

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA  
ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUNTI SAMPUNG  
PONOROGO**



Oleh :

**IFFAH ALYA SAFIRA**

**17631616**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

**2021**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA  
ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUNTI SAMPUNG  
PONOROGO**

**SKRIPSI**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :

**IFFAH ALYA SAFIRA**

**17631616**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

**2021**

## SURAT PERNYATAAN

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

Ponorogo, 5 Agustus 2021

Yang Menyatakan



Iffah, Alya Safira  
Nim : 17631616

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Balita Di Wilayah  
Kerja Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo**

Skripsi ini Telah Disetujui Pada Tanggal 9 Agustus 2021

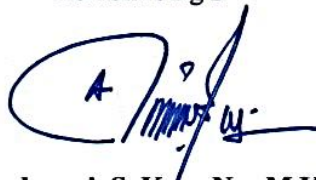
Oleh :

Pembimbing 1



**Elmie Muftiana, S.Kep., Ns., M.Kep**  
**NIDN. 07-0312-7602**

Pembimbing 2



**Sri Andayani, S. Kep., Ns., M.Kep**  
**NIDN. 07-1112-8601**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammiadiyah Ponorogo

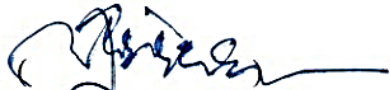


**Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes**  
**NIDN. 0715127903**


## HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Hasil Skripsi di Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo pada tanggal 11 Agustus 2021

### Tim Penguji

Ketua : Sulisty Andarmoyo., S.Kep., Ns., M.Kes (  )

Anggota : 1. Metti Verawati., S.Kep., Ns., M.Kes (  )


2. Sri Andayani., S.Kep., Ns., M.Kep (  )

### Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



  
Sulistyo Andarmoyo, S. Kep., Ns., M.Kes  
NIDN. 07-1512-7903

## MOTTO

“Tidak ada orang jahat didunia ini yang ada hanyalah pandangan jahat terhadap seseorang. Tidak ada orang sebaik malaikat yang ada hanya pandangan baik terhadap seseorang tersebut”



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Balita” untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari sepenuh hati bahwa dalam penelitian ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku KAPRODI Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Elmie Muftiana, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan skripsi ini.
5. Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan skripsi ini.

6. Kepala UPT Puskesmas Kunti Kecamatan Sampung Ponorogo yang telah memberikan izin untuk pengambilan data awal skripsi ini.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo yang telah memberikan data dan surat izin untuk melakukan skripsi ini.
8. Responden yang telah meluangkan waktunya dalam penelitian ini.
9. Ayah, Ibu dan Saudaraku, yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.
10. Dan juga teman-teman S1 Keperawatan yang telah membantu menyelesaikan penulisan skripsi ini dan juga memberikan semangatnya.

Penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharap kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 5 Agustus 2021

**IFFAH ALYA SAFIRA**  
**17631616**



## ABSTRAK

### HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUNTI SAMPUNG PONOROGO

Oleh : Iffah Alya Safira

Obesitas merupakan suatu kondisi yang disebabkan karena kelebihan berat badan. Salah satu penyebab anak memiliki berat badan berlebih adalah pola makan. Pola makan pada anak yang tidak teratur akan menyebabkan asupan gizi berlebih sehingga mempengaruhi status gizi anak berisiko menjadi obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Kunti Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 185 anak dengan sampel 65 anak balita yang diambil menggunakan metode *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan data status gizi dari puskesmas setempat. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariate dengan uji *chi square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai p-value  $0,042 < \alpha 0,05$  yang artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas dengan nilai *continuity correction* 0,075 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo. Dari penelitian tersebut pola makan pada balita di Desa Gelangkulon Wilayah Kerja Puskesmas Kunti Sampung cenderung memiliki pola makan buruk.

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi orangtua balita untuk memperbaiki pola makan anak tentunya bisa melihat dari KMS dan perlu diberikan sosialisasi dari pelayanan kesehatan terhadap pola makan anak.

**Kata kunci** : Pola Makan, Obesitas, Anak Balita

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND OBESITY IN CHILDREN UNDER FIVE IN PUSKESMAS KUNTI SAMPUNG PONOROGO

By : Iffah Alya Safira

Obesity is a condition cause by being overweight. One of the causes of children having excess weight is diet. Irregular eating patterns in children will cause excessive will nutritional intake so that it affects the nutritional status of children at risk of becoming obese. This study aims to determine the relationship between diet and the incidence of obesity in toddler at Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo.

This research uses cross sectional method. The population in this study were 185 children with a sample of 65 toddlers who were taken using the purposive sampling method. The research instrument used a questionnaire and nutritional status data from Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo. Analysis of the data use in this study is univariate and bivariate analysis with chi square test.

