbingan dan bantuan berbagai pihak yang berjasa, Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membimbing dan membantu penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Dengan segala hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. FX. Wikan Indrarto, Sp.A, selaku dosen pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu dan dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
2. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH, selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu dan dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
3. Prof. Dr. dr. J. W. Siagian, Sp.PA, selaku dosen penguji yang bersedia mencermati dan mengoreksi sehingga Karya Tulis Ilmiah menjadi lebih baik.
4. SD Pangudi Luhur Yogyakarta yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.

5. Titik Purwanti, Breми Adi Putra, dan Assed Lussak sebagai orang tua dan saudara dari penulis yang selalu memberi dukungan, doa, dan kasih sayang bagi penulis.
6. Nanda Andhyka, kekasih yang telah membantu dalam proses penelitian, serta memberi semangat, dan doa kepada penulis.
7. Dessy Gita, Silvia Dewi, Aninditya Cahyarani, Yuliana Sintia, dan Trivian Klesani, Nabella Septiana, teman-teman satu bimbingan yang bersedia menjadi teman diskusi, serta memberi masukan dan semangat kepada penulis.
8. Anastasia Selviana, Andreas Pandu Wirawan, Anastasya The, Milda Rosevita, sahabat yang telah memberi semangat kepada penulis.
9. Sejawat FK 2012 yang telah memberi semangat dan masukan kepada penulis.
10. Semua pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa hasil Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, namun penulis berharap skripsi ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca.

Yogyakarta, 26 Mei 2016

Heppi Vanadian

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
ABSTRAK .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Perumusan Masalah .....	3
1.3. Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1. Tujuan Umum .....	3
1.3.2. Tujuan Khusus .....	3
1.4. Manfaat Penelitian .....	3
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	3
1.4.2. Manfaat Praktis .....	4
1.4.3. Manfaat Proses Penelitian .....	4
1.4.4. Manfaat Akademik .....	5
1.5. Keaslian Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1. Tinjauan Pustaka .....	10
2.1.1. Obesitas .....	11
2.1.1.1. Definisi Obesitas .....	11
2.1.1.2. Etiologi Obesitas .....	11
2.1.1.3. Pengukuran Obesitas .....	14
2.1.1.4. Klasifikasi Obesitas .....	15

2.1.1.5. Patogenesis Obesitas .....	17
2.1.1.6. Komplikasi Obesitas .....	17
2.1.1.7. Pencegahan Obesitas .....	19
2.1.1.8. Tatalaksana Obesitas .....	22
2.1.2. <i>Fast food</i> .....	25
2.1.2.1. Definisi <i>Fast food</i> .....	25
2.1.2.2. Dampak <i>Fast food</i> .....	26
2.2. Landasan Teori .....	29
2.3. Kerangka Konsep .....	30
2.4. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1. Desain Penelitian .....	31
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	31
3.2.1. Waktu Penelitian .....	31
3.2.2. Tempat Penelitian .....	31
3.3. Populasi dan Sampel .....	31
3.3.1. Populasi .....	31
3.3.1.1. Kriteria Inklusi .....	32
3.3.1.2. Kriteria Eksklusi .....	32
3.3.2. Sampel .....	32
3.4. Variabel dan Definisi Operasional .....	32
3.4.1. Variabel Penelitian .....	32
3.4.2. Definisi Variabel Penelitian .....	33
3.5. Besar Sampel .....	34
3.6. Bahan dan Alat .....	35
3.7. Pelaksanaan Penelitian .....	36
3.8. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	37
3.9. Analisis Data .....	37
3.10. Etika Penelitian .....	37



3.11. Jadwal Penelitian .....	38
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	39
4.1.1. Karakteristik Responden .....	39
4.1.2. Hasil Pengukuran IMT Berdasarkan Usia .....	40
4.2. Analisis Statistika .....	45
4.2.1. Analisis Bivariat .....	45
4.2.2. Analisis Multivariat .....	47
4.3. Pembahasan .....	48
4.3.1. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Anak .....	48
4.3.2. Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food dengan Obesitas Anak .....	49
4.4. Kelemahan Penelitian .....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>51</b>
5.1. Kesimpulan .....	51
5.2. Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN .....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep .....	30
Gambar 2. Pelaksanaan Penelitian .....	36
Gambar 3. Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik .....	42
Gambar 4. Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	43
Gambar 5. <i>Individual Growth Chart</i> .....	62

