

SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* DAN DURASI PENGUNAAN *GADGET* DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK DI SDIT AT-TAQWA GUMAWANG KABUPATEN OKU TIMUR TAHUN 2021



OLEH

NAMA : FITRI HANDAYANI

NIM : 10021281722049

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021**

SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* DAN DURASI PENGUNAAN *GADGET* DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK DI SDIT AT-TAQWA GUMAWANG KABUPATEN OKU TIMUR TAHUN 2021

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : FITRI HANDAYANI
NIM : 10021281722049

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021**

ILMU GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, 22 September 2021

Fitri Handayani; Dibimbing oleh Yuliarti S.KM., M.Gizi

Hubungan Konsumsi *Fast Food* dan Durasi Penggunaan *Gadget* dengan Gizi Lebih pada Anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2021

59 halaman, 10 tabel, 3 bagan, 8 lampiran

ABSTRAK

Gizi lebih merupakan epidemik global yang terjadi pada semua golongan umur. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi rata-rata gizi lebih di seluruh provinsi Indonesia mencapai angka 20% (10,8% termasuk kategori *overweight* dan 9,2% masuk kategori *obese*). Dua faktor yang sangat berperan dalam penentuan status gizi seseorang adalah kekeliruan asupan makanan (konsumsi *fast food* yang mengandung kolesterol, lemak, dan tinggi kalori) dan rendahnya aktivitas fisik (durasi penggunaan *gadget* berlebih menyebabkan seseorang kurang melakukan aktivitas fisik). Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode analitik korelatif. Penelitian ini mencoba mencari hubungan antara variabel bebas (konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget*) dengan variabel terikat (gizi lebih) dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional study*. Sebanyak 22 orang (38,6%) dari 57 responden sering mengkonsumsi *fast food* dan 18 orangnya memiliki status gizi lebih (*overweight* dan obesitas). Sedangkan sebanyak 39 orang (68,4%) dari 57 responden sering menggunakan *gadget* (> 2 jam/hari) dan 22 orangnya memiliki status gizi lebih. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji *Chi-Square* analisis hubungan konsumsi *fast food* dengan gizi lebih menunjukkan nilai *p-value* $0,001 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2021. Sedangkan hasil uji *Chi-Square* analisis hubungan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih menunjukkan nilai *p-value* $0,578 > 0,05$, artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2021. Konsumsi *fast food* yang berlebih berdampak pada status gizi lebih, sedangkan durasi penggunaan *gadget* tidak memiliki hubungan dengan terjadinya gizi lebih. Bagi siswa/siswi di SDIT At-Taqwa Gumawang, dianjurkan untuk mengurangi konsumsi *fast food*, dengan membawa bekal ke Sekolah serta meningkatkan aktivitas fisik berupa permainan luar ruangan.

Kata Kunci : Anak Sekolah Dasar, Durasi Penggunaan *Gadget*, Gizi lebih, Makanan Cepat saji.

Kepustakaan : 26 (2010-2020)

NUTRITION SCIENCE

PUBLIC HEALTH FACULTY SRIWIJAYA UNIVERSITY

Thesis, 22 September 2021

Fitri Handayani

The Relationship of Fast Food Consumption and the Duration of Gadget Use with Over Nutrition In Children At SDIT At-Taqwa Gumawang East OKU Regency in 2021

59 pages, 10 tables, 3 charts, 8 appendices

ABSTRACT

Overnutrition is a global epidemic that occurs in all age groups. Based on Basic Health Research data (2018), the average prevalence of overweight in all provinces in Indonesia is 20%, (10.8% is in the overweight category and 9.2% is in the obese category). Two factors that play a very important role in determining a person's nutritional status are errors in food intake (consumption of fast food containing cholesterol, fat, and high calories) and low physical activity (excessive duration of gadget use causes a person to do less physical activity). The type of research used is quantitative with correlative analytic method. This study tries to find the relationship between the independent variable (fast food consumption and duration of gadget use) and the dependent variable (overnutrition) using a cross-sectional study approach. A total of 22 people (38.6%) out of 57 respondents often consume fast food and 18 people have more nutritional status (overweight and obesity). Meanwhile, 39 people (68.4%) out of 57 respondents often use gadgets (> 2 hours/day) and 22 people have more nutritional status. The results showed that the Chi-Square test analysis of the relationship between fast food consumption and more nutrition showed a p-value of $0.001 < 0.05$, meaning that there was a significant relationship between fast food consumption and overnutrition in children at SDIT At-Taqwa Gumawang, East OKU Regency in 2021. While the results of the Chi-Square test analysis of the relationship between the duration of gadget use and overnutrition, the p-value is $0.578 > 0.05$, meaning that there is no significant relationship between the duration of gadget use and overnutrition in children at SDIT At-Taqwa. Gumawang, East OKU Regency in 2021. Excessive consumption of fast food has an impact on more nutritional status, while the duration of using gadgets has no relationship with the occurrence of overnutrition. For students at SDIT At-Taqwa Gumawang, it is recommended to reduce consumption of fast food, by bringing lunch to school and increasing physical activity in the form of outdoor games.

