



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN,
DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH
PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD KARTIKA 1-11
KOTA PADANG TAHUN 2024**

Oleh:

HAURA PUTRI AZIZI

No. BP. 2011222036

Pembimbing I: Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM

Pembimbing II: Dr. Helmizar, SKM., M.Biomed

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Gizi**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2025

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

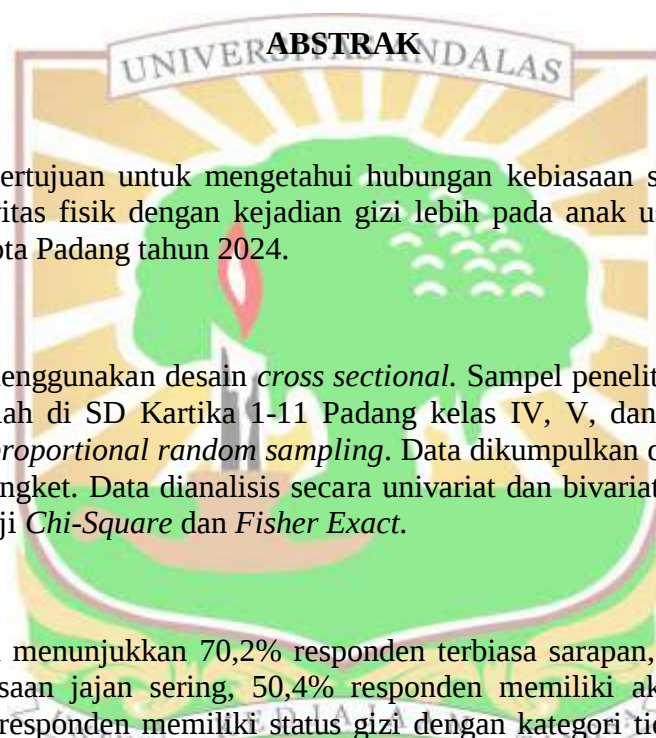
UNIVERSITAS ANDALAS

Skripsi, Februari 2025

Haura Putri Azizi, No. BP. 2011222036

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, KEBIASAAN JAJAN, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD KARTIKA 1-11 KOTA PADANG TAHUN 2024

Xii + 66 halaman, 12 tabel, 2 gambar, 14 lampiran



ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, dan aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih pada anak usia sekolah di SD Kartika 1-11 Kota Padang tahun 2024.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 131 anak usia sekolah di SD Kartika 1-11 Padang kelas IV, V, dan VI yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan dengan wawancara dan pengisian angket. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dan *Fisher Exact*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan 70,2% responden terbiasa sarapan, 84,7% responden memiliki kebiasaan jajan sering, 50,4% responden memiliki aktivitas fisik yang kurang, 79,4% responden memiliki status gizi dengan kategori tidak gizi lebih dan 20,6% responden memiliki status gizi lebih. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan ($p\text{-value} = 0,102$) dan kebiasaan jajan ($p\text{-value} = 1,000$) dengan kejadian gizi lebih, serta terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih ($p\text{-value} = 0,034$; POR = 2,880 95% CI = 1,157-7,169).

Kesimpulan

Aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi lebih. Kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan tidak berhubungan dengan kejadian gizi lebih.

Daftar Pustaka

: 92 (2004-2025)

Kata kunci

: Kejadian gizi lebih, kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan, aktivitas fisik

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, February 2025

Haura Putri Azizi, No. BP. 2011222036

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST HABITS, SNACKING
HABITS, AND PHYSICAL ACTIVITY WITH THE INCIDENCE OF
OVERNUTRITION IN SCHOOL-AGE CHILDREN AT KARTIKA 1-11
ELEMENTARY SCHOOL IN PADANG CITY IN 2024.**

Xii + 66 pages, 12 tables, 2 picture, 14 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to determine the relationship between breakfast habits, snacking habits, and physical activity with the incidence of overweight in school-age children at SD Kartika 1-11 Padang City in 2024.

Method

This study used a cross sectional design. The sample of this study was 131 school-age children in SD Kartika 1-11 Padang grades IV, V, and VI taken with proportional random sampling technique. Data were collected by interview and questionnaire. Data were analyzed univariate and bivariate. Bivariate analysis used Chi-Square and Fisher Exact tests.

Result

The results showed that 70.2% of respondents were accustomed to breakfast, 84.7% of respondents had frequent snacking habits, 50.4% of respondents had insufficient physical activity, 79.4% of respondents had nutritional status in the category of not overweight and 20.6% of respondents had overweight status. The results of statistical tests showed that there was no significant relationship between breakfast habits (p-value = 0.102) and snacking habits (p-value = 1.000) with the incidence of overweight, and there was a significant relationship between physical activity and the incidence of overweight (p-value = 0.034; POR = 2.880 95% CI = 1.157-7.169).

Conclusion

Physical activity has a significant association with the incidence of overnutrition. Breakfast and snacking habits are not associated with being overweight.

Bibliography

: 92 (2004-2025)

Keywords

: Overweight nutritional status, breakfast habits, snack habits
snacks, physical activity