

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN POLA MAKAN ANAK KEGEMUKAN DAN OBESITAS PADA ANAK  
USIA SEKOLAH DI MI KHADIJAH MALANG



OLEH  
ERIKA ARMYLIA DIASMIANTI  
NIM 16.1.028

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2018/2019

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN POLA MAKAN ANAK KEGEMUKAN DAN OBESITAS  
PADA ANAK USIA SEKOLAH DI MI KHADIJAH MALANG

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan  
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen  
Malang



OLEH  
ERIKA ARMYLIA DIASMIANTI  
NIM 16.1.028

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2018/2019

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Erika Armylia Diasmianti  
Tempat/tanggal lahir : Malang, 23 Agustus 1996  
NIM : 16.1.028  
Alamat : Jalan Kaliurang Barat Gg 8 no. 3 RT 1  
RW 7 Kelurahan samaan Kecamatan  
Klojen, Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 4 Juli 2019



Erika Armylia Diasmianti

## **CURRICULUM VITAE**



Nama : Erika Armylia Diasmianti  
Tempat/Tanggal lahir : Malang, 23 Agustus 1996  
Alamat : Jalan Kaliurang Barat Gg 6 no. 8 RT 1 RW 7  
Kelurahan samaan Kecamatan Klojen,  
Malang

Nama Orang Tua :

Ayah : Bambang Nur Asmianto  
Ibu : Dyah Purwaningsih

Riwayat Pendidikan :

SD : SDN Blimbing 1 Malang  
SMP : SMP Negeri 16 Malang  
SMK : SMA ISLAM Malang

## **MOTTO DAN PERSEMPAHAN**

**“ JAWABAN SEBUAH KEBERHASILAN ADALAH TERUS BELAJAR  
DAN TAK KENAL PUTUS ASA”**

**KARYA TULISINI SAYA PERSEMPAHKAN UNTUK:**

1. Kedua orang tua saya yang telah membina, membimbing, selalu mendukung, mendoakan setiap waktu, dan selalu memberikan dorongan moral maupun material.
2. Kedua pembimbing saya Ibu Apriyani Puji A. S.Kep,Ners,M.Kep dan Bapak Riki Ristanto. S.Kep,Ners,M.Kep yang telah membimbing dan mengarahkan kepada saya sehingga terwujudnya karya tulis ilmiah ini.
3. Kepada Calon saya Lingga Mahaputra, Teman-teman saya di Kelas 3A Keperawatan serta sahabat saya Zena Febriariyani, Yolanda Bridjita Hasolina, Salsabila Wahyuni, Alik Narwanti dan Risa Praptiwi yang selalu memberikan dukungan dan selalu mendoakan.
4. Rekan-rekan 1 Angkatan yang selalu memberikan dukungan dan mendoakan.

## **LEMBAR PERSETUJUAN**

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan

Di Depan Tim Penguji

Tanggal, 4 juli 2019

Oleh:

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Ns. Apriyani Puji H.,M.Kep



Ns. Riki Ristanto, M.Kep

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “ Gambaran Pola Makan Anak Kegemukan dan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah di MI Khadijah Malang” telah diujikan di depan Tim Penguji

Tanggal, 4 Juli 2019

OLEH TIM PENGUJI:

Nama

Tanda Tangan

Ketua : Ns. Dion Kunto Adi P, M.Kep

Anggota : 1. Nila Widya Keswara, SST.MKM

2. Ns. Apriyani Puji A, M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Kumoro Asto L, S.Kep., Ners, M.Kep

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaik Karya Tulis Ilmiah yang berjudul berjudul **“Gambaran Pola Makan Anak Kegemukan dan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di MI Khadijah Malang”**.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arief Efendi, SMPh., SH, S.Kep., Ners, M.M , selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Bapak Kumoro Asto L, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Ka Prodi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
3. Ibu Sa'adah selaku Kepala Sekolah MI Khadijah Malang yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Bapak Bambang selaku Kepala Kesiswaan di MI Khadijah Malang
5. Ibu Ns. Apriyani Puji H, S.Kep selaku Pembimbing I dalam pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Bapak Ns. Riki Ristanto, M.Kep selaku Pembimbing II dalam pembuatan Proposal Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Siswa-Siswi responden yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Kedua Orang tua yang selalu mendukung dan selalu mendoakan saya.
9. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini yang dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis berusaha untuk membuat Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharap adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, 4 juli 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul .....	i
Cover Dalam .....	ii
Lembar Pernyataan.....	iii
Curiculum Vitae.....	iv
Motto dan Persembahan .....	v
Lembar Persetujuan .....	vi
Lembar Pengesahan.....	viii
Kata Pengantar .....	x
Daftar Isi .....	xi
Daftar Gambar .....	xii
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Singkatan .....	xiv
Daftar Lampiran .....	xvi
Abstrak .....	xvi

