



**HUBUNGAN KONSUMSI SAYUR, BUAH, TINGKAT PENDIDIKAN  
ORANG TUA DAN TINGKAT EKONOMI KELUARGA  
DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA SISWA  
KELAS VIII SMPN 31 PADANG TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan pada Progam Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Padang Sebagai Persyaratan dalam Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang

**OLEH :**

**ANNISA NUR DWI LESTARI**  
**NIM. 202210564**

**PROGAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
KEMENKES POLITEKNIK KESEHATAN PADANG  
2024**

### PERNYATAAN PERSETUJUAN

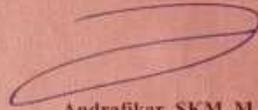
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024  
Nama : Annisa Nur Dwi Lestari  
Nim : 202210564

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing skripsi dan telah diseminarkan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang

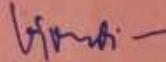
Padang, Juni 2024  
Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Andrafikar, SKM, M.Kes  
NIP. 196606121989031003



Dr. Gusnedi, STP, MPH  
NIP. 197105301994031001

Ketua Program Studi  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



Marni Handayani, S.SiT, M.Kes  
NIP. 197503091998032001

### PERNYATAAN PENGESAHAN PENGUJI

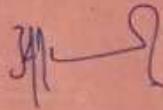
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024  
Nama : Annisa Nur Dwi Lestari  
Nim : 202210564

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang dan dinyatakan telah memenuhi syarat dan diterima

Padang, Juni 2024

Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



Elsie Yuniarti, SKM, MM  
NIP. 198106282006042001

Anggota Dewan Penguji



Wiwi Sartika, DCN, M.Biomed  
NIP. 197107191994032003

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama lengkap : Annisa Nur Dwi Lestari  
NIM : 202210564  
Tanggal lahir : 31 Agustus 2002  
Tahun masuk : 2020  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Nama Pembimbing Akademik : Defriani Dwiyanti, S.SiT, M.Kes  
Nama Pembimbing Utama : Andrafikar, SKM, M.Kes  
Nama Pembimbing Pendamping : Dr. Gusnedi, STP, MPH  
Nama Ketua Dewan Penguji : Elsyie Yuniarti, SKM, MM  
Nama Anggota Dewan Penguji : Wiwi Sartika, DCN, M.Biomed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil skripsi saya, yang berjudul :

**“Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juni 2024



(Annisa Nur Dwi Lestari)  
NIM. 202210564

## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Annisa Nur Dwi Lestari  
NIM : 202210564  
Tempat/Tanggal Lahir : Padang/31 Agustus 2002  
Jumlah Bersaudara : 4 (empat)  
Agama : Islam  
Status : Belum Kawin  
Alamat : Jalan Adinegoro No 18 RT 01 RW 03, Lubuk Buaya  
No Hp/Email : 081268894854/[annisanurdwilestari@gmail.com](mailto:annisanurdwilestari@gmail.com)  
Nama Orang Tua  
Ayah : Syahrul  
Ibu : Yusra Sulastri  
Riwayat pendidikan :

No	Pendidikan	Tahun
1.	SDN 11 Lubuk Buaya	2008 - 2014
2.	SMPN 13 Padang	2014 - 2017
3.	SMAN 7 Padang	2017 - 2020
4.	Kemenkes Poltekkes Padang	2020 - 2024

**KEMENKES POLITEKNIK KESEHATAN PADANG  
JURUSAN GIZI**

**Skripsi, Juni 2024**

**Annisa Nur Dwi Lestari**

**Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

**Vii + 46 halaman + 10 lampiran + 14 tabel**

**ABSTRAK**

*Overweight* dan obesitas penting diperhatikan pada remaja karena 80% berpeluang mengalami obesitas saat dewasa. Dampak gizi lebih dalam waktu dekat menunjukkan anak dengan gizi lebih cenderung memiliki prestasi akademik lebih rendah. Faktor internal yang mempengaruhi gizi salah satunya yaitu asupan sayur buah sementara pendidikan dan ekonomi keluarga memengaruhi status gizi secara eksternal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih.

Penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Tempat penelitian di SMPN 31 Padang. Waktu penelitian bulan Februari sampai Juni 2024. Penelitian dilakukan terhadap 49 orang siswa/i SMPN 31 Padang. Pengumpulan data melalui kuisioner dan SQ-FFQ (*semi quantitative food frequency questionnaire*), pengukuran tinggi dan berat badan anak. Analisa data yaitu univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *statistic Chi-Square* dengan derajat kemaknaan 5%.

Hasil penelitian 26,5% mengalami gizi lebih. Sebanyak 55,1% kurang mengkonsumsi sayur. Sebanyak 36,7% kurang mengkonsumsi buah. Tingkat pendidikan orang tua sebanyak 14,3% pendidikan ibu yang rendah dan 10,2% pendidikan ayah yang rendah dan sebanyak 34,7% tingkat ekonomi keluarga yang rendah. Dari uji *chi-square* didapatkan hubungan yang tak bermakna antara tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih. Namun terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi sayur dan buah dengan kejadian gizi lebih.

Disarankan agar mengkonsumsi sayuran dan buah dengan cukup karena dapat mencegah terjadi gizi lebih. Untuk peneliti selanjutnya agar dapat melihat variabel lain yang berhubungan dengan gizi lebih.

**Kata kunci : Remaja, Gizi lebih, Sayur dan Buah, Tingkat pendidikan, Tingkat ekonomi**

**Daftar Pustaka : 39 (1998-2022)**

**MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC PADANG  
DEPARTMENT OF NUTRITION**

**Thesis, June 2024**

**Annisa Nur Dwi Lestari**

**The Relationship between Vegetable and Fruit Consumption, Parental Education Level, and Family Economic Status with Overweight Occurrence in Eighth Grade Students of Public Junior High School 31 Padang in 2024.**

**Vii + 46 pages + 10 appendices + 14 tables**

**ABSTRACT**

Overweight and obesity are important to monitor in adolescents because 80% have the potential to experience obesity in adulthood. Short-term nutritional impacts indicate that children with excess nutrition tend to have lower academic performance. Internal factors influencing nutrition include vegetable and fruit intake, while family education and economics affect nutritional status externally. The aim of this study is to determine the relationship between vegetable and fruit consumption, parental education level, family economic status, and the occurrence of overnutrition.

