

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN
OBESITAS PADA ANAK DI SD ISLAM AZZAHRAH
PALEMBANG TAHUN AJARAN 2013/2014**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

Riska Asri

04101401075

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2013

R 29906/25967

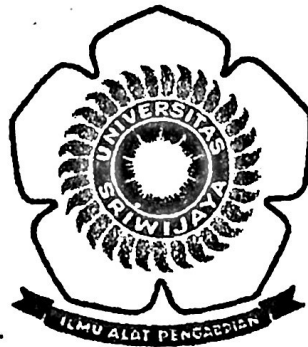
616.398 07
Ris
h
2013

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN
OBESITAS PADA ANAK DI SD ISLAM AZZAHRAH
PALEMBANG TAHUN AJARAN 2013/2014**

G. 140480

Skripsi

Sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

Riska Asri

04101401075

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2013

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN
OBESITAS PADA ANAK DI SD ISLAM AZZAHRAH
PALEMBANG TAHUN AJARAN 2013/2014**

Oleh:

**Riska Asri
04101401075**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran

Palembang, 30 Januari 2014

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

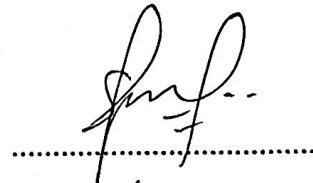
**Pembimbing I
Merangkap Penguji I**

**dr. Liniyanti D. Oswari, MNS, MSc
NIP. 1956 0122 198503 2 004**



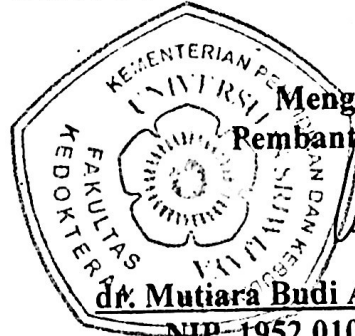
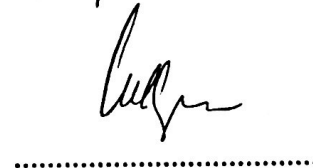
**Pembimbing II
Merangkap Penguji II**

**Drs. Sadakata Sinulingga, Apt, MKes
NIP. 1958 0802 198603 1 001**



Penguji III

**dr. Mutiara Budi Azhar, SU, MMedSc
NIP. 1952 0107 198303 1 001**



**Mengetahui,
Rebantu Dekan I**

**dr. Mutiara Budi Azhar, SU, MMedSc
NIP. 1952 0107 198303 1 001**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini:

Nama : Riska Asri
NIM : 0410 140 1075
Kelas : Pendidikan Dokter Umum Non Reguler 2010
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul Skripsi : Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Obesitas pada Anak di SD Islam Azzahrah Palembang Tahun 2013/2014

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun, baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian dari saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan bersedia mendapat sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini apabila terdapat pelanggaran.

Palembang, 24 Januari 2014
Yang membuat pernyataan,

Riska

Riska Asri

NIM: 0410 0140 1075



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riska Asri
NIM : 0410 140 1075
Program Studi : Pendidikan Dokter Umum
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Obesitas pada Anak di SD Islam Azzahrah Palembang Tahun Ajaran 2013/2014

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya tanpa meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang

Pada tanggal : 30 Januari 2014

Yang Menyatakan



(Riska Asri)

For difficult time, just remind
"This too shall pass"

Thanks to my best friends
for their support, encouragement, and
understanding

This book is dedicated to:
my husband, Muhammad Alka
my parents, Mr & Mrs. Asri Matseh
my parents-in-law, Mr & Mrs. Almansyah
and my college

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN OBESITAS PADA ANAK DI SD ISLAM AZZAHRAH PALEMBANG TAHUN AJARAN 2013/2014

(*Riska Asri*, 30 Januari 2014, 56 halaman)

Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

Latar Belakang: *Overweight* atau obesitas adalah suatu kondisi medis berupa kelebihan lemak tubuh yang terakumulasi sedemikian rupa sehingga menimbulkan dampak merugikan bagi kesehatan, yang mungkin menurunkan taraf hidup dan/atau meningkatkan masalah kesehatan. Penyebab terjadinya obesitas bersifat multifaktorial dan sangat erat kaitannya dengan asupan serta kualitas makanan yang dikonsumsi anak tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada anak di SD Islam Azzahrah Palembang.

