

SKRIPSI

**PENGARUH KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP
KEGEMUKAN DI SDN 037
KOTA PEKANBARU**



Oleh:

ELVINA ATIKA
11980322565

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2023**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKRIPSI

**PENGARUH KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP
KEGEMUKAN DI SDN 037
KOTA PEKANBARU**



Oleh:

**ELVINA ATIKA
11980322565**

**Diajukan sebagai salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
2023**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kegemukan
di SDN 037 Kota Pekanbaru
Nama : Elvina Atika
NIM : 11980322565
Program Studi : Gizi

Menyetujui,
Setelah diuji pada Tanggal 10 Oktober 2023

Pembimbing I



Sofya Maya, S. Gz., M.Si
NIP. 19900805 202012 2 020

Pembimbing II



Yanti Ernalia, Dietisien, M.P.H
NIP. 19850615 201903 2 007

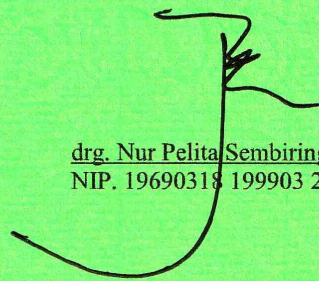
Mengetahui:

Dekan,
Fakultas Pertanian dan Peternakan



Dr. Arsyad M. S. Pt. M. Agr. Sc
NIP. 19740706 200701 1 031

Ketua,
Program Studi Gizi



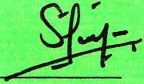
drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M
NIP. 19690318 199903 2 002



b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 10 Oktober 2023

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Tahrir Aulawi, S.Pt, M.Si	KETUA	
2.	Sofya Maya, S. Gz., M.Si	SEKRETARIS	
3.	Yanti Ernalina, Dietisien., M.P.H	ANGGOTA	
4.	drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	ANGGOTA	
5.	Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elvina Atika
Nim : 11980322565
Tempat/Tgl. Lahir : Bengkulu, 05 Maret 2022
Fakultas : Pertanian dan Peternakan
Prodi : Gizi
Judul Skripsi : Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kegemukan di SDN 037 Kota Pekanbaru

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan skripsi dengan judul sebagaimana tersebut diatas adalah hasil dari penelitian dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Desember 2023
Yang membuat pernyataan



Elvina Atika
11980322565

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UCAPAN TERIMAKASIH

Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah *Subhanahu Wata'ala* yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya. Sholawat serta salam dikirimkan kepada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah dengan nikmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kegemukan di SDN 037 Kota Pekanbaru”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Gizi di Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Padakeempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Papa Suherman dan Mama Lucy tercinta yang dari kecil udah membentuk kepribadian yang kuat untuk saya dan yang tidak pernah berhenti memberikan dukungan baik moral maupun materi, memberikan semangat yang luar biasa dan selalu mendoakan untuk kelancaran tugas akhir ini, serta adik-adik tercinta Firli, Yoga dan Rafa yang selalu memberikan dukungan semangat, sehingga penulis lebih bersemangat untuk mengerjakan penulisan ini.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas M. Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr., Sc. Selaku Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Bapak Dr. Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Dekan I, Bapak Dr. Zulfahmi, S. Hut, M.Si. selaku Wakil Dekan II dan Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultas Syarif Kasim Riau.
4. Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, MKM Sebagai Ketua Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ibu Sofya Maya, S. Gz., M. Si. selaku dosen pertama, dan Ibu Yanti Ernalia Dietisien., M.P.H selaku dosen kedua dalam proses penyelesaian tugas akhir skripsi ini, yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, memberikan dorongan, mendo'akan, memberikan masukan, memberi kritik serta saran yang sangat bermanfaat.

Ibu drg. Nur Pelita Sembiring, MKM dan Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji, terima kasih atas kritik dan saran yang sangat membantupenulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Dosen-dosen di Program Studi Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan ilmu serta wawasan dan bimbingan semasa kuliah.

8. Sahabat seperjuangan Septiani Wulandari, Tia Leony Devi, Suci Nurlisa, Rika Widya Marisa yang telah membantu dan menemani yang tidak ada habisnya selalu memberi semangat dan motivasi dalam kelancaran tugas akhir ini.

9. Kelas B Gizi angkatan 2019 terima kasih sudah bersama dari awal perkuliahan sampai sekarang, semoga kita semua sukses dan ilmu yang kita dapatkan selama perkuliahan berlangsung berkah dan bermanfaat dunia dan akhirat.

10. Seluruh staf dan siswa kelas III, IV dan V SDN 037 Pekanbaru yang terlibat dalam penelitian ini dari awal dan memberi semangat serta meluangkan waktudan tenaganya untuk membantu dalam kelancaran tugas akhir skripsi ini.

Penulis berharap semoga segala hal yang telah diberikan kepada penulis ketika berkuliah akan dibalas Allah *Subbhanhu Wata'ala* dan dimudahkan segala urusan. *Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Pekanbaru, Desember 2023

Penulis

RIWAYAT HIDUP



Elvina Atika dilahirkan di Kota Bengkulu, pada Tanggal 05 Maret 2002. Lahir dari pasangan Ayahanda Suherman dan Ibunda Lucy Evi Noviani Ayahanda Juretno dan Ibunda Farida Hanum, yang merupakan anak pertama dari 4 bersaudara. Masuk sekolah dasar di SD Taman Siswa Medan Sumatera Utara dan tamat pada Tahun 2013.

Pada Tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di SMP Taman Siswa Medan Sumatera Utara dan tamat pada Tahun 2016 di SMP Taman Siswa Medan Sumatera Utara. Pada Tahun 2016 penulis melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 1 Bungaraya dan tamat pada Tahun 2019.

Pada Tahun 2019 melalui jalur Mandiri diterima menjadi mahasiswi pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Selama masa kuliah penulis pernah menjadi anggota GAC (*Green Agriculture Community*) pada Tahun 2020. Pada Bulan Juli sampai Agustus Tahun 2022 telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Olak, Kecamatan Sungai Mandau, Kabupaten Siak, Provinsi Riau.

Pada Bulan September sampai dengan Oktober 2022 telah melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) Dietetik di RSUD Tengku Rafi'an Kabupaten Siak, Riau. Pada bulan Oktober sampai dengan November telah melaksanakan PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Langsung, Pekanbaru. Pada bulan November sampai dengan Desember telah melaksanakan PKL Gizi Institusi di Rotte Garuda Sakti, Pekanbaru.

Pada Tanggal 14 Juni 2022 penulis melaksanakan Ujian Seminar Proposal dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji. Pada Tanggal 27 Juni 2023 penulis melaksanakan Ujian Skripsi Seminar Hasil dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji. Pada Tanggal 10 Oktober 2023 penulis melaksanakan Ujian Sidang Skripsi Munaqasah dan dinyatakan lulus oleh Tim Penguji, Serta menyandang Gelar Sarjana Gizi (S.Gz).

Hak Cipta Diilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan keselamatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kegemukan di SDN 037 Kota Pekanbaru”**. Shalawat dan salam untuk junjungan umat, Nabi Muhammad shallallahu alaihi wasallam, yang mana berkat beliau kita dapat merasakan dunia yang penuh dengan ilmu pengetahuan ini. Skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi (S1) Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan banyak kekurangan, baik dalam penulisan maupun materi yang disampaikan. Selanjutnya, penulis menerima kritik dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan dan pembelajaran bagi kita semua, serta membuka wawasan pemikiran keilmuan kita.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatu.

Pekanbaru, Desember 2023

Elvina Atika
11980322565

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PENGARUH KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP KEGEMUKAN DI SDN 037 KOTA PEKANBARU

Elvina Atika (11980322565)
Di bawah bimbingan Sofya Maya dan Yanti Ernalina

INTISARI

Makanan cepat saji adalah makanan yang mengandung kalori tinggi dan disukai anak-anak, terutama pada anak sekolah dasar. Konsumsi makanan cepat saji yang berlebih dapat menimbulkan kegemukan/obesitas. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengidentifikasi pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan di SDN 037 Pekanbaru. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional study*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Responden dalam penelitian berjumlah 83 orang yaitu 34 orang anak perempuan dan 49 orang anak laki-laki dan berusia 9-11 tahun di SDN 037 Pekanbaru. Hasil deskriptif memperlihatkan bahwa tingkat kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kategori sering sebanyak 40 responden (48,2%), anak yang memiliki status gizi kurus sebanyak 19 responden (22,9%) dan anak yang memiliki status gizi lebih (gemuk) sebanyak 34 responden (41,0%). Uji *chi-square* menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan ($p=0,044$). Kesimpulan penelitian adalah konsumsi makanan cepat saji berpengaruh terhadap kegemukan pada siswa/siswi di SDN 037 Kota Pekanbaru.

