

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT*
PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 124394 JALAN TONGKOL
KOTA PEMATANG SIANTAR**



NESHA ADELIA SARAGIH MUNTHE

P01031121086

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
2024**

**HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT*
PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 124394 JALAN TONGKOL
KOTA PEMATANG SIANTAR**

Karya Tulis Ilmiah Diajukan Sebagai Syarat untuk Menyelesaikan
Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Kemenkes RI Medan



NESHA ADELIA SARAGIH MUNTHE

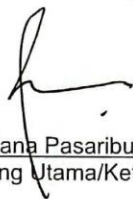
P01031121086

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Konsumsi *Junk Food* dengan
Kejadian *Overweight* pada Anak Sekolah
Dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol
Kota Pematang Siantar
Nama Mahasiswa : Nesha Adelia Saragih Munthe
Nomor Induk Mahasiswa : P01031121086
Program Studi : Diploma III Gizi

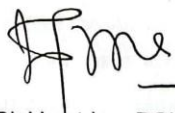
Menyetujui :



Dr. Rina Dorian Pasaribu, SKM, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes
Anggota Penguji



Dini Lestrina, DCN, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui :
Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal lulus : 30 Juli 2024

ABSTRAK

NESHA ADELIA SARAGIH MUNTHE “**HUBUNGAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN KEJADIAN OVERWEIGHT PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 124394 JALAN TONGKOL KOTA PEMATANGSIANTAR**” (DI BAWAH BIMBINGAN RINA DORIANA PASARIBU)

Salah satu masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini adalah *overweight*. *Overweight* merupakan suatu keadaan dimana berat badan berada di atas kondisi normal. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain pola konsumsi makan yang salah, yaitu suka mengonsumsi makanan yang tergolong dalam *junk food*.

Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematangsiantar.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematangsiantar. Waktu penelitian berlangsung sejak bulan November 2023 sampai dengan Juni 2024. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas 4-6 di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematangsiantar tahun ajaran 2023 / 2024 dan jumlah sampel sama dengan jumlah populasi pada penelitian ini yaitu 103 siswa/i.

Hasil dari analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan konsumsi *junk food* dengan kejadian *overweight* ($p < 0,05$). Siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang rendah dengan kebiasaan mengonsumsi *junk food* diharapkan menambah pengetahuan melalui edukasi gizi mengenai pentingnya membatasi konsumsi *junk food* dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci : Konsumsi junk food, overweight, anak sekolah dasar

ABSTRACT

NESHA ADELIA SARAGIH MUNTHE "CORRELATION BETWEEN JUNK FOOD CONSUMPTION AND OVERWEIGHT INCIDENTS IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AT SD NEGERI 124394 JALAN TONGKOL, PEMATANGSIANTAR CITY" (CONSULTANT: RINA DORIANA PASARIBU)

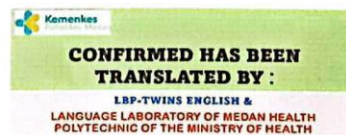
One of the nutritional problems in elementary school children today is overweight. Overweight is a condition where body weight is above normal. This can be caused by several factors, including incorrect eating patterns, namely liking to consume foods that are classified as junk food.

The purpose of the study was to determine the correlation between junk food consumption and overweight incidents in elementary school children at SD Negeri 124394, Jalan Tongkol, Pematangsiantar City

This study was conducted at SD Negeri 124394, Jalan Tongkol, Pematangsiantar City. The research period was from November 2023 to June 2024. This type of research was observational analytic with a cross-sectional approach. The population in this study were all students in grades 4-6 at SD Negeri 124394 Jalan Tongkol, Pematangsiantar City in the 2023/2024 academic year and the number of samples was the same as the population in this study, namely 103 students.

The results of the statistical analysis showed that there was a relationship between junk food consumption and the incidence of overweight ($p < 0.05$). Students who have low nutritional knowledge with the habit of consuming junk food are expected to increase their knowledge through nutritional education regarding the importance of limiting junk food consumption in everyday life.

