



ARTIKEL ILMIAH

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD*, AKTIVITAS FISIK,
DAN PENGETAHUAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA MURID SEKOLAH DASAR**

(Studi pada murid SD N 03 Tandang dan MI Baiturrahim)

Oleh :

ANGGIRINA ANINDYA MURTI

A2A216075

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

Artikel Ilmiah

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD*, AKTIVITAS FISIK
DAN PENGETAHUAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA MURID SEKOLAH DASAR
(Studi Pada Murid SD N 03 Tandang dan MI Baiturrahim)**

Disusun Oleh :

Anggirina Anindya Muri A2A216075

Telah disetujui untuk diujikan

Tim Pembimbing

Pembimbing 1

Pembimbing II

Mifbakhuddin, S,KM, M.Kes
NIK. 28.6.1026.077

Nurina Dyah Larasaty, S,KM, M.Kes
NIK. 28.6.1026.180

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Semarang



DR. Sayono, S.K.M, M.Kes (Epid)
NIK 28.6.1026.077

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel Ilmiah

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD*, AKTIVITAS FISIK
DAN PENGETAHUAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN OBESITAS
PADA MURID SEKOLAH DASAR
(Studi Pada Murid SD N 03 Tandang dan MI Baiturrahim)**

Disusun Oleh :

Anggirina Anindya Murti A2A216075

Telah disetujui

Penguji

Wulandari Meikawati, SKM, M.Si
NIK 28.6.1026.079

Pembimbing I

Pembimbing II

Mifbakhuddin, S.KM, M.Kes
NIK. 28.6.1026.077

Nurina Dyah Larasaty, S,KM, M.Kes
NIK. 28.6.1026.180

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Semarang


Mifbakhuddin, S.KM, M.Kes
NIK 28.6.1026.077

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *JUNK FOOD*, AKTIVITAS FISIK DAN PENGETAHUAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA MURID SEKOLAH DASAR

(Studi pada murid SD N 03 Tandang dan MI Baiturrahim)

Anggirina Anindya Murti¹, Mifbakhuddin¹, Nurina Dyah Larasaty¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

ABSTRAK

Latar Belakang : Obesitas merupakan salah satu problem kesehatan masyarakat yang cukup serius bila tidak segera ditanggulangi secara dini, obesitas menjadi salah satu faktor risiko bagi timbulnya beberapa penyakit seperti jantung dan diabetes mellitus yang bisa berakibat fatal jika tidak ditanggulangi sejak dini. Salah satu kelompok umur yang berisiko terjadinya obesitas adalah kelompok usia anak sekolah. Obesitas yang terjadi pada masa anak-anak atau pada masa sekolah dapat berisiko tinggi untuk menjadi obesitas pada masa dewasanya nanti. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *junk food*, aktivitas fisik dan pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah analitik dengan menggunakan metode pendekatan *cross-sectional* yang menggunakan bantuan kuesioner. Variabel bebas dalam penelitian ini frekuensi konsumsi *junk food*, aktivitas fisik dan pengetahuan orang tua dan variabel terikat yaitu kejadian obesitas. Sampel penelitian ini adalah murid dan orang tua murid SD N 03 Tandang dan MI Baiturrahim. Uji statistic yang digunakan adalah *Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan 45,0% anak, sering mengkonsumsi makanan *junk food*, 73,8% anak melakukan aktivitas fisik dengan ringan, dan 52,5% pengetahuan orang tua kurang. Uji hubungan analisis bivariat menunjukkan terdapat variabel frekuensi konsumsi *junk food* (p value 0,035), aktivitas fisik (p value 0,026) dan pengetahuan orang tua (p value 0,013).

Kesimpulan: Ada Hubungan Frekuensi Konsumsi *Junk Food*, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar.

Kata Kunci : Frekuensi Konsumsi *Junk Food*, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Orang Tua.

ABSTRACT

Background: Obesity is a public health problem that is quite serious unless immediately treated early. It is one of the risk factors for the emergence of several diseases such as heart disease and diabetes mellitus which can be fatal unless treated early. One age group that is at risk of obesity is the age group of school children. Obesity that occurs in childhood or during school can be at high risk for obesity later in life. The objective of this study was to find out the relationship between the frequency of *junk food* consumption, physical activity and knowledge of parents with the incidence of obesity in elementary school children. **Method:** This type of research is an analytic *cross-sectional* approach using a questionnaire. The independent variable in this study was the frequency of *junk food* consumption, physical activity and knowledge of parents and the dependent variable is the incidence of obesity. The sample of this study was students and parents of State Elementary School 03 Tandang and MI Baiturrahim. The statistical test used was *Chi-Square*. **Results:** The results showed that 45.0% of children often consume *junk food*, 73.8% of children did mild physical activity, and 52.5% of parents lack the knowledge of obesity in children. The relationship test of the bivariate analysis showed that there was a variable frequency of junk food consumption (p-value 0.035), physical activity (p-value 0.026) and knowledge of parents (p-value 0.013).