Kata kunci: anak sekolah dasar, kegemukan, makanan cepat saji

THE EFFECT OF FAST FOOD CONSUMPTION TO OVERWEIGHT AT SDN 037 PEKANBARU CITY

Elvina Atika (11980322565)
Under guidance by Sofya Maya dan Yanti Ernalina

ABSTRACT

Fast food is food that contains high calories and it is very liked by children, especially elementary school children. Excessive consumption of fast food can cause overweight/obesity. The aim of this study was to identify the effect of fast food consumption on obesity at SDN 037 Pekanbaru. The research design used was a cross-sectional study. Sampling was carried out using purposive sampling technique. Respondents in this study totaled 83 people, 34 of whom were girls and 49 boys and aged 9-11 years at SDN 037 Pekanbaru. The descriptive results showed that the level of habit of consuming fast food in the frequent category was 40 respondents (48.2%) children who have a thin nutritional status were 19 respondents (22.9%) and children who have more nutritional status (obese) were 34 respondents (41.0%). The chi-square test showed that there was a significant effect of fast food consumption on obesity ($p=0.044$). The conclusion of the research was the consumption of fast food had an effect on overweight among students at SDN 037 Pekanbaru City.

Keywords: elementary school children, overweight, fast food

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan	3
1.3. Manfaat	3
1.4. Hipotesis	3
II. TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. Makanan Cepat Saji	4
2.2. Kegemukan	7
KERANGKA PEMIKIRAN	14
III. MATERI DAN METODE	15
3.1. Waktu dan Tempat	15
3.2. Definisi Operasional	16
3.3. Jenis Penelitian	16
3.4. Populasi dan Sampel	16
3.5. Instrumen Penelitian	18
3.6. Pengumpulan Data	18
3.7. Analisis Data	18
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	20
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	20
4.2. Karakteristik Responden	20
4.3. Analisis Univariat	21
4.4. Analisis Bivariat	24
V. KESIMPULAN DAN SARAN	27
5.1. Kesimpulan	27
5.2. Saran	27
DAFTAR PUSTAKA	28
LAMPIRAN	32
	xiii

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Kategori dan Ambang Batas Status gizi Anak	8
3.1. Definisi Operasional	16
4.1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	21
4.2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur	22
4.3. Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji	23
4.4. Distribusi Frekuensi Status Gizi	24
4.5. Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi ...	26

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pemikiran	15
4. SDN 37 Tampan, Pekanbaru	20



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR SINGKATAN

Body Mass Indeks

Gram

Health Eating Indeks

Indeks Massa Tubuh

Kilo Kalori

Standar Deviasi

Sekolah Dasar Negeri

Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire

Ukuran Rumah Tangga

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	33
2. Lembar Kuesioner <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>	34
3. Tabel Nilai Kalori Makanan Cepat Saji	36
4. Surat Permohonan Riset Awal	37
5. Surat Kode Etik Penelitian	38
6. Data Mentah Penelitian	39
7. Analisis Data Hubungan Sarapan dengan Konsentrasi	39
8. Dokumentasi Penelitian	41

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak usia sekolah adalah anak yang mulai masuk Sekolah Dasar (SD) sekitar usia 6 tahun sampai usia pubertas sekitar 12 tahun. Sekolah merupakan salah satu yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Laju pertumbuhan pada anak usia sekolah berbeda. Rata rata tinggi badan meningkat 6 cm dan berat badan meningkat 3-3,5kg per tahun pada usia ini. Menurut *World Health Organisation* (2017) kegemukan dan obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang mendatangkan risiko bagi kesehatan. Kegemukan dan obesitas merupakan faktor risiko utama untuk sejumlah penyakit kronis, termasuk diabetes, penyakit jantung dan kanker. Masalah kegemukan dan obesitas selama ini dianggap hanya ada di negara-negara berpenghasilan tinggi, namun kini kelebihan berat badan dan obesitas meningkat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah terutama di perkotaan.

Secara Nasional berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 masalah kelebihan berat badan pada anak usia sekolah di Indonesia masih tergolong tinggi, prevalensi nasional gemuk dan obesitas pada anak yaitu sebesar 9,2%. Prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak usia 5-12 tahun jika dilihat berdasarkan jenis kelamin yaitu kegemukan pada anak laki-laki sebesar 10,4% dan obesitas sebesar 10,7%. Sedangkan prevalensi kegemukan pada anak perempuan sebesar 11,2% dan obesitas sebesar 7,7%. Jika dilihat berdasarkan tempat tinggal, anak-anak yang tinggal di perkotaan cenderung lebih banyak mengalami kegemukan dan obesitas dibandingkan yang tinggal di pedesaan. Kejadian kegemukan diperkotaan sebesar 11,9% dan kejadian obesitas sebesar 11,5%, sedangkan kejadian kegemukan di pedesaan sebesar 9,6% dan kejadian obesitas sebesar 7,8%. Bisa disimpulkan bahwa rata-rata prevalensi gemuk dan obesitas yang ada di Indonesia berada diatas prevalensi nasional. Hanya saja pada anak yang berjenis kelamin perempuan dan kejadian obesitas di pedesaan berada dibawah prevalensi nasional yaitu masing-masing sebesar 7,7 % dan 7,8% namun selisihnya hanya 1,4%-1,5% saja (Kemenkes RI, 2018).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kegemukan dan obesitas disebabkan oleh faktor lingkungan. Faktor genetik meskipun diduga juga berperan tetapi tidak dapat menjelaskan terjadinya peningkatan prevalensi kegemukan dan obesitas. Pengaruh faktor lingkungan terutama terjadi melalui ketidakseimbangan antara pola makan, perilaku makan dan aktivitas fisik. Hal ini terutama berkaitan dengan perubahan gaya hidup yang mengarah pada *sedentary life style*. Pola makan dapat mempengaruhi kegemukan/obesitas pada anak, terutama di kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat, terutama dalam bentuk makanan siap saji yang sering mutu gizinya tidak seimbang. Pola makan tersebut merupakan jenis-jenis makanan yang bermanfaat, akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori. Berbagai makanan yang tergolong makanan siap saji tersebut adalah kentang goreng, ayam goreng, *hamburger*, *soft drink*, *pizza*, *hotdog*, donat dan lain-lain (Junaidi, 2016).

Makanan cepat saji adalah makanan yang diperoleh dari makanan luar rumah yang disajikan dengan sedikit waktu dan tidak perlu menunggu waktu lagi semenjak makanan dipesan sampai dengan disajikan (Indriawati, 2009). Efek makanan cepat saji terhadap tubuh yakni dapat mempengaruhi tingkat energi dalam tubuh karena tidak mengandung gizi yang cukup seperti protein dan karbohidrat. Tingginya tingkat gula dalam makanan cepat saji akan membuat metabolisme tubuh menjadi tidak terkendali. Ketika tubuh mengonsumsi gula dalam jumlah yang besar maka pankreas akan mengeluarkan hormon insulin dalam jumlah yang tinggi dan glukosa akan menumpuk dalam darah, kejadian ini disebut resistensi insulin yang akan menyebabkan tubuh menjadi mudah lelah dan sering kelaparan.

Makanan cepat saji juga mengandung jumlah lemak yang besar yang mengakibatkan bertambahnya berat badan dan dapat mengganggu pertumbuhan pada usianya (Husein, 2012). Penelitian lain menyebutkan bahwa peningkatan kegemukan/obesitas pada anak saat ini karena anak-anak lebih senang mengonsumsi makanan cepat saji, karena lebih banyak mengandung energi dan sedikit serat (Zulfa, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Fauzul, 2009) di Manado menunjukkan siswa yang mengonsumsi makanan cepat saji lebih dari 3 kali perminggu mempunyai risiko 3,28 kali lebih besar menjadi gizi lebih

dibandingkan dengan yang jarang atau 1-2 kali per minggu mengonsumsi. Berdasarkan penelitian Junaidi dan Noviyanda (2016) diketahui bahwa murid yang konsumsi makanan cepat saji berada pada kategori sering, mempunyai risiko 3,667 kali lebih besar untuk mengalami kegemukan, bila dibandingkan dengan murid yang tingkat konsumsi makanan cepat saji berada pada kategori jarang.

Pemilihan lokasi dilaksanakan di Kota Pekanbaru, Jl. Garuda Sakti, di SDN 037 Pekanbaru. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2012, dari 20 puskesmas yang melakukan penjangkaran kesehatan, puskesmas dengan status gizi lebih pada anak sekolah tertinggi yaitu wilayah kerja puskesmas garuda sebanyak 197 anak (10,8%) yang dilakukan pada 24 sekolah dasar, dan berdasarkan observasi secara langsung terhadap 20 siswa di SDN 037 Pekanbaru, rata-rata siswa tersebut mempunyai status gizi lebih akibat sering mengonsumsi makanan cepat saji. Maka dari itu rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan di SDN 037 Pekanbaru.

1.2. Tujuan

Tujuan penelitian adalah untuk mengidentifikasi pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan di SDN 037 Pekanbaru.