This study employed an analytical research design with a cross-sectional approach. The research was conducted at State Junior High School 31 Padang from February to June 2024, involving 49 students. Data were collected through questionnaires and a Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), as well as measurements of the students' height and weight. Data analysis included univariate and bivariate analyses using Chi-Square tests with a significance level of 5%.

The research findings indicated that 26.5% of the students experienced overnutrition. Additionally, 55.1% had inadequate vegetable consumption, and 36.7% had inadequate fruit consumption. Regarding parental education levels, 14.3% had low maternal education, and 10.2% had low paternal education. Family economic status showed that 34.7% had low economic status. Chi-Square tests revealed no significant relationship between parental education levels, family economic status, and the occurrence of overnutrition. However, there was a significant relationship between vegetable and fruit consumption and overnutrition.

It is recommended to consume sufficient vegetables and fruits to prevent overnutrition. For future research, exploring other variables associated with overnutrition is suggested.

**Keywords: Teenagers, Overnutrition, Vegetables and Fruits, Parental Education Level, Economic Status**

**Bibliography : 39 (1998-2022)**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini, yang berjudul “Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024”

Penyusunan dan penulisan Skripsi ini merupakan suatu rangkaian dari proses pendidikan pada Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang dan sebagai persyaratan untuk menyelesaikan mata kuliah skripsi pada masa proses pendidikan.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih atas segala bimbingan dan pengarahan dari bapak Andrafikar, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan bapak Dr. Gusnedi, STP, MPH selaku pembimbing pendamping dan berbagai pihak lainnya yang penulis terima, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan Terima kasih ini juga penulis tunjukan kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang.
2. Ibu Riza Wisriani, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMPN 31 Padang.
3. Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang.
4. Ibu Marni Handayani, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang.
5. Ibu Defriani Dwiyanti, S.SiT, M.Kes selaku Pembimbing Akademik yang telah membimbing penulis dalam masa perkuliahan.
6. Bapak dan Ibu dosen sebagai pengajar di Kemenkes Politeknik Kesehatan Padang yang telah memberikan ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Teristimewa untuk keluarga dan orang tua, Bapak Syahrul dan Ibu Yusra Sulastri, yang memberikan kasih sayang, dukungan, bimbingan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman Jurusan Gizi Angkatan 2020 yang telah ikut berpartisipasi dan memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari akan keterbatasan kemampuan yang ada, sehingga penulis merasa belum sempurna baik isi maupun penyajiannya. Untuk itu penulis selalu terbuka atas kritik dan saran yang membangun guna penyempurnaan skripsi ini.

Padang, April 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
1. Tujuan umum .....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat penelitian.....	7
1. Bagi peneliti .....	7
2. Bagi Institusi.....	7
3. Bagi Sekolah.....	7
E. Ruang lingkup Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Remaja.....	9
1. Pengertian remaja .....	9
2. Kebutuhan gizi pada pertumbuhan remaja .....	9
B. Gizi lebih.....	12
1. Pengertian gizi lebih ( <i>overweight</i> dan obesitas).....	12
2. Penilaian gizi lebih .....	13
3. Faktor penyebab gizi lebih .....	14
4. Dampak gizi lebih .....	16
C. Konsumsi sayur dan buah .....	17
D. Tingkat Pendidikan orang tua .....	18
E. Tingkat ekonomi .....	18
F. Kerangka teori.....	20
G. Kerangka konsep.....	20
H. Hipotesis penelitian.....	21
I. Defenisi Operasional.....	22

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
A. Desain Penelitian.....	24
B. Waktu dan Tempat .....	24
C. Populasi dan sampel.....	24
D. Jenis dan cara pengumpulan data.....	25
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	26
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>29</b>
A. Gambaran umum Lokasi Penelitian .....	29
B. Gambaran Umum Responden .....	30
C. Hasil Penelitian .....	30
D. Pembahasan.....	35
E. Keterbatasan Penelitian .....	43
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>45</b>
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Table 1. Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....	12
Table 2. Kategori Status Gizi IMT/U.....	14
Table 3. Defenisi Operasional.....	22
Table 4. Jumlah guru berdasarkan tingkat pendidikan di SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	29
Table 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di SMP 31 Padang Tahun 2024 .....	30
Table 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian gizi lebih di SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	30
Table 7. Distribusi frekuensi konsumsi sayur siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.....	31
Table 8. Distribusi frekuensi konsumsi buah siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.....	31
Table 9. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan orang tua pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	32
Table 10. Distribusi frekuensi tingkat ekonomi pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	32
Table 11. Hubungan konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	33
Table 12. Hubungan konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	33
Table 13. Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	34
Table 14. Hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024 .....	35

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran A : Format Persetujuan Responden
- Lampiran B : Formulir Responden
- Lampiran C : Form SQ-FFQ
- Lampiran D : Kuesioner Tingkat Pendidikan dan Tingkat Ekonomi Orang Tua
- Lampiran E : Master Tabel
- Lampiran F : Hasil Output SPSS
- Lampiran G : Surat penelitian
- Lampiran H : Kartu Konsultasi
- Lampiran I : Dokumentasi

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka teori .....	20
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	21

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Perhatian yang serius terhadap kesehatan remaja merupakan fokus utama bagi orang tua, tenaga pendidik, dan remaja itu sendiri. Dalam fase ini, remaja memiliki kebutuhan gizi yang berbeda karena sedang mengalami pertumbuhan yang pesat dan perubahan fisiologis yang berkaitan dengan awal pubertas. Gizi memiliki peran penting dalam sektor kesehatan dan menjadi prioritas penting bagi pemerintah karena kesehatan masyarakat yang baik bergantung pada asupan gizi yang memadai. Dampak gizi terhadap pertumbuhan, perkembangan, kesehatan mental, dan produktivitas menegaskan peranan penting gizi dalam kehidupan manusia<sup>1</sup>.

