



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 - Analis Kesehatan D3 - Kebidanan D3
Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya - 60113, Telp. (031) 3811966 - 3811967, 3890175 Fax. (031) 3811967

Nomor : 461/II.3.AU/F/FIK/2014
Lampiran : -
Perihal : Permohonan ijin Pengambilan data awal

Kepada Yth.

Kepala Sekolah SDN 6 Mojo 225 Surabaya

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa Skripsi, Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Program A Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun akademik 2014/2015 :

Nama : MAYA ARIYANI

NIM : 20111660041

Judul KTI : Hubungan kurangnya aktivitas fisik dan pola makan yang tidak baik terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di SDN 6 Mojo Surabaya.

Bermaksud untuk mengambil data / observasi di **SDN 6 Mojo Surabaya**. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat agar Bapak / Ibu berkenan memberikan ijin pengambilan data / Observasi yang dimaksud.

Demikian permohonan ijin, atas perhatian serta kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 - Analis Kesehatan D3 - Kebidanan D3

Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya - 60113, Telp. (031) 3811966 - 3811967, 3890175 Fax. (031) 3811967

Nomor : 252/II.3.AU/F/FIK/2015
Lampiran : -
Perihal : Permohonan ijin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Sekolah SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kec. Gubeng

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir berupa Skripsi, Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Program A Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya tahun akademik 2014/2015.:

Nama : **MAYA ARYANI**

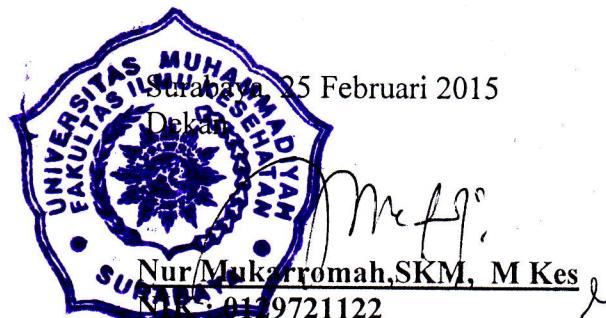
NIM : 20111660041

Judul Skripsi : Hubungan aktivitas Fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di **SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kec. Gubeng**

Bermaksud untuk melakukan Penelitian selama 1 Minggu di **SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kec. Gubeng**. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat agar Bapak / Ibu berkenan memberikan ijin penelitian yang dimaksud.

Demikan Permohonan ijin, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.





PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI MOJO VI No. 225
Jl. Mojo Klanggru Kidul No. 145. Telp. (031) 5938772
Kecamatan Gubeng - Surabaya

S U R A T - I J I N

Nomor : 422 / 025 / 436.6.4.1.28 / 2015

Dasar : Berdasarkan Surat Permohonan Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya nomor : 252/II.3.AU/F/FIK/2015, maka dengan ini Kepala Sekolah SDN Mojo VI – 225 Surabaya :

MENGIJINKAN

Kepada : Nama : MAYA ARYANI
NIM : 20111660041
Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Unmuh Surabaya
Tema : Hubungan Aktivitas Fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN Mojo 6 225 Kelurahan Mojo Kec. Gubeng

Untuk : 1. Melakukan Penelitian dan Permintaan Data di lingkungan SDN Mojo VI – 225.
2. Lamanya Penelitian 1 (Satu) Minggu, TMT surat dikeluarkan
3. Mentaati segala peraturan yang berlaku & tidak mengganggu Kegiatan belajar mengajar.
4. Membuat laporan setelah kegiatan penelitian selesai.

Dikeluarkan : Surabaya

Pada Tanggal : 17 Maret 2015



Pembina Tk. I

NIP. 19610925 198112 2 004



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 – Analis Kesehatan D3 – Kebidanan D3
Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya – 60113 Telp. (031) 3811966, 3811967, 3890175 Fax. (031) 3811967

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

Bapak / Ibu Wali Murid

Di tempat

Sebagai syarat tugas akhir mahasiswa Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, saya Maya Ariyani akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5) di SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya”

Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan hubungan aktivitas fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya. Dimana pertama-tama saya akan memberikan kuesioner kepada putra / putri Bapak / Ibu, yang mana kuesinor bertujuan untuk mengetahui apakah aktivitas fisik dan pola makan putra / putri bapak mempengaruhi terjadinya obesitas. Selanjutnya dilakukan menimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan, manfaatnya untuk mengetahui berat badan pada putra / putri anda mengalami obesitas atau tidak. Untuk kepentingan tersebut, saya mohon kesediaan Bapak / Ibu untuk berkenan menjadikan putra / putri anda sebagai responden. Partisipasi putra / putri anda dalam penelitian ini bersifat bebas untuk ikut ataupun tidak tanpa adanya sanksi apapun.

Kami mengharap tanggapan atau jawaban yang sesuai dengan pendapat Bapak / Ibu sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Kami menjamin kerahasiaan identitas dan informasi Bapak / Ibu dan putra / putri anda. Jika Bapak / ibu mempunyai pertanyaan terkait penelitian ini dapat menghubungi saya di nomor ini 085252867711. Sebagai bukti ketersediaan menjadi menjadi responden ini, dimohon kesediaan Bapak / Ibu untuk menandatangani persetujuan yang telah disiapkan dan saya ucapkan terima kasih atas partisipasinya.

Surabaya,

2015

Hormat Saya

Maya Ariyani
Nim: 20111660041



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Program Studi : Keperawatan S1 dan D3 – Analis Kesehatan D3 – Kebidanan D3
Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya – 60113 Telp. (031) 3811966, 3811967, 3890175 Fax. (031) 3811967

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi dalam penelitian “Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5) di SDN 6 225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya” yang dilakukan oleh Maya Ariyani, Mahasiswa Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Saya telah mendapat penjelasan tentang tujuan penelitian, kerahasiaan, identitas, dan informasi yang saya berikan serta hak saya untuk ikut dalam penelitian ini.

Tanda tangan saya di bawah ini merupakan tanda kesediaan saya sebagai responden dalam penelitian ini.

Surabaya, 2015

Responden

()

LEMBAR OBSERVASI DAN KUESIONER
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP
KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH (KELAS 3-5) DI
SDN 6 225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG
SURABAYA

- Mohon dengan hormat bantuan dan kesediaan adik untuk menjawab seluruh pertanyaan yang ada.
- Isi data umum sesuai dengan kenyataan yang ada.
- Petunjuk beri tanda () pada jawaban yang di pilih!
- Terimakasih atas kesediaan adik meluangkan waktu untuk mengisi angket ini.

