

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURWOREJO
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2021

Rana Nabila

Faktor Risiko Obesitas pada Anak Sekolah Dasar (Studi Literatur)

xii + 53 halaman + 3 tabel + 1 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

Obesitas didefinisikan sebagai suatu kelainan yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Obesitas terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Banyaknya asupan energi dari konsumsi makanan yang dicerna melebihi energi yang digunakan untuk metabolisme dan aktivitas fisik sehari-hari. Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan angka 21,8% untuk obesitas di Indonesia. Angka itu terus beranjak naik sejak Riskesdas 2007 sebesar 10,5% dan 14,8% pada Riskesdas 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian kali ini adalah studi literatur (*Study Literature*). Sumber data yang menjadi bahan penelitian berupa jurnal, buku dan situs internet yang terkait dengan topik. Data yang didapatkan diolah secara analisis dengan menggunakan metode analisis isi (*content analysis*).

Hasil penelitian pada variabel aktivitas fisik menunjukkan terdapat 10 jurnal mengenai aktivitas fisik, dijelaskan 6 diantaranya menyatakan bahwa aktivitas fisik yang ringan berisiko lebih besar mengalami obesitas pada anak sekolah dasar yaitu (POR = 2,2521, OR = 2,39, OR = 3,59, PR = 16,625, OR = 3,45 dan OR = 6,8) dan mengenai pola makan dengan konsumsi *fast food* dari empat jurnal yang diteliti tiga jurnal menyatakan bahwa pola makan merupakan berisiko mengalami obesitas lebih besar pada anak sekolah dasar ditunjukkan dengan nilai (OR = 2,39, OR = 3,852, dan OR = 6,8).

Dari 11 jurnal dapat disimpulkan bahwa aktivitas fisik ringan dan pola makan dengan konsumsi *fast food* berisiko terjadinya obesitas pada anak sekolah dasar. Disarankan bagi anak sekolah agar memperkecil risiko obesitas dengan melakukan aktivitas fisik yang memadai dan membatasi konsumsi *fast food*. Untuk penelitian lebih dapat diteliti variabel yang berbeda dari penelitian ini seperti faktor genetik dan konsumsi buah dan sayur.

Kata kunci : obesitas, aktivitas fisik, pola makan
Daftar Bacaan : 52 (2000-2020)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, May 2021**

Rana Nabila

Risk Factors for Obesity in Elementary School Children (Study Literature)

xii + 53 pages + 3 table + 1 picture + 11 attachments

ABSTRACT

Obesity is defined as a disorder characterized by the accumulation of excess body fat tissue. Obesity occurs because of an imbalance between incoming and outgoing energy. The amount of energy intake from the consumption of digested food exceeds the energy used for metabolism and daily physical activity. Based on Riskesdas 2018 data, it shows the figure of 21,8% for obesity in Indonesia. That number has continued to rise since Riskesdas 2007 was 10,5% and 14,8% in Riskesdas 2013. This study aims to determine the risk of obesity in primary school children.

The type of research used in this research is study of literature. Sources of data used as research material are journals, books and internet sites related to the topic. The data obtained were analyzed using the content analysis method.

The results of the study on the physical activity variable showed that there were 10 journals on physical activity, 6 of which stated that light physical activity had a greater risk of obesity in elementary school children, namely (POR = 2,2521, OR = 2,39, OR = 3,59, PR = 16,625, OR = 3,45 and OR = 6,8) and regarding the diet with fast food consumption from four journals examined by three journals stated that diet is a greater risk of obesity in elementary school children as indicated by the value (OR = 2,39, OR = 3,852, and OR = 6,8).

From 11 journals it can be concluded that light physical activity and eating patterns with fast food consumption are at risk of obesity in elementary school children. It is recommended for school children to reduce the risk of obesity by doing adequate physical activity and limiting consumption of fast food. For more research, different variables from this study can be examined, such as genetic factors and consumption of fruits and vegetables.

Key words : obesity, physical activity, dietary

Reading List : 52 (2000-2020)