Metode: Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Waktu dan tempat penelitian dilakukan pada bulan Januari 2014 di SD Islam Azzahrah Palembang. Populasi penelitian adalah seluruh siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang. Jumlah sampel sebanyak 98 siswa yang ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil: Dari 98 siswa, didapatkan sebanyak 30 orang yang *overweight* dan obes dengan perbandingan laki-laki (40,5%) lebih banyak dari perempuan (23,2%). Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* didapatkan faktor-faktor yang mempunyai pengaruh terhadap *overweight* dan obesitas, yaitu kebiasaan sarapan pagi ($p=0,002$; $OR=5,8$); IMT ayah ($p=0,001$; $OR=8,4$); IMT ibu ($p=0,029$; $OR=2,9$); dan saudara kandung obes ($p=0,003$; $OR=14,8$).

Kesimpulan: Anak yang tidak memiliki kebiasaan sarapan pagi berisiko terkena *overweight* dan obesitas 5,8 kali lebih besar daripada anak yang memiliki kebiasaan sarapan pagi.

Kata kunci: *Obesitas, overweight, obesitas anak, kebiasaan sarapan pagi*

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST HABITS AND OBESITY IN CHILDREN OF AZZAHRAH ELEMENTARY SCHOOL PALEMBANG 2013/2014

(*Riska Asri*, 30 January 2014, 56 pages)

Faculty of Medicine, Sriwijaya University

Background: Overweight dan obesity is a medical condition in which excess body fat has accumulated to the extend that it may have an adverse effect on health, leading to reduced life expectancy and/or increased health problems. Obesity is a multifactorial and is related to the intake of food that is consumed. This research is done to know the relationship between breakfast and obesity in children of Azzahrah Elementary School Palembang.

Method: The type of research was a cross-sectional design. This research was done on January 2014 at Azzahrah Elementary School Palembang. The population in this study was all students of 6th grade of Azzahrah Elementary School Palembang. The sample size were 98 students who determined based on criteria of inclusion and exclusion.

Results: From 98 students there were 30 students that were overweight and obese. The ratio of man (40,5%) was higher than woman (23,2%). From the statistical analysis of Chi-Square, factors which has influenced the respondents to be overweight and obesity was breakfast ($p=0,002$; $OR=5,8$); father IMT ($p=0,001$; $OR=8,4$); mother IMT ($p=0,029$; $OR=2,9$); and siblings obesity ($p=0,003$; $OR=14,8$)

Conclusion: The children who did not consume breakfast is at risk 5,8 times of being overweight and obese than children who is did not consume breakfast.

Key Words: *Obesity, overweight, children obesity, breakfast habits*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Liniyanti D. Oswari, MNS, MSc, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran di dalam mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini;
 2. Drs. Sadakata Sinulingga, Apt, M.Kes, selaku dosen pembimbing metodologi dan statistika yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini;
 3. dr. Mutiara Budi Azhar, SU, M.MedSc, selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak ilmu untuk penyusunan skripsi ini;
 4. Bapak/Ibu Guru dan Adik-adik di SD Islam Azzahrah yang telah membantu memperlancar dalam pengambilan data untuk skripsi ini;
 5. Orang tua, suami, dan keluarga terkasih yang telah memberikan dukungan material dan moral; dan
 6. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
- Akhir kata, saya berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi saya membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, 24 Januari 2014
Penulis,