© UKDW

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.5. Keaslian Penelitian .....	6
Tabel 2.1. Status Gizi Berdasarkan Pengukuran IMT .....	14
Tabel 2.2. Kriteria Obesitas Berdasarkan Pemeriksaan Antropometri .....	15
Tabel 2.3. Klasifikasi Obesitas Berdasarkan Etiologi .....	16
Tabel 3.1. Definisi Operasional .....	33
Tabel 3.2. Jadwal Penelitian .....	38
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Tabel 4.2. Hasil Pengukuran IMT Siswa Laki-laki .....	40
Tabel 4.3. Hasil Pengukuran IMT Siswa Perempuan .....	41
Tabel 4.4. Distribusi Obesitas Berdasarkan Jenis Kelamin .....	42
Tabel 4.5. Distribusi Obesitas Berdasarkan Aktivitas Fisik dan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	44
Tabel 4.6. Hasil Analisis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Anak .....	45
Tabel 4.7. Hasil Analisis Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Obesitas Anak .....	46
Tabel 4.8. Hasil Analisis Multivariat Hubungan Aktivitas Fisik dan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Obesitas Anak .....	48

## HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS ANAK

Heppi Vanadian\*, FX. Wikan Indrarto, Mitra Andini Sigilipoe, J.W. Siagian  
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana / SD Pangudi Luhur  
Yogyakarta

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Praktisi kesehatan anak di seluruh dunia mengkhawatirkan peningkatan jumlah anak yang mengalami obesitas. Menurut IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) tahun 2014, di kota-kota besar di Indonesia, lebih dari 10% anak telah mengalami obesitas. Berbagai pengamatan menunjukkan bahwa obesitas anak mengakibatkan penyakit-penyakit kronis degeneratif seperti diabetes mellitus tipe 2, penyakit jantung, stroke dan kanker. Tingginya frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik yang rendah berpengaruh secara langsung terhadap obesitas anak.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak, frekuensi konsumsi *fast food*, frekuensi aktivitas fisik, dan angka kejadian obesitas anak.

**Metode :** Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 100 siswa yang terdiri dari kelas 4-6 di SD Pangudi Luhur Yogyakarta. Data diambil dengan pengukuran IMT dan kuesioner yang telah tervalidasi, untuk mengetahui frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas anak.

**Hasil :** Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas anak ( $p < 0.05$ , CI 95%), terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak ( $p < 0.05$ , CI 95%). Frekuensi konsumsi *fast food* lebih berpengaruh terhadap obesitas anak, dibanding dengan aktivitas fisik (*contingency* = 0,729). Pada analisis multivariat, didapatkan hasil  $R^2 = 0,674$  yang berarti 67,4% obesitas anak dipengaruhi oleh konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik, sedangkan 32,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

**Kesimpulan :** Anak yang sering mengonsumsi *fast food* dan jarang melakukan aktivitas fisik, lebih berisiko terkena obesitas, dibanding dengan anak yang jarang mengonsumsi *fast food* dan sering melakukan aktivitas fisik.

**Kata Kunci :** Obesitas anak, *fast food*, aktivitas fisik

# THE CORRELATION BETWEEN FREQUENCY OF FAST FOOD CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY WITH CHILDHOOD OBESITY

Heppi Vanadian\*, FX. Wikan Indrarto, Mitra Andini Sigilipoe, J.W. Siagian

*Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University / Pangudi Luhur  
Primary School Yogyakarta*

## ABSTRACT

**Background :** Pediatricians around the world are worried by the increasing number of obese children. According IDAI (Indonesian Association of Pediatrician) in 2014, 10% of children in many major cities of Indonesia, are obese. Various observational study showed that obesity may resulted in a variety of chronic diseases, such as type 2 diabetes mellitus, heart disease, stroke, and cancer. High frequency of fast food consumption and low physical activity have direct effect on obesity.

**Objective :** This research aims to know the correlation between frequency of fast food consumption and physical activity with childhood obesity. It also aims to explore the association between frequency of physical activity and childhood obesity.

**Method :** Design of this study is cross sectional. Data was collected from 100 of grade 4-6 students in Pangudi Luhur Primary School Yogyakarta. Data was collected by using BMI measurements and validated questionnaires about fast food consumptions and physical activities.

**Results :** Bivariate analysis resulted in a correlation between frequency of fast food consumption with childhood obesity ( $P < 0.05$ , CI 95%). There is a correlation between physical activity with childhood obesity ( $P < 0.05$ , CI 95%). Frequency of fast food consumption was more related to childhood obesity, compared to physical activity (contingency correlation = 0,729). Multivariate analysis resulted in  $R^2 = 0.674$ , meaning 67.4% of childhood obesity were affected by frequency of fast food consumption and physical activity. While 32,6% childhood obesity is affected by other factors that not examined.