Keyword : *fast food, duration of gadget use, over nutrition, school age children.*

Bibliography : 26 (2010-2020)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarism. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 17 Maret 2021

Yang bersangkutan,



Fitri Handayani

10021281722049

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* DAN DURASI PENGUNAAN *GADGET* DENGAN GIZI LEBIH PADA ANAK DI SDIT AT-TAQWA GUMAWANG KABUPATEN OKU TIMUR TAHUN 2021

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Gelar (S1) Sarjana Gizi

Oleh :

FITRI HANDAYANI

10021281722049

Indralaya, 24 November 2021

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM

NIP. 197606092002122001

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Yuliarti'.

Yuliarti S.KM., M.Gizi

NIP. 198807102019032018

HALAMAN PERSETUJUAN

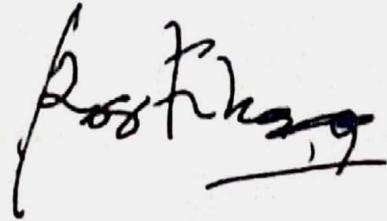
Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul "Hubungan Konsumsi *Fast Food* dan Durasi Penggunaan *Gadget* dengan Gizi Lebih pada Anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2021" telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 22 September 2021.

Indralaya, 24 November 2021

Tim Penguji Skripsi

Ketua :

1. (Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes., AIFO)
NIP. 197109271994032004



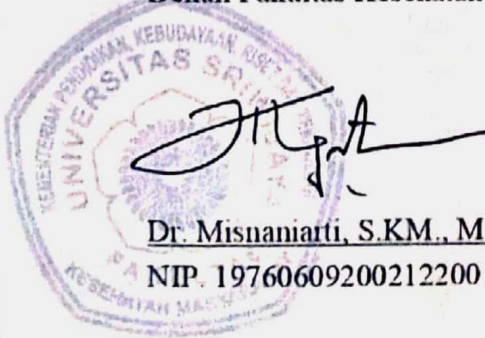
Anggota :

2. (Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH)
NIP. 199005052016072201
3. (Indah Yuliana, S.Gz., M.Si)
NIP. 198804102019032018
4. (Yuliarti S.KM., M.Gizi)
NIP. 198807102019032018



Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Koordinator Program Studi Gizi



Fatmalina Febry, S.KM., M.Si
NIP. 197802082002122003

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Fitri Handayani
NIM : 10021281722049
Tempat tanggal lahir : OKU Timur, 27 Agustus 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Desa Suka Mulya BK.19 Kecamatan
Semendawai Suku III, Kabupaten OKU
Timur, Sumatera Selatan.
Telepon/HP : 0856 5833 1872
Email : *fitrishinta34@gmail.com*
Nama Orang Tua

Ayah : Suparlan (Alm)

Ibu : Sutarni

Riwayat Pendidikan :

SD Negeri Suka Mulya	(2005-2011)
SMP Negeri 1 Belitang Mulya	(2011–2014)
SMA Negeri 1 Semendawai Suku III	(2014–2017)
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya	(2017–2021)

Riwayat Organisasi
Staff Ahli di *English and Study Club* FKM UNSRI (2017-2019)