Riska Asri

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN | iii |
| LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| ABSTRAK | vi |
| <i>ABSTRACT</i> | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1. 1. LATAR BELAKANG | 1 |
| 1. 2. RUMUSAN MASALAH | 3 |
| 1. 3. TUJUAN PENELITIAN | 3 |
| 1. 3. 1. Tujuan Umum | 3 |
| 1. 3. 2. Tujuan Khusus | 4 |
| 1. 4. HIPOTESIS | |
| 1. 4. 1. Hipotesis Nol (H_0) | 4 |
| 1. 4. 2. Hipotesis Alternatif (H_1) | 4 |
| 1. 5. MANFAAT PENELITIAN | 4 |
| 1. 5. 1. Manfaat Teoritis | 4 |
| 1. 5. 2. Manfaat Praktis | 4 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 5 |
| 2. 1. ILMU GIZI | 5 |
| 2. 1. 1. Pengenalan Ilmu Gizi | 5 |
| 2. 1. 2. Fungsi Zat Gizi dalam Tubuh | 7 |
| 2. 2. STATUS GIZI ANAK | 10 |
| 2. 2. 1. Penilaian Status Gizi Anak | 10 |
| 2. 2. 2. Penggunaan Indeks Antropometri | 10 |
| 2. 3. KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS | 11 |
| 2. 3. 1. Pengertian Obesitas | 11 |
| 2. 3. 2. Tipe Obesitas | 12 |
| 2. 3. 3. Identifikasi Gejala Obesitas | 14 |
| 2. 3. 4. Faktor Risiko Obesitas | 15 |
| 2. 3. 5. Dampak Obesitas | 20 |
| 2. 3. 6. Kriteria Obesitas | 23 |
| 2. 3. 7. Penatalaksanaan Obesitas | 24 |
| 2. 4. SARAPAN PAGI | 27 |
| 2. 4. 1. Definisi Sarapan Pagi | 27 |
| 2. 4. 2. Manfaat Sarapan Pagi | 27 |

| | |
|---|-------|
| 2. 4. 3. Tips Sarapan Sehat | 29 |
| 2. 5. HUBUNGAN ANTARA SARAPAN PAGI DAN OBESITAS | 30 |
| 2. 6. KERANGKA TEORI | 32 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN | 33 |
| 3. 1. JENIS PENELITIAN | 33 |
| 3. 2. WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN | 33 |
| 3. 2. 1. Waktu Penelitian | 33 |
| 3. 2. 2. Tempat Penelitian | 33 |
| 3. 3. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN | 33 |
| 3. 3. 1. Populasi Penelitian | 33 |
| 3. 3. 2. Sampel Penelitian | 33 |
| 3. 3. 3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi | 35 |
| 3. 4. VARIABEL PENELITIAN | 35 |
| 3. 4. 1. Variabel Tergantung | 35 |
| 3. 4. 2. Variabel Bebas | 35 |
| 3. 5. DEFINISI OPERASIONAL PENELITIAN | 35 |
| 3. 6. CARA PENGUMPULAN DATA PENELITIAN | 37 |
| 3. 6. 1. Data Primer | 37 |
| 3. 6. 2. Data Sekunder | 38 |
| 3. 7. KERANGKA OPERASIONAL | 39 |
| 3. 8. CARA PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA | 40 |
| | |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 41 |
| 4. 1. HASIL | 41 |
| 4. 2. PEMBAHASAN | 50 |
| 4. 3. KETERBATASAN PENELITIAN | 54 |
| | |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 55 |
| 5. 1. KESIMPULAN | 55 |
| 5. 2. SARAN | 55 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | xiii |
| LAMPIRAN | xvii |
| BIODATA RINGKAS | xliii |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|---|---------|
| 2.1. Zat-Zat Gizi Essensial yang Dibutuhkan Tubuh | 5 |
| 2.2. Kebutuhan Energi dan Protein per Hari (per kg bb) | 6 |
| 2.3. Kebutuhan Cairan Bayi dan Anak | 6 |
| 2.4. Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT | 24 |
| 3.1. <i>Dummy</i> Tabel Penyajian Data | 40 |
| 4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin | 41 |
| 4.2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia | 42 |
| 4.3. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori IMT | 42 |
| 4.4. Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Sarapan Pagi | 43 |
| 4.5. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori IMT Ayah | 43 |
| 4.6. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori IMT Ibu | 44 |
| 4.7. Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Obesitas Kedua Orang Tua . | 44 |
| 4.8. Distribusi Responden Berdasarkan Saudara Kandung Obes | 45 |
| 4.9. Hubungan antara Jenis Kelamin dan Kejadian <i>Overweight</i> dan Obesitas Anak | 45 |
| 4.10. Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi dan Kejadian <i>Overweight</i> dan Obesitas Anak | 46 |
| 4.11. Hubungan antara IMT Ayah dan Kejadian <i>Overweight</i> dan Obesitas pada Anak | 47 |
| 4.12. Hubungan antara IMT Ibu dan Kejadian <i>Overweight</i> dan Obesitas pada Anak | 48 |
| 4.13. Hubungan antara Saudara Kandung <i>Overweight</i> dan Obes dan Kejadian <i>Overweight</i> dan Obesitas Anak | 49 |
| 4.14. Hasil Analisis Multivariat Regresi Logistik | 50 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|---------|
| 1. Lembar Konsultasi Skripsi | xvii |
| 2. Sertifikat Etik | xix |
| 3. <i>Informed Consent</i> | xx |
| 4. Kuesioner Penelitian | xxi |
| 5. Surat Izin Penelitian | xxiii |
| 6. Surat Izin Pengambilan Data | xxiv |
| 7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian | xxv |
| 8. Data Responden Anak Kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang | xxvi |
| 9. Contoh Perhitungan Uji Statistik <i>Chi-Square</i> | xxix |
| 10. Artikel | xxxiv |