A. DATA UMUM

No. Responden : (Diisi petugas)

Nama :

Umur : Tahun

Jenis Kelamin : L/P

Kelas :

BB : (Diisi Petugas)

TB : (Diisi Petugas)

IMT : (Diisi Petugas)

1. Tidak obesitas = IMT $\leq 25,0$

2. Obesitas = IMT $\geq 25,0$

B. DATA KHUSUS

1. AKTIVITAS FISIK

Petunjuk beri tanda (✓) pada jawaban yang di pilih!

No	Aktivitas atau kegiatan	Jawaban	Waktu (jam)
1	Tidur siang	Ya Tidak	
2	Menonton televisi sambil tiduran	Ya Tidak	
3	Mendengarkan musik/radio sambil tiduran	Ya Tidak	
4	Merapikan tempat tidur	Ya Tidak	
5	Main game	Ya Tidak	
6	Main komputer	Ya Tidak	
7	Duduk	Ya Tidak	
8	Berjalan cepat	Ya Tidak	
9	Belajar (sekolah)	Ya Tidak	
10	Merawat tanaman	Ya Tidak	
11	Mencuci baju dengan tangan	Ya Tidak	
12	Menjemur pakaian	Ya Tidak	
13	Bersepeda	Ya Tidak	
14	Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sedang (pramuka, palang merah, dll)	Ya Tidak	
15	Berlari	Ya Tidak	
16	Berenang	Ya Tidak	
17	Naik turun tangga	Ya Tidak	
18	Memanjat	Ya Tidak	
19	Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler berat (basket, sepak bola, tenis, bulu tangkis, dll)	Ya Tidak	
20	Melompat	Ya Tidak	

21	Membersihkan rumah (ngepel, nyapu)	Ya	Tidak	
----	------------------------------------	----	-------	--

(Modifikasi dari CDC-NCHS 2002)

2. POLA MAKAN

Petunjuk beri tanda (✓) pada jawaban yang di pilih!

No	Pertanyaan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
1	Apakah kamu suka makan sayur (wortel, tomat, dll)?				
2	Apakah kamu suka minum susu?				
3	Apakah kamu suka makan buah-buahan (pisang, anggur, stroberi, apel, anggur, melon, dll)?				
4	Apakah kamu suka makan yogurt?				
5	Apakah kamu suka makan keju?				
6	Apakah kamu sering makan coklat?				
7	Apakah kamu suka jajan (gorengan, pentol, batagor, siomay, dll)?				
8	Apakah kamu sering makan permen?				
9	Apa kamu suka makan cepat saji (burger, pizza, mie instan, chicken nugget, sosis, dll)?				
10	Apakah kamu suka makan snack atau makanan ringan lain (keripik, pie, biskuit, kacang, dll)?				

(Modifikasi dari British Nutrition Foundation, 2004)

Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pola Makan

Correlations

		Correlations			
		Pertanyaan1	Pertanyaan2	Pertanyaan3	Pertanyaan4
Pertanyaan1	Pearson Correlation	1	.868**	.868**	.868**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan2	Pearson Correlation	.868**	1	1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan3	Pearson Correlation	.868**	1.000**	1	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan4	Pearson Correlation	.868**	1.000**	1.000**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	21	21	21	21
Pertanyaan5	Pearson Correlation	.787**	.891**	.891**	.891**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan6	Pearson Correlation	-.022	-.119	-.119	-.119
	Sig. (2-tailed)	.925	.608	.608	.608
	N	21	21	21	21
Pertanyaan7	Pearson Correlation	.085	-.023	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.713	.921	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan8	Pearson Correlation	.085	-.023	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.713	.921	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan9	Pearson Correlation	.085	-.023	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.713	.921	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan10	Pearson Correlation	.085	-.023	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.713	.921	.921	.921
	N	21	21	21	21
Skortotal	Pearson Correlation	.630**	.593**	.593**	.593**
	Sig. (2-tailed)	.002	.005	.005	.005
	N	21	21	21	21

Correlations

		Pertanyaan5	Pertanyaan6	Pertanyaan7	Pertanyaan8
Pertanyaan1	Pearson Correlation	.787**	-.022	.085	.085
	Sig. (2-tailed)	.000	.925	.713	.713
	N	21	21	21	21
Pertanyaan2	Pearson Correlation	.891**	-.119	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.000	.608	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan3	Pearson Correlation	.891**	-.119	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.000	.608	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan4	Pearson Correlation	.891**	-.119	-.023	-.023
	Sig. (2-tailed)	.000	.608	.921	.921
	N	21	21	21	21
Pertanyaan5	Pearson Correlation	1	.030	.088	.088
	Sig. (2-tailed)		.897	.706	.706
	N	21	21	21	21
Pertanyaan6	Pearson Correlation	.030	1	.823**	.823**
	Sig. (2-tailed)	.897		.000	.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan7	Pearson Correlation	.088	.823**	1	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.706	.000		.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan8	Pearson Correlation	.088	.823**	1.000**	1
	Sig. (2-tailed)	.706	.000	.000	
	N	21	21	21	21
Pertanyaan9	Pearson Correlation	.088	.823**	1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.706	.000	.000	.000
	N	21	21	21	21
Pertanyaan10	Pearson Correlation	.088	.823**	1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.706	.000	.000	.000
	N	21	21	21	21
Skortotal	Pearson Correlation	.651**	.636**	.780**	.780**
	Sig. (2-tailed)	.001	.002	.000	.000
	N	21	21	21	21

Correlations

		Pertanyaan9	Pertanyaan10	Skortotal
Pertanyaan1	Pearson Correlation	.085	.085	.630**
	Sig. (2-tailed)	.713	.713	.002
	N	21	21	21
Pertanyaan2	Pearson Correlation	-.023	-.023	.593**
	Sig. (2-tailed)	.921	.921	.005
	N	21	21	21
Pertanyaan3	Pearson Correlation	-.023	-.023	.593**
	Sig. (2-tailed)	.921	.921	.005
	N	21	21	21
Pertanyaan4	Pearson Correlation	-.023	-.023	.593**
	Sig. (2-tailed)	.921	.921	.005
	N	21	21	21
Pertanyaan5	Pearson Correlation	.088	.088	.651**
	Sig. (2-tailed)	.706	.706	.001
	N	21	21	21
Pertanyaan6	Pearson Correlation	.823**	.823**	.636**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002
	N	21	21	21
Pertanyaan7	Pearson Correlation	1.000**	1.000**	.780**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000
	N	21	21	21
Pertanyaan8	Pearson Correlation	1.000**	1.000**	.780**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000
	N	21	21	21
Pertanyaan9	Pearson Correlation	1	1.000**	.780**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	21	21	21
Pertanyaan10	Pearson Correlation	1.000**	1	.780**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	21	21	21
Skortotal	Pearson Correlation	.780**	.780**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	21	21	21