1.3. Manfaat

Manfaat penelitian adalah sebagai sumber Informasi dalam melakukan upaya promotif dan preventif melalui program penanggulangan kegemukan di SDN 037 Pekanbaru dan sebagai sumber ilmu pengetahuan bagi masyarakat dan mahasiswa/mahasiswi yang ingin melanjutkan penelitian.

1.4. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah terdapat pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan di SDN 037 Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Makanan Cepat Saji

Pada era globalisasi ini, makanan mudah dijumpai dimana-mana seperti makanan cepat saji yang makin marak ditawarkan kepada masyarakat. Makanan cepat saji adalah makanan yang tersedia dalam waktu cepat dan siap disantap seperti ayam goreng tepung, kentang goreng, nugget, sosis, goreng-gorengan dan lain sebagainya. Mudahnya memperoleh makanan siap saji di pasaran memang memudahkan tersedianya variasi pangan sesuai selera dan daya beli. Makanan cepat saji merupakan makanan yang mengandung tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat. Konsumsi tinggi makanan cepat saji diduga dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas karena kandungan dari makanan cepat saji tersebut (Wandansari, 2015).

Terdapat dua macam *fast food*, yaitu *fast food western* dan *fast food lokal* (Wandansari, 2015): a) *Fast food Modern*, beberapa *fast food* yang tergolong *fast food modern* adalah ayam goreng (*fried chicken*), *pizza*, *sosis*, *nugget*, *hamburger*, *sandwich*, *french fries* (kentang goreng), donat, *ice cream*, *milk shake*, dan *soft drink*. b) *Fast food Lokal*, beberapa *fast food* yang tergolong *fast food lokal* adalah bakso, mie goreng, mie ayam, nasi goreng, soto, sate, batagor dan martabak.

Karakteristik makanan cepat saji adalah:

Tinggi kalori, satu porsi cepat saji rata-rata dapat memenuhi setengah kebutuhan kalori dalam sehari yang berkisar antara 400-500 kalori bahkan sampai 1000 kalori. *Hamburger* besar yang digoreng mengandung 1200 kalori. Tinggi lemak, rata-rata 40-60% kalori makanan cepat saji berasal dari lemak. Bahan yang terdiri dari keju, *mayonaise*, *cream*, dan metode memasak *deep-frying* mengakibatkan kandungan lemak yang sangat tinggi pada makanan tersebut. Makanan yang digoreng dalam minyak ditambah daging dan telur mengandung kolesterol yang tinggi, bahwa makanan cepat saji yang mengandalkan pangan hewani ternak sebagai menu utama juga merupakan pangan sumber lemak dan kolesterol. Ayam goreng yang umumnya digoreng dengan kulitnya mengandung kolesterol cukup tinggi. Lemak dan kolesterol memang diperlukan oleh tubuh

kita, namun bila dikonsumsi berlebihan akan mendatangkan gangguan kesehatan seperti terjadi penyumbatan pembuluh darah.

Tinggi garam, beberapa makanan cepat saji mengandung garam yang sangat tinggi, menyebutkan tersedianya garam meja di restoran makanan cepat saji akan mendorong konsumen untuk mengkonsumsi ekstra garam. Konsumsi garam yang berlebihan menjadi faktor resiko munculnya penyakit hipertensi, khususnya bagi individu-individu yang sensitif. Tinggi gula, kontribusi gula pada makanan cepat saji adalah dari minuman dan makanan Rendah serat, makanan yang terdiri dari bahan rendah serat dan sedikit meninggalkan sisa atau ampas yang tidak diserap usus sehingga tidak merangsang saluran cerna (Sulastri, 2012).

Makanan cepat saji menjadi salah satu pemicu munculnya berbagai penyakit seperti: penyakit jantung, diabetes mellitus, hipertensi dan kegemukan/obesitas. Lemak jenuh dan kolesterol yang terdapat dalam makanan cepat saji diketahui memperbesar risiko seseorang untuk terkena penyakit tersebut (Khasanah, 2012). World Health Organization (WHO) and Food Agricultural Organization (FAO) menyatakan bahwa ancaman potensial dari residu bahan makanan terhadap kesehatan manusia dibagi dalam 3 kategori yaitu: a) Aspek *Toksikologis*, berupa residu bahan makanan yang dapat bersifat racun terhadap organ-organ tubuh. (Arisman, 2009). b) Aspek *Mikrobiologis*, berupa mikroba dalam bahan makanan yang dapat mengganggu keseimbangan mikroba dalam saluran pencernaan (Boenga, 2011). c) Aspek *Imunopatologis*, yaitu keberadaan residu yang dapat menurunkan kekebalan tubuh, penggunaan zat aditif yang berlebihan dan dikonsumsi secara terus menerus dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan. Zat aditif adalah bahan kimia yang dicampurkan ke dalam makanan dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas, menambahkan rasa, dan memantapkan kesegaran produk makanan. Misalnya bahan penyedap rasa MSG (*Monosodium glutamat*) terdapat dalam *french fries* jika dikonsumsi terlalu sering akan mengendap dalam tubuh dan memicu risiko kanker. Zat aditif yang lain yaitu berupa bahan pemanis yang terdapat dalam makanan cepat saji yaitu sakarin yang terdapat dalam bumbu salad dan bahan siklamat yang merupakan pemanis yang tidak mempunyai nilai gizi (*nonnutritive*) untuk pengganti sukrosa (Boenga, 2011).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Secara lebih rinci dampak makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko beberapa penyakit (Arisman, 2009) diantaranya: Makanan Cepat Saji memicu Diabetes, beberapa menu dalam restaurant makanan cepat saji juga mengandung banyak gula, terutama gula buatan, tidak baik untuk kesehatan karena dapat menyebabkan penyakit gula atau diabetes, kerusakan gigi, dan obesitas. Minuman bersoda, cake, dan cookies mengandung banyak gula dan sangat sedikit vitamin serta mineralnya. Minuman bersoda mengandung paling banyak gula, sedangkan kebutuhan gula dalam tubuh tidak boleh lebih dari 4 gram atau satu sendok teh sehari. Dengan hanya menikmati makanan cepat saji setidaknya satu kali dalam seminggu mengakibatkan kenaikan lemak dalam darah. Makanan Cepat Saji memicu Penyakit Jantung, The American Heart Association menganjurkan agar mengonsumsi daging tanpa lemak dan sayuran juga menghindari makanan berlemak jenuh tinggi dan trans fat, sodium dan kolesterol seperti burger keju dan makanan yang digoreng. Menurut The National Institutes of Health lemak jenuh dan kolesterol di makanan tersebut dapat meningkatkan kolesterol dalam darah dan meningkatkan kemungkinan dengan permasalahan pada jantung (Aini, 2012). Makanan Cepat Saji memicu Hipertensi, Sodium yang banyak terdapat dalam makanan cepat saji tidak boleh terlalu banyak dalam tubuh. Untuk ukuran orang dewasa, sodium yang aman jumlahnya tidak boleh lebih dari 3300 miligram, hal tersebut sama dengan 1 3/5 sendok teh. Sodium yang banyak terdapat di makanan cepat saji, dapat meningkatkan aliran dan tekanan darah sehingga dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tekanan darah tinggi (Zulfa, 2011).

Makanan Cepat Saji memicu Obesitas, selain karena faktor genetik, obesitas juga bisa dipicu dari pola makan yang tidak sesuai dengan kesehatan. Pemilihan makanan karena pertimbangan selera dan prestise dibandingkan dengan gizinya. Akibatnya, jenis makanan yang banyak dipilih adalah makanan cepat saji. Frekuensi yang rutin dalam mengonsumsi makanan cepat saji akan memicu obesitas. Makanan cepat saji lebih banyak mengandung lemak, kalori, zat pengawet, dan gula dibandingkan serat dan vitamin yang lebih dibutuhkan oleh tubuh (Kurdanti, 2015). Makanan Cepat Saji memicu Gagal Ginjal, kegemaran dan kebiasaan masyarakat mengonsumsi makanan cepat saji juga menyebabkan makin tingginya asupan natrium dan garam karena kadar garamnya mencapai

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dua kali lipat dari batas normal yang dianjurkan yaitu sebesar < 2,4 gram. Garam tinggi berpengaruh pada orang dengan kondisi ginjal terganggu, dapat menjadi penyebab gagal ginjal. Selain itu kadar protein yang tinggi akan semakin merusak ginjal (Putra, 2018). Makanan Cepat Saji memicu Gangguan Gastrointestinal, rendahnya kandungan serat menyebabkan makanan yang diolah secara tidak sempurna di dalam tubuh, gangguan pencernaan dapat berupa konstipasi sampai memicu timbulnya kanker pencernaan. Banyak penelitian menunjukkan korelasi yang erat antara konstipasi dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (Zulfa, 2011).