BAB I

PENDAHULUAN



1.1. LATAR BELAKANG

Obesitas atau kegemukan merupakan suatu kelainan atau penyakit yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak di dalam tubuh secara berlebihan (Yussac, 2007). *World of Healthy Organization* (WHO) menyatakan bahwa obesitas sudah menjadi masalah dunia dan harus ditangani sesegera mungkin. Penyebab terjadinya obesitas bersifat multifaktorial dan sangat erat kaitannya dengan asupan serta kualitas makanan yang dikonsumsi anak tersebut (Hidayati dkk., 2006).

Dennies Bier dari *Pediatric Academic Society* (PAS) mengatakan bahwa lebih dari 9 juta anak di dunia berusia 6 tahun ke atas mengalami obesitas. Sejak tahun 1970, obesitas telah meningkat di kalangan anak. Sampai saat ini persentasenya terus meningkat 2 kali lipat pada anak usia 2-9 tahun dan usia 12-19 tahun, selain itu kejadian ini juga terus meningkat 3 kali lipat pada anak usia 6-11 tahun (Dasril, 2009).

Menurut data yang diperoleh WHO, sepertiga anak usia sekolah dan remaja termasuk ke dalam kategori kelebihan berat badan (*overweight*) atau obesitas dan terjadi peningkatan sesuai dengan bertambahnya usia (Rohani, 2010). Peningkatan ini tidak hanya terjadi pada negara-negara maju, tetapi juga terjadi pada negara berkembang. Dalam tiga dekade terakhir, prevalensi obesitas anak usia 6-17 tahun di Amerika Serikat terus meningkat dari 7,6-10,8% menjadi 13-14%. Pada anak usia 6-18 tahun di Inggris persentasenya mencapai 10-17%, di Rusia mencapai 10%, dan di Cina mencapai 3,4% (Yussac, 2007).

Jika dilihat dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia tahun 2007 prevalensi obesitas pada penduduk berusia di atas 15 tahun sebesar 19,1%, pada anak di rentang usia 5-15 tahun sebesar 8,3%, sedangkan pada anak-anak berusia di bawah 5 tahun sebesar 18,4%. Obesitas terus meningkat dari tahun 1990-an yang hanya sebesar 4% (Napitupulu, 2010). Survey Kesehatan Rumah

Tangga (SKRT) pada tahun 2004 sebesar 8,5% gizi lebih terjadi pada anak usia sekolah dasar dan 8,1% pada anak usia sekolah dan remaja (Nuryanto dkk., 2009).

Pada tahun 2000-2005, dokter-dokter yang tergabung di dalam Masyarakat Pediatri Indonesia melakukan penelitian pada anak usia sekolah dasar di 10 kota besar di Indonesia. Dari penelitian tersebut, didapatkan persentase angka kejadian obesitas sebesar 25% di Jakarta; 24,3% di Semarang; 17,75% di Medan; 11,7% di Denpasar; 11,4% di Surabaya; 7,1% di Padang; 5,3% di Manado; 4% di Yogyakarta; dan 2,1% di Solo (Dasril, 2009).