Permasalahan gizi di Indonesia saat ini telah menjadi permasalahan gizi ganda, yang artinya masalah gizi kurang masih belum teratasi, sementara telah muncul masalah gizi lebih. Kondisi ini dapat dialami oleh anak-anak, remaja, dan seluruh golongan umur<sup>2</sup>.

Gizi lebih (*overweight* dan obesitas) dapat diartikan sebagai penumpukan jaringan lemak yang berlebihan di dalam tubuh, yang berdampak buruk bagi kesehatan<sup>3</sup>. Masalah *overweight* dan obesitas penting untuk diperhatikan pada remaja karena 80% berpeluang untuk mengalami obesitas pada saat dewasa<sup>2</sup>. Dampak gizi lebih dalam waktu dekat menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami obesitas atau kegemukan cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih rendah daripada anak-anak yang tidak mengalami kegemukan<sup>4</sup>. Orang yang

mengalami obesitas memiliki risiko yang lebih tinggi terkena penyakit degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes melitus, batu empedu, dan bahkan kanker<sup>5</sup>.

Berdasarkan data Riskesdas 2013, di Indonesia prevalensi remaja gemuk menurut IMT/U usia 13-15 tahun sebesar 8,3% dan obesitas 2,5%<sup>6</sup>. Prevalensi gizi lebih mengalami peningkatan pada tahun 2018 yang dimana untuk remaja gemuk mengalami peningkatan menjadi 11,2% dan untuk remaja obesitas menjadi 4,8%<sup>7</sup>.

Hasil Riskesdas 2018 Di Provinsi Sumatera Barat prevalensi remaja gemuk menurut IMT/U usia 13-15 tahun adalah 10,3% dan remaja obesitas 4,3%<sup>7</sup>. Pada kota padang prevalensi remaja gemuk sebesar 10,1% dan remaja obesitas 7,8%<sup>8</sup>.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 didapatkan prevalensi remaja gemuk menurut IMT/U usia 13-15 tahun yaitu 12,1% dan remaja obesitas 4,1%. Sedangkan pada Sumatera Barat remaja gemuk usia 13-15 tahun sebanyak 10,6% dan remaja obesitas sebanyak 4,1%<sup>9</sup>.

Data yang didapat dari dinas kesehatan Kota Padang tahun 2019 diketahui angka kejadian gizi lebih tertinggi pada anak SMP yaitu di wilayah kerja Puskesmas Andalas dengan prevalensi gizi lebih sebesar 25,8%<sup>10</sup>. Prevalensi gizi lebih tertinggi yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Andalas yaitu SMPN 31 Padang<sup>10</sup>.

Dari hasil rekapitan *screening* tahun 2022 SMP 31 Padang dengan angka tertinggi untuk kejadian gizi lebih yaitu untuk obesitas yaitu 7,3 % dan gemuk 14%. Dapat dikatakan bahwa sebanyak 21,3 % Siswa di SMPN 31 Padang mengalami gizi lebih. Hasil *screening* gizi siswa kelas VII tahun 2022 yaitu 20,3 %, yang dimana untuk obesitas yaitu 5,6 % dan gemuk 14,7%.

Terjadinya peningkatan prevalensi gizi lebih pada remaja disebabkan oleh perubahan gaya hidup pada remaja itu sendiri. Sekarang ini terjadi perubahan pola makan dimana remaja lebih suka makan makanan yang berlemak, manis dan cepat saji dari pada konsumsi sayur dan buah<sup>11</sup>.

Data laporan Riskesdas 2018 di dapatkan sebanyak 95,5% penduduk Indonesia yang berusia >10 tahun termasuk dalam kategori kurang mengkonsumsi sayur dan buah. Pada Sumatera Barat juga di dapatkan persentase 96,8% kurang konsumsi sayur dan buah pada kelompok usia >10 tahun<sup>7</sup>.

Sayur dan buah memiliki kalori yang rendah dan serat yang tinggi sehingga bisa mencegah terjadinya penumpukan lemak pada tubuh yang menyebabkan gizi lebih pada anak usia sekolah. Anak usia sekolah sangat membutuhkan sayur dan buah sebagai sumber vitamin, mineral dan serat yang penting bagi tubuh, sayur dan buah hijau khususnya mengandung antioksidan, Vitamin C, dan Vitamin A yang dapat mencegah masalah gizi berlebih pada anak usia sekolah<sup>12</sup>. Mengonsumsi jumlah yang cukup setiap hari membantu mencegah kegemukan dengan mengurangi rasa lapar dan menghindari penumpukan lemak serta kolesterol berlebihan<sup>13</sup>.

Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dan buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas IV dan V di SD Teknologi Kota Pekanbaru. Hasil *prevalance Odd Ratio* menunjukkan frekuensi konsumsi buah yang kurang memiliki resiko gizi lebih sebesar 2,198 kali dan frekuensi konsumsi sayur yang kurang memiliki resiko gizi lebih sebesar 2,548 kali dibanding dengan responden yang memiliki frekuensi konsumsi buah yang baik<sup>12</sup>.

Dalam menentukan status gizi seseorang, terdapat dua faktor yang berperan, yaitu faktor gizi internal dan faktor gizi eksternal. Faktor gizi internal mencakup beberapa hal seperti nilai cerna makanan, status kesehatan, status fisiologis, kegiatan, umur, jenis kelamin, dan ukuran tubuh. Sedangkan faktor gizi eksternal mencakup hal-hal di luar diri seseorang seperti latar belakang sosial budaya, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, jumlah anggota keluarga, kebersihan lingkungan, peran keluarga dan tingkat ekonomi<sup>14</sup>. Salah satu faktor yang berpengaruh adalah tingkat ekonomi.