2.2. Kegemukan

Kegemukan adalah suatu keadaan yang terjadi apabila kuantitas fraksi jaringan lemak tubuh dibandingkan berat badan total lebih besar dari pada normal (Nugraha, 2009). Kegemukan (obesitas) ini dapat didefinisikan sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan. Seseorang bisa dikatakan kelebihan berat badan bila Indeks Massa Tubuh (IMT) lebih besar atau sama dengan 25 (Agtadwimawanti, 2012).

Kegemukan dan obesitas pada anak dapat dinilai dengan berbagai metode atau teknik pemeriksaan. Salah satunya adalah pengukuran *Body Mass Index* (BMI) atau sering juga disebut Indeks Massa Tubuh (IMT). Pengukuran IMT dilakukan dengan cara membagi nilai berat badan (kg) dengan nilai kuadrat tinggi (m)². IMT merupakan metode yang paling mudah dan paling banyak digunakan diseluruh dunia untuk menilai timbunan lemak yang berlebihan di dalam tubuh secara tidak langsung (Wahyu, 2009).

$$IMT = \frac{BB \text{ (kg)}}{(TB)^2}$$

Cara menentukan IMT/U adalah dengan menentukan terlebih dahulu BMI anak dengan rumus BMI. Setelah nilai BMI diperoleh, bandingkan nilai BMI nilai BMI hasil perhitungan pada diagram BMI for age sesuai dengan jenis kelamin dan umur anak. Penentuan kriteria anak disesuaikan dengan memperhatikan nilai Z score pada diagram WHO. Z score merupakan indeks antropometri yang digunakan secara internasional untuk menentukan status gizi dan pertumbuhan, yang diekspresikan sebagai satuan standar deviasi (SD) populasi rujukan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Untuk pengukuran Z score populasi yang distribusinya normal, umumnya digunakan pada indikator panjang atau tinggi badan anak. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$Z - Score = \frac{\text{nilai yang diamati} - \text{nilai referensi median}}{Z - score populasi}$$

Perhitungan IMT pada orang dewasa berbeda tidak sama dengan IMT anak dan remaja dikarenakan kriteria IMT pada anak maupun remaja spesifik terhadap umur dan jenis kelamin. Jenis kelamin dan umur pada anak dan remaja dipertimbangkan karena jumlah lemak tubuh yang berubah sesuai dengan umur dan jumlah lemak tubuh yang berbeda antara perempuan dan laki-laki (CDC, 2011). Pada anak-anak dan remaja hasil perhitungan IMT juga dapat diinterpretasikan pada grafik IMT menurut umur baik pada laki-laki atau perempuan (Kemenkes RI, 2020).

Tabel 2.1. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Menurut Kemenkes 2020.

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U) Anak usia 5-18 tahun	Gizi kurang (<i>thinnes</i>)	-3 SD sd <- 2 SD
	Gizi baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD sd + 2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+2 SD

Berbagai penelitian ilmiah menunjukkan bahwa penyebab obesitas pada anak bersifat multifaktor. Ada tiga faktor yang diketahui berperan besar meningkatkan resiko terjadinya kegemukan/obesitas pada anak (Wahyu, 2009). Faktor Genetik, keterlibatan genetik dalam meningkatkan faktor risiko kegemukan dan obesitas diketahui berdasarkan fakta adanya perbedaan kecepatan metabolisme tubuh antara satu individu dan individu yang lainnya. Individu yang memiliki kecepatan metabolisme lebih lambat memiliki resiko lebih besar menderita kegemukan dan obesitas. Pola makan, berperan besar dalam peningkatan resiko terjadinya obesitas pada anak. Makanan yang harusnya dihindari untuk mencegah obesitas pada anak adalah makanan yang tinggi kadar kalorinya, rendah serat dan minim kandungan gizinya. Badjeber (2012) mengatakan bahwa beberapa faktor penyebab obesitas pada anak antara lain asupan makanan yang berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba

instan, minuman soft drink, makanan dan jajanan cepat saji dan lainnya. Penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak yang sering mengonsumsi makanan cepat saji lebih dari tiga kali perminggu mengalami obesitas sebesar 3,28%. Kebiasaan lain adalah mengonsumsi makanan cemilan yang banyak mengandung gula sambil menonton televisi (Wilkinson, 2008).

Pola Aktivitas, yang minim berperan besar dalam peningkatan risiko kegemukan/obesitas pada anak. Kegemukan dan obesitas lebih mudah diderita oleh anak yang kurang beraktivitas fisik maupun olahraga. Obesitas pada anak yang kurang beraktivitas fisik maupun berolahraga disebabkan oleh jumlah kalori yang dibakar lebih sedikit dibandingkan jumlah kalori yang diperoleh dari makanan yang dikonsumsi sehingga berpotensi menimbulkan penimbunan lemak berlebihan dalam tubuh. Sebagian besar waktu anak dihabiskan dengan bermain. Bermain bagi anak semestinya bukan sekedar aktivitas fisik biasa, melainkan dapat menjadikannya belajar yang menyenangkan dan berolahraga secara tidak langsung bagi anak.

Obesitas pada anak dapat meningkatkan resiko timbulnya berbagai keluhan dan penyakit pada anak. Secara sederhana gangguan kesehatan yang terjadi pada anak penderita obesitas diantaranya: (a) DM tipe 2 merupakan kondisi ketika jumlah insulin yang diproduksi memadai, namun tidak mampu mengontrol kadar gula darah di dalam darah dalam batas normal. Kondisi ini banyak dijumpai pada anak dengan obesitas juga pada anak yang kurang beraktivitas fisik maupun berolahraga. Bila resistensi urin tidak segera ditangani dengan tepat akan berkembang menjadi DM tipe 2. (b) Asma *Bronkhiale* merupakan obesitas pada anak juga akan meningkatkan resiko timbulnya asma bronkhiale terutama setelah beraktivitas fisik maupun berolahraga yang melelahkan. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan seorang mahasiswa program doktor ilmu gizi anak di Kansas State University pada tahun 2008. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami obesitas yang kurang beraktivitas fisik maupun olahraga cenderung mengalami serangan sesak nafas akibat penyempitan saluran pernafasan. (c) Hipertensi merupakan salah satu faktor yang meningkatkan resiko hipertensi pada anak. Hipertensi pada anak ditandai dengan nilai tekanan darah yang melebihi persentil ke-95 pada tabel tekanan darah. Hipertensi yang diderita

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sejak usia anak-anak cenderung berlanjut hingga dewasa. (d) *Sleep Apnea* merupakan obesitas pada anak juga berpotensi menimbulkan gangguan pada saluran nafas ketika tidur yang dikenal dengan istilah sleep apnea. Penderita obesitas memiliki saluran jalan nafas yang sempit akibat penumpukan lemak berlebih di beberapa otot yang beberapa otot yang berada dalam nafas. Selain itu pangkal lidah anak dengan obesitas juga lebih mudah terdorong kearah belakang dan menyumbat jalan nafas ketika tidur. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa *sleep apnea* diderita oleh 7% anak dengan obesitas. *Sleep apnea* ditandai dengan rasa kantuk yang sangat kuat pada siang hari. Hal ini disebabkan oleh tidur yang tidak nyenyak pada malam hari. Gangguan tidur ini juga dapat menurunkan konsentrasi dan daya ingat jangka pendek. (e) Kelainan tulang merupakan obesitas pada anak berpotensi menimbulkan kelainan bentuk dan ukuran tulang, ketidakseimbangan, maupun rasa nyeri yang sangat kuat baik ketika anak berdiri, berjalan maupun berlari. Obesitas pada anak memberikan tekanan dan renggangan yang lebih besar terutama pada tulang kaki dibandingkan anak dengan berat badan normal. Selain itu anak dengan obesitas juga cenderung mengalami gangguan pada tulang dan sendi, seperti kerusakan pada lempeng pertumbuhan tulang kaki, penyempitan sudut sendi, rasa nyeri di daerah lutut dan pinggang.

Gangguan psikologis merupakan anak dengan obesitas rentan mengalami depresi karena diejek oleh teman sebayannya, terutama ketika mereka mulai memasuki usia sekolah. Anak dengan obesitas biasanya lebih lamban dan malas bergerak. Hal ini sering mengundang ejekan dan cemoahan dari teman-teman sebaya. Ejekan yang diterima secara terus menerus dapat menghilangkan kepercayaan diri pada anak dan anak juga merasa tertekun. Gangguan sosial merupakan anak dengan obesitas kerap menghadapi kendala dalam hubungan sosial maupun bermain dengan teman sebayanya. Anak dengan obesitas cenderung tidak diikuti sertakan dalam olahraga berkelompok dengan alasan anak tidak lincah dan lamban. Hal ini cenderung membuat anak menarik diri dari lingkungan sosial dan teman-teman sebayanya.

Kegemukan disebabkan oleh ketidak seimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, dan pemeliharaan kesehatan.