Di Kota Palembang, prevalensi obesitas pada anak mencapai 9,79%. Angka ini tersebar di 14 Kecamatan yang ada di Kota Palembang dan didapatkan berdasarkan pemantauan status gizi anak sekolah dasar yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Palembang pada tahun 2008. Angka kejadian terbesar terdapat di Kecamatan Ilir Timur I di daerah Dempo Palembang dengan persentase sebesar 25,2%, dengan persentase terbanyak terdapat pada Sekolah Dasar Kristen Frater Xaverius 2 Palembang sebesar 48,9% tahun 2008 dan 42,1% pada tahun 2009 (Retnahningsih dkk., 2011).

Obesitas disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan dan pemakaian energi dalam tubuh, selain asupan dan kualitas makan pada anak, peningkatan angka kejadian yang terus-menerus terjadi dapat dilihat dari adanya keterlibatan faktor genetik atau riwayat obesitas orang tua, pendapatan keluarga, hormonal, psikologi, gaya hidup, pola aktivitas fisik, dan pola makan (Rohani, 2011).

Anak-anak yang mengalami *overweight* dan obesitas memiliki risiko tinggi mengalami obesitas ketika dewasa yang dapat menyebabkan dampak buruk, baik dampak kesehatan maupun dampak psikososial. Pengaturan pola makan dan pola aktivitas fisik yang baik pada penderita *overweight* dan obesitas akan sangat membantu dalam mengembalikan kelebihan berat badan ke berat badan normal.

Kebiasaan sarapan pagi merupakan salah satu pola makan yang baik karena dapat mencegah terjadinya obesitas. Dalam tubuh, nafsu makan diatur oleh hormon ghrelin dan leptin. Ghrelin adalah hormon yang digunakan tubuh untuk mengirim sinyal ke otak untuk meningkatkan nafsu makan pada saat tubuh membutuhkan makanan, sedangkan hormon leptin menurunkan nafsu makan

dengan mengirim sinyal ke otak bahwa tubuh sudah memperoleh cukup makan (Stylianou et al., 2007). Kadar hormon ghrelin akan menurun secara berkala setelah tubuh mulai menyerap nutrisi dari makanan. Pada orang yang mempunyai kebiasaan melewatkan sarapan pagi kadar hormon ghrelin akan meningkat dan kadar hormon leptin akan turun, sehingga dapat mengakibatkan rasa lapar. Kondisi lapar membuat seseorang makan dalam jumlah yang berlebihan, sehingga dapat memicu terjadinya kelebihan berat badan (Tribun, 2013). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Vanelli (2005) menemukan bahwa melewatkan makan pagi pada anak-anak dapat meningkatkan risiko *overweight* dan obesitas. Pada anak-anak yang melewatkan sarapan pagi dilaporkan 27,5% *overweight* dan 9,6% obesitas (Vanelli et al., 2005).

Meningkatnya prevalensi obesitas baik pada anak maupun dewasa merupakan sebuah peringatan untuk kita bahwa obesitas memerlukan perhatian khusus. Penelitian ini akan dilakukan menggunakan desain *cross-sectional* dengan populasi penelitian adalah siswa-siswi SD Islam Azzahrah Palembang. Diharapkan melalui penelitian ini didapat informasi yang berguna untuk mengenali risiko obesitas pada anak dengan mengidentifikasi kebiasaan sarapan pagi dan bermanfaat bagi usaha pencegahan dini dengan penanganan yang lebih terarah.

1. 2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian masalah dalam latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitiannya adalah sebagai berikut:

“Apakah terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang?”

1. 3. TUJUAN PENELITIAN

1. 3. 1 Tujuan Umum:

Diketahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus:

1. Diketahui siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang yang mempunyai kebiasaan sarapan atau makan pagi.
2. Diketahui siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang yang mempunyai kebiasaan melewatkan sarapan atau makan pagi.
3. Diketahui siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang yang obesitas.
4. Diketahui hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada siswa-siswi kelas 6 di SD Islam Azzahrah Palembang.

1.4. HIPOTESIS

1.4.1. Hipotesis Nol (H₀)

Tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada anak di SD Islam Azzahrah Palembang.

1.4.2. Hipotesis Alternatif (H₁)

Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada anak di SD Islam Azzahrah Palembang.