Status ekonomi keluarga berpengaruh pada akses seseorang untuk mendapatkan makanan yang diinginkan, dan ini dapat memengaruhi status gizi anak<sup>15</sup>. Anak-anak yang berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi yang lebih tinggi cenderung mengkonsumsi lebih banyak energi dan zat gizi karena memiliki akses yang lebih besar terhadap makanan yang dibeli, ini meningkatkan risiko gizi lebih pada anak-anak dari latar belakang ekonomi yang lebih tinggi<sup>15</sup>. Pengaruh lingkungan seperti orang tua, teman, tetangga, dan iklan televisi juga berperan dalam hal ini, makanan yang sering diiklankan cenderung tinggi lemak dan gula namun rendah serat dan selain itu, makanan berlemak memiliki kepadatan energi yang tinggi<sup>15</sup>.

Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa ada hubungan antara status ekonomi keluarga dengan obesitas pada anak. Adanya hubungan ini disebabkan karena dengan status ekonomi tinggi cenderung membuat orang tua memilih untuk memberikan makanan cepat saji pada anaknya dari pada memberikan makanan yang dimasak oleh orang tuanya, hasil yang diperoleh yaitu

proporsi keluarga status ekonomi tinggi yang memiliki anak obesitas sebesar 45% dan pada kelompok tidak obesitas 6 %<sup>16</sup>.

Selain tingkat ekonomi, tingkat pendidikan orang tua berpengaruh terhadap status gizi, pendidikan orang tua dimungkinkan memberikan pengaruh terhadap peningkatan berat badan pada keluarga. Pendidikan dikaitkan pada pekerjaan dan juga pendapatan keluarga. Apabila semakin tinggi pendidikan seseorang maka pendapatan pada keluarga juga semakin tinggi<sup>17</sup>.

Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pendidikan yang dimiliki orang tua responden dengan status gizi. Hasil analisis diperoleh orang tua yang memiliki pendidikan tinggi mempunyai proporsi anak gizi lebih sebesar 56%<sup>18</sup>.

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan, penyebab remaja mengalami gizi lebih disebabkan oleh kebiasaan jajan di sekolah maupun luar sekolah yang dimana remaja tersebut memiliki uang saku 20-70 ribu per hari. Ini tentunya berkaitan dengan tingkat ekonomi atau pendapatan keluarga yang tinggi sehingga mereka dapat membeli jajanan. Remaja tersebut juga jarang mengonsumsi sayuran dan buah dikarenakan setiap hari disekolah hanya membeli jajanan di kantin.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah diungkapkan, maka penulis telah melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya distribusi frekuensi siswa kelas VIII SMPN 31 Padang yang mengalami gizi lebih pada Tahun 2024.
- b. Diketuainya distribusi frekuensi siswa kelas VIII SMPN 31 Padang berdasarkan konsumsi sayur pada Tahun 2024.
- c. Diketuainya distribusi frekuensi siswa kelas VIII SMPN 31 Padang berdasarkan konsumsi buah pada Tahun 2024.
- d. Diketuainya distribusi frekuensi siswa kelas VIII SMPN 31 Padang berdasarkan tingkat Pendidikan Orang tua pada Tahun 2024.
- e. Diketuainya distribusi siswa kelas VIII SMPN 31 Padang berdasarkan tingkat ekonomi Keluarga pada Tahun 2024.
- f. Diketuainya hubungan konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

- g. Diketuainya hubungan konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
- h. Diketuainya hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
- i. Diketuainya hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

#### **D. Manfaat penelitian**

##### **1. Bagi peneliti**

Penelitian diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan menambah wawasan peneliti dalam melakukan penelitian tentang hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang.

##### **2. Bagi Institusi**

Untuk menambah sumber bacaan ataupun informasi yang berguna untuk beberapa masalah terkait hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih.

##### **3. Bagi Sekolah**

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi sekolah bersangkutan dan bagi para staf pendidik dan tenaga kependidikan agar dapat lebih memperhatikan status gizi siswanya, dan juga untuk menambah sumber bacaan ataupun informasi yang berguna untuk beberapa masalah terkait hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih.

### **E. Ruang lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII di SMPN 31 Padang dengan jenis penelitian analitik dengan desain *Cross sectional* untuk mengetahui Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024. Variabel independen adalah konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi dan variabel dependen adalah gizi lebih.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

##### **1. Pengertian remaja**

Menurut WHO, remaja adalah individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Dalam kelompok usia ini, terdapat dua sub-kelompok, yaitu usia 10-15 tahun dan usia 15-19 tahun. Pada usia 10-15 tahun, remaja mengalami pertumbuhan yang cepat dan ini merupakan tahap awal dari berbagai perubahan menuju kedewasaan, baik secara fisik maupun seksual<sup>19</sup>.

Fase remaja adalah masa peralihan yang sangat rentan, dan terdapat tiga alasan mengapa remaja termasuk dalam kategori rentan. Pertama, pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang cepat membutuhkan lebih banyak energi dan zat gizi. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan memerlukan penyesuaian masukan energi dan zat gizi. Ketiga, partisipasi dalam olahraga, kecanduan alkohol dan obat-obatan dapat meningkatkan kebutuhan makan secara berlebihan, yang dapat menyebabkan obesitas<sup>20</sup>.

##### **2. Kebutuhan gizi pada pertumbuhan remaja**

Karena aktivitas dan pertumbuhan yang cepat, remaja membutuhkan banyak nutrisi. Menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG), remaja laki-laki membutuhkan lebih banyak energi dari pada remaja perempuan. Namun, kebutuhan gizi tiap remaja berbeda beda dan tidak bisa digeneralikan. Hal ini dipengaruhi oleh aktor seperti pemeriksaan klinis, antropometri, diet dan biokimiawi. Dan hasil pemerikssan tersebut, dapat diketahui dengan pasti berapa besar kebutuhan

gizi yang dibutuhkan oleh seorang remaja<sup>20</sup>.

Kecukupan zat gizi pada masa remaja berbeda dengan pada masa anak-anak. Asupan energi yang cukup diperlukan untuk kegiatan sehari-hari dan proses metabolisme tubuh. Kebutuhan protein juga meningkat karena proses pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat. Jika asupan energi terbatas atau kurang, protein akan digunakan sebagai sumber energi. Sumber protein hewani dapat ditemukan dalam telur, ikan, daging, unggas, susu, dan produk olahannya. Sementara itu, sumber protein nabati dapat ditemukan dalam kacang-kacangan dan produk olahannya, seperti tempe, tahu, dan susu kedelai<sup>19</sup>.