**Conclusion :** Children who eat fast food more frequently and have less physical activities are more likely to develop childhood diabetes compared to children who consumed fast food seldomly and do more physical activities.

**Keywords :** Childhood obesity, fast food, physical activity

## HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS ANAK

Heppi Vanadian\*, FX. Wikan Indrarto, Mitra Andini Sigilipoe, J.W. Siagian  
Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana / SD Pangudi Luhur  
Yogyakarta

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Praktisi kesehatan anak di seluruh dunia mengkhawatirkan peningkatan jumlah anak yang mengalami obesitas. Menurut IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) tahun 2014, di kota-kota besar di Indonesia, lebih dari 10% anak telah mengalami obesitas. Berbagai pengamatan menunjukkan bahwa obesitas anak mengakibatkan penyakit-penyakit kronis degeneratif seperti diabetes mellitus tipe 2, penyakit jantung, stroke dan kanker. Tingginya frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik yang rendah berpengaruh secara langsung terhadap obesitas anak.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak, frekuensi konsumsi *fast food*, frekuensi aktivitas fisik, dan angka kejadian obesitas anak.

**Metode :** Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 100 siswa yang terdiri dari kelas 4-6 di SD Pangudi Luhur Yogyakarta. Data diambil dengan pengukuran IMT dan kuesioner yang telah tervalidasi, untuk mengetahui frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas anak.

**Hasil :** Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas anak ( $p < 0.05$ , CI 95%), terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak ( $p < 0.05$ , CI 95%). Frekuensi konsumsi *fast food* lebih berpengaruh terhadap obesitas anak, dibanding dengan aktivitas fisik (*contingency* = 0,729). Pada analisis multivariat, didapatkan hasil  $R^2 = 0,674$  yang berarti 67,4% obesitas anak dipengaruhi oleh konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik, sedangkan 32,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

**Kesimpulan :** Anak yang sering mengonsumsi *fast food* dan jarang melakukan aktivitas fisik, lebih berisiko terkena obesitas, dibanding dengan anak yang jarang mengonsumsi *fast food* dan sering melakukan aktivitas fisik.

**Kata Kunci :** Obesitas anak, *fast food*, aktivitas fisik

# THE CORRELATION BETWEEN FREQUENCY OF FAST FOOD CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY WITH CHILDHOOD OBESITY

Heppi Vanadian\*, FX. Wikan Indrarto, Mitra Andini Sigilipoe, J.W. Siagian

*Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University / Pangudi Luhur  
Primary School Yogyakarta*

## ABSTRACT

**Background :** Pediatricians around the world are worried by the increasing number of obese children. According IDAI (Indonesian Association of Pediatrician) in 2014, 10% of children in many major cities of Indonesia, are obese. Various observational study showed that obesity may resulted in a variety of chronic diseases, such as type 2 diabetes mellitus, heart disease, stroke, and cancer. High frequency of fast food consumption and low physical activity have direct effect on obesity.

**Objective :** This research aims to know the correlation between frequency of fast food consumption and physical activity with childhood obesity. It also aims to explore the association between frequency of physical activity and childhood obesity.

**Method :** Design of this study is cross sectional. Data was collected from 100 of grade 4-6 students in Pangudi Luhur Primary School Yogyakarta. Data was collected by using BMI measurements and validated questionnaires about fast food consumptions and physical activities.

**Results :** Bivariate analysis resulted in a correlation between frequency of fast food consumption with childhood obesity ( $P < 0.05$ , CI 95%). There is a correlation between physical activity with childhood obesity ( $P < 0.05$ , CI 95%). Frequency of fast food consumption was more related to childhood obesity, compared to physical activity (contingency correlation = 0,729). Multivariate analysis resulted in  $R^2 = 0.674$ , meaning 67.4% of childhood obesity were affected by frequency of fast food consumption and physical activity. While 32,6% childhood obesity is affected by other factors that not examined.

**Conclusion :** Children who eat fast food more frequently and have less physical activities are more likely to develop childhood diabetes compared to children who consumed fast food seldomly and do more physical activities.