1.5. MANFAAT PENELITIAN

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai landasan teori mengenai hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dan obesitas pada anak sekolah dasar di Palembang.

1.5.2 Manfaat Praktis

Sebagai bahan pertimbangan bagi instansi kesehatan yang terkait dalam memberikan penyuluhan tindakan preventif kepada masyarakat setelah hubungan kebiasaan sarapan pagi dan obesitas diketahui, serta dapat digunakan sebagai bahan dan kerangka berpikir bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahira A. 2010. Manfaat Gizi, Semua Ada pada Makanan. Anneahira. (<http://www.anneahira.com/manfaat-gizi.htm>, diakses pada tanggal 15 September 2013).
- Almatsier, S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Dasril DF. 2009. Prevalensi Obesitas pada Anak TK di Kelurahan Cikini, Kecamatan Menteng, DKI Jakarta dan Hubungan dengan Faktor *Sedentary Life* Anak. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Indonesia yang dipublikasikan.
- Dubois L., Girard M., Potvin Kent M. 2006. Breakfast eating and overweight in a pre-school population. *Public Health Nutr* 2006 Jun; 9(4); 436-42. (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/m/pubmed/16870015/>, diakses pada tanggal 19 Januari 2014)
- Febrina. 2011. Gambaran Pola Makan dan Aktivitas Fisik Anak Kelebihan Berat Badan di Dua SD di Kecamatan Bukit Kecil Palembang. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya yang tidak dipublikasikan.
- Handayani MT. 2009. Pengaruh Pola Makan Sehat terhadap Kesehatan. Penelitian. (<http://id.scribd.com/doc/83746961/judul-penelitian>, diakses pada tanggal 20 September 2013).
- Haryanto I. 2012. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Obesitas pada Anak Usia Sekolah Dasar di Jawa Tahun 2010. Tesis Magister pada Jurusan Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia yang dipublikasikan.
- Hayati N. 2009. Faktor-Faktor Perilaku yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas di Kelas 4 dan 5 SD Pembangunan Jaya Bintaro, Tangerang Selatan Tahun 2009. Skripsi pada Jurusan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia yang dipublikasikan.
- Hidayati SN., Irawan R., Hidayat B. 2006. Obesitas pada Anak. *Old Pediatrik*. (<http://old.pediatrik.com/buletin/06224113652-048qwc.pdf>, diakses pada tanggal 14 Juni 2013).
- Isna NR. 2011. Bulimia dan Anorexia, Penyakit yang Ogah Makan. Wordpress. (<http://nilna.wordpress.com/2009/02/22/anorexia-dan-bulimia-penyakit-yang-ogah-makan/>, diakses pada 16 September 2013).

- Khosman A. 2004. Peranan Pangan dan Gizi untuk Kualitas Hidup. Gasindo: Jakarta
- Mariza YY. 2012. Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. Skripsi pada Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro yang dipublikasikan.
- Meutia N. 2005. Peran Hormon Ghrelin dalam Meningkatkan Nafsu Makan. e-USU Repository. (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/1998/1/fisiologi-nuraiza2.pdf>, diakses pada tanggal 15 November 2013).
- Mustilo R. 2010. Dampak Obesitas. Bethesda Stroke Center. (http://www.strokebethesda.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=104, diakses pada tanggal 16 September 2013).
- Napitupulu EL. 2010. Obesitas Semakin Mewabah. Harian Kompas. (<http://health.kompas.com/read/2010/11/02/09285713/Obesitas.Kini.Semakin.Mewabah#>, diakses pada tanggal 15 Juni 2013).
- Nuryanto, Podojoyo, dan Yulianto. 2009. Studi Prevalensi Masalah Gizi Ganda Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah di Kota Lubuk Linggau. Jurnal Pembangunan Manusia 9(3). (<http://baliitbangnovda.sumselprov.go.id/data/download/20130108172329.pdf>, diakses pada tanggal 15 Juni 2013).
- Pilcová R., Šulcová J., Hill M., et al. 2003. Leptin Levels in Obese Children: Effect of Gender, Weight Reduction and Androgens. *Physiol Research* 2003. 52: 53-60. (http://www.biomed.cas.cz/physiolres/pdf/2003/52_53.pdf, diakses pada tanggal 21 November 2013).
- Purnamawati I. 2009. Prevalensi Obesitas pada Anak Taman Kanak-kanak di Kelurahan Cikini, Kecamatan Menteng, DKI Jakarta, dan Hubungannya dengan Melewatkan Makan Pagi. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Indonesia yang dipublikasikan.
- Purwono A. 2011. Penatalaksanaan Obesitas. *Medicinesia*. (<http://www.medicinesia.com/kedokteran-klinis/obat/penatalaksanaan-obesitas/>, diakses pada 20 September 2013).
- Rahman SY. 2009. Obesitas pada Anak. *Klinik Kedokteran*. (<http://klinikdokter24.blogspot.com/2009/02/obesitas-pada-anak-kegemukan.html?m=1>, diakses pada tanggal 15 September 2013).

