

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## KERAGAMAN KONSUMSI PANGAN, ASUPAN GULA, LEMAK, DAN SERAT SEBAGAI FAKTOR RISIKO KEJADIAN OBESITAS DI SDN GANDARIA UTARA 03 JAKARTA SELATAN

DWI WIDYANINGTIYAS

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75762&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Prevalensi Obesitas pada anak ? anak sekolah mengalami peningkatan. Bersumber pada hasil RISKESDAS tahun 2010 serta 2013, obesitas pada anak usia 6 ? 12 tahun mengalami peningkatan dari 9,2% menjadi 18,8%. Konsumsi makan yang tidak sesuai dengan pedoman gizi seimbang merupakan salah satu perihal yang sangat mempengaruhi terjadinya faktor risiko obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keragaman konsumsi pangan, asupan gula, lemak dan serat sebagai faktor risiko kejadian obesitas di SDN Gandaria Utara 03 Jakarta Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi case control. Sampel penelitian ini adalah anak ? anak yang berusia 9 ? 11 tahun sebanyak 42 sampel yang masing ? masing terdiri dari 21 kelompok kasus dan 21 kelompok kontrol. Pengambilan sampel dilakukan dengan Proportioned Random Sampling, analisa data dilakukan dengan uji statistik univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi ? square dan melihat odds rasio, data disajikan dalam bentuk tabel serta narasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuisisioner, timbangan injak, microtoise, formulir SQ - FFQ, dan formulir DDS. Hasil pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa faktor yang tidak berhubungan dengan kejadian obesitas pada penelitian ini adalah keragaman konsumsi pangan ( $p = 0,292$ ) dengan nilai OR 2,12 dan asupan serat ( $p = 0,697$ ) dengan nilai OR 1,8. Sedangkan variabel asupan lemak ( $p = 0,000$ ) dengan nilai OR 15,43 dan asupan gula ( $p = 0,001$ ) dengan nilai OR 10,24 memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. Dari hasil tersebut peneliti menyarankan kepada orangtua untuk membatasi asupan makan anak yang tinggi lemak serta tinggi gula, dan membiasakan anak untuk mengkonsumsi sayur dan buah agar dapat memenuhi asupan serat anak serta memberikan anak makanan yang beragam sesuai dengan PGS, beragam disini adalah beragam yang mengarah kepada konsumsi yang seimbang.