Beberapa faktor penyebab kegemukan pada anak-anak antara lain asupan makanan berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman ringan, dan makanan jajanan seperti makanan cepat saji lainnya. Kegemukan pada masa bayi disebabkan kurangnya pengetahuan orang tua, terutama tentang kebutuhan konsumsi makanan. Pihak orang tua harus paham benar akan waktu dan menu yang tepat untuk memberi makan terhadap bayinya. Seorang bayi yang menangis belum tentu merasa lapar, mungkin merasa sakit pada bagian tubuh tertentu atau pakaiannya basah. Oleh karena itu, kurang tepat bila setiap bayi menangis selalu diberi makanan. Karena itu, berat badan dipertahankan secara baik dalam cakupan yang sempit dalam waktu yang lama. Diperkirakan, keseimbangan yang baik ini dipertahankan oleh internal set point atau lipostat, yang dapat mendeteksi jumlah energi yang tersimpan (jaringan adiposa) dan semestinya meregulasi asupan makanan supaya seimbang dengan energi yang dibutuhkan (Sartika, 2011).

Skema yang dapat dipakai untuk memahami mekanisme neurohormonal yang meregulasi keseimbangan energi dan selanjutnya mempengaruhi berat badan. Secara garis besar, ada 3 komponen pada sistem tersebut (Demy, 2009): a) Sistem aferen, menghasilkan sinyal humoral dari jaringan adiposa (leptin), pankreas (insulin), dan perut (ghrelin). b) *Central processing unit*, terutama terdapat pada hipotalamus, yang mana terintegrasi dengan sinyal aferen. c) Sistem efektor, membawa perintah dari *hypothalamic nuclei* dalam bentuk reaksi untuk makan dan pengeluaran energi. Pada keadaan energi tersimpan berlebih dalam bentuk jaringan adiposa dan individu tersebut makan, sinyal adipose aferen (insulin, leptin, ghrelin) akan dikirim ke unit proses sistem saraf pusat pada hipotalamus. Di sini, sinyal adiposa menghambat jalur anabolisme dan mengaktifkan jalur katabolisme. Lengan efektor pada jalur sentral ini kemudian mengatur keseimbangan energi dengan menghambat masukan makanan dan mempromosi pengeluaran energi. Hal ini akan mereduksi energi yang tersimpan. Sebaliknya, jika energi tersimpan sedikit, ketersediaan jalur katabolisme akan digantikan jalur anabolisme untuk menghasilkan energi yang akan disimpan dalam bentuk jaringan adiposa, sehingga tercipta keseimbangan antara keduanya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada sinyal aferen, insulin dan leptin mengontrol siklus energi dalam jangka waktu yang lama dengan mengaktifkan jaras katabolisme dan menghambat jaras anabolisme. Sebaliknya, ghrelin secara dominan menjadi mediator dalam waktu yang singkat. Hormon ghrelin menstimulasi rasa lapar melalui aksinya di pusat makan di hipotalamus. Sintesis ghrelin terjadi dominan di sel-sel epitel di bagian fundus lambung. Sebagian kecil dihasilkan di plasenta, ginjal, kelenjar pituitari, dan hipotalamus. Sedangkan reseptor ghrelin terdapat di sel-sel pituitari yang mensekresikan hormon pertumbuhan, hipotalamus, jantung, dan jaringan adiposa. Konsentrasi ghrelin dalam darah paling rendah terjadi setelah makan dan meningkat ketika puasa sampai waktu makan berikutnya.

Walaupun insulin dan leptin sama-sama berpengaruh dalam siklus energi, data yang ada menyatakan bahwa leptin mempunyai peran yang lebih penting daripada insulin dalam pengaturan homeostatis energi di sistem saraf pusat. Selsel adiposa berkomunikasi dengan pusat hypothalamic yang mengontrol selera makan dan pengeluaran energi dengan cara mengeluarkan leptin, salah satu jenis sitokin. Jika terdapat energi tersimpan yang berlimpah dalam bentuk jaringan adiposa, dihasilkan leptin dalam jumlah besar, melintasi sawar darah otak, dan berikatan dengan reseptor leptin. Reseptor leptin menghasilkan sinyal yang mempunyai dua efek, yaitu menghambat jalur anabolisme dan memicu jalur katabolisme melalui neuron yang berbeda. Hasil akhir dari leptin adalah mengurangi asupan makanan dan mempromosikan pengeluaran energi. Karena itu, dalam beberapa saat, energi yang tersimpan dalam sel-sel adipose mengalami reduksi dan mengakibatkan berat badan berkurang. Pada keadaan ini, equilibrium atau energy balance tercapai. Siklus ini akan terbalik jika jaringan adiposa habis dan jumlah leptin berada di bawah ambang batas normal. Cara kerja leptin secara molekuler sangat kompleks dan belum dapat diuraikan secara lengkap. Secara garis besar, leptin bekerja melalui salah satu bagian jaras neural terintegrasi yang disebut leptin-melanocortin circuit. Pemahaman tentang sirkuit ini penting mengingat obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup serius dan pengembangan obat antiobesitas tergantung sepenuhnya pada pemahaman jaras ini.

KERANGKA PEMIKIRAN

Masa usia sekolah dasar sering disebut sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Namun pada umur 6 atau 7 tahun, biasanya anak telah matang untuk memasuki sekolah dasar. Pada masa keserasian sekolah ini secara relatif anak-anak lebih mudah dididik dari pada masa sebelum dan sesudahnya. Menurut UU No. 4 Tahun 1979 tentang kesejahteraan anak, anak sekolah adalah anak yang memiliki umur 6-12 tahun yang masih duduk di sekolah dasar dari kelas 1 sampai kelas 6 dan perkembangan sesuai usianya. Anak usia sekolah adalah anak dengan usia 7-15 tahun (termasuk anak cacat) yang menjadi sasaran program wajib belajar pendidikan 9 tahun. Karakteristik utama pada anak usia sekolah adalah terbentuknya kelompok antara teman sebaya (Suprajitno, 2004).

Pada usia ini anak akan mulai mengalihkan perhatiannya dari keluarga menjadi perhatian terhadap kerjasama antar teman dalam kelompok (Gunarsa, 2006). Menurut Putra (2013) perkembangan usia pada anak usia sekolah berbeda. Rata rata tinggi badan meningkat 6cm dan berat badan meningkat 3-3,5kg per tahun. Pada usia ini pembentukan jaringan lemak lebih cepat perkembangannya dari pada otot. Oleh karena itu, asupan zat gizi pada anak sekolah perlu diperhatikan salah satunya adalah konsumsi makanan cepat saji. Makanan cepat saji merupakan makanan dengan proses lebih lanjut dengan kalori yang tinggi dan zat gizi yang rendah. Biasanya makanan cepat saji ditambahkan gula, garam, dan lemak jenuh atau lemak trans yang cukup tinggi. Peningkatan asupan makanan yang mengandung lemak jenuh menyebabkan penggunaan lemak sebagai bahan bakar metabolisme berkurang. Dengan konsumsi lebih banyak sumber energi daripada yang energi dikeluarkan, penyimpanan lemak meningkat dan menyebabkan kegemukan/obesitas.

Kegemukan adalah peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan skeletal dan fisik akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh. Kegemukan tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik melainkan juga berdampak terhadap kesehatan mental. Keadaan patologis ini terjadi karena penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk keperluan tubuh normal. Pada anak usia sekolah kegemukan dapat menurunkan kesehatan mental sehingga mampu

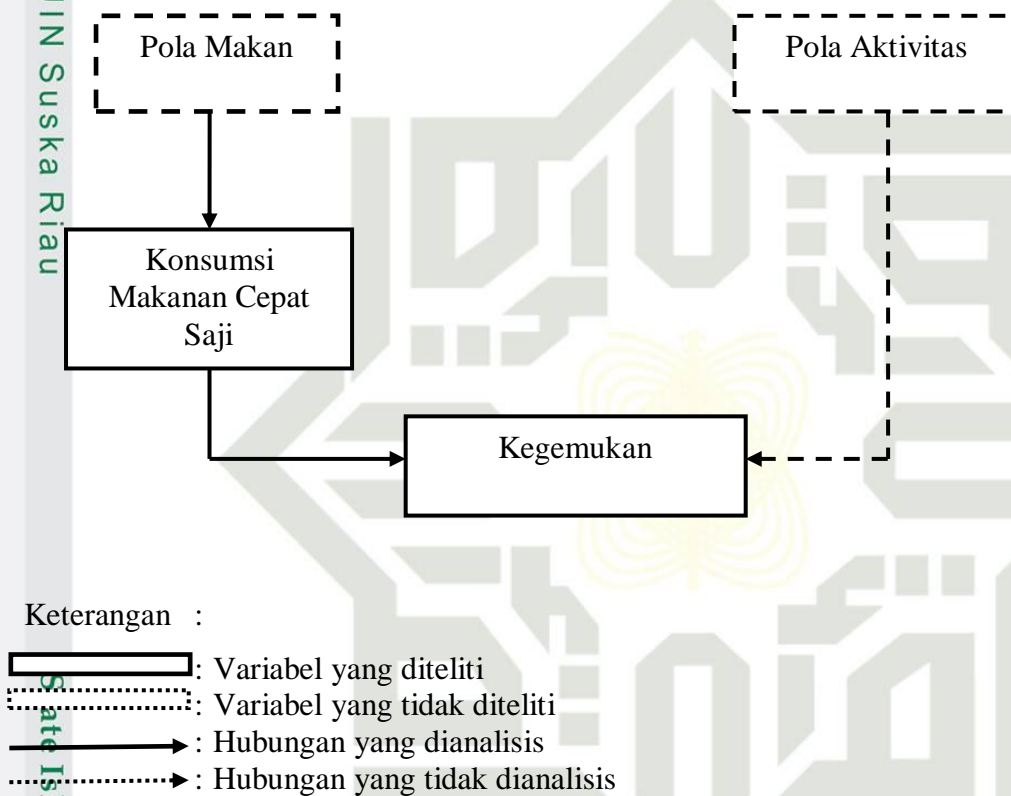
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menurunkan prestasi dan daya tangkap anak tersebut, pola makan yang tidak sehat menjadi faktor utama terjadi kegemukan pada anak usia sekolah. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi merupakan tanda fisik karena adanya keseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran gizi melalui variabel-variabel tertentu yaitu status gizi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 1. Kerangka Pemikiran Hubungan Konsumsi Makana Cepat Saji Terhadap Kegemukan di SDN 037 Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