Riwayat Prestasi
Juara 1 *National Debate Competition* IAIN Salatiga (2018)
Juara 1 Harapan *National Debate Competition* Propelan IPB (2018)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat serta karunia-Nya, Penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul Hubungan Konsumsi *Fast Food* dan Durasi Penggunaan *Gadget* dengan Gizi Lebihpada Anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2021” yang disusun guna memperoleh gelar Sarjana Gizi (S.Gz) pada Jurusan Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ayahanda tercinta Wijianto dan Ibunda yang kusayangi Sutarni yang telah mencurahkan segenap do’a, cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun materil kepada Penulis. Penghargaan dan terima kasih penulis berikan kepada Ibu Yuliarti selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, ilmu, dan ide selama membimbing Penulis. Serta ucapan terima kasih kepada Dr. Misnaniarti, SKM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Ibu Fatmalina Febry selaku ketua jurusan gizi, Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes., AIFO selaku Penguji 1 dan Ibu Ditia Fitri Arinda selaku Penguji 2 dan Ibu Indah Yuliana selaku Penguji 3 yang telah memberi arahan, masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini, Ibu Kepala Sekolah SDIT At- Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur yang telah memberikan izin penelitian kepada Penulis dan adik-adik kelas 4,5, dan 6 yang telah bersedia menjadi responden penelitian, serta sahabat-sahabatku tercinta (Afifah Wulandini, Ertia Ghina, Nara Parmita, Kiki Lesdianti) dan rekan-rekan mahasiswa khususnya program studi S1 Gizi, yang telah memberikan dukungan, semangat, dan motivasi sehingga Penulis berhasil merampungkan skripsi ini.

Rasa hormat dan terima kasih bagi semua pihak atas segala dukungan dan semoga Allah SWT. membalas segala kebaikan yang telah diberikan kepada Penulis. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang gizi.

Indralaya, 22 September 2021

Penulis



Fitri Handayani

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	8
1.5.1 Lingkup Lokasi.....	8
1.5.2 Lingkup Materi	8
1.5.3 Lingkup Waktu.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Anak Usia Sekolah Dasar.....	9
2.1.1 Pengertian Anak Sekolah.....	9
2.1.2 Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah	9
2.2 Status Gizi Anak.....	9
2.2.1 Definisi Gizi	9
2.2.2 Pengertian Status Gizi.....	10
2.2.3 Kebutuhan Gizi Anak	11
2.2.4 Penilaian Status Gizi Anak	12
2.2.5 Overweight dan Obesitas pada Anak.	17

2.2.6	Faktor yang Mempengaruhi Gizi Lebih pada Anak	18
2.2.7	Dampak Gizi Lebih pada Anak	19
2.3	<i>Fast Food</i>	20
2.3.1	Definisi <i>Fast Food</i>	23
2.3.2	Jenis-jenis <i>Fast Food</i>	20
2.3.3	Zat-zat yang Terkandung dalam <i>Fast Food</i>	24
2.3.4	Dampak Konsumsi <i>Fast Food</i> bagi Kesehatan Anak.....	26
2.3.5	Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Gizi Lebih pada Anak	23
2.4	<i>Gadget</i>	24
2.4.1	Definisi <i>Gadget</i>	24
2.4.2	Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	28
2.4.3	Jenis-jenis <i>Gadget</i>	28
2.4.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan <i>Gadget</i>	25
2.4.5	Dampak Penggunaan <i>Gadget</i> Pada Anak.....	30
2.4.6	Hubungan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> dengan Gizi Lebih.....	27
2.5	Kerangka Teori	27
2.6	Kerangka Konsep	29
2.7	Hipotesis	32
BAB III	METODE PENELITIAN	33
3.1	Desain Penelitian	33
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
3.2.1	Populasi penelitian.....	33
3.2.2	Sampel	34
3.2.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	36
3.3	Jenis, Cara, dan Alat Pengumpulan Data.....	36
3.3.1	Jenis Data.....	36

3.3.2	Cara Pengumpulan Data	37
3.3.3	Alat Pengumpulan Data	37
3.3.4	Pengolahan Data	38
3.4	Validitas dan Reliabilitas Data	38
3.4.1	Validitas.....	38
3.4.2	Reliabilitas.....	39
3.3	Analisis dan Penyajian Data	40
3.3.1	Analisis Data	40
3.3.2	Penyajian Data	42
BAB IV	HASIL PENELITIAN	44
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
4.2	Hasil Penelitian.....	52
4.2.1	Analisis Univariat.....	45
4.2.2	Tren Konsumsi <i>Fast Food</i> dan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> dilihat Dari Jenis Kelamin Responden.....	47
4.2.3	Analisis Bivariat	49
BAB V	PEMBAHASAN	51
5.1	Keterbatasan Penelitian	51
5.2	Pembahasan	51
5.2.1	Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Gizi Lebih di SDIT At- Taqwa Gumawang.....	53
5.2.2	Karakteristik Responden dalam Konsumsi <i>Fast Food</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.	54
5.2.3	Hubungan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> dengan Gizi Lebih di SDIT At- Taqwa Gumawang	55