Conclusion: There is a correlation between the frequency of *Junk food* consumption, physical activity, and parental knowledge with the incidence of obesity in elementary school children.

Keywords: Frequency of *Junk Food* Consumption, Physical Activity, Parental Knowledge.

Pendahuluan

Obesitas disebut dengan kegemukan atau kelebihan berat badan yang melampaui berat badan normal dimana bertambahnya jaringan lemak tubuh yang berlebihan.¹ Kelebihan berat badan atau obesitas bias menyerang siapa saja baik usia anak-anak sampai usia dewasa.²

Kasus gizi lebih pada anak dikarenakan makan yang berlebih dan kurang aktivitas fisik yang dilakukan dalam sehari-hari. Keadaan sosial dan ekonomi keluarga juga dapat mempengaruhi terjadinya gizi lebih atau obesitas pada anak. Hal tersebut disebabkan karena dilihat dari keadaan keluarga, yaitu tingkat pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, dan status pekerjaan orang tua. Sejalan dengan pendapatan orang tua yang tinggi akan menjadi kecenderungan pola makan.⁵

Prevalensi obesitas di Indonesia khususnya menunjukkan angka yang cukup besar, prevalensi pada anak usia 6-12 tahun berkisar 9,2% , pada anak usia 13-15 tahun berkisar 2,45% , dan usia 16-18 tahun berkisar 1,4%.³ Menurut data Riskesdas tahun 2018 di Indonesia prevalensi gizi lebih atau obesitas pada anak sebesar 8%.⁴ Berdasarkan data yang diambil dari Dinas Kesehatan Kota Semarang menunjukkan bahwa angka kejadian obesitas pada anak usia 6-12 tahun sekolah pada tahun 2016 masih cukup tinggi yaitu untuk jenis kelamin laki-laki sebesar 5,65% dan untuk jenis kelamin perempuan sebesar 11,94%.

Penelitian yang dilakukan di Manado menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas, dimana aktivitas kategori ringan anak yang mengalami obesitas sebesar 85,3% dan tidak obesitas 14,7%.⁶ Penelitian yang dilakukan di Yogyakarta menunjukkan ada hubungan kurangnya aktivitas fisik dengan $p < 0,002$.⁷ Penelitian pada siswa SMK Batik 1 Surakarta menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian *overweight* pada remaja putri dengan $p < 0,05$.⁸

Angka kejadian obesitas pada anak meningkat secara cepat di seluruh dunia dan rata-rata penyebabnya adalah kurangnya melakukan aktifitas fisik.² Dengan kemajuan

teknologi yang semakin canggih, modern dan perilaku kurang gerak (*sedentary life style*) juga berpengaruh menurunkan aktifitas anak.²

Konsumsi *junk food* atau makanan siap saji merupakan faktor penyebab terjadinya obesitas pada anak. *Junk food* adalah makanan yang dapat diolah dan disajikan secara instan dan dalam waktu yang singkat dan mudah dalam hitungan beberapa menit. Makanan cepat saji atau *junk food* tidak memiliki kandungan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini disebabkan karena masyarakat di kota besar menginginkan yang serba instan seperti makanan siap saji (*junk food*).⁹

Oleh sebab itu, maka perlu tindak lanjut yang lebih mendalam lagi mengenai apakah ada hubungan frekuensi konsumsi *junk food*, aktivitas fisik dan pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas pada murid sekolah dasar.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim Kota Semarang, Jawa Tengah. Penelitian dilaksanakan selama 1 bulan Januari-Februari 2019. Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional*.¹⁰

Populasi pada penelitian yaitu murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim dan orang tua murid sebanyak 351 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 80 orang dengan menggunakan rumus slovin.¹⁰ Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proporsional random sampling*.

Variabel dalam penelitian ini antara lain, variabel bebas yaitu frekuensi konsumsi *junk food*, aktivitas fisik, dan pengetahuan orang tua. Variabel terikat yaitu Kejadian Obesitas. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi dari lembar kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat, bivariat dengan uji *Chi Square*.