Kebutuhan gizi yang tinggi dibutuhkan pada masa remaja, dan gizi merupakan salah satu faktor lingkungan yang ikut menentukan waktu pubertas. Tingginya kebutuhan energi dan zat gizi lain pada remaja disebabkan oleh perubahan dan penambahan dimensi tubuh yang beragam, seperti peningkatan berat badan, tinggi badan, massa tubuh, dan komposisi tubuh yang dijelaskan sebagai berikut:<sup>21</sup>

a. Tinggi badan

- 1) Sekitar 15-20% tinggi badan dewasa dicapai pada masa remaja.
- 2) Percepatan tumbuh anak lelaki terjadi lebih akhir serta puncak percepatan lebih tinggi dibandingkan anak perempuan. Pertumbuhan linear dapat melambat atau terhambat bila kecukupan makanan atau energi sangat kurang atau terjadi pelepasan energi yang meningkat misalnya pada atlet.

b. Berat badan

- 1) Sekitar 25-50% berat badan ideal dewasa dicapai pada masa remaja.

- 2) Waktu pencapaian dan jumlah penambahan berat badan sangat dipengaruhi asupan makanan dan pelepasan energi melalui aktifitas fisik.

c. Komposisi tubuh

- 1) Pada masa pra-pubertas, proporsi jaringan lemak dan otot maupun massa tubuh tanpa lemak (*lean body mass*) pada anak lelaki sama dengan anak perempuan.
- 2) Anak lelaki yang sedang tumbuh pesat, secara proporsional akan mengalami penambahan jaringan otot yang lebih banyak daripada jaringan lemak, demikian pula massa tubuh tanpa lemak dibandingkan anak perempuan.
- 3) Jumlah jaringan lemak tubuh pada orang dewasa normal adalah 23% pada perempuan dan 15% pada lelaki.
- 4) Sekitar 45% tambahan massa tulang terjadi pada masa remaja dan pada akhir dekade kedua kehidupan 90% massa tulang tercapai.
- 5) Terjadi kegagalan penambahan massa tulang pada perempuan dengan pubertas terlambat sehingga kepadatan tulang lebih rendah pada masa dewasa.

d. Fisiologis

- 1) Remaja perempuan membutuhkan zat besi lebih banyak dibandingkan remaja lelaki karena remaja perempuan mengalami menstruasi yang menyebabkan hilangnya zat besi setiap bulan.

Angka kecukupan gizi yang ditampilkan pada tabel-tabel berikut ini menunjukkan perkiraan kebutuhan energi, protein, lemak dan karbohidrat

berdasarkan kelompok umur 13-15 tahun dan 16-18 tahun, dibedakan menurut jenis kelamin. Secara umum kebutuhan meningkat sesuai dengan meningkatnya usia<sup>21</sup>.

**Table 1. Kebutuhan Zat Gizi Remaja**

Kelompok umur	Pria		Wanita	
	13-15	16-18	13-15	16-18
Energi (kkal)	2400	2650	2050	2100
Protein (g)	70	75	65	65
Lemak (g)	80	85	70	70
Karbohidrat (g)	350	400	300	360
Serat (g)	34	37	29	29

Sumber : Angka kecukupan gizi (AKG) Indonesia, 2019<sup>22</sup>.

## B. Gizi lebih

### 1. Pengertian gizi lebih (*overweight* dan *obesitas*)

Kebalikan dari kurang gizi, gizi lebih yaitu asupan energi (kalori) yang masuk ke dalam tubuh justru berlebih, tidak sesuai dengan kebutuhan. Banyak orang cenderung memilih makanan tidak sehat seperti *junk food* atau *fast food* yang kaya lemak, gula, dan garam, dan kurang mengonsumsi makanan yang kaya serat seperti sayuran dan buah-buahan. Selain itu, pola hidup modern yang cenderung kurang aktif juga membuat tubuh tidak banyak membakar energi. Akibatnya, kelebihan energi tersebut disimpan dalam bentuk lemak di dalam tubuh dan menyebabkan kegemukan. Kegemukan merupakan faktor risiko bagi berbagai penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, hipertensi, diabetes, kanker, dan lain-lain yang memerlukan biaya pengobatan yang mahal. Oleh karena itu, penting untuk menjaga keseimbangan antara asupan kalori dan aktivitas fisik agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit<sup>23</sup>.

Permasalahan gizi yang sering terjadi pada remaja yaitu gizi lebih, gizi lebih sekarang dianggap sebagai penyakit, bukan hanya sebagai gejala. Saat ini, jumlah

remaja sekolah yang mengalami obesitas meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun, termasuk Indonesia<sup>21</sup>.

## **2. Penilaian gizi lebih**

### **a. Pengukuran antropometri**

Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi maka antropometri gizi adalah berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi.

#### **1) Berat badan**

Pengukuran berat badan merupakan jenis pengukuran status gizi dengan menimbang berat tubuh. Hal ini disebabkan karena perubahan berat badan dapat diamati dalam waktu singkat dan memberikan gambaran status gizi seseorang pada saat pengukuran<sup>24</sup>.

#### **2) Tinggi badan**

Tinggi badan adalah parameter penting untuk menilai status gizi seseorang, terutama jika usia tidak diketahui secara pasti. Selain itu, tinggi badan juga merupakan ukuran yang penting karena dapat membantu memperhitungkan hubungan antara berat badan dan tinggi badan, tanpa memperhitungkan faktor usia. Untuk mengukur tinggi badan, umumnya digunakan alat bernama Microtoice yang memiliki ketelitian hingga 0,1 cm<sup>24</sup>.

## b. Indeks Massa Tubuh

Indeks Massa Tubuh menurut Umur dapat digunakan sebagai alat untuk mengevaluasi status gizi anak dan menentukan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, berisiko gizi lebih, gizi lebih, dan obesitas. Meskipun grafik IMT/U dan grafik BB/PB atau BB/TB sering kali menunjukkan hasil yang serupa, indeks IMT/U lebih sensitif dalam mendeteksi anak yang berisiko mengalami gizi lebih dan obesitas. Jika nilai IMT/U sebesar atau melebihi +1SD, maka anak tersebut berisiko mengalami gizi lebih dan obesitas, sehingga perlu ditangani lebih lanjut untuk mencegah terjadinya masalah gizi tersebut.