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	21	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	21	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.875	10

Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Aktivitas Fisik Correlations

Correlations

Correlations

Correlations

		pertanyaan20	pertanyaan21	jam	skortotal
pertanyaan1	Pearson Correlation	.408	.330	.204	.580**
	Sig. (2-tailed)	.066	.144	.375	.006
	N	21	21	21	21
pertanyaan2	Pearson Correlation	.067	.427	.270	.456*
	Sig. (2-tailed)	.772	.053	.237	.038
	N	21	21	21	21
pertanyaan3	Pearson Correlation	.472*	.236	.270	.615**
	Sig. (2-tailed)	.031	.302	.237	.003
	N	21	21	21	21
pertanyaan4	Pearson Correlation	.204	.440*	.204	.502*
	Sig. (2-tailed)	.375	.046	.375	.021
	N	21	21	21	21
pertanyaan5	Pearson Correlation	.447*	.452*	.224	.531*
	Sig. (2-tailed)	.042	.040	.330	.013
	N	21	21	21	21
pertanyaan6	Pearson Correlation	.139	.430	.555**	.645**
	Sig. (2-tailed)	.549	.052	.009	.002
	N	21	21	21	21
pertanyaan7	Pearson Correlation	.357	.270	.357	.710**
	Sig. (2-tailed)	.112	.237	.112	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan8	Pearson Correlation	.612**	.440*	.612*	.835**
	Sig. (2-tailed)	.003	.046	.003	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan9	Pearson Correlation	.286	.539*	.286	.495*
	Sig. (2-tailed)	.209	.012	.209	.022
	N	21	21	21	21
pertanyaan10	Pearson Correlation	.408	.633**	.612**	.769**
	Sig. (2-tailed)	.066	.002	.003	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan11	Pearson Correlation	.612**	.440*	.408	.822**
	Sig. (2-tailed)	.003	.046	.066	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan12	Pearson Correlation	.485*	.355	.485*	.811**
	Sig. (2-tailed)	.026	.114	.026	.000
	N	21	21	21	21

pertanyaan13	Pearson Correlation	.472*	.427	.472*	.840**
	Sig. (2-tailed)	.031	.053	.031	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan14	Pearson Correlation	.337	.718**	.742**	.867**
	Sig. (2-tailed)	.135	.000	.000	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan15	Pearson Correlation	.357	.270	.357	.710**
	Sig. (2-tailed)	.112	.237	.112	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan16	Pearson Correlation	.337	.336	.337	.695**
	Sig. (2-tailed)	.135	.136	.135	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan17	Pearson Correlation	.786**	.270	.357	.598**
	Sig. (2-tailed)	.000	.237	.112	.004
	N	21	21	21	21
pertanyaan18	Pearson Correlation	.408	.826**	.612**	.862**
	Sig. (2-tailed)	.066	.000	.003	.000
	N	21	21	21	21
pertanyaan19	Pearson Correlation	.079	.533*	.316	.601**
	Sig. (2-tailed)	.733	.013	.163	.004
	N	21	21	21	21
pertanyaan20	Pearson Correlation	1	.270	.357	.598**
	Sig. (2-tailed)		.237	.112	.004
	N	21	21	21	21
pertanyaan21	Pearson Correlation	.270	1	.472*	.681**
	Sig. (2-tailed)	.237		.031	.001
	N	21	21	21	21
jam	Pearson Correlation	.357	.472*	1	.640**
	Sig. (2-tailed)	.112	.031		.002
	N	21	21	21	21
skortotal	Pearson Correlation	.598**	.681**	.640**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	.001	.002	
	N	21	21	21	21

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	21	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	21	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.944	22

DATA UMUM

HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH (KELAS 3-5) DI SDN 6-225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG SURABAYA

NO	KELAS			UMUR				Jenis Kelamin	
	3	4	5	9 th	10 th	11 th	12 th	P	L
1	1			1					1
2	1			1				1	
3		1					1		1
4		1			1			1	
5		1				1			1
6			1		1				1
7		1				1		1	
8			1				1	1	
9	1			1					1
10	1			1					1
11	1				1				1
12	1			1					1
13		1		1				1	
14		1			1				1
15			1		1			1	
16	1			1					1
17	1			1					1
18		1			1				1

19		1				1			1
20	1				1			1	
21			1				1		1
22			1			1			1
23		1			1				1
24		1			1				1
25		1			1			1	
26	1			1				1	
27		1				1			1
28		1			1				1
29			1				1	1	
30			1			1		1	
31			1			1		1	
Jumlah	10	13	8	9	11	7	4	12	19

Kategori kelas

Kelas	Jumlah	
	Frek	%
3	10	32,26
4	13	41,94
5	8	25,81
Jumlah	31	100,00

Kategori Umur

Umur	Jumlah	
	Frek	%
9	9	29,03
10	11	35,48
11	7	23
12	4	13
Jumlah	31	100

Kategori Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	
	Frek	%
P	12	38,71
L	19	61,29
Jumlah	31	100

DATA KHUSUS AKTIVITAS FISIK
HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH (KELAS 3-5) DI SDN 6-225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG
SURABAYA

NO	PERTANYAAN																					Σ	%	KRITERIA	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	JAM			
1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	11	48%	KURANG	
2	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	9	40%	KURANG
3	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	2	12	53%	KURANG
4	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	2	17	75%	CUKUP	
5	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	2	14	62%	CUKUP	
6	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	3	15	66%	CUKUP
7	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	13	57%	CUKUP
8	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	2	14	62%	CUKUP
9	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	14	62%	CUKUP
10	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	2	10	44%	KURANG
11	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	2	13	57%	CUKUP
12	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	2	13	57%	CUKUP
13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	13	57%	CUKUP
14	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	13	57%	CUKUP	
15	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	2	17	75%	CUKUP	
16	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	12	53%	KURANG
17	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	2	13	57%	CUKUP