BAB VI ... KESIMPULAN DAN SARAN	58
6.1 Kesimpulan.....	58
6.2 Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak (IMT/U)	16
Tabel 2.2	Definisi Operasional.....	35
Tabel 3.1	<i>Reliability Statistics</i>	45
Tabel 4.1	Hasil Analisis Univariat.....	50
Tabel 4.2	Nilai Maksimum Minimum TB dan BB Responden	51
Tabel 4.3	Hasil Analisis Bivariat.....	52
Tabel 4.4	Jenis Kelamin Berkaitan dengan Konsumsi <i>Fast Food</i>	53
Tabel 4.5	Jenis Kelamin Berkaitan dengan Status Gizi.....	54
Tabel 4.6	Tingkatan Kelas Berkaitan dengan Konsumsi <i>Fast Food</i>	54
Tabel 4.7	Jenis Kelamin Berkaitan dengan Durasi Penggunaan <i>Gadget</i> ..	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Penelitian.....	33
Gambar 2.2	Kerangka Konsep Penelitian... ..	34
Gambar 3.1	Diagram Alur Pemilihan Populasi Penelitian.	39
Gambar 4.1	Lokasi Penelitian... ..	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Pernyataan Telah Melaksanakan Penelitian	63
Lampiran 2	Hasil Uji Validitas Kuisisioner <i>Fast Food</i>	64
Lampiran 3	Data Hasil Pengukuran Antropometri Responden	65
Lampiran 4	Hasil Analisis Univariat (SPSS).....	67
Lampiran 5	Hasil Analisis Bivariat (SPSS).....	71
Lampiran 6	Kuisisioner Penelitian	73
Lampiran 7	Tabel Standar IMT/U (Kemenkes RI)... ..	78
Lampiran 8	Kegiatan Penelitian	82

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) mengutip bahwa seorang anak ialah seseorang yang berada di dalam kandungan ibu hingga anak tersebut berusia 19 tahun. Undang - Undang Republik Indonesia nomor 23 tahun 2002 pasal 1 ayat 1 tentang perlindungan anak menyatakan, bahwa yang dimaksud anak ialah seseorang di bawah usia 18 tahun, termasuk yang masih berada di dalam kandungan ibu. Anak ialah harta bangsa yang akan turut andil dalam meneruskan perjuangan bangsa, sehingga harus diperhatikan proses pertumbuhan dan perkembangannya menuju individu yang matang (Depkes RI, 2014). Periode masa pertengahan anak atau masa laten dimulai ketika anak berusia 6-12 tahun. Dalam pola perkembangan anak, usia yang paling rawan terhadap status gizi atau status kesehatan seorang anak dijumpai pada usia anak sekolah dasar. Anak dengan kesehatan yang optimal dan status gizi yang baik lebih produktif dan diharapkan dapat menciptakan peluang secara bertahap untuk memutus rantai kelaparan dan kemiskinan.

Di Indonesia telah terjadi perubahan pola makan dari tradisional ke barat hal ini sebagai salah satu dampak dari adanya perkembangan sosial ekonomi dan teknologi. Contohnya gemar konsumsi *fast food* yang mengandung tinggi kalori, tinggi kolesterol, dan tinggi lemak. Dalam melakukan aktivitas fisik anak masih kurang mengoptimalkan pemakaian energi untuk bergerak aktif. Sedangkan anak lebih gemar melakukan aktivitas pasif seperti bermain *gadget*, menonton televisi sehingga kuantitas energi yang masuk akan lebih besar daripada energi yang dikeluarkan anak (Bambang Budi Raharjo dan Riswanti Septiani, 2017). Ketidakseimbangan asupan energi dengan keluaran energi berkaitan dengan makanan yang dikonsumsi oleh anak dapat berakibat pada gizi lebih (Mahdlah, Hamam Hadl, 2015).