**Keywords :** Childhood obesity, fast food, physical activity

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Dewasa ini, Indonesia menghadapi tantangan dalam permasalahan gizi. Data *Global Nutrition Report* (2014) menyebutkan bahwa Indonesia termasuk negara yang memiliki masalah gizi yang kompleks. Hal ini ditunjukkan dengan tingginya prevalensi gizi kurang kronis (*stunting*), prevalensi gizi kurang akut (*wasting*), dan permasalahan gizi lebih. (Kemkes, 2015)

Praktisi kesehatan anak di seluruh dunia, di negara maju maupun negara berkembang, mengkhawatirkan makin meningkatnya jumlah anak yang mengalami obesitas. Obesitas terjadi karena ketidak-seimbangan antara asupan energi dengan keluaran energi (*energy expenditures*), sehingga terjadi kelebihan energi yang selanjutnya disimpan dalam bentuk jaringan lemak. Obesitas merupakan Indeks Massa Tubuh (IMT) anak yang berada di atas persentil ke-95 pada grafik tumbuh kembang anak sesuai dengan jenis kelaminnya. (Sjarif, 2014)

Di kota-kota besar di Indonesia, lebih dari 10% anak telah mengalami obesitas. Obesitas merupakan masalah kesehatan yang penting, selain karena merupakan faktor risiko timbulnya penyakit kronis degeneratif di kemudian hari, obesitas juga sudah banyak menimbulkan masalah pada usia anak dan remaja. Berbagai pengamatan menunjukkan bahwa makin dini seorang anak mengalami obesitas, makin rendah usia harapan hidupnya akibat menderita penyakit-penyakit kronis degeneratif seperti diabetes mellitus tipe 2, penyakit jantung, stroke dan



kanker. Pada masa anak dan remaja, obesitas juga dapat mengakibatkan hipertensi, *sleep apnea*, masalah pernapasan, masalah postur dan perkembangan tulang ekstremitas, masalah psikososial, masalah hormonal dan sistem reproduksi, alergi dan hipersensitivitas dan masih banyak lagi. (Sjarif, 2014)

Mengutip data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada 2013, secara nasional masalah gemuk pada anak usia 5-12 tahun masih tinggi, yakni, 18,8 persen, terdiri atas gemuk 10,8 persen dan sangat gemuk (obesitas) 8,0 persen. Sedangkan prevalensi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8 persen, terdiri atas 8,3 persen gemuk dan 2,5 persen sangat gemuk (obesitas).

Obesitas dikaitkan dengan kebiasaan mengonsumsi makan cepat saji atau *fast food* modern seperti *burger*, *pizza*, *french fries* dan lainnya yang mengandung lemak dan kalori tinggi namun kurang serat, vitamin dan mineral. (Hasdianah, 2014). Berdasarkan penelitian di kota Manado (Juni, 2013) yang telah dilakukan di 5 Sekolah Dasar, dengan jumlah 78 responden yang mengonsumsi *fast food*, terdapat 46 responden yang mengalami obesitas, sedangkan 32 responden yang tidak mengalami obesitas. (Damopolii dkk., 2013)

Selain kebiasaan konsumsi *fast food* yang tinggi, aktivitas fisik juga memegang peranan penting terjadinya obesitas pada anak. Kemajuan teknologi membuat anak semakin pasif dan memiliki gaya hidup yang cenderung santai, anak lebih suka bermain *games* yang ada di komputer atau menghabiskan waktu untuk menonton televisi. (Olyvia dkk., 2015)

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar di Yogyakarta.

## **1.2. Perumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut :

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui frekuensi konsumsi *fast food* pada anak Sekolah Dasar.
- b. Mengetahui aktivitas fisik pada anak Sekolah Dasar.
- c. Mengetahui angka kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

- a. Mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas anak.
- b. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak.
- c. Mengetahui faktor-faktor penyebab obesitas pada anak.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

##### 1. Bagi Peneliti Lain

Dapat dijadikan referensi atau acuan bagi penelitian selanjutnya.

##### 2. Bagi Masyarakat

a. Memberi informasi mengenai hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak.

b. Menambah wawasan tentang dampak konsumsi *fast food*.

#### 1.4.3. Manfaat Proses Penelitian

##### 1. Manfaat Kognitif

Mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan tentang *fast food*, aktivitas fisik, obesitas anak, hubungan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak.

##### 2. Manfaat Afektif

Mengembangkan rasa simpati dan empati dalam berkomunikasi, serta membangun hubungan yang baik dengan berbagai pihak yang ditemui dalam proses penelitian.