18	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	2	14	62%	CUKUP
19	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	2	14	62%	CUKUP
20	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	13	57%	CUKUP	
21	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	2	11	48%	KURANG
22	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	15	66%	CUKUP	
23	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	2	13	57%	CUKUP	
24	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	14	62%	CUKUP	
25	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	2	15	66%	CUKUP	
26	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	11	48%	KURANG	
27	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	2	13	57%	CUKUP	
28	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	2	14	62%	CUKUP	
29	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	3	16	70%	CUKUP	
30	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	2	13	57%	CUKUP
31	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	2	14	62%	CUKUP

KETERANGAN

76- 100 % = BAIK
56-75 % = CUKUP
≤ 55 = KURANG

AKTIVITAS FISIK	JUMLAH	
	SISWA	%
BAIK	0	0,00
CUKUP	24	77,42
KURANG	7	22,58
JUMLAH	31	100,00

DATA KHUSUS POLA MAKAN
HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN OBESITAS
PADA ANAK USIA SEKOLAH (KELAS 3-5) DI SDN 6-225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG
SURABAYA

NO	PERTANYAAN										JUMLAH	Percentase %	KRITERIA
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	4	3	2	1	2	3	1	1	3	3	23	58%	CUKUP
2	4	3	1	2	1	3	2	1	2	4	23	58%	CUKUP
3	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	28	70%	CUKUP
4	3	2	3	1	3	2	3	3	1	1	22	55%	KURANG
5	4	4	4	1	2	1	1	1	1	2	21	53%	KURANG
6	3	4	3	3	4	2	1	3	1	1	25	63%	CUKUP
7	2	4	4	4	2	1	1	1	3	2	24	60%	CUKUP
8	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	33	83%	BAIK
9	3	1	3	1	1	2	2	1	2	2	18	45%	KURANG
10	2	1	2	3	2	2	1	2	3	3	21	53%	KURANG
11	4	2	3	3	1	2	2	1	2	1	21	53%	KURANG
12	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	29	73%	CUKUP
13	2	3	3	4	3	1	2	2	1	1	22	55%	KURANG
14	3	2	1	1	2	4	3	1	1	1	19	48%	KURANG
15	3	1	1	2	1	2	2	3	1	2	18	45%	KURANG
16	1	2	1	1	2	3	4	2	4	2	22	55%	KURANG
17	3	4	1	1	2	2	3	2	1	2	21	53%	KURANG

18	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	16	40%	KURANG
19	2	1	1	2	3	4	2	2	3	2	22	55%	KURANG
20	3	3	2	1	1	2	3	4	1	2	22	55%	KURANG
21	2	2	1	2	3	1	2	1	1	1	16	40%	KURANG
22	3	3	2	3	4	2	4	4	1	4	30	75%	CUKUP
23	1	2	4	3	1	2	3	4	4	4	28	70%	CUKUP
24	3	2	3	2	2	4	4	3	2	2	27	68%	CUKUP
25	4	2	1	1	2	3	1	1	2	2	19	48%	KURANG
26	1	4	1	2	3	1	1	2	4	4	23	58%	CUKUP
27	4	4	1	2	1	1	1	1	3	2	20	50%	KURANG
28	3	4	3	1	1	3	1	3	3	3	25	63%	CUKUP
29	1	2	4	1	3	1	1	1	2	3	19	48%	KURANG
30	1	2	1	2	1	4	4	3	1	2	21	53%	KURANG
31	2	1	4	1	3	2	4	3	2	4	26	65%	CUKUP

KETERANGAN

76- 100 % = BAIK

56-75 % = CUKUP

≤ 55 = KURANG

POLA MAKAN	JUMLAH	
	SISWA	%
BAIK	1	3,23
CUKUP	12	38,71
KURANG	18	58,06
JUMLAH	31	100,00

DATA KHUSUS OBESITAS
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN
TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH
(KELAS 3-5) DI SDN 6-225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG
SURABAYA

NO	BB	TB	TB ²	IMT	KRITERIA
1	57	148	21904	26,0	OBESITAS RINGAN
2	48	135	18225	26,3	OBESITAS RINGAN
3	56	146	21316	26,3	OBESITAS RINGAN
4	51	136	18496	27,6	OBESITAS BERAT
5	72	155	24025	30,0	OBESITAS BERAT
6	49	138	19044	25,7	OBESITAS RINGAN
7	59	149	22201	26,6	OBESITAS RINGAN
8	48	137	18769	25,6	OBESITAS RINGAN
9	58	139	19321	30,0	OBESITAS BERAT
10	54	136	18496	29,2	OBESITAS BERAT
11	63	152	23104	27,3	OBESITAS BERAT
12	60	144	20736	28,9	OBESITAS BERAT
13	42	125	15625	26,9	OBESITAS RINGAN
14	62	146	21316	29,1	OBESITAS BERAT
15	69	152	23104	29,9	OBESITAS BERAT
16	48	135	18225	26,3	OBESITAS RINGAN
17	40	123	15129	26,4	OBESITAS RINGAN
18	54	145	21025	25,7	OBESITAS RINGAN

19	55	144	20736	26,5	OBESITAS RINGAN
20	50	140	19600	25,5	OBESITAS RINGAN
21	52	141	19881	26,2	OBESITAS RINGAN
22	58	151	22801	25,4	OBESITAS RINGAN
23	54	142	20164	26,8	OBESITAS RINGAN
24	54	144	20736	26,0	OBESITAS RINGAN
25	55	146	21316	25,8	OBESITAS RINGAN
26	50	135	18225	27,4	OBESITAS BERAT
27	63	155	24025	26,2	OBESITAS RINGAN
28	53	143	20449	25,9	OBESITAS RINGAN
29	64	150	22500	28,4	OBESITAS BERAT
30	52	140	19600	26,5	OBESITAS RINGAN
31	63	152	23104	27,3	OBESITAS BERAT

KETERANGAN

Obesitas Ringan = $\geq 25,0$ -
27,0

Obesitas Berat = $\geq 27,0$

Kategori obesitas

Jenis Obesitas	Jumlah	
	Frek	%
Obesitas Ringan	20	64,52
Obesitas Berat	11	35,48
Jumlah	31	100

Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Obesitas Ringan		Aktivitas Fisik	Obesitas Berat	
	Jumlah	%		Jumlah	%
Baik	0	0,00	Baik	0	0,00
Cukup	15	75,00	Cukup	9	81,82
Kurang	5	25,00	Kurang	2	18,18
Jumlah	20	100,00	Jumlah	11	100,00