Ukuran yang digunakan untuk menilai status gizi (PMK 2020) status gizi anak umur 5-18 tahun = IMT / U

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)}^2}$$

**Table 2. Kategori Status Gizi IMT/U**

Kategori status gizi	Ambang batas (z-score)
Gizi buruk	<-3SD
Gizi kurang	-3 SD sd <-2 SD
Gizi baik	-2 SD sd +1 SD
Gizi lebih	+1 SD sd +2 SD
Obesitas	> + 2SD

Sumber : PMK Nomor 2 Tahun 2020<sup>25</sup>.

## 3. Faktor penyebab gizi lebih

Beberapa faktor penyebab gizi lebih yaitu :

### a. Faktor genetik

Faktor genetik berperan terhadap terjadinya gizi lebih sekitar 30-40%. Peran faktor genetik terhadap berat badan dan komposisi tubuh dilakukan dengan cara

mempengaruhi beberapa faktor seperti nafsu makan, asupan energi, REE, dan termogenesis makanan<sup>26</sup>.

#### **b. Asupan zat gizi**

Asupan zat gizi yang berlebih dikarenakan remaja sering mengonsumsi makanan yang banyak mengandung minyak dan lemak, porsi makan yang besar serta frekuensi makan yang sering. Penting untuk memenuhi kebutuhan energi pada masa remaja karena sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, yang dapat mempengaruhi perubahan fisik dan struktur tubuh. Keharusan untuk memperhatikan kecukupan energi pada remaja juga harus diingat. Jika asupan makanan melebihi batas yang dianjurkan secara teratur, ini dapat mengakibatkan kelebihan gizi yang berdampak negatif pada kesehatan<sup>27</sup>.

#### **c. Faktor lingkungan**

Faktor lingkungan berkontribusi besar terhadap gizi lebih. Diperkirakan faktor lingkungan berkontribusi sebesar 60-70% terhadap gizi lebih, lingkungan yang memegang peranan terhadap perkembangan gizi lebih yaitu faktor demografi dan biologis<sup>26</sup>.

#### **d. Sosial ekonomi**

Masalah kegemukan dan obesitas sebagian besar memiliki hubungan erat dengan peningkatan status sosial ekonomi. Pada negara berkembang seperti Indonesia, peningkatan pendapatan mengarah kepada peningkatan daya beli terhadap makanan, bertambahnya penyediaan makanan keluarga dan peningkatan konsumsi makanan. Oleh sebab itu, presentase gizi lebih lebih tinggi ditemukan pada golongan sosial ekonomi tinggi dibanding sosial ekonomi rendah<sup>26</sup>.

#### **e. Tingkat pendidikan dan pengetahuan**

Pengetahuan dan pendidikan juga merupakan faktor penentu seseorang atau keluarga dalam memilih makanan yang tepat. Pengetahuan dan tingkat pendidikan yang kurang tentang gizi seimbang membuat masyarakat cenderung memilih makanan sesuai selera<sup>26</sup>.

#### **f. Faktor perilaku**

Perubahan perilaku gaya hidup terutama perilaku makanan juga dipicu oleh perbaikan/peningkatan di berbagai sektor, kesibukan kerja yang tinggi dan banyaknya restoran *fastfood* membuat restoran *fastfood* selalu diserbu oleh masyarakat yang akhirnya budaya makan berubah menjadi tinggi lemak jenuh, karbohidrat dan rendah serat<sup>26</sup>.

### **4. Dampak gizi lebih**

Kenaikan IMT (indeks massa tubuh) yang terjadi dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular (seperti penyakit jantung dan stroke), diabetes, gangguan muskuloskeletal (seperti osteoarthritis yang dapat mengganggu fungsi sendi), dan beberapa jenis kanker seperti endometrium, payudara, ovarium, prostat, hati, kandung empedu, ginjal, dan usus besar. Semakin tinggi IMT seseorang, maka semakin tinggi pula risiko terkena penyakit tersebut.

Obesitas pada masa kanak-kanak dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya obesitas pada masa dewasa, serta meningkatkan risiko kematian dini dan kecacatan. Anak yang mengalami obesitas juga berisiko mengalami kesulitan bernapas, patah tulang, hipertensi, resistensi insulin, dan efek psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, pencegahan dan pengelolaan

obesitas pada masa kanak-kanak sangat penting untuk mencegah risiko kesehatan yang lebih serius pada masa depan<sup>28</sup>.

### **C. Konsumsi sayur dan buah**

Secara umum sayuran dan buah-buahan kaya akan berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Beberapa vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayuran dan buah-buahan memiliki peran sebagai antioksidan, yang membantu melawan senyawa berbahaya dalam tubuh. Dibandingkan dengan sayuran, buah-buahan juga mengandung karbohidrat, terutama dalam bentuk fruktosa dan glukosa. Namun, beberapa sayuran juga menyediakan karbohidrat, seperti wortel dan kentang sayur. Di sisi lain, beberapa buah juga mengandung lemak tak jenuh, seperti alpukat dan buah berwarna merah. Karena itu, mengonsumsi sayuran dan buah-buahan memainkan peran penting dalam mencapai pola makan yang seimbang dan berkualitas<sup>29</sup>.

Sayur dan buah memiliki kalori yang rendah dan serat yang tinggi sehingga bisa mencegah terjadinya penumpukan lemak pada tubuh yang menyebabkan gizi lebih pada anak usia sekolah<sup>12</sup>.

Badan kesehatan dunia(WHO) secara umum menganjurkan untuk mengonsumsi 400 gram sayuran dan buah-buahan setiap hari untuk hidup sehat. Dalam jumlah tersebut, sekitar 250 gram merupakan porsi sayur, yang setara dengan 2 ½ porsi atau 2 ½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan. Sementara itu, 150 gram merupakan porsi buah, yang setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 ½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang<sup>29</sup>.