- Rahmawati N. 2009. Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fastfood*), dan Keterpaparan Media serta Faktor-Faktor Lain yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Siswa di SD Islam Al-Azhar 1 Jakarta Selatan Tahun 2009. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Indonesia yang dipublikasikan.
- Retnaningsih E., Oktariza R. 2011. Pengaruh Aktifitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas pada Murid. *Jurnal Pembangunan Manusia* 2(5). (<http://balitbangnovda.sumselprov.go.id/data/download/20121228182904.pdf> diakses pada tanggal 15 Juni 2013).
- Riyadi S. 2012. Tips Sarapan Sehat. *Koran Kompas*. (<http://www.medis.web.id/2012/04/inilah-4-manfaat-sarapan-pagi-untuk.html?m=1>, diakses pada tanggal 19 Oktober 2013).
- Rohani S. 2011. Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko Obesitas pada Remaja Sekolah Menengah Pertama di Desa Mariana. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya yang tidak dipublikasikan.
- Sentausa. 2013. Kegemukan. *Wikipedia Indonesia*. (<http://id.m.wikipedia.org/wiki/Kegemukan>, diakses pada tanggal 16 September 2013).
- Slamet MS., Hutapea R., Woro E., dkk. 2010. Pembatalan Edar dan Penarikan Obat yang Mengandung Sibutramine. *Perpustakaan POM RI*. (<http://perpustakaan.pom.go.id/KoleksiLainnya/Buletin%20Berita%20Meso/0210.pdf>, diakses pada 20 September 2013).
- Stylianou C., Galli-Tsinopoulou A., Farmakiotis D., et al. 2007. Ghrelin and Leptin Levels in Obese Adolescents, Relationship with Body Fat and Insulin Resistance. *Hormones* 2007. 6 (4): 295-303. (http://www.hormones.gr/pdf/Ghrelin_and_leptin_levels.pdf, diakses pada tanggal 21 November 2013).
- Tandra H. 2011. Obesitas bukan Sekedar Masalah Kesehatan. *Domeclinic*. (<http://www.domeclinic.com/artikel/mengenal-obesitas.html>, diakses pada tanggal 15 September 2013).
- Tribun Sumsel. 2013. Sarapan agar Tetap Langsing. *Tribun Sumsel (Koran)*, 11 November 2013, halaman 12.
- Utami EA. 2011. Hubungan Ukuran Antropometri Anak Obesitas dengan Faktor Genetik di SD Islam Az-zahrah Palembang. Skripsi Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya yang tidak dipublikasikan.

Vanelli M., Iovane B., Bernadini A., et al. 2005. Breakfast habits of 1202 Northern Italian Children Admitted to A Summer Sport School. *Acta Biomed* 2005; 76; 79-85. (http://www.actabiomedica.it/data/2005/2_2005?vanelli.pdf, diakses pada tanggal 20 Oktober 2013).

Yatim F. 2010. *Kendalikan Obesitas dan Diabetes Melitus*. Indocamp: Jakarta.

Yussac MAA., Cahyadi A., Putri AC., et al. 2007. Prevalensi Obesitas pada Anak Usia 4-6 Tahun dan Hubungannya dengan Asupan serta Pola Makan. *Majalah Kedokteran Indonesia* 57(2): 47-53. (http://mki.idionline.org/index.php?uPage=mki.mki_dl&smod=mki&sp=public&key=OTctMTY=., diakses pada tanggal 14 Juni 2013).