Keywords: Junk Food Consumption, Overweight, Elementary School Children



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI 124394 JALAN TONGKOL KOTA PEMATANG SIANTAR”**.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dalam bimbingan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah..
3. Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah memberikan banyak saran dan masukan.
4. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah memberikan banyak saran dan masukan.
5. Mugiati S.Pd.SD. selaku Kepala Sekolah SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol Kota Pematang Siantar, serta seluruh pegawai, staf dan responden yang telah menerima dan membantu saya dalam penyelesaian penelitian ini.
6. Teristimewa kepada orang tua tercinta Ayah saya Jemli S. Munthe dan Ibu saya Rita A. Purba dan seluruh keluarga besar atas dukungan, dan motivasi selama peneliti menempuh pendidikan.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih ada kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan sumbang saran dari semua pihak dalam penyempurnaan penelitian ini.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian	3
1. Bagi Peneliti.....	3
2. Bagi Responden	3
3. Bagi Masyarakat.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Anak Usia Sekolah Dasar	4
1. Definisi Anak Usia Sekolah Dasar	4
2. Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah	4
B. <i>Overweight</i>	5
1. Definisi <i>Overweight</i>	5
2. Penilaian Status Gizi <i>Overweight</i>	5
C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian <i>Overweight</i>	6
1. Tingkat Pendidikan Ayah dan Ibu	6
2. Konsumsi <i>Junk Food</i>	7
3. Aktivitas Fisik.....	7
4. Pengetahuan Gizi	7
D. Tinjauan Umum tentang <i>Junk Food</i>	8
1. Definisi <i>Junk Food</i>	8
2. Jenis <i>Junk Food</i>	8
3. Kandungan dan Bahaya dari <i>Junk Food</i>	9
E. Hubungan Konsumsi <i>Junk Food</i> dengan Kejadian <i>Overweight</i>	10

F. Kerangka Konsep	11
G. Definisi Operasional.....	11
H. Hipotesis	12
BAB III METODE PENELITIAN.....	13
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	13
B. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	13
C. Populasi dan Sampel	13
1. Populasi.....	13
2. Sampel	13
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	13
1. Jenis Data.....	13
2. Cara Pengumpulan Data	14
E. Pengolahan Data	16
F. Analisis Data	16
1. Analisis Univariat	17
2. Analisis Bivariat	17
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	18
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	18
B. Karakteristik Sampel	18
1. Umur	18
2. Jenis Kelamin	19
3. Kelas.....	19
4. Uang Saku per Hari	20
C. Hasil Penelitian	20
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	26
A. Kesimpulan	26
B. Saran	26
DAFTAR PUSTAKA.....	27
Lampiran.....	31

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Klasifikasi Indikator IMT/U.....	6
2. Definisi Operasional.....	11
3. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Umur Tahun 2024	18
4. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin Tahun 2024	19
5. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kelas Tahun 2024	19
6. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Uang Saku per Hari Tahun 2024.....	20
7. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Konsumsi Junk Food Tahun 2024.....	20
8. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kejadian Overweight Tahun 2024.....	22
9. Distribusi Hubungan Konsumsi Junk Food dengan Kejadian Overweight Siswa di SD Negeri 124394 Jalan Tongkol.....	23

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Kerangka Konsep	11

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Master Tabel	31
2. Hasil Uji SPSS	35
3. Surat Izin Penelitian	38
4. Surat Balasan Izin Penelitian	39
5. Informed Consent	40
6. Kuesioner Penelitian	41
7. Jawaban Kuesioner Penelitian	43
8. Lembar Bimbingan Karya Tulis Ilmiah	45
9. Dokumentasi	47
10. Ethical Approval	49
11. Pernyataan Keaslian KTI	50
12. Daftar Riwayat Hidup	51