##### 3. Manfaat Skill

Mengembangkan keterampilan dalam melakukan penelitian di bidang kesehatan, pembuatan kuesioner, dan meningkatkan kemampuan dalam menganalisis dan mengekspresikan ilmu pengetahuan.

#### 1.4.4. Manfaat Akademik

Memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

©UKDW

### 1.5. Keaslian Penelitian

Berikut ini disajikan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini dan sebagai pembandingan mengenai keaslian penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut :

Tabel 1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Desain	Subyek	Hasil
Zulfa, F. (Tahun 2011)	Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Fast food</i> Modern dengan Status Gizi (BB/TB Z-Score) di SD Al-Muttaqin Tasikmalaya	Penelitian menggunakan metode survei melalui pendekatan <i>cross sectional</i> .	Terdapat populasi sebanyak 276 siswa dengan sampel 71 siswa kelas 4 dan 5 SD Al-Muttaqin Tasikmalaya.	Uji statistik menggunakan uji korelasi <i>Product Moment</i> , hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan kebiasaan konsumsi <i>fast food</i> modern dengan status gizi.

Olyvia, L.	Hubungan	Penelitian ini	Populasi	Uji analisis
Gama, H.	Asupan	menggunakan	target	dengan
Sedjati, A. (Tahun 2015)	Makanan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Anak Sekolah Dasar di Kota Bandung	metode observasional analitik dengan studi <i>cross sectional</i> .	penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Banjarsari di Kota Bandung usia 8-11 tahun. Jumlah sampel adalah 127 siswa.	menggunakan uji korelasi Kendall's menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan makanan dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak sekolah dasar Banjarsari.
Damopolii, W.	Hubungan Konsumsi	Penelitian menggunakan	Sampel terdiri dari 68 murid	Hasil uji Chi Square
Mayulu, N.	Fastfood	survei analitik	yang obes	menunjukkan
Masi, G. (Tahun 2013)	dengan Kejadian Obesitas Pada Anak SD di Kota Manado	dengan rancangan <i>case control</i> melalui pendekatan <i>retrospective</i> .	(kasus) dan 68 murid yang tidak obes (kontrol).	bahwa terdapat hubungan antara konsumsi <i>fast food</i> dengan terjadinya obesitas.

---

Allo, B.	Hubungan	Penelitian ini	Populasi	Hasil analisis
Syam, A.	Antara	adalah survei	adalah	univariat adalah
Virani, D.	Pengetahuan	deskriptif	seluruh siswa	frekuensi konsumsi
(Tahun 2013)	dan Kebiasaan	dengan <i>case</i>	yang	<i>fast food</i> pada
	Konsumsi <i>Fast</i>	<i>control</i> .	berstatus gizi	kelompok kasus
	<i>food</i> dengan		lebih yang	sebanyak 97,6%
	Kejadian Gizi		berjumlah 63	dan pada kelompok
	Lebih Pada		siswa sebagai	kontrol sebanyak
	Siswa Sekolah		sampel kasus	40,5%. Hasil uji
	Dasar Negeri		dan sebagai	statistik pada
	Sudirman I		kontrol	analisis bivariat
	Makassar		berjumlah 42	terdapat hubungan
			siswa.	yang bermakna
				antara frekuensi
				konsumsi <i>fast food</i>
				dengan kejadian
				gizi lebih pada
				siswa SD Negeri
				Sudirman I
				Makassar.

---

Danari, A. L.	Hubungan	Penelitian ini	Sampel	Hasil penelitian
Mayulu, N.	Aktivitas Fisik	menggunakan	pada	dengan Uji <i>Chi-</i>
Onibala, F.	dengan	metode survei	penelitian ini	<i>Square</i>
(Tahun 2013)	Kejadian	analitik dengan	terdiri 68	menunjukkan
	Obesitas Pada	rancangan <i>case</i>	murid yang	bahwa terdapat
	Anak SD di	<i>control</i> .	obes (kasus)	hubungan antara
	Kota Manado		dan 68 murid	aktivitas fisik
			yang tidak	dengan kejadian
			obes	obesitas anak. Pada
			(kontrol).	gambaran aktivitas
				fisik ringan, anak
				yang mengalami
				obesitas sebesar
				85,3% dan tidak
				obesitas 14,7%.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

1. Sebagian besar siswa kelas 4-6 SD Pangudi Luhur Yogyakarta jarang mengkonsumsi *fast food* dan jarang melakukan aktivitas fisik.
2. Pada siswa kelas 4-6 SD Pangudi Luhur Yogyakarta didapatkan 28 responden (28%) mengalami obesitas, dan 72 responden (72%) tidak mengalami obesitas.
3. Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas anak. Semakin tinggi frekuensi konsumsi *fast food* dan rendahnya aktivitas fisik, maka risiko terjadinya obesitas akan semakin tinggi.
4. Pengaruh frekuensi konsumsi *fast food* terhadap obesitas anak tiga kali lebih besar dibandingkan oleh aktivitas fisik.