Pola Makan

Pola Makan	Obesitas Ringan		Pola Makan	Obesitas Berat	
	Jumlah	%		Jumlah	%
Baik	1	5,00	Baik	0	0,00
Cukup	9	45,00	Cukup	3	27,27
Kurang	10	50,00	Kurang	8	72,73
Jumlah	20	100,00	Jumlah	11	100,00

Frequency Table

Statistics

	KELAS	UMUR	J.KELAMIN	A.FISIK	P.MAKAN	OBESITAS
N	Valid	31	31	31	31	31
	Missing	1	1	1	1	1

KELAS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KELAS 3	10	31.3	32.3	32.3
	KELAS 4	13	40.6	41.9	74.2
	KELAS 5	8	25.0	25.8	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
	Total	32	100.0		

UMUR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	UMUR 9 TH	9	28.1	29.0	29.0
	UMUR 10 TH	11	34.4	35.5	64.5
	UMUR 11 TH	7	21.9	22.6	87.1
	UMUR 12 TH	4	12.5	12.9	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
	Total	32	100.0		

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PEREMPUAN	12	37.5	38.7	38.7
	LAKI-LAKI	19	59.4	61.3	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
	Total	32	100.0		

AKTIVITAS FISIK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	CUKUP	24	75.0	77.4	77.4
	KURANG	7	21.9	22.6	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
	Total	32	100.0		

POLA MAKAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	1	3.1	3.2	3.2
	CUKUP	12	37.5	38.7	41.9
	KURANG	18	56.3	58.1	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
	Total	32	100.0		

OBESITAS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	OBESITAS RINGAN	20	62.5	64.5	64.5
	OBESITAS BERAT	11	34.4	35.5	100.0
	Total	31	96.9	100.0	
Missing	System	1	3.1		
Total		32	100.0		

Crosstabs

A.FISIK * OBESITAS Crosstabulation

Count

		OBESITAS		Total
		OBESITAS RINGAN	OBESITAS BERAT	
A.FISIK	CUKUP	15	9	24
	KURANG	5	2	7
	Total	20	11	31

P.MAKAN * OBESITAS Crosstabulation

Count

		OBESITAS		Total
		OBESITAS RINGAN	OBESITAS BERAT	
P.MAKAN	BAIK	1	0	1
	CUKUP	9	3	12
	KURANG	10	8	18
Total		20	11	31

Chi-Square Test

Frequencies

A.FISIK

	Observed N	Expected N	Residual
CUKUP	24	15.5	8.5
KURANG	7	15.5	-8.5
Total	31		

P.MAKAN

	Observed N	Expected N	Residual
BAIK	1	10.3	-9.3
CUKUP	12	10.3	1.7
KURANG	18	10.3	7.7
Total	31		

OBESITAS

	Observed N	Expected N	Residual
OBESITAS RINGAN	20	15.5	4.5
OBESITAS BERAT	11	15.5	-4.5
Total	31		

Test Statistics

	Aktifitas Fisik	Pola makan
Chi-Square	9.323 ^a	14.387 ^b
df	1	2
Asymp. Sig.	.002	.001

LEMBAR KONSUL

Nama Mahasiswa

: Maya Ariyani

Judul Skripsi

: Hubungan aktivitas fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

Nama Pembimbing 1

: Aries Chandra A.,S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.An.

No	Hari, Tanggal	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan

LEMBAR KONSUL

Nama Mahasiswa : Maya Ariyani
Judul Skripsi : Hubungan aktivitas fisik dan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.
Nama Pembimbing 2 : Suyatno Hadi S, S.Kep.,Ns.,M.Ked.Trop

No	Hari, Tanggal	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan











**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN TERHADAP
KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH (KELAS 3-5) DI SDN
6-225 KELURAHAN MOJO KECAMATAN GUBENG
SURABAYA**

Maya Ariyani¹⁾, Aries Chandra Anandita.,M.Kep.,Sp.Kep.An²⁾, Suyatno Hadi

Saputro, S.Kep.,Ns.,M.Ked.Trop³⁾

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Program Studi S1 Keperawatan

mayaarianibaru@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Obesitas atau kegemukan telah menjadi masalah laten (tersembunyi) tidak hanya dijumpai di Indonesia namun juga diberbagai belahan dunia, usia 5-15 tahun merupakan usia yang cukup rentan untuk menderita obesitas sejak dini. **Tujuan penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya. **Metode Penelitian:** Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas 3-5 di SDN 6-225 yang mengalami obesitas. Sampel yang diambil berjumlah 31 responden dengan menggunakan teknik *sampling jenuh*. Variabel independen yaitu aktivitas fisik dan pola makan serta variabel dependennya yaitu kejadian obesitas. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, melakukan penimbangan berat badan, dan pengukuran tinggi badan. Data dianalisis dengan uji statistik *Chi-square*. **Hasil dan Pembahasan:** Hasil penelitian menunjukkan $\rho = 0,002$ sehingga ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya, $\rho = 0,001$ sehingga ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya. Dari penelitian ini diharapkan lebih memperhatikan aktivitas fisik dan pola makan pada anak untuk mencegah terjadinya obesitas sehingga derajat kesehatan anak meningkat.

Kata Kunci : *aktivitas fisik, obesitas, pola makan*.

Abstract

Introduction: Obesity has become a latent problem (hidden) not only found in Indonesia but also in various parts of the world, ages 5-15 years of age who are quite vulnerable to suffer from obesity early on. **Objective:** This study aimed to determine the relationship of physical activity and diet with the incidence of obesity in school-age children (grades 3-5) in SDN 6-225 Mojo Gubeng Surabaya. **Methods:** The design used in this study was cross sectional. The study population was all students in grade 3-5 at SDN 6-225 who are obese. Samples taken amounted to 31 respondents, using sampling techniques saturated. Independent variables, physical activity and diet as well as the dependent variable, namely obesity. Data collection using

questionnaires, conduct weighing and height measurement. Data were analyzed using Chi-square statistical test. **Results and Discussion:** The results showed $p = 0.002$ so that there is a relationship of physical activity with obesity in school-age children (grades 3-5) in SDN 6-225 village districts Gubeng Mojo Surabaya, $p = 0.001$ so that there is a correlation with the incidence of obesity diet school-age children (grades 3-5) in SDN 6-225 Mojo Gubeng Surabaya. This research is expected to pay more attention to physical activity and diet in children to prevent obesity so that the health of the child increases.

Keywords: diet, obesity, physical activity.