### **BAB 1 PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4

### **BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Konsep Pola Makan .....	6
2.1.1 Definisi Pola makan .....	6
2.1.2 Komponen Pola Makan .....	6
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan .....	7
2.1.4 Perilaku Poa Makan Anak Sekolah .....	9
2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebutuhan Gizi .....	10
2.1.6 pola Makan Seimbang.....	11
2.1.7 Konsumsi Makanan .....	12
2.1.8 Metode Pengukuran Pola Makan.....	13
2.2 Konsep Obesitas.....	15
2.2.1 Pengertian Obesitas.....	15
2.2.2 Etiologi Obesitas .....	16
2.2.3 Tipe Obesitas.....	18
2.2.4 Fisiologi Obesitas.....	19
2.2.5 Pengukuran Obesitas Menggunakan IMT .....	20
2.2.6 Dampak Obesitas .....	22
2.3 Konsep Anak Usia Sekolah.....	22
2.3.1 Pengertian Anak Usia Sekolah .....	22
2.3.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Sekolah .....	24
2.4 Kerangka Konsep .....	25

2.4.1 Keterangan Kerangka Konsep.....	25
---------------------------------------	----

### **BAB 3 METODE PENELITIAN**

3.1 Desain Penelitian .....	28
3.2 Kerangka Kerja .....	29
3.3 Populasi, Sampel, Sampling .....	30
3.3.1 Populasi .....	30
3.3.2 Sampel .....	30
3.3.3 Sampling.....	30
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	31
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	31
3.4.1 Definisi Operasional.....	31
3.5 Pengumpulan dan Analisa Data.....	33
3.5.1. Proses Pengumpulan Data .....	33
3.5.2 Pengolahan Data.....	34
3.5.3 Analisa Data.....	35
3.6 Etika Penelitian .....	35

### **BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	36
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	36
4.1.2 Data Umum Responden .....	37
4.1.3 Data Khusus .....	37
4.2 Pembahasan .....	38

### **BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN**

5.1 simpulan .....	40
5.2 saran .....	40

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	39
----------------------------	----

<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	44
------------------------------	----

## **DAFTAR GAMBAR**

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	25
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	29

## **DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 2.1 Tabel Klasifikasi Gizi Anak Menurut IMT/U .....	22
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	32
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	37
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Makan.....	37
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kuesioner.....	38

## **DAFTAR SINGKATAN**

### **Daftar Singkatan:**

- WHO : *World Health Organisasion*
- TB : Tinggi Badan
- DINKES : Dinas Kesehatan
- DEPKES RI : Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- AKG : Angka Kecukupan Gizi
- PUGS : Pedoman Umum Gizi Seimbang
- IMT : Indeks Masa Tubuh
- KG : KiloGram
- KEMENKES : Kementerian Kesehatan
- BMI : *Body Mass Indeks*
- BB : Berat Badan

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Halaman

Lampiran 1 Jadwal Penelitian.....	45
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	46
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Peserta Penelitian.....	47
Lampiran 4 Lembar Kuesioner.....	48
Lampiran 5 Kisi-Kisi Kuesioner.....	50
Lampiran 6 Data Umum .....	51
Lampiran 7 Lembar Permohonan Studi Pendahuluan.....	52
Lampiran 8 Lembar Konsul Pembimbing I.....	53
Lampiran 9 Lembar Konsul Pemimping II.....	54
Lampiran10 Lembar Revisi Proposal.....	55
Lampiran 11 Lembar Surat Ijin penelitian.....	56
Lampiran 12 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	57
Lampiran 13 Lembar Revisi KTI.....	58
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian.....	59

## **ABSTRAK**

Diasmianti, Erika Armylia. 2019. **Gambaran Pola Makan Anak Kegemukan dan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di MI Khadijah Malang.** Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ns. Apriyani Puji Astuti, M.Kep, Pembimbing II Ns. Riki Ristanto, M.kep.

Obesitas merupakan kondisi kelebihan berat badan yang banyak terjadi pada remaja, salah satu penyebabnya adalah pola makan yang tidak terkontrol.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola makan anak kegemukan dan obesitas pada anak usia sekolah di MI Khadijah Malang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 20 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah pola makan pada anak kegemukan dan obesitas. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pola makan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden mempunyai pola makan yang tidak sehat sejumlah 12 orang (60%) dan hampir setengah responden memiliki pola makan yang sehat sejumlah 8 responden (40%). Melihat hasil penelitian ini maka responden perlu mengetahui bagaimana pentingnya menjaga pola makan, lebih tanggap terhadap permasalahan kesehatan dan mulai membiasakan diri untuk memiliki pola makan yang sehat.

**Kata Kunci:** *Pola makan, Anak kegemukan, Obesitas*

## **ABSTRACT**

Diasmianti, Erika Armylia. 2019. **Overview Kids Eating Overweight and obesity in Children of School Age In MI Khadijah Malang.** Scientific papers. Nursing Study Program Polytechnic of de. Soepraoen Malang. Supervisor I Ns. Apriyani puji Astuti, M.Kep, Supervisor II Ns. Riki Ristanto, M.Kep.

Obesity is a condition that many overweight in adolescents, one possible cause is a diet that is not controlled.

The purpose of this study is to describe the diet of children overweight and obesity in children in the school usa MI Khadijah Malang. This search is a descriptive research. Sampling using purposive sampling with a sample of 20 respondents. The variable in this study is the diet in overweight and obese children. The instrument used was a questionnaire diet.

The result showed that more than half of respondent have unhealthy eating patterns a number of 12 people (60%) and almost half of the respondents have healthy diet number 8 respondents (40%).

Keywords : diet, Child Obesity, Obesity