Menurut Badan Kesehatan Dunia, kegemukan dan obesitas merupakan tumpukan lemak abnormal yang berisiko mengganggu kesehatan individu. Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan ukuran sederhana dari proporsi berat badan seseorang terhadap tinggi badannya yang biasa digunakan untuk menggolongkan berat badan ideal, kelebihan berat badan atau obesitas pada individu menurut

umur (IMT/U), hal ini disebut sebagai gizi lebih atau *over nutrition*. Gizi lebih ialah kelebihan zat gizi makro akibat dari kelebihan konsumsi energi dan protein. Mengacu pada baku *Harvard* status gizi dibagi menjadi tiga yaitu : (1) Gizi lebih untuk kategori kelebihan berat badan, termasuk kegemukan dan obesitas, (2) Gizi baik untuk kategori nutrisi yang tercukupi dengan baik, dan (3) Gizi kurang untuk kategori nutrisi kurang cukup atau nilai IMT di bawah standar normal menurut umur. Malnutrisi akibat *underweight* mencakup malnutrisi kalori dan protein tinggi ringan hingga sedang (WHO, 2017). Saat ini gizi lebih merupakan epidemik global yang terjadi pada semua golongan umur, termasuk anak-anak yang berada di negara berpenghasilan rendah maupun berpenghasilan tinggi. Di negara berpenghasilan rendah diperkirakan terdapat 35 juta anak menderita kegemukan.

WHO menyatakan bahwa di dunia prevalensi *overweight* dan obesitas pada anak meningkat dari 4,2% (1990) menjadi 6,7% (2010) dan diperkirakan prevalensi tersebut akan naik hingga 9,1% (2020). Lebih dari 360 juta (18%) anak dan remaja rentang usia 5-19 tahun memiliki berat badan berlebih atau gizi lebih pada tahun 2016. Obesitas pada anak-anak dapat menjadi prediksi terjadinya obesitas saat memasuki usia remaja dan dewasa. Prevalensi *overweight* dan obesitas pada negara maju sebesar 11,75% yakni hampir dua kali lipat dari prevalensi di negara berkembang sebesar 6,1%. Setelah dianggap sebagai masalah kesehatan di negara maju, kini kegemukan dan obesitas meningkat di negara berkembang salah satunya adalah Indonesia.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi rata-rata gizi lebih di seluruh provinsi Indonesia mencapai angka 20% (10,8% termasuk kategori *overweight* dan 9,2% masuk kategori *obese*). Riskesdas (2018) juga menyebutkan bahwa prevalensi gizi lebih pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia menurut jenis kelamin yaitu sebesar 21,1% pada anak laki-laki (10,4% *overweight* dan 10,7% *obese*) dan 18,9% terjadi pada anak perempuan (11,2% *overweight* dan 7,7% *obese*). Sedangkan menurut tempat tinggal, di perkotaan kejadian gizi lebih pada anak umur 5-12 tahun mencapai 22,4% dan 17,4% pada anak yang tinggal dipedesaan (Riskesdas, 2018).

Dalam *Global Nutrition Report* (2017), menunjukkan bahwa SDG meliputi lima area luas yang sangat penting untuk mencapai hasil nutrisi positif, salah satunya adalah sistem kesehatan sangat penting untuk menyediakan intervensi pencegahan dan perawatan untuk peningkatan gizi dan memastikan nutrisi yang optimal sejak dini dalam kehidupan berarti perkembangan otak yang lebih baik untuk generasi masa depan yang penting untuk memastikan ekonomi dapat berinovasi dan berkembang. Sesuai rujukan pada point dalam “*Global Nutrition Report* (2017)” tersebut, maka untuk mencapai nutrisi optimal dalam status gizi baik, hal ini menjadi urgensi yang sangat penting untuk membawa peningkatan besar dalam kesehatan dan kesehatan fisik anak-anak, berkontribusi pada kemampuan mereka untuk menerapkan gaya hidup sehat (*Global Nutrition Report*, 2017).

Provinsi Sumatera Selatan menyanggah angka prevalensi gizi lebih sebesar 19,3% (10,2% *overweight* dan 9,1% *obese*) ditinjau dari status gizi anak umur 5-12 tahun (IMT/U) (Riskesmas, 2018). Provinsi Sumatera Selatan menyanggah angka obesitas umum yaitu 11,4% (6,6% berat badan lebih dan 4,8% *obese*). Obesitas umum laki-laki di sumsel lebih rendah (8,4%) dibandingkan dengan perempuan (14,5%). Sedangkan 7,6% meliputi prevalensi obesitas sentral di Provinsi Sumatera Selatan. Terdapat 3 kabupaten/kota di Provinsi ini dengan prevalensi obesitas umum tertinggi yaitu Kabupaten Prabumulih, OKU Timur, dan Pagar Alam.