## 5.2. Saran

1. Dalam penelitian ini hanya mencari hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas anak, untuk penelitian selanjutnya, peneliti dapat mencari hubungan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian obesitas anak.
2. Pengukuran obesitas dapat menggunakan metode lain, sesuai yang tertulis pada teori penelitian.
3. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan skala yang lebih besar dan metode lain, seperti *kohort*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Allo, B., Syam, A., Virani, D. (2013) *Hubungan Antara Pengetahuan dan Kebiasaan Konsumsi Fast food dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Sudirman 1 Makassar*. Repository Universitas Hasanuddin. Makassar.
- Balitbang Kemenkes RI. (2013) *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Bowman, S.A., et al. (2004) *Effect of Fast food Consumption On Energy Intake And Diet Quality Among Children In A National Household Survey*. Official Journal Of The American Academy of Pediatrics. Vol. 113 Pp. 112-118.
- Damopolii, W., Mayulu, N., Masi, G. (2013) *Hubungan Konsumsi Fast food dengan Kejadian Obesitas pada Anak SD di Kota Manado*. ejournal keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1.
- Danari, A. L. (2013) *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Anak SD di Kota Manado*. ejournal keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1. Agustus 2013.
- Devi, N. (2012) *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Hadi H, Mahdiah, Susetyowati. (2004) *Prevalensi Obesitas dan Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, I(5):3-4.
- Hasdianah., Siyoto, S., Peristyowati, Y. (2014) *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Inggrid, C. (2012) *Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pelajar SMP Frater Don Bosco Manado*. Jurnal FKM Unsrat.
- Katsilambros, N., dkk. (2013) *Asuhan Gizi Klinik*. Jakarta: EGC.

Kemenkes RI. (2015) 25 Januari, *Hari Gizi Nasional*.

(diakses di <http://www.depkes.go.id/> pada tanggal 10 Oktober 2015)

Khomsan, A., dkk. (2004) *Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.

Kleinman, R. E, MD. (2009) *Pediatric Nutrition Handbook, 6<sup>th</sup> Edition*. American Academy of Pediatrics.

Kowalski, K. C., dkk. (2004) *The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual*. Canada.

Lemeshow, S., David, W. H. Jr. (1997) *Besar Sampel dalam Penelitian Kesehatan (terjemahan)*. Yogyakarta: Gadjahmada University Press.

Mustelin L, Silventoinen K, Pietilainen K, Rissanen A, Kaprio J. (2009) *Physical Activity Reduces the Influence of Genetic Effects on BMI and Waist Circumference: a Study in Young Adult Twins*. Int. J. Obes. 33: 29-36.

Notoatmodjo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Olyvia, L, dkk. (2015) *Hubungan Asupan Makanan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Anak Sekolah Dasar di Kota Bandung*. Prosiding Penelitian Sivitas Akademika Unisba (Kesehatan), ISSN: 2460-657X.

Saglam, H dan Tarim, O. (2008) *Prevalence and Correlates of Obesity in Schoolchildren from the city of Bursa, Turkey*. J Clin Res Pediatrics Endocrinol; 1(2): 80- 8/jcrpe v1i2.15

Sari, R. W., dkk. (2008) *Dangerous Junk food*. Yogyakarta: O2.

Sjarif, D. S, dkk. (2014) **Rekomendasi Ikatan Dokter Anak Indonesia: Diagnosis, Tata Laksana dan Pencegahan Obesitas pada Anak dan Remaja**. Ikatan Dokter Anak Indonesia.

Soetjiningsih. (1995) *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.

Wahyu, G. G. (2009) *Obesitas pada Anak*. Bentang Pustaka.

Waspadji, S., dkk. (2013) *Menyusun Diet Berbagai Penyakit*. Edisi 4. Jakarta: FK UI.

Widoyoko S.E.P. (2013) *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Zulfa, F. (2011) *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast food Modern dengan Status Gizi (BB/TB Z-Score) di SD Al-Muttaqin Tasikmalaya*. Prosiding Seminar Nasional, ISBN 978-602-96943-1-4.

©UKDW