III. MATERI DAN METODE

3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan di SDN 037 Kota Pekanbaru. Pemilihan lokasi ini didasari atas pertimbangan bahwa persoalan-persoalan yang diteliti bisa di lokasi ini. Alasan pemilihan lokasi ini karena pada saat survei awal penilaian SDN 037 berada di tepi jalan raya yang berdekatan dengan outlet makanan siap saji dan kantin yang menyediakan makanan siap saji seperti nugget, sosis dan jajanan yang beraneka ragam. Penelitian dilakukan pada Bulan Januari sampai dengan Februari 2023.

3.2. Definisi Operasional

Sebaran defenisi operasional Pengaruh Makanan Cepat Saji terhadap Kegemukan di SDN 37 Kota Pekanbaru disaajikan pada Tabel 3.1.

Tabel 3.1. Definisi Operasional

Variabel	Defenisi Operasional	Skala	Alat Ukur	Skor	Kategori
Kegemukan	Kegemukan adalah masalah terkait dengan kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan yang diukur langsung secara antropometri menggunakan indikator IMT/U (Februhantanti,2019).	Ordinal	Timbangan injak digital dan alatukur tinggibadan (<i>microtoice</i>)	-	1. Gizi Kurang <-2 SD 2. Gizi Baik -2 SD sd + 1 SD 3. Gizi Lebih >+1 SD (Kemenkes RI, 2020)
Makanan Cepat Saji	Makanan Cepat Saji merupakan Makanan yang ditandai dengan harga yang terjangkau, ukuran porsi yang besar dan	Ordinal	Kuesioner dan wawancara	1. Sering sekali (50)>1hari/kali	1. Skor total yang diperoleh < dari rata-

Variabel	Defenisi Operasional	Skala	Alat Ukur	Skor	Kategori
	Makanan padat energi yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak yang terdapat di kantin sekitaran lingkungan sekolah (Sharkey, 2011). Pada penelitian ini Frekuensi Makanan siap saji yang dikonsumsi oleh responden dalam sebulan terakhir.			2. Sering = 1 x sehari 3. Biasa (15) = 3-6x seminggu 4. Kadang-kadang (10) = 1-2x seminggu 5. Jarang (5) = <1-3 x sebulan 6. Tidak pernah (0) = tidak pernah dalam	rata (<322) = Jarang 2. Skor total yang diperoleh > dari skor rata-rata (≥322) = Sering

3.3. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan menjelaskan hubungan variabel bebas yaitu konsumsi makanan siap saji dengan variabel terikat yaitu kegemukan di SDN 037 Pekanbaru. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional karena variabel bebasnya yaitu konsumsi makanan siap saji dan variabel terikatnya yaitu kegemukan anak diambil pada satu waktu (Notoadmojo, 2010).

3.4. Populasi dan Sampel

Populasi adalah kelompok yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas III, IV, dan V di SDN 037 Pekanbaru berjumlah 340 siswa. Alasan peneliti memilih populasi siswa kelas III, IV, dan V karena sudah dapat mendengarkan atau menyimak peneliti dengan baik, dan sudah dapat mengerti.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Sugiyono, 2017). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan sample dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Karena peneliti memerlukan kelas III, IV dan V yang dapat mewakili karakteristik populasi, maka peneliti mengambil sebagian kelas III, IV dan V sebagai objek penelitian karena kelas tersebut dirasa mampu mewakili karakteristik populasi yang diinginkan.

Adapun kriteria penelitian sebagai berikut :

- a. Berusia 9-11 Tahun
- b. Bersedia menjadi sampel penelitian

Peneliti menggunakan rumus *Slovin 1991* untuk menentukan besar sampel yang akan mewakili populasi, yaitu sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (e^2)}$$

Keterangan :

- n = Jumlah sampel
- N = Jumlah populasi
- e = presentase kelonggaran penelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa di toleransi 10% (e=0,1)

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N.(e)^2} \\ &= \frac{340}{1+340 \times (0,1)^2} \\ &= \frac{340}{4,4} = 76 \text{ sampel} \end{aligned}$$

Mengantisipasi terjadinya *drop out* dalam penelitian, jadi pengambilan sampel dlebihkan menjadi 83 sampel.

3.5. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian yang digunakan adalah alat tulis, lembar persetujuan responden dan kuesioner *semi quantitative food frequency quetionnaire* dan Alat pendukung yang dibutuhkan adalah timbangan injak, dan alat ukur tinggi badan (*microtoice*).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3.6. Pengumpulan Data

Data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari responden. Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan oleh peneliti dengan cara menimbang berat badan, mengukur tinggi badan, dan melakukan wawancara.

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber lain yang sudah ada. Data yang diambil berupa data umum wilayah dan data jumlah sampel yang ada di Sekolah Dasar Negeri 037 Pekanbaru meliputi, data siswa (jumlah siswa kelas III, IV, dan V, lokasi sekolah (lokasi dekat dengan outlet makanan siap saji dan kantin yang menyediakan makanan siap saji).

3.7. Analisis Data

Proses pengolahan dan analisis data menggunakan sistem komputerisasi. Data yang telah diperoleh kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan dianalisis secara statistik deskriptif dan inferensia menggunakan *microsoft excel 2010* dan SPSS versi 22.00. Data status gizi anak diperoleh dengan menggunakan IMT/U dengan menggunakan *software WHO-AnthroPlus* dan tabel kategori ambang batas status gizi anak. Data Kuesioner *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* diolah dengan cara memberikan skor setiap kategori dibagi menjadi beberapa tahap yaitu (1) Memeriksa kelengkapan jawaban, (2) Pengkodean data diberi nilai >1hari/kali = 50, 1x/hari = 25, 3-6x/minggu = 15, 1-2x/minggu = 10, >2x/bulan = 5 tidak pernah = 0, (3) Pemasukan data berupa jawaban yang telah dinilai menggunakan *microsoft excel 2010*, dan (4) Pemeriksaan kembali data yang telah dimasukkan.