PENDAHULUAN

Obesitas atau kegemukan telah menjadi masalah laten (tersembunyi) seperti diabetes mellitus, asma bronkial, hipertensi, *sleep apnea* dan gangguan sendi yang tidak hanya dijumpai di Indonesia namun juga di berbagai belahan dunia. Pada era globalisasi saat ini, usia 5-15 tahun merupakan usia yang cukup rentan untuk menderita obesitas sejak dini. Kebiasaan anak-anak yang menghabiskan waktunya menonton televisi sambil makan dan kurangnya ruang gerak diyakini menjadi beberapa faktor penyebab terjadinya obesitas (Tilong, 2014).

Obesitas adalah keadaan akumulasi lemak dalam tubuh yang abnormal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan (Suryaputra & Nadhiroh, 2012). Menurut Damayanti (2002) dikutip dalam Festy (2011), berdasarkan hukum termodinamika, obesitas terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Octari, Liputo, dan Edison (2014) mengatakan bahwa yang dimaksud dengan obesitas adalah kelebihan berat badan dari ukuran normal sebenarnya.

Sesuai dengan data WHO tahun 2008, prevalensi obesitas tertinggi terjadi di Amerika, yaitu 29%

setiap tahun. Obesitas mulai menjadi masalah yang mengancam anak-anak di Amerika, seperempat anak dan remaja mengalami obesitas, dengan berbagai resiko penyakit.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia secara nasional adalah 9,5% pada anak laki-laki dan 6,4% pada anak perempuan (Dhynaputri, Hartini, & Kristina, 2011). Sementara itu, menurut Damayanti dari RS Cipto Mangunkusumo yang melakukan penelitian pada anak-anak sekolah dasar di 9 kota besar Indonesia periode 2002 sampai 2005 dengan metode acak, hasil yang diperoleh ternyata prevalensi kegemukan pada anak-anak usia sekolah dasar tertinggi ada di Jakarta (25%), Semarang (24,3%), Medan (17,75%), Denpasar (11,7%), Surabaya (11,4%), Padang (7,1%), Manado (5,3%), Yogyakarta (4%) dan Solo (2,1%). Rata-rata kegemukan di 9 kota besar tersebut mencapai 12,2% (2,1 sampai 25%). Angka ini hampir sama dengan prevalensi obesitas di Inggris (10 sampai 17%) dan Amerika (10 sampai 12%) (Marpaung, 2007). Di Jawa Timur pada tahun 2007, prevalensi obesitas telah melampaui angka nasional, yaitu 20,4% (Suryaputra & Nadhiroh, 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan wawancara dengan guru di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya dari 255 anak, sebanyak 15% mengalami masalah obesitas dengan proporsi terbanyak adalah anak laki-laki.

Kejadian obesitas dipengaruhi oleh banyak faktor. Beberapa peneliti telah menemukan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah, antara lain Simatupang (2008) menyebutkan faktor genetik atau keturunan pola konsumsi aktivitas fisik sebagai penyebab obesitas. Selain itu juga terdapat faktor pendapatan keluarga atau ekonomi (Parengkuan, Mayulu & Ponidjan, (2013). Perilaku ibu juga disebutkan mampu menyebabkan terjadinya obesitas (Marpaung, 2007). Faktor risiko utama yang menyebabkan obesitas adalah faktor perilaku yaitu pola makan yang tidak sehat ditambah dengan konsumsi serat (buah dan sayur) tidak mencukupi. Makanan dan aktivitas fisik dapat mempengaruhi timbulnya obesitas baik secara bersama maupun masing-masing (Sartika, 2011).

Nugraha (2009) yang dikutip dalam Yamin, Mayulu, dan Rottie (2013) menyebutkan bahwa terjadinya obesitas 70% dipengaruhi oleh lingkungan dan 30% dipengaruhi oleh genetik. Faktor perilaku dan lingkungan meliputi pola makan dan aktifitas fisik merupakan hal yang paling berpengaruh untuk terjadinya obesitas. Adapun faktor-faktor yang berpengaruh dari pola makan antara lain; kuantitas, porsi makan, kepadatan energi dari makanan yang dimakan, frekuensi makan dan jenis makanan.

Wahyu (2009) mengatakan bahwa, kegemukan dan obesitas pada anak dipengaruhi oleh tiga faktor yang berperan besar yaitu, faktor genetik 30% (keturunan), pola aktivitas 35%, dan pola makan 35%. Dengan demikian aktivitas fisik mempengaruhi kejadian obesitas. Aktivitas fisik yang tidak seimbang juga dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup ini mengakibatkan terjadinya perubahan pola makan tinggi kalori, lemak dan kolestrol (Hidayati (2010) yang dikutip dalam Sorongan, 2012). Asupan energi yang berlebih dan tidak diimbangi dengan pengeluaran energi yang seimbang (dengan kurang melakukan aktivitas fisik) akan menyebabkan terjadinya penambahan berat badan (Sorongan, 2012). Makanan yang tidak seimbang bila sudah terlanjur menjadi pola makan, maka akan berdampak negatif pada status gizi anak. Jika keadaan ini berlangsung terus menerus (*positive energy balance*) dalam jangka waktu cukup lama, maka dampaknya adalah terjadinya obesitas (Perengkuan, Mayulu, & Ponidjan, 2013).

WHO menyatakan bahwa saat ini obesitas telah menjadi epidemik global, sehingga sudah merupakan suatu masalah kesehatan serius seperti diabetes mellitus, darah tinggi, atau penyakit jantung yang harus segera ditangani (Retnaningsih, 2011, yang dikutip dalam Danari, Mayulu, & Onibala, 2013). Itulah sebabnya mengapa penyakit-penyakit tersebut yang dulu dianggap sebagai penyakit usia lanjut dan dewasa, kini dapat dialami pada anak akibat timbunan lemak, kolestrol, dan gula yang terdapat dalam tubuh. Beberapa gangguan kesehatan lainnya seperti

gangguan pernapasan atau asma adalah penyakit yang lebih banyak diderita anak yang mengalami obesitas. Selain gangguan fisik, obesitas juga dapat menyebabkan gangguan psikologis pada penderitanya. Pasalnya, anak dengan berat badan berlebih kerap kali mendapatkan perlakuan-perlakuan yang kurang menyenangkan dari teman-temannya (Tilong, 2014).

Menurut Dewi dan Sidiartha (2012) obesitas pada anak berisiko tinggi menjadi obesitas saat dewasa dan berpotensi mengalami penyakit metabolismik dan penyakit degeneratif dikemudian hari. Dengan demikian obesitas pada anak perlu mendapat perhatian yang serius dan pananganan sedini mungkin.