Kabupaten OKU Timur, berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Selatan (2016) menyanggah angka prevalensi obesitas sebesar 9,78% untuk jumlah total laki-laki dan perempuan. Itu artinya prevalensi gizi lebih di OKU Timur cukup tinggi. Selain itu Kabupaten OKU Timur menduduki urutan terakhir dalam grafik TPM (Tempat Pengelolaan Makanan) yang tidak sesuai dengan syarat kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pengelolaan makanan di Kabupaten OKU Timur masih sangat rendah dan perilaku konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) perlu mendapat perhatian khusus untuk dapat dilakukan intervensi pangan dengan komoditas dan kualitas yang memenuhi syarat kesehatan khususnya untuk menunjang nutrisi bagi tumbuh kembang anak-anak.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Riswanti Septiani dan Bambang Budi Raharjo pada (2017) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara berat badan berlebih pada anak dengan kebiasaan konsumsi *fast food*. Faktanya anak yang paling banyak mengonsumsi *fast food* yaitu lebih dari 2 kali dalam seminggu dengan frekuensi tergolong sering memiliki berat badan berlebih. Sedangkan anak dengan berat badan normal mengonsumsi *fast food* 1-2 kali dalam seminggu dengan frekuensi tergolong jarang. Kesimpulannya anak yang mengonsumsi *fast food* secara berlebihan memiliki berat badan berlebih berbeda dengan anak yang mengonsumsi *fast food* masih dalam batas wajar memiliki berat badan normal. Dari dua hal tersebut, terlihat perbedaan yang nyata bahwa frekuensi konsumsi *fast food* berpengaruh terhadap berat badan seorang anak (Bambang Budi Raharjo dan Riswanti Septiani, 2017). *Fast food* memiliki daya simpan yang lama dan disajikan dengan proses cepat dan tidak ribet, karena kelebihan tersebut *fast food* menarik minat masyarakat untuk membeli dan menyimpannya sebagai stok kebutuhan pangan.

Selama masa darurat *covid-19*, di Kabupaten OKU Timur diberlakukan sistem pembelajaran alternatif secara *online/semi online*. Salah satunya adalah Sekolah SDIT At-Taqwa Gumawang yang menerapkan sistem pembelajaran semi *online*. Dalam satu minggu tidak berurutan, siswa-siswi melakukan pembelajaran tatap muka di kelas selama 2-3 hari di hari tertentu saja, selebihnya siswa-siswi belajar *online* di rumah masing-masing. Dalam Firman dan Rahayu (2020); Gikas & Grant (2013) memaparkan, dibutuhkan suatu perangkat elektronik *gadget* yang mendukung pelaksanaan pembelajaran *online* untuk mengakses informasi dan media pembelajaran (Firman and Rahayu, 2020).

Penggunaan teknologi *mobile (gadget)* sebagai media pembelajaran *online* secara berlebihan dan tanpa arahan dari orang tua dapat menjadikan anak kecanduan dengan *gadget* yang menyebabkan anak malas untuk beraktivitas fisik. Di Indonesia diperkirakan sekitar 60% anak usia sekolah menggunakan *gadget* dengan durasi >2 jam dalam sehari. Sedangkan menurut rekomendasi beberapa panduan durasi penggunaan *gadget (screen-time)* sebaiknya ≤ 2 jam/hari. Perkembangan teknologi meskipun membawa banyak manfaat namun tetap