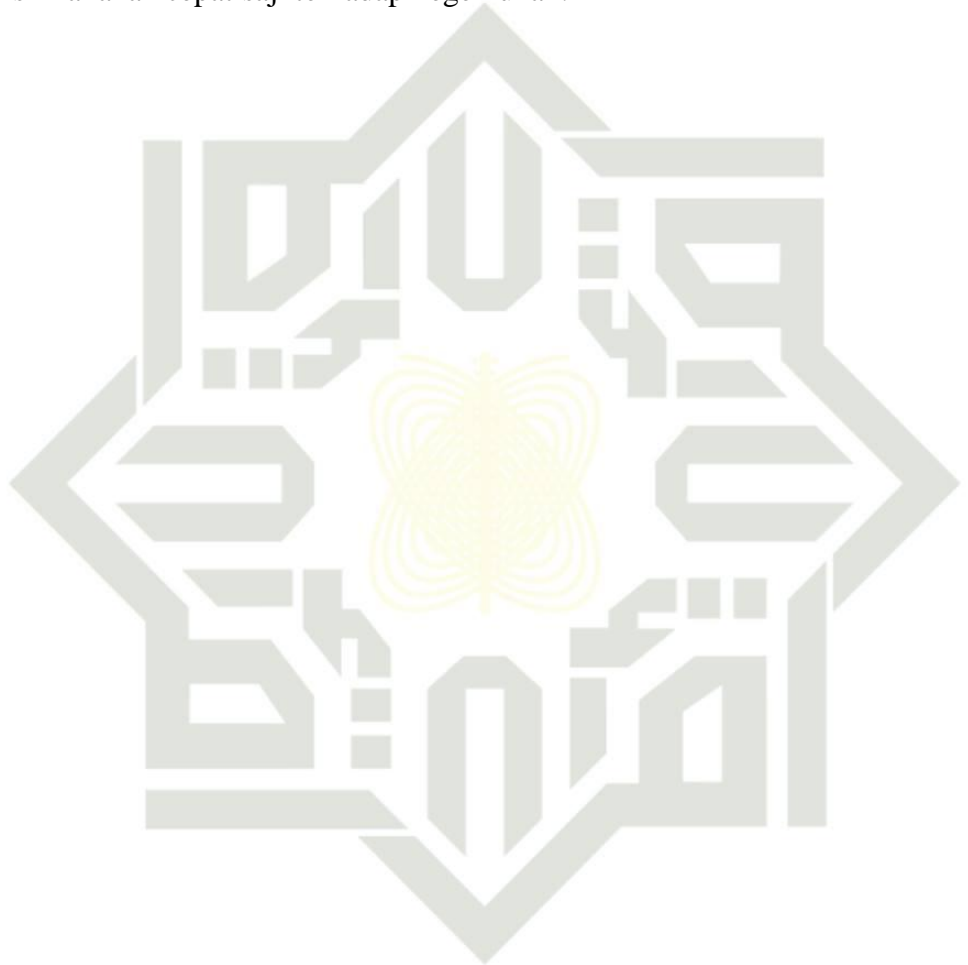
Analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 22.00. Analisis pada penelitian ini menggunakan 2 jenis analisis yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap variabel dari hasil penelitian. Analisis hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010). Dilakukan untuk mendeskripsikan berbagai variabel, yaitu jenis kelamin, umur, berat badan (BB), tinggi badan (TB), konsumsi makanan cepat saji dan status gizi, keseluruhan data yang ada dalam kuesioner diolah dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat kemungkinan hubungan antara variabel independen pengaruh makanan cepat saji dan variabel dependen kegemukan dengan menggunakan analisis Uji *Chi-Square*. Analisis ini menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Probabilitas (p) lebih kecil daripada α ($p < 0,1$) berarti ada hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Responden siswa/siswi SDN 037 Pekanbaru pada penelitian ini berusia 9-14 tahun dengan jumlah responden perempuan yaitu 34 anak (41%) dan laki-laki 46 anak (59%). Konsumsi makanan cepat saji dengan kategori sering sebanyak 40 responden (48,2%) anak yang memiliki status gizi kurus sebanyak 19 responden (22,9%) dan anak yang memiliki status gizi lebih (gemuk) sebanyak 34 responden (41,0%) dan terdapat pengaruh antara konsumsi makanan cepat saji terhadap kegemukan di SDN 037 pekanbaru yang ditandai dengan nilai p value = 0,044 (<0,1).

5.2. Saran

Diharapkan kepada siswa/siswi untuk tidak mengonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dan dapat mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seimbang karena berdampak pada kegemukan. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang telah dilakukan dengan mengambil responden siswa/siswi dengan variabel aktivitas fisik atau asupan gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- © Hak Cipta Milik UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
- Agoes, D. 2003. *Mencegah dan Mengatasi Kegemukan pada Balita*. Puspa Swara. Jakarta. 72 hal.
- Agtadwimawanti, N. 2012. Fakta Tentang Obesitas Dan Kegemukan. Diakses tanggal 25 November 2022 (16.20 WIB).
- Aini, S.N. 2012. Faktor-Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan. Diakses tanggal 20 Maret 2023 (20.25).
- Amatsier dan Sunita. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 243 hal.
- Arisman. 2009. *Gizi dalam Daur Kehidupan Edisi 2*. Pustaka Belajar. Jakarta: EGC. 175 hal.
- Badjeber, Fauzul, Kapantouw, H. Nova, Punuh dan Maureen. 2012. Konsumsi Fast food Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Gizi Lebih pada Siswa SD Negeri 11 Manado. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 1(1): 11-14.
- Boenga, 2011. Fenomena Makanan Siap Saji dan Dampaknya Bagi Kesehatan. www.unpad.ac.id. Diakses tanggal 5 november 2022 (14.15 WIB).
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 2011. <http://www.cdc.gov/healthyweight/physicalactivity/index.html>. Diakses tanggal 6 agustus 2022.
- Demy, F. 2009. Prevalensi Obesitas pada Anak Taman Kanak-kanak di Kelurahan Cikini, Kecamatan Menteng DKI Jakarta dan Hubungannya dengan Sedentary Life Anak. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran Program Pendidikan Dokter Universitas Indonesia. Depok.
- Depkes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta. 62 hal
- D Wendt MH, 2009. Economic, Environmental, and Endowment Effects on Childhood Obesity and School Performance.
- Elizabeth, H. 2010. *Perkembangan Anak*. Pustaka Belajar. Jakarta: Erlangga. 167 hal.
- Ebruhartanty, J., E. Ermayani., P.H Rachman., H. Dianawati., dan H. Harsian. 2019. *Gizi dan Kesehatan Remaja*. Rineka Cipta. Jakarta: SEA MEO RECFON. 166 hal.
- Ginarsa, S. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Dewasa*. Puspa Suara. Jakarta. 156 hal.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hardiman, I. 2011. *Resep Hamburger Favorit Sehat dan Lezat di Bawah 500 Kalori*. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 258 hal.
- Husein, S. 2012. Junk food berkontribusi terhadap kinerja buruk dan obesitas. <http://sumsel.tribunnews.com/m/index.php/2013/02/27junkfoodberkontribusi-terhadap-kinerja-buruk-dan-obesitas>. Diakses Tanggal 3 Oktober 2022.
- Indriawati, Ratna dan S. Faerus. 2009. Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Tingkat Aktivitas Fisik terhadap Obesitas pada Kelompok Usia 11-13 Tahun. *Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*. 9(2): 121-128.
- Junaidi dan Noviyanda. 2016. Kebiasaan Konsumsi Fast Food Terhadap Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh (Habist of consumption fast food to primary school children of obesity in Banda Aceh). 1(2): 78–82.
- Karina, S.M., dan E.T. Amrihati. 2017. *Pengembangan Kuliner*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Jakarta. 288 hal.
- Kemenkes RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta. 62 hal.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta. 89 hal.
- Khasanah dan Nur. 2012. *Waspada Beragam Penyakit Degeneratif Akibat Pola Makan*. Laksana. Yogyakarta. 186 hal.
- Khumaidi. 2005. *Gizi Masyarakat*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Bogor. 88 hal.
- Kurdanti, Weni Suryani, Isti Syamsiatun, Nurul Huda, et al. 2015. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 11(4): 179-19.
- Mahdiah. 2004. Pravelensi Obesitas dan Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja SLTP Kota dan Desa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Tesis*. Magister Gizi dan Kesehatan Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Moleong, L.J. 2015. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya. Bandung. 122 hal.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta. 135 hal.
- Ogden CL, Carroll MD, Lawman HG, Fryar CD, Kruszon-Moran D. 2015. Trends in Obesity Prevalence Among Children and Adolescents in The United States, 1988-1994 through 2013-2014. *Journal Mandala Of Healt*, 315 (21): 22-30.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Oktaviani, W. D. Saraswati, L. D. & Rahfiludin, M. Z. 2012. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja dan Orang Tua dengan Indeks Massa Tubuh (IMT), *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2): 542-553.
- Putra, Yudha Wahyu, Rizqi, Amalia Solichathi. 2018. Indeks Massa Tubuh (IMT) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri SMP Negeri 1 Sumberlawang. *Jurnal sekolah tinggi ilmu kesehatan*, 1(9): 6-10.
- Sartika, Y. 2013. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja puskesmas garuda pekanbaru. *Jurnal kebidanan STIKES Tuanku Tambusai Riau*, 1(5): 59-67
- Sharkey, B.J. 2011. *Fitness and Health*. Raja Grafindo Persada Terjemahan Eri Desmarini Nasution. Jakarta. 72 hal.
- Sajuddin, Surmita, dan T. Astuti. 2018. *Survey Konsumsi Pangan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 357 hal.
- Soetjiningsih. 2012. *Perkembangan Anak dan Permasalahan dalam Ilmu Perkembangan Anak dan Remaja*. Rineka Cipta. Jakarta. 277 hal.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta. Bandung. 177 hal.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet. Bandung. 122hal.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV. Bandung. 167 hal.
- Sulastri. 2012. Gambaran Pola Makan Penderita Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Kiri Hulu Kecamatan Kampar Kiri Hulu Kabupaten Kampar Riau. *Jurnal Gizi Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, 1(2).
- Spriasa, I.D.N., B. Bakri., I. Fajar. 2014. *Penilaian Status Gizi*. EGC. Jakarta. 333 hal.
- Sprijitno. 2004. *Asuhan Keperawatan Keluarga Aplikasi dalam Praktik*. EGC: Jakarta. 187 hal.
- Spriasa. 2001. *Penilaian Status Gizi. Buku Kedokteran*. EGC. Jakarta. Wahyu, G. G. 2009. *Obesitas Pada Anak*. Benteng Pustaka. 144 hal.
- Ssanti, D.A. 2012. Perbedaan Asupan Energi, Protein, dan Status Gizi Pada Remaja Panti Asuhan dan Pondok Pesantren., *Skripsi*, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro Semarang.
- Usman, H. 2009. *Pengantar Statistika*. Bumi Aksara. Edisi 2. Jakarta. 363 hal.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Wandansari, desy natalia. 2015. Hubungan antara konsumsi fast food, kebiasaan olahraga, faktor genetik dan durasi tidur dengan status gizi lebih pada remaja. *Skripsi*. Universitas Jember Jawa Timur.