Begitu besar dampak obesitas terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak, sehingga sangat penting mengetahui faktor-faktor yang

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah *cross sectional* yang merupakan suatu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan, atau melakukan pemeriksaan status paparan dan status penyakit pada titik yang sama (Hidayat, 2010).

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya pada tanggal 17 Maret 2015. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas 3-5 di SDN 6-225 yang mengalami obesitas. Sampel yang diambil berjumlah 31 responden yang sudah menyetujui sebagai responden dengan menggunakan teknik *sampling jenuh*. Data dianalisis dengan uji statistik *Chi-square*.

menyebabkan obeistas pada anak usia sekolah. Obesitas pada anak merupakan masalah yang cukup mengkhawatirkan di Indonesia khususnya kota surabaya sebagai peringkat ke lima. Kurangnya aktivitas fisik dan pola makan pada anak merupakan faktor yang dianggap berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. Menurut beberapa penelitian yang dilakukan oleh Simatupang (2008), Budiyati (2011), dan Sulviana (2012), faktor yang dominan mempengaruhi terjadinya obesitas yaitu aktivitas fisik dan pola makan. Berdasarkan pemaoaran latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian guna mengetahui hubungan aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan Gubeng Surabaya.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, dan observasi menggunakan rumus IMT BB (kg) / TB² (m).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Data Demografi

Data Demografi	n	%
Kelas		
Kelas 3	10	32%
Kelas 4	13	42%
Kelas 5	8	26%
Umur		
Umur 9 th	9	29%
Umur 10 th	11	35%
Umur 11 th	7	23%

Umur 12 th	4	13%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	61%
Perempuan	19	39%

Berdasarkan tabel 1. Diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar yang mengalami obesitas yaitu kelas 4 sebanyak 13 (42%) responden, dan sebagian kecil yang mengalami obesitas pada kelas 5 sebanyak 8 (26%) responden, untuk anak yang obesitas dilihat berdasarkan umur yang paling banyak di usia 10 tahun (35%) sebanyak 11 responden dan kelompok umur yang paling sedikit adalah usia 12 tahun (13%) sebanyak 4 responden. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak yang mengalami obesitas yaitu anak laki-laki sebanyak 19 responden (61%), dan sebagian kecil yang mengalami obesitas pada anak perempuan 12 responden (39%).

Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5)

Tabel 2. Analisis aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (Kelas 3-5) di SDN 6-225 kelurahan Mojo kecamatan gubeng Surabaya bulan Maret 2015.

Aktivitas Fisik	Kriteria	Obesitas Ringan		Obesitas Berat	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	0	0	0	0	0
Cukup	15	75	%	9	82
Kurang	5	25	%	2	18

$\rho = 0,002 < \alpha = 0,05$
 $X^2 (\text{Chi-Square})$

Berdasarkan tabel 2. Diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar aktivitas fisik pada anak adalah aktifitas fisik ringan sebanyak 15 anak (75%) mengalami obesitas ringan dan sebanyak 9 anak (82%) mengalami obesitas berat, sedangkan sebagian kecil aktifitas fisik pada anak adalah kurang sebanyak 5 anak (25%) yang mengalami obesitas ringan, dan 2 anak (18%) mengalami obesitas berat.

Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5)

Tabel 3. Analisa pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (Kelas 3-5) di SDN 6 225 kelurahan Mojo kecamatan gubeng Surabaya bulan Maret 2015.

Pola Makan	Kriteria	Obesitas Ringan		Obesitas Berat	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	1	5	%	0	0
Cukup	9	45	%	3	27
Kurang	10	50	%	8	73

$\rho = 0,001 < \alpha = 0,05$
 $X^2 (\text{Chi-Square})$

Berdasarkan tabel 3. Diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar pola makan pada anak adalah kurang sebanyak 10 anak (10%) mengalami obesitas ringan dan sebanyak 8 anak (73%) mengalami obesitas berat, pola makan yang cukup pada anak adalah sebanyak 9 anak (45%) yang mengalami obesitas ringan, dan 3 anak (27%) mengalami obesitas berat, sedangkan pola makan yang baik pada anak adalah sebanyak 1 anak (5%) yang mengalami obesitas.

Pembahasan

Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5)

Berdasarkan uji statistik X^2 (*Chi-Square*) untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas menunjukkan hasil dengan signifikansi $\rho = 0,002$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya adanya hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6 - 225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

Dewi dan Mahmudiono (2013), juga menyatakan bahwa aktivitas fisik yang rendah merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya obesitas. Menurut Hasdianah, Siyoto, dan Peristyowati (2014) kekurangan aktivitas fisik akan menyebabkan suatu siklus yang hebat, obesitas membuat kegiatan olahraga menjadi sangat sulit dan kurang dapat dinikmati dan kurangnya olahraga secara tidak lengsung akan mempengaruhi turunnya metabolisme basal tubuh orang tersebut.

Pada responden didapatkan aktivitas anak cukup atau kurang. Aktivitas yang cenderung kurang atau sedang mempunyai potensi cukup besar untuk anak mengalami kejadian obesitas. Aktivitas fisik merupakan suatu bentuk kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam kehidupan sehari-harinya. Apabila aktivitas seseorang kurang sementara asupan makanan yang masuk kedalam tubuh berlebih dari kebutuhan tubuh, maka kelebihannya akan disimpan oleh tubuh dalam bentuk lemak sehingga

dapat menyebabkan seseorang mengalami obesitas. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Budiyati (2011) bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kurang aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak. Ini disebakan kerena semakin kurang aktivitas pada anak maka semakin naik IMT pada anak. Hasil penelitian Sorongan (2012) terdapat hubungan yang bermakna antara kurang aktivitas fisik dengan status gizi pelajar SMP disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik namun makan berlebih. Hasil penelitian Sulviana (2012) juga terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja di SMA yang disebabkan karena pada remaja kurang melakukan aktivitas fisik sehingga menyebabkan penumpukan lemak pada tubuh.

Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah (Kelas 3-5)

Berdasarkan uji statistik X^2 (*Chi-Square*) untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas menunjukkan hasil dengan signifikansi $\rho = 0,001$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6 - 225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya. Faktor resiko utama yang menyebabkan obesitas adalah perilaku yaitu pola makan yang tidak sehat ditambah dengan mengkonsumsi serat (buah dan sayur) yang tidak mencukupi (Sartiqa, 2011).