#### **D. Tingkat Pendidikan orang tua**

Pendidikan orang tua memberikan pengaruh terhadap peningkatan berat badan pada keluarga, terutama pada anak usia sekolah. Semakin tinggi pendidikan dan pendapatan keluarga, semakin besar kemungkinan untuk mengonsumsi makanan yang enak, mahal, dan berkalori tinggi<sup>17</sup>.

Tingkat pendidikan seseorang memengaruhi kemampuan untuk menerima informasi dengan mudah, terutama dalam hal perawatan kesehatan dan gizi untuk anak dan keluarga. Seseorang dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas dan dapat lebih mudah memahami informasi yang diterima. Oleh karena itu, pendidikan dapat berperan penting dalam membekali seorang ibu dengan pengetahuan yang diperlukan untuk memberikan asupan gizi yang terbaik bagi anak dan anggota keluarga lainnya<sup>17</sup>.

Hasil penelitian Sartika, Wiwi (2017) dengan judul hubungan status ekonomi dan pendidikan ibu terhadap obesitas pada anak usia 2-5 tahun, menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan obesitas pada anak. Adanya hubungan antara tingkat pendidikan dengan obesitas pada anak disebabkan karena orang tua yang memiliki pendidikan tinggi dapat dengan mudah mendapatkan pekerjaan yang menjamin hidup mereka dibanding ibu yang pendidikan rendah, sehingga berpengaruh dengan obesitas pada anak<sup>16</sup>.

#### **E. Tingkat ekonomi**

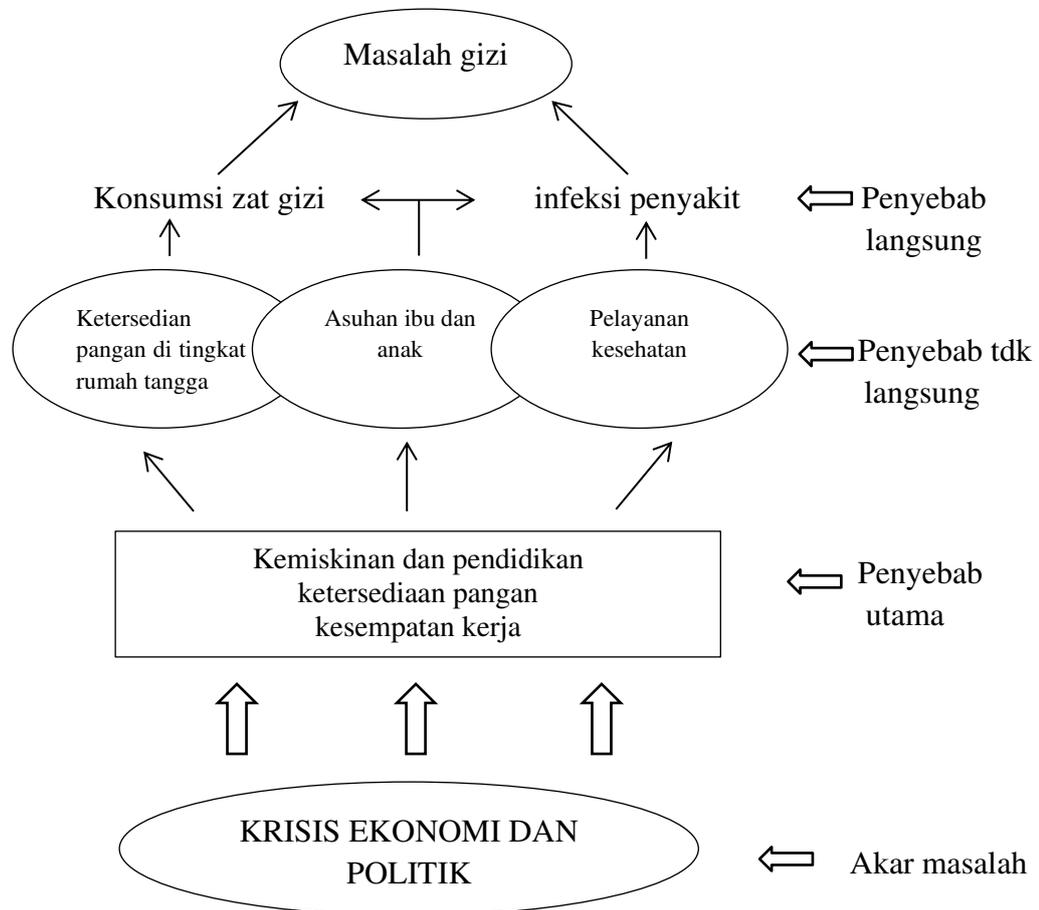
Tingkat ekonomi dipengaruhi oleh pekerjaan. Apabila pekerjaan baik maka sosial ekonomi juga baik. Ekonomi keluarga menjadi suatu tantangan tersendiri ibu dalam memilih makanan sehat untuk keluarganya. Kemampuan untuk membeli dan

memilih makanan sehat dipengaruhi oleh pendapatan keluarga, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi status gizi keluarga secara keseluruhan<sup>17</sup>.

Pada negara berkembang seperti Indonesia, peningkatan pendapatan mengarah kepada peningkatan daya beli terhadap makanan, bertambahnya penyediaan makanan keluarga dan peningkatan konsumsi makanan. Oleh sebab itu, presentase gizi lebih tinggi ditemukan pada golongan sosial ekonomi tinggi dibanding sosial ekonomi rendah<sup>26</sup>. Dari hasil penelitian Anggraini, Zikra (2017) menyatakan bahwa adanya hubungan antara status ekonomi keluarga dengan status gizi anak SDN 06 Lasi Mudo Padang<sup>30</sup>.