WHO. 2010 *Global Recommendation on Physical Activity for Health*. Geneva: WHO. 155 hal.

Wilkinson, K. M. 2008. Increase Obesity in Children and Adolescents An Alarming Epidemic. *Journal of American Pediatric*, 21(12): 5-13.

Winarsih. 2013. Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak SD Di Kota Manado. *Journal keperawatan*, 1(1) : 75-80.

World Health Organization. 2017. Obesity and overweight.

Zalfa. F. 2011. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Cepat Saji Modern Dengan Status Gizi. <http://journal.unsil.ac.id>. Diakses tanggal 20 Oktober 2022 (12.27).



UIN SUSKA RIAU

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama :

Alamat :

No Hp :

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Elvina Atika (1980322565) Mahasiswa Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul penelitian “Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Anak Kegemukan di SDN 037 Pekanbaru”. Data yang di dapat digunakan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan kiranya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Pekanbaru, Januari 2023.

Pekanbaru, Desember 2023

Responden

(.....)

Lampiran 2. Lembar Kuesioner *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*

Nama Responden :

Nomor Responden :

Tempat/Tanggal Lahir :

Umur :Tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan (coret yang tidak perlu)

Kelas :

Berat Badan :kg

Tinggi Badan :cm

Tanggal wawancara :

Berilah tanda checklist (√) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan konsumsi pangan anda (dalam 1 bulan terakhir).

No	Jenis Makanan	Frekuensi Konsumsi Makanan						Porsi Tiap Kali Konsumsi	
		Sering sekali	Sering	Biasa	Kadang-kadang	Jarang	Tidak pernah	URT	Gram
		>1 hari/kali	1 x sehari	3-6 x seminggu	1-2 x seminggu	<1-3 x sebulan			
1	Bakso bakar								
2	Bakso kuah								
3	Bakso telur								
4	Bakso tusuk								
5	Bakwan								
6	Batagor								
7	Cilor								
8	Cireng								
9	<i>Fried chicken</i>								
10	Lontong sayur								
11	Molen mini								
12	Nasi goreng								
13	Nuget goreng								
14	Otak-otak goreng								
15	Pop mie								
16	Roti goreng								
17	Sate								
18	Siomay								

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

19	Sosis goreng								
20	Tahu bakar								
21	Telur gulung								

KATEGORI STATUS GIZI

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U) Anak usia 5-18 tahun	Gizi kurang (<i>thinness</i>)	-3 SD sd <- 2 SD
	Gizi baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	+1 SD sd + 2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+2 SD

No	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
1	Gizi kurang (<i>thinness</i>)	<-2 SD
2	Gizi baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd + 1 SD
3	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	>+1 SD

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 3. Tabel Nilai Kalori Makanan Cepat Saji

No	Jenis Makanan	Porsi		Kalori
		URT	Gram	
1	Bakso bakar	1 porsi	100	189
2	Bakso kuah	1 mangkok	100	302
3	Bakso telur	1 porsi	100	190
4	Bakso tusuk	1 porsi	100	161
5	Bakwan	1 porsi	120	274
6	Batagor	1 porsi	100	290
7	Cilor	1 porsi	100	182
8	Cireng	1 porsi	60	209
9	<i>Fried chicken</i>	1 porsi	100	259
10	Lontong sayur	1 mangkok	100	220
11	Molen mini	1 porsi	80	98
12	Nasi goreng	1 porsi	100	296
13	Nugget goreng	1 porsi	100	230
14	Otak-otak	1 porsi	100	189
15	Pop mie	1 porsi	75	320
16	Roti goreng	1 porsi	35	112
17	Sate	1 porsi	45	101
18	Siomay	1 porsi	75	361
19	Sosis goreng	1 porsi	57	150
20	Tahu bakar	1 porsi	100	167
21	Telur gulung	1 porsi	64	100

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang


1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 4. Surat Permohonan Riset Awal



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN
كلية علوم الزراعة والحيوان
FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani Pekanbaru-Riau 28293 PO Box 1400
 Telp. (0761) 562051 Fax. (0761) 262051, 562052 Website : <https://pp.uin-suska.ac.id>

Pekanbaru, 28 Desember 2022
04 Jumadil Akhir 1444

Nomor : B.7433/F.VIII/PP.00.9/12/2022
 Sifat : Penting
 Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SD Negeri 037 Pekanbaru
 di Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb,

Bersama ini disampaikan kepada Saudara bahwa, Mahasiswa yang namanya di bawah ini:


Nama : Elvina Atika
 NIM : 11980322565
 Semester : VII (Tujuh)
 Prodi : Gizi
 Fakultas : Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: **"Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food terhadap Kegemukan Overweight) di SDN 037 Pekanbaru"**.

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di SD Negeri 037 Pekanbaru Jl. Garuda Sakti NO. 25 Simpang Baru Kec. Tampan Kota Pekanbaru, sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat permohonan izin riset ini disampaikan. Atas kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc
 NIP. 19710706 200701 1 031

Lampiran 5. Etik Penelitian

© Ha

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
COLLAGE OF HEALTH PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Jl. Tamtama No. 6 Labuh Baru – Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Website :www.payungnegeri.ac.id Email : info@payungnegeri.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.010/STIKES PN/KEPK/I/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Elvina Atika
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Islam Negeri Sultan Syarif
Kasim Riau
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI (FAST FOOD) TERHADAP KEGEMUKAN (OVERWEIGHT) DI SDN 037 PEKANBARU"

"THE EFFECT OF FAST FOOD CONSUMPTION ON OVERWEIGHT AT SDN 037 PEKANBARU"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 19 Januari 2023 sampai dengan tanggal 19 Januari 2024.

This declaration of ethics applies during the period January 19, 2023 until January 19, 2024.



Anggota Peneliti : Elvina Atika

January 19, 2023
Professor and Chairperson,



Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

Lampiran 7. Uji Kolerasi Chi-square Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kegemukan di SDN 037 Pekanbaru

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	34	41.0	41.0
	Laki-laki	49	59.0	100.0
	Total	83	100.0	100.0

Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9 Tahun	22	26.5	26.5
	10 Tahun	30	36.1	62.7
	11 Tahun	31	37.3	100.0
	Total	83	100.0	100.0

Konsumsi

		Status			Total
		Gizi Kurang (Kurus)	Normal	Gizi Lebih (Gemuk)	
Konsumsi	Jarang	13	16	14	43
	Sering	9	18	13	40
Total		22	34	27	83

**Konsumsi * Status
Crosstabulation**

			Status			Total
			Gizi Kurang (Kurus)	Normal	Gizi Lebih (Gemuk)	
Konsumsi	Jarang	Count	8	21	14	43
		% of Total	9.6%	25.3%	16.9%	51.8%
	Sering	Count	11	9	20	40
		% of Total	13.3%	10.8%	24.1%	48.2%
Total	Count	19	30	34	83	
	% of Total	22.9%	36.1%	41.0%	100.0%	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.232 ^a	2	.044
Likelihood Ratio	6.369	2	.041
Linear-by-Linear Association	.247	1	.619
N of Valid Cases	83		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 9.16.

Mantel-Haenszel Common Odds Ratio Estimate

Estimate		.347	
ln(Estimate)		-1.059	
Standard Error of ln(Estimate)		.526	
Asymptotic Significance (2-sided)		.044	
Asymptotic 95% Confidence Interval	Common Odds Ratio	Lower Bound	.124
		Upper Bound	.972
	ln(Common Odds Ratio)	Lower Bound	-2.090
		Upper Bound	-.029

The Mantel-Haenszel common odds ratio estimate is asymptotically normally distributed under the common odds ratio of 1.000 assumption. So is the natural log of the estimate.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Membagikan lembar Persetujuan Responden



Gambar 2. Pengukuran Antrophometri Tinggi Badan

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 3. Pengukuran Antrophometri Berat Badan



Gambar 4. Wawancara Kuesioner SQ-FFQ

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 5. Outlet makanan cepat saji, kantin sekolah SDN 37 Kota Pekanbaru