

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK, PENGETAHUAN DAN
DURASI TIDUR TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK
SEKOLAH DASAR DI SDN 33 KOTA SELATAN**

SKRIPSI

**OLEH
JURIYATI MAHMUD
811413072**

Telah Diperiksa

PEMBIMBING I



Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918199203 1 002

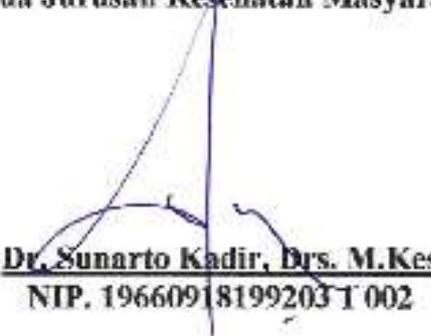
PEMBIMBING II



Dr. Irwan, S.KM., M.Kes
NIP. 19720807 200003 1 006

Gorontalo, 7 Januari 2018

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat**



Dr. Sunarto Kadir, Drs. M.Kes
NIP. 19660918199203 1 002

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK, PENGETAHUAN
DAN DURASI TIDUR TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA
ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 33 KOTA SELATAN

SKRIPSI

Oleh :

JURIYATI MAHMUD
NIM : 811 413 072

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Hari/Tanggal : Minggu, 07 Januari 2018
Waktu : 10.00-11.00

Penguji :

1. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP. 19660918199203 1 002
2. Dr. Irwan, S.KM, M.Kes
NIP. 19720807200003 1 006
3. Dra. Hj. Rany Hiola, M.Kes
NIP. 19530913198302 2 001
4. Lia Amalia, S.KM, M.Kes
NIP. 19791129200501 2 017

.....
.....
.....
.....

Gerontolo, 07 Januari 2018

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. H. Lintje Boekoesoe, M.Kes
NIP. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

Juriyati Mahmud. 2017. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Pengetahuan, dan Durasi Tidur Terhadap Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di SDN 33 Kota Selatan. Skripsi, Pembimbing I Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes dan Pembimbing II Dr. Irwan, S.KM., M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.

Obesitas telah mencapai epidemik global yang di mana sedikitnya 2,8 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat dari obesitas. Apakah ada hubungan pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan, dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di SDN33 Kota Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk hubungan , pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan ibu dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas pada anak di SDN 33 Kota Selatan.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian survey analitik dengan rancangan cross sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 407 orang dengan sampel 149 orang.

Hasil Penelitian sebanyak 31,5% anak di SDN 33 Kota Selatan mengalami obesitas. Tingkat pengetahuan ibu mengenai obesitas pada anak di SDN 33 Kota Selatan adalah cukup (43,0%). Pola makan anak di SDN 33 Kota Selatan adalah kurang (56,4%). Aktivitas fisik anak di SDN 33 Kota Selatan adalah ringan (80,5%). Durasi tidur anak di SDN 33 Kota Selatan adalah tidak normal (51,7%). Terdapat hubungan antara pola makan (nilai p 0,015), tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik (nilai p 0,107), terdapat hubungan antara pengetahuan (nilai p 0,025), dan terdapat hubungan antara durasi tidur (nilai p 0,017) dengan kejadian obesitas pada anak sekolah di SDN 33 Kota Selatan.

Disarankan orang tua kiranya dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan mengenai gizi utamanya tentang obesitas, sehingga dapat menghindarkan anak dari faktor penyebab terjadinya obesitas seperti pola makan tidak sehat dan tidak teratur, kurangnya aktivitas fisik dan kurangnya durasi tidur pada anak.

Kata Kunci : Obesitas, Pengetahuan, Pola Makan, Aktivitas, Tidur.

ABSTRACT

Mahmud, Juriyati. 2017. *The Correlation between Dietary, Physical Activity, Parents' Awareness, and Sleep Duration as well as the Obesity Occurrence on Primary School Students at SDN 33 Kota Selatan.* Graduate Thesis. Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, Universitas Negeri Gorontalo. Principal Supervisor: **Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes.** Co-supervisor: **Dr. Irwan, S.KM, M.Kes.**

Obesity has reached a global epidemic in which 2.8 million people die each year due to the problem. The problem statement of this research is "*Is there a correlation between dietary, physical activity, parents' awareness, and sleep duration and the obesity occurrences on primary school students at SDN 33 Kota Selatan?*" This research aims to determine the correlation between dietary, physical activity, parents' awareness, and sleep duration and the obesity occurrence on students at SDN 33 Kota Selatan.

The research used analytic survey design with cross sectional study design. The population involved 407 people with a sample of 149 people.

The results show as many as 31,5% of the students are obese; parents' awareness level of obesity students is enough (43,0%); students' dietary is less (56,4%); students' Physical activity is light (80,5%); student's sleep duration is not normal (51.7%). Furthermore, it can be concluded that there is a correlation between dietary (p value 0.015), parents' awareness (p value 0.025), and sleep duration (p value 0.017) and the obesity occurrence on the students in SDN 33 Kota Selatan. However, there is no correlation between physical activity (p value 0.107) and the obesity occurrence.

It is suggested that parents should be more aware of the children's health behaviors about nutrition in obesity so as to prevent children from obesity causing factors such as unhealthy and irregular eating.

Keywords: *Obesity, Awareness, Diet, Activity, Sleep*