The results of this study indicate p-value of  $0,042 < \alpha 0,05$  there is a relationship between eating patterns and the incidence of obesity with a continuity correction value of 0,075. It can be concluded that there is a relationship between diet and the obesity in toddler at Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo. From these studies, eating patterns don't always make children obese tend to have a bad diet.

From this research it is hoped that it can be input for parents of toddlers to improve children's eating patterns, of course it can be seen from KMS and it's necessary to provide socialization from health services to children's eating patterns.

**Keywords** : Diet, Obesity, Toddler

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN SURAT PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI .....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
DAFTAR SINGKATAN .....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
1.5 Keaslian Penelitian .....	5

## BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pola Makan .....	8
2.1.1 Pengertian Pola Makan .....	8
2.1.2 Klasifikasi Pola Makan .....	8
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Anak .....	12
2.1.4 Pola Pemberian Makan Sesuai Usia.....	13
2.1.5 Pengukuran Konsumsi Makan Tingkat Individu .....	15
2.2 Konsep Obesitas.....	18
2.2.1 Pengertian Obesitas.....	18
2.2.2 Gambaran Klinis Obesitas Pada Anak.....	18
2.2.3 Klasifikasi Obesitas.....	20
2.2.4 Faktor Penyebab Obesitas.....	21
2.2.5 Patofisiologi Obesitas .....	23
2.2.6 Cara Penentuan Obesitas.....	24
2.2.7 Dampak Obesitas .....	27
2.2.8 Penatalaksanaan Obesitas Pada Anak.....	28
2.2.9 Upaya Pencegahan Obesitas .....	30
2.3 Konsep Anak.....	31
2.3.1 Pengertian Anak Balita .....	31
2.3.2 Karakteristik Anak Balita.....	31
2.3.3 Tumbuh Kembang Anak.....	31
2.3.4 Status Nutrisi Anak .....	35
2.4 Kerangka Teori.....	37

## BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep .....	38
3.2 Hipotesis Penelitian.....	40

## BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian.....	41
4.2 Kerangka Operasional.....	42
4.3 Populasi, Sample, Sampling.....	43
4.3.1 Populasi.....	43
4.3.2 Sampel.....	43
4.3.3 Besar Sampling .....	43
4.3.4 Sampling .....	44
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	45
4.4.1 Variabel Penelitian .....	45
4.4.2 Definisi Operasional .....	46
4.5 Instrumen Penelitian.....	46
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	47
4.6.1 Lokasi Penelitian.....	47
4.6.2 Waktu Penelitian .....	47
4.7 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	48
4.7.1 Prosedur Pengumpulan Data.....	48
4.7.2 Pengolahan Data.....	49
4.7.3 Analisis Data .....	51
4.8 Etika Penelitian .....	53

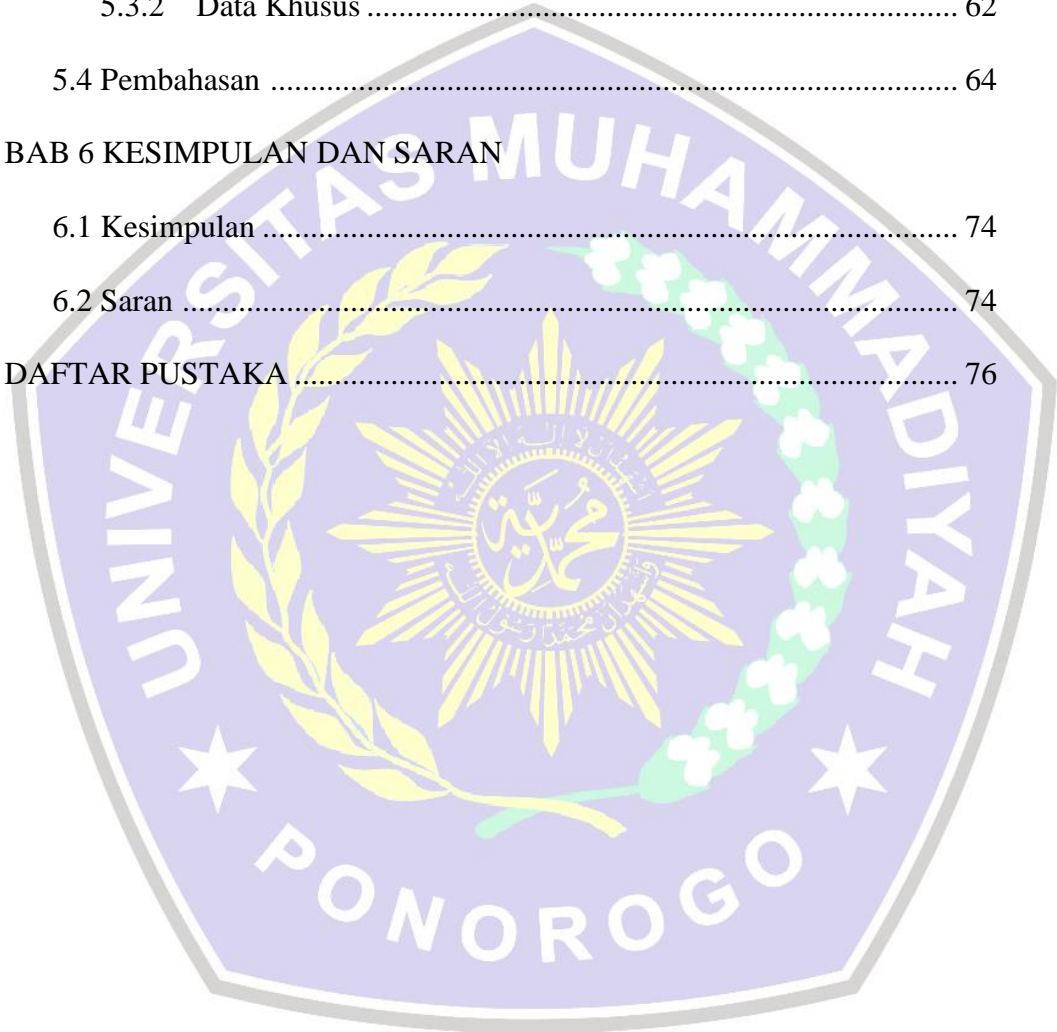
## BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian .....	55
5.2 Keterbatasan Peneliti.....	56
5.3 Hasil Penelitian .....	57
5.3.1 Data Umum .....	57
5.3.2 Data Khusus .....	62
5.4 Pembahasan .....	64

## BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan .....	74
6.2 Saran .....	74

DAFTAR PUSTAKA .....	76
----------------------	----



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Takaran Konsumsi Makanan Sehari Pada Anak .....	15
Tabel 2.2	Klasifikasi Obesitas Anak Berdasarkan IMT.....	20
Tabel 2.3	Kasifikasi Anak Berdasarkan Penilaian Status Gizi .....	21
Tabel 2.4	Status Gizi Anak Usia 0-60 Bulan Berdasarkan IMT/U.....	25
Table 2.5	Angka Kecukupan Gizi Anak .....	36
Tabel 4.1	Definisi Oprasional .....	46
Table 5.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021.....	57
Table 5.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	57
Table 5.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Urutan Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021.....	58
Table 5.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Anak Balita Dalam Keluarga Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	58
Table 5.5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Ibu Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	59
Table 5.6	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ibu Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021.....	59
Table 5.7	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir Ibu Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	60
Table 5.8	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Sumber Informasi Ibu Tentang Gizi Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	60
Table 5.9	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Anggota Keluarga Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	61

Table 5.10 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penghasilan Perbulan Keluarga Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	61
Table 5.11 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	62
Table 5.12 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Obesitas Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	62
Table 5.13 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Anak Balita Posyandu Desa Gelangkulon Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo Juni 2021 .....	63





## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kunti Ponorogo ..... 37
- Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kunti Ponorogo ..... 38
- Gambar 4.1 Kerangka Oprasional Penelitian Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kunti Ponorogo ..... 42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Pembuatan Skripsi .....	80
Lampiran 2	Lembar Penjelasan Penelitian .....	81
Lampiran 3	Lembar Permohonan Responden .....	83
Lampiran 4	Inform Consent .....	84
Lampiran 5	Kisi-Kisi Kuesioner .....	85
Lampiran 6	Data Demografi .....	86
Lampiran 7	Kuesioner .....	88
Lampiran 8	Lembar Observasi .....	91
Lampiran 9	Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak .....	108
Lampiran 10	Uji Validasi Kuesioner .....	110
Lampiran 11	Tabulasi Data .....	114
Lampiran 12	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal Untuk Dinas Kesehatan Ponorogo .....	132
Lampiran 13	Surat Permohonon Rekomendasi Pengambilan Data Awal Untuk Puskesmas .....	133
Lampiran 14	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal Di Wilayah Kerja Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo .....	134
Lampiran 15	Surat Izin Penelitian .....	135
Lampiran 16	Surat Uji Etik Penelitian .....	136
Lampiran 17	Buku Bimbingan Proposal Skripsi .....	137

## DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
Dinkes	: Dinas Kesehatan
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
Kemendes	: Kementerian Kesehatan
KMS	: Kartu Menuju Sehat
Litbangkes	: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
P2PTM	: Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular
RDA	: <i>Recommended Daily Allowance</i>
SQ FFQ	: <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
URT	: Ukuran Rumah Tangga
NCHS	: <i>National Center for Health Statistic</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