membawa dampak negatif dari penggunaan *gadget* yang berlebih dan tidak tahu waktu yaitu anak kurang peka terhadap lingkungan sekitar, jam tidur terabaikan, dan aktivitas fisik anak menurun menyebabkan aktivitas fisik tidak aktif (pasif) atau *sedentary lifestyle*. Gizi lebih pada anak apabila tidak ada perubahan untuk mengatur pola makan dan aktivitas fisik ke arah lebih baik dikhawatirkan akan berkelanjutan pada dewasa. Diungkapkan oleh Soetjiningsih, gizi lebih pada anak dapat menyebabkan terjadinya komplikasi seperti adanya gangguan pernapasan, penyakit kulit, efek psikologis seperti gangguan dalam pergaulan, dan gangguan ortopedi yang berakibat terjadinya gangguan beraktivitas.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih SDIT At-Taqwa Gumawang sebagai tempat penelitian karena letaknya yang strategis berada di tengah pusat kota Belitang yaitu di Jl. Jendral Sudirman Desa Gumawang dan dekat dengan pusat perbelanjaan, pasar, dan warung-warung makanan. Selain itu SDIT At-Taqwa Gumawang merupakan sekolah swasta unggulan dengan akreditasi A dan merupakan sekolah pilihan dengan pendapatan orang tua siswa yang rata-rata tinggi. Pada orang-orang dengan penghasilan tinggi ketersediaan makanan akan lebih banyak ketimbang yang berpenghasilan rendah sehingga kesempatan untuk mengkonsumsi dan membeli makanan lebih banyak pada anak-anak yang orang tuanya berpenghasilan cukup tinggi. Sekolah SDIT At-Taqwa Gumawang menerapkan sistem pembelajaran semi *online* sejak masa pandemi berlangsung di Indonesia. Hal itu berarti anak-anak yang akan menjadi Responden penelitian tidak melakukan pembelajaran *online* sepenuhnya. Sekolah ini memiliki jumlah seluruh siswa mencapai 308 anak yang terdiri dari 171 siswa laki-laki dan 137 siswi perempuan. Jumlah siswa-siswi yang banyak memungkinkan kecukupan sampel minimal dalam penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur, untuk menemukan hubungan konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada siswa Sekolah Dasar (SD).

1.2 Rumusan Masalah

Saat ini gizi lebih merupakan epidemik global yang terjadi pada semua golongan umur, termasuk anak-anak yang berada di negara berpenghasilan rendah maupun berpenghasilan tinggi. Di negara berpenghasilan rendah diperkirakan terdapat 35 juta anak menderita kegemukan.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi rata-rata gizi lebih di seluruh provinsi Indonesia mencapai angka 20% (10,8% termasuk kategori *overweight* dan 9,2% masuk kategori *obese*). Riskesdas (2018) juga menyebutkan bahwa prevalensi gizi lebih anak umur 5-12 tahun di Indonesia menurut jenis kelamin yaitu sebesar 21,1% pada anak laki-laki (10,4% *overweight* dan 10,7% *obese*) dan 18,9% terjadi pada anak perempuan (11,2% *overweight* dan 7,7% *obese*) dan di Kabupaten OKU Timur berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Selatan (2016) menyandang angka prevalensi obesitas sebesar 9,78% untuk jumlah total laki-laki dan perempuan. Ini artinya prevalensi gizi lebih di Kabupaten OKU Timur cukup tinggi.

Fast food menjadi alternatif pilihan bagi orang-orang yang tidak sempat menyiapkan makanan rumahan untuk keluarga. Pembatasan sosial yang dianjurkan oleh Pemerintah di masa pandemik juga berdampak pada pembatasan aktivitas fisik anak. Anak akan lebih sering menghabiskan waktunya di rumah dan semakin besar kemungkinan anak menghabiskan waktu di rumah dengan paparan *gadget* sebagai bentuk hiburan atau menghilangkan kebosanan.

Dari uraian diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur tahun 2021.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menemukan hubungan antara perilaku konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini, diantaranya yaitu sebagai berikut :

- 1) Mengetahui karakteristik responden penelitian (umur, jenis kelamin, tinggi badan, berat badan, indeks massa tubuh) dan status gizinya di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur
- 2) Menganalisis distribusi frekuensi konsumsi *fast food* di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur
- 3) Menganalisis distribusi frekuensi penggunaan *gadget* di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur
- 4) Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur
- 5) Menganalisis hubungan frekuensi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At-Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah referensi pustaka yang berkaitan dengan hubungan konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih, serta akibat serius yang ditimbulkan oleh gizi lebih terhadap tumbuh kembang anak ketika dewasa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau masukan kepada guru atau sekolah untuk dapat memberikan edukasi kepada siswa-siswi mereka agar lebih selektif dalam memilih makanan cepat saji yang akan dikonsumsi.

2) Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran kepada para orang tua siswa untuk memberikan pengawasan dan edukasi pada anak-anak mereka terkait akibat yang ditimbulkan apabila berlebihan mengkonsumsi *fast food*.

3) Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi acuan proses belajar dan sebagai ajang

mengaplikasikan teori yang di dapat di bangku perkuliahan. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan mengasah kemampuan berpikir peneliti mengenai hubungan konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada siswa Sekolah Dasar (SD).

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di SDIT At-Taqwa Gumawang yang terletak di Jl. Jendral Sudirman, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur.

1.5.2 Lingkup Materi

Penelitian ini dilakukan untuk menemukan hubungan konsumsi *fast food* dan durasi penggunaan *gadget* dengan gizi lebih pada anak di SDIT At- Taqwa Gumawang Kabupaten OKU Timur.

1.5.3 Lingkup Waktu

Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Februari – Maret 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Branscum, P. and Sharma, M. (2014) 'Comparing the Utility of the Theory of Planned Behavior Between Boys and Girls for Predicting Snack Food Consumption: Implications for Practice', *Health Promotion Practice*, 15(1), page. 134–140.
- Bujuri, D. A. 2018. 'Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar' (*Jurnal Ilmu Pendidikan*), 9(1), p. 37. doi: 10.21927/literasi.2018.9(1).37-50.
- Chusnah, A. 2020. 'Pengaruh Kondisi Pandemi Pada Permintaan Pasar *FastFood*', *eprint UMSIDA*, (191020700110).
- Dahlan, Muhammad Sopiudin. 2010. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Sagung Seto
- Damayanti, Rizka Ayu. 2017. 'Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Anak Usia Remaja Awal SDN di Kecamatan Godean'.
<http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/15552>.
- Global Nutrition Report. 2017. 'Global Nutrition Report 2017: Nourishing the SDGs', *Bristol, UK: Development Initiative*, p. 115. doi: 10.1891/1058-1243.21.1.9.
- Idayani. 2010. 'Metode Penelitian Statistik', in, pp. 71–86.
- Imron, R. 2018. 'Hubungan Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), p. 148. doi: 10.26630/jkep.v13i2.922.

Juhrotun Nisa, A. M. C. 2020. 'Yang Aktif Menggunakan *Gadget Carelessly Snacking Behavior Among Teenae Girls Who Actively Use Gadget*'.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak*. Hal : 13-14

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014', pp. 1–96.

Kumala, Anandita Mega, et al. 2019. '*Hubungan antara durasi penggunaan alat elektronik, aktifi5tas fisik dan pola makan dengan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun*', *Journal of Nutrition College*, 8.

Kusumawati, Evi et al. 2018. 'Hubungan antara Kebiasaan Makan Fast Food, Durasi Penggunaan Gadget dan Riwayat Keluarga dengan Obesitas padat Anak Usia Sekolah(Studi di SDN 84 Kendari)'. Hal: 87–92.

Mahdlah, et all. 2015. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 'Prevalens Obesitas Dan Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SLTP”.

Tim Riskesdas. 2018. '*Laporan Nasional RKD2018 FINAL.pdf*'.

Nugraheni, Dian Ayunita. 2018. '*Modul Uji Validitas dan Reliabilitas*', Oktaviani,

W. 2018. 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food*, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja Dan Orang Tua Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Studi Kasus pada Siswa SMA Negeri 9 Semarang Tahun 2018)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2), p. 18843.

Putri, V. R. et al. 2017. 'Konsumsi *Fast Food*, Soft Drink, Aktivitas Fisik, dan Kejadian *Overweight* Siswa Sekolah Dasar di Jakarta', *Indonesian Journal of Human Nutrition*, pp. 48–58.

Raharjo, Bambang Budi dan Riswanti Septiani. 2017. '*Pola Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Faktor Keturunan Terhadap Kejadian Obesitas*', 2(3), pp. 262–269.

Samsuri. 2013. 'Kajian Teori , Kerangka Konsep Dan Hipotesis dalam Penelitian', pp.1–7.

, E. S. 2019. 'Hubungan Kebiasaan Makan *Fast Food*, Durasi Penggunaan *Gadget* dan Riwayat Keluarga dengan Obesitas Pada Anak Di Sdn 84 Kendari', p. 283.

World Health Organization (WHO). 2017. Obesity. <https://www.who.int>. Diakses pada tanggal 16 Oktober 2020