



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT,
DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA
SISWA SDN 26 RIMBO KALUANG DAN SDN 33 RAWANG
BARAT KOTA PADANG TAHUN 2018**

Oleh :

MAHDALENA

No. BP. 1411211010

Pembimbing I : Hafifatul Auliya Rahmi, SKM, MKM
Pembimbing II : Dr. Eva Yuniritha, M.Biomed

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2018

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juli 2018
MAHDALENA, No. BP. 1411222010**

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA SISWA SDN 26 RIMBO KALUANG DAN SDN 33 RAWANG BARAT KOTA PADANG TAHUN 2018

xiii + 88 pages, 22 table, 3 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Obesitas merupakan penyakit yang ditandai penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang tahun 2018.

Metode

Desain penelitian *cross sectional study*, populasi seluruh anak kelas III, IV, dan V SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat kota padang. Jumlah sampel sebanyak 104 anak, diambil secara *Systematic Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ FFQ)* dan *Formulir Physical Activity Questionnaire for Children (PAQC)*. Data dianalisis dengan uji *Chi-square* menggunakan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Hasil

Hasil penelitian didapatkan kejadian obesitas pada responden sebesar (45,2%), dilihat dari asupan makanan bahwa lebih dari separuh responden dengan asupan energi lebih (64,4%), asupan protein lebih (82,7%), asupan lemak lebih (79,8%), asupan karbohidrat lebih (76,9%), dan aktivitas fisik tidak aktif (54,8%). Dari hasil uji statistik menunjukan bahwa terdapat hubungan bermakna antara asupan energi ($p=0,001$), asupan protein ($p=0,003$), asupan lemak ($p=0,003$), asupan karbohidrat ($p=0,003$), dan aktivitas fisik ($p=0,001$) dengan kejadian obesitas.

Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa asupan makanan dan tingkat aktivitas fisik berperan dalam kejadian obesitas anak sekolah. Diharapkan kepada pihak sekolah dan orang tua lebih memperhatikan pola makan dan aktivitas fisik anak sehingga angka kejadian obesitas anak sekolah dapat ditanggulangi dan terhindari dari masalah kesehatan seperti degeneratif akibat dari obesitas anak.

Daftar pustaka : 76 (2000-2017)

Kata kunci : Obesitas, asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan aktivitas fisik.

**FACULTY OF COMMUNITY HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Thesis, July 2018
MAHDALENA, No. BP. 1411222010**

**THE RELATIONSHIPS OF ENERGY INTAKE, PROTEIN, FAT,
CARBOHYDRATE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH OBESITY
INCIDENCE ON STUDENTS IN SDN 26 RIMBO KALUANG AND SDN 33
RAWANG BARAT PADANG CITY IN 2018**

xiii + 88 pages, 22 tables, 3 figures, 9 appendices

ABSTRACT

Objective

Obesity is a disease marked accumulation of body fat tissue in excess. The purpose of this research is to know the correlation between energy intake, protein, fat, carbohydrate, and physical activity with obesity occurrence at elementary school students in Padang City Center and Suburb of 2018.

Methods

The research design is cross sectional study, the population of all children class III, IV, and V SDN 33 West Rawang and SDN 26 Rimbo Kaluang padang city. The number of samples of 104 children, taken by Proportional Random Sampling. Data were collected with a Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ FFQ) questionnaire and a Physical Activity Questionnaire for Children (PAQC) Form. Data were analyzed by Chi-square test using 95% confidence level ($\alpha = 0,05$).

Result

The result of the research showed that obesity incidence was 45,2%, it was seen from food intake that more than half respondents with more energy intake (64,4%), protein intake more (82,7%), fat intake more , 8%), more carbohydrate intake (76,9%), and inactive physical activity (54,8%). The results showed that there was significant correlation between energy intake ($p = 0,001$), protein intake ($p = 0,003$), fat intake ($p = 0,003$), carbohydrate intake ($p = 0,003$), and physical activity ($p = 0,001$) with the incidence of obesity.

Conclusion

It can be concluded that food intake and physical activity levels play a role in the obesity of school children. Expected to the school and parents more memperhatikan diet and physical activity of children so that the incidence of obesity of school children can be overcome and avoid from health problems such as degenerative resulting from childhood obesity.

Reference : 76 (2000-2017)

Key words : Obesity, energy intake, protein, fat, carbohydrates, and physical activity.