Obesitas terjadi karena pola makan yang kurang baik. Meningkatnya ketersediaan makanan berdampak semakin murahnya harga makanan di pasaran sehingga kecenderungan seseorang untuk makan akan meningkat. Masyarakat bisa memilih makanannya sendiri sehingga lebih mudah mengalami kelebihan asupan makanan dan kelebihan berat badan pun susah untuk di hindari (Freitag (2010) yang dikutip dalam Bidjuni, Rompas, dan Bambuena, 2014).

Pola makan yang menyebabkan terjadinya obesitas adalah makan tidak pada saat lapar dan makan sambil menonton TV atau mengerjakan sesuatu seperti pekerjaan rumah atau membaca (Bidjuni, Rompas, & Bambuena, 2014). Pola makan seperti ini lah yang merupakan pola makan yang kurang baik atau bisa disebut juga pola makan berlebih sehingga dapat menyebabkan anak mengalami obesitas. Oleh sebab itu diperlukan lingkungan yang sehat untuk anak karena lingkungan seseorang dapat mempengaruhi anak untuk mengikutinya, seperti halnya anak akan mengikuti pola makan disekitarnya.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian. Hasil penelitian Yamin, Mayulu, Rottie (2013) bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian obesitas pada siswa disebabkan karena perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang berlebih tanpa memperhatikan asupan energi. Hasil penelitian Budiyati (2011) juga terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak yang disebabkan

karena meningkatnya konsumsi makanan yang berlemak tinggi. Hasil penelitian Nurdin (2012) juga terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kegemukan pada murid disebabkan karena anak banyak mengkonsumsi makanan cemilan tinggi energi dan lemak serta seringnya mengkonsumsi *Fast Food*. Hasil penelitian Sulvina (2012) terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status gizi pada remaja di SMA disebabkan karena pola makan yang tidak teratur, berlebihan dan tidak seimbang.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Aktivitas fisik pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya sebagian besar tergolong aktivitas sedang (77%).
- 2) Pola makan pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya sebagian besar tergolong pola makan yang kurang baik (58%).
- 3) Adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya ($\rho = 0,002$).
- 4) Adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah (kelas 3-5) di SDN 6-225 Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya ($\rho = 0,001$).

DAFTAR RUJUKAN

- Bidjuni, H., Rompas, S., & Bambuena, M.I. (2014). Hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 8-10 tahun di katolik 03 frater don bosco manado.
- Budiyati (2011). Analisis faktor penyebab obesitas pada anak usia sekolah di sd islam al-azhar 14 kota semarang. Diunduh tanggal 22-11-2014.
<http://lontar.ui.ac.id/file?file=digital/20280289-T%20budiyanti.pdf>.
- Danari, A.L., Mayulu, N., & Onibala, F. (2013). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak sd di kota manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1). Hlm. 1-4.
- Dewi, A.C.N., & Mahmudiono, T. (2013). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, sikap, dan pengetahuan tentang obesitas dengan status gizi pegawai sipil di kantor dinas kesehatan provinsi jawa timur. *Jurnal Media Gizi*, 9(1). Hlm. 42-48.
- Dewi, M.R., & Sidiartha, I.G.L. (2012). Prevalensi dan faktor risiko obesitas anak sekolah dasar di daerah urban dan rural. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 44(44). Hlm. 1-7.
- Festy, P. (2011). Hubungan perilaku orang tua dengan kejadian obesitas pada anak prasekolah (3-5 tahun) di taman flora kota surabaya. *Jurnal Penelitian Akademi Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro*, 6(3). Hlm. 1-6.
- Hidayat, A.A.A. (2010). *Metode penelitian kesehatan paradigma kuantitatif*. Surabaya: Health Books.
- Marpaung, L. (2007). Perilaku ibu terhadap obesitas pada anak usia sekolah dasar sd pertiwi kecamatan medan barat. Diunduh tanggal 22-10-2014.
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14669/1/08E01519.pdf>.
- Nurdin, N.W. (2012). Hubungan status gizi orang tua, asupan makanan, durasi menonton tv serta bermain games dan faktor lain dengan status gizi (kegemukan) pada siswa tk islam al-azhar 03 kota cirebon tahun 2012. Diunduh tanggal 07-12-2014.
<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320238-s-noer%20widyanti%20nurdin.pdf>.
- Octari, C., Liputo, N.I., & Edison (2014). Hubungan status sosial ekonomi dan gaya hidup dengan kejadian obesitas pada siswa sd negeri 08 alang lawas padang. *Jurnal Kesehatan Andala*, 3(2). Hlm. 1-5.
- Parengkuhan, R.R., Mayulu, N., & Ponidjan, T. (2013). Hubungan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di kota manado.
- Sartika, R.A.D. (2011). Faktor risiko obesitas pada anak 5-15 tahun di indonesia. *Makara Kesehatan*, 15(1). Hlm. 1-7.
- Simatupang, M.R. (2008). Pengaruh pola konsumsi, aktivitas fisik dan keturunan terhadap kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar swasta di kecamatan medan baru kota medan. Diunduh tanggal 22-10-2014.
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14669/1/08E01519.pdf>.

- m/123456789/6796/1/09E01346.pdf?origin=publication_detail.
- Sorongan, C.I. (2012). Hubungan antara aktivitas fisik dengan statuz gizi pelajar smp frater don bosco manado. Diunduh tanggal 21-10-2014. <http://fkm.unsrat.ac.id/wp-content/uploads/2012/10/chrissia-sorongan.pdf>.
- Sulviana, D. (2012). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja di sma negeri 2 sigli kabupaten pidie. Diunduh tanggal 27-11-2014. http://180.241.122.205/dockti/devi_sulviana-08010159.pdf.
- Suryaputra, K., & Nadhiroh, S.R. (2012). Perbedaan pola makan dan aktivitas fisik antara remaja obesitas dengan non obesitas. *Jurnal Kesehatan*, 16(1). Hlm. 1-6.
- Tilong, A.D. (2014). *Penyakit-penyakit yang disebabkan makanan dan minuman pada Anak*. Yogyakarta: Laksana.
- Wahyu, G.G. (2009). *Obesitas pada anak*. Yogyakarta: B First.
- Yamin, B., Mayulu, N., & Rottie, J., (2013). Hubungan asupan energi dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di kota manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1). Hlm. 1-8.