Hasil Penelitian

Pada Tabel 1, murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim dengan umur (9 tahun) sebanyak 42 orang (52,5%), umur (10 tahun) sebanyak 19 orang (23,8%) dan umur (11 tahun) sebanyak 19 orang (23,8%). Murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim dengan frekuensi konsumsi *junk food* kategori sering sebanyak 43 anak (53,8%), dan kategori jarang sebanyak 37 anak (46,3%). Murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim dengan aktivitas fisik ringan sebanyak 59 anak (73,8%), dan duntuk kategori berat sebanyak 21 anak (26,3%). Pengetahuan orang tua dengan kategori kurang sebanyak 42 orang (52,5%), kategori cukup sebanyak 23 orang (28,8%), dan untuk kategori baik sebanyak 15 orang (18,8%). Status gizi murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim menurut IMT/U yaitu dengan kategori obesitas sebanyak 53 anak (66,3), dan kategori tidak obesitas sebanyak 27 anak (33,8%).

Tabel 1. Analisis Univariat

Variabel	f	Persentase (%)
Usia		
(9 tahun)	42	52,5
(10 tahun)	19	23,8
(11 tahun)	19	23,8
Total	80	100
Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>		
Sering	43	53,8
Jarang	37	46,3
Total	80	100
Aktivitas Fisik		
Ringan	59	73,8
Berat	21	26,3
Total	80	100
Pengetahuan Orang Tua		
Kurang	42	52,5
Cukup	23	28,8
Baik	15	18,8
Total	80	100
Status Gizi		
Obesitas	53	66,3
Tidak Obesitas	27	33,8
Total	80	100

Pada Tabel 2, Hasil analisis variable frekuensi konsumsi *junk food* dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,035 ($<0,05$) yang menunjukkan ada hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* umur dengan kejadian obesitas. Hasil analisis variable aktivitas fisik dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,026 ($<0,05$) yang menunjukkan ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Hasil analisis variabel pengetahuan dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,013 ($>0,05$) yang menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas.

Tabel 2. Analisis Bivariat menggunakan *Chi-square*

Variabel	Kejadian Obesitas				Total		<i>P value</i>
	Tdk Obesitas		Obesitas		N	%	
	n	%	n	%			
Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>							
Sering	10	23,3	33	76,7	43	100	0,035
Jarang	4	10,8	33	89,2	37	100	
Total	14	17,5	66	82,5	80	100	
Aktivitas Fisik							
Ringan	8	13,6	51	86,4	59	100	0,026
Berat	6	28,6	15	71,4	21	100	
Total	14	17,5	66	82,5	80	100	
Pengetahuan Orang Tua							
Kurang	6	11,3	47	88,7	53	100	0,013
Cukup	1	16,7	5	83,3	6	100	
Baik	4	81,0	17	19,0	21	100	
Total	51	66,2	69	86,3	80	100	

Catatan: * jika *p value* $<0,05$ artinya ada hubungan

PEMBAHASAN

Hubungan frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan *chi square* di dapatkan nilai *p value* $0,035 < \alpha (0,05)$. Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak, sehingga ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden

yang mengkonsumsi makanan *junk food* sering sebanyak 43 anak (53,8%) dalam sehari sebagian mengalami obesitas.

Hasil ini didukung dengan penelitian penelitian di Yogyakarta yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan *junk food* dengan kejadian obesitas pada anak SMA Wonosari 1 dengan nilai ($p=0.010$).⁶

Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas

Hasil analisis statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan nilai koefisien p value $0,026 < \alpha$ (0,05). Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak di SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim Kelurahan Tandang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang. Sebanyak 59 (73,8%) anak beraktivitas fisik ringan, sedangkan sebanyak 21 (26,3%) anak beraktivitas fisik berat.

Hasil ini didukung dengan penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak dengan nilai ($p = 0,001$).¹¹ Didukung pula penelitian lain tentang pengaruh aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Yogyakarta dengan hasil bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar dengan nilai ($p = 0,009$).¹²

Hubungan pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan nilai koefisien p value $0,013 < \alpha$ (0,05). Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas pada anak di SDN 03 Tandang dan MI Baiturrahim Kelurahan Tandang, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang. Sebanyak

42 (52,5%) responden memiliki kategori pengetahuan kurang, 23(28,8%) responden memiliki kategori cukup, dan 15 (18,8%) responden memiliki kategori baik.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya dengan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas pada anak di SD Keputran 1 Yogyakarta dengan nilai ($p = 0,002$).¹³

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim sering mengonsumsi makanan *junk food* dengan jumlah 43 (53,8%) anak, dan jarang sebanyak 37 (46,3%) anak.
2. Murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim dengan aktivitas fisik ringan yaitu sebanyak 59 (73,8%) anak, dan aktivitas fisik berat sebanyak 21 (26,3%) anak.
3. Orang Tua Murid SD Negeri 03 Tandang dan MI Baiturrahim yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 52,5 % pengetahuan cukup sebanyak 28,8%, dan 18,8% memiliki pengetahuan baik.
4. Ada hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas dengan *p-value* 0,035.
5. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dengan *p-value* 0,026.
6. Ada hubungan antara pengetahuan orang tua dengan kejadian obesitas dengan *p-value* 0,013.

B. Saran

Berikut ini adalah saran yang peneliti berikan, antara lain:

1. Bagi Institusi Sekolah

Diharapkan agar pihak sekolah dapat memberikan himbauan kepada siswa ataupun orang tua agar dapat lebih memperhatikan makanan yang

dikonsumsi anak setiap hari supaya anak mendapatkan gizi yang seimbang.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi yang baik untuk anak usia sekolah, sehingga ibu dapat menyiapkan makanan bagi anak yang banyak mengandung nutrisi yang dibutuhkan oleh anak.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya agar dapat menambahkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian obesitas pada anak sekolah dasar.



DAFTAR PUSTAKA

1. Mahdiah, 2004. *Prevalensi obesitas dan hubungan konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta*. (http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail%sub=Penelitian). Diakses pada tanggal 17 Juli 2017.
2. Jahari A. *Penilaian Status Gizi Berdasarkan Antropometri*. Bogor: Puslitbang Gizi dan Makanan. 2004.
3. Riskesdes,2010.Riset Kesehatan Dasar 2010, Laporan Nasional 2010, Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
4. Riskesdes,2013.Riset Kesehatan Dasar 2013, K.K.R.Indonesia:Badan Penelitian dan Perkembangan Kesehatan
5. Hadi, H.2005. *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*.UGM.Fakultas Kesehatan Masyarakat.Yogyakarta
6. Dyah Kurnia Fitri,dkk.*Perbedaan Kejadian Strs Antara Remaja Putra dan Putri dengan Obesitas di SMA Negeri 1 Wonosari,Klaten*.2014
7. Nur Widyawati. 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Anak*.
8. Aung Sumbono. *Biokimia Pangan Dasar*. Jakarta;2016
9. Depkes RI. *Klasifikasi Aktivitas Fisik Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. 2007.
10. Wong. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta:EGC Edisi 6.2012
11. Dipkes RI. *Klasifikasi Aktifitas Fisik Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. 2007.
12. Haman Hadi.2015. *Pengaruh Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar*.
13. Dwi Yuni Untari.2009.*Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Obesitas dengan Kejadian Obesitas pada Anak SD Keputran 1 Yogyakarta*.



-
1. Mahdiah, 2004. *Prevalensi obesitas dan hubungan konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta*. (http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail%sub=Penelitian). Diakses pada tanggal 17 Juli 2017.
 2. Jahari A. *Penilaian Status Gizi Berdasarkan Antropometri*. Bogor: Puslitbang Gizi dan Makanan. 2004.
 3. Riskesdes,2010.Riset Kesehatan Dasar 2010, Laporan Nasional 2010, Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
 4. Riskesdes,2013.Riset Kesehatan Dasar 2013, K.K.R.Indonesia:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
 5. Hadi, H.2005. *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*.UGM.Fakultas Kesehatan Masyarakat.Yogyakarta
 6. Dyah Kurnia Fitri,dkk.*Perbedaan Kejadian Strs Antara Remaja Putra dan Putri dengan Obesitas di SMA Negeri 1 Wonosari,Klaten*.2014
 7. Nur Widyawati. 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Anak*.
 8. Aung Sumbono. *Biokimia Pangan Dasar*. Jakarta;2016
 9. Depkes RI. *Klasifikasi Aktivitas Fisik Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. 2007.
 10. Wong. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta:EGC Edisi 6.2012
 11. Dipkes RI. *Klasifikasi Aktifitas Fisik Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. 2007.
 12. Haman Hadi.2015. *Pengaruh Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar*.
 13. Dwi Yuni Untari.2009.*Hubungan Tingkat Pengetahuan Ib*