## F. Kerangka teori

Gambar 1. Kerangka teori

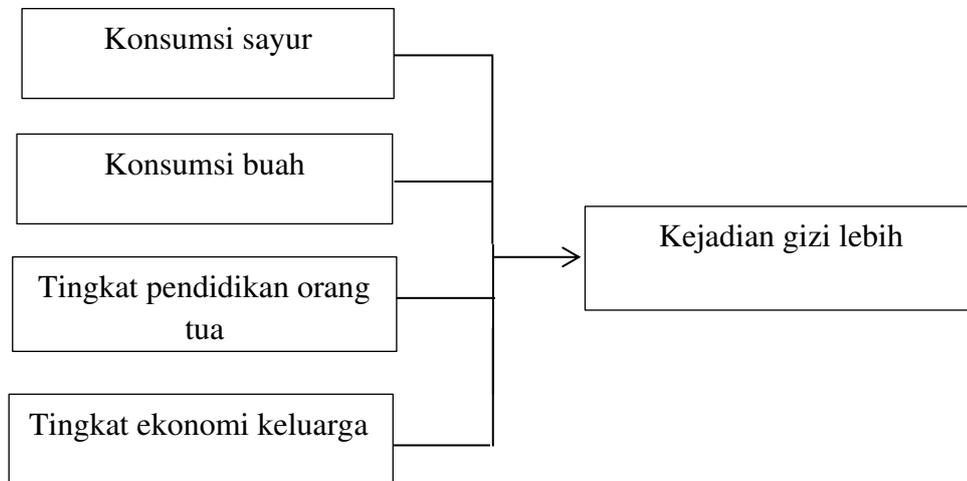


**Sumber :** UNICEF. 1998. *The State of The World Children*. New York (UK): *Oxford University Press*<sup>31</sup>.

## G. Kerangka konsep

Dalam penelitian ini variabel dependennya adalah kejadian gizi lebih sedangkan variabel independennya adalah konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga.

**Gambar 2. Kerangka Konsep**



#### **H. Hipotesis penelitian**

1. Ada hubungan antara konsumsi sayur dengan kejadian Gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
2. Ada hubungan antara konsumsi buah dengan kejadian Gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
3. Ada hubungan antara tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian Gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
4. Ada hubungan antara tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian Gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

## I. Defenisi Operasional

**Table 3. Defenisi Operasional**

Variabel	Defenisi	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Shala
Kejadian gizi lebih	Suatu Keadaan akibat penumpukan jaringan lemak yang berlebihan di dalam tubuh di tentukan dari menghitung nilai z-score berdasarkan IMT/U dengan cara pengukuran BB dan TB	Timbangan injak digital untuk berat badan dengan ketelitian 0,1 kg dengan menggunakan timbangan merek Han River Mikrotoise untuk pengkuran tinggi badan dengan ketelitian 0,1 cm dengan menggunakan merek General Care	Pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan berdasarkan indeks IMT/U  $IMT = \frac{Berat\ badan\ (kg)}{Tinggi\ badan\ (m)^2}$	Tidak Gizi Lebih $\leq +1SD$ Gizi lebih $>+1 SD$  Sumber : PMK Nomor 2 Tahun 2020 <sup>25</sup>	Ordinal
Konsumsi sayur	Jumlah sayur yang dikonsumsi oleh sample dalam satuan gram atau porsi	SQ-FFQ	Wawancara	Cukup $\geq 250$ gr/org/hari Kurang $< 250$ gr/org/hari  Sumber : PMK Nomor 41 Tahun 2014 <sup>29</sup> .	Ordinal
Konsumsi buah	Jumlah buah yang dikonsumsi oleh	SQ-FFQ	Wawancara	Cukup $\geq 150$ gr/org/hari Kurang $< 150$ gr/org/hari	Ordinal

	sample dalam satuan gram atau porsi			Sumber : PMK Nomor 41 Tahun 2014 <sup>29</sup> .	
Tingkat Pendidikan orang tua	Pendidikan Orang tua adalah jenjang pendidikan formal yang pernah diselesaikan oleh Orang tua	Kuisisioner	Wawancara	Dikelompok 2 kategori 1.Tinggi = Tamat SMA 2.Rendah= Tidak tamat SMA  Sumber : Dewi AP, Ariski TN, Kumalasari D. 2019 <sup>32</sup> .	Ordinal
Tingkat ekonomi keluarga	Keadaan ekonomi keluarga yang diukur dari besarnya pendapatan keluarga	Kuisisioner	Wawancara	Dikelompokkan menjadi 2 yaitu : Tinggi $\geq$ Rp. 2.200.000 Rendah $<$ Rp. 2.200.000  Sumber : BPS Sumatera Barat Tahun 2022 <sup>33</sup> .	Ordinal

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan Tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih. Variabel independen dalam penelitian ini adalah konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga, variabel dependen dalam penelitian ini adalah gizi lebih.

#### **B. Waktu dan Tempat**

Penelitian dilaksanakan di SMPN 31 Padang. Waktu penelitian dari mulai bulan Februari 2024 sampai Juni 2024.

#### **C. Populasi dan sampel**

##### **1. populasi**

Populasi penelitian ini adalah semua siswa kelas VIII SMPN 31 Padang sebanyak 231 orang.

##### **2. sampel**

Besar sampel yang digunakan dengan menggunakan rumus Lameshow yaitu

$$n = \frac{(Z_{1-\alpha/2})^2 x P(1-P)N}{d^2(N-1) + (Z_{1-\alpha/2})^2 P(1-P)}$$

Keterangan :

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

d : presisi / derajat akurasi yang diinginkan (10 % / 0,1)

$Z_{1-\alpha/2}$  : nilai kurva normal pada CI (*Confidence interval*) 95 % = 1,96

P : proporsi subjek penelitian (0.2)

Perhitungan dari rumus diatas, didapatkan sampel penelitian di SMPN 31 Padang sebanyak 49 sampel.

Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan menggunakan tabel bilangan acak. Dengan kriteria sampel sebagai berikut :

Kriteria sampel :

1. inklusi

- a. Dalam kondisi sehat
- b. Merupakan siswa terdaftar di SMPN 31 Padang
- c. Berada di lokasi penelitian
- d. Bersedia menjadi responden dengan mengisi form persetujuan

2. eklusi

- a. Responden yang hadir saat penelitian, tetapi sedang melaksanakan diet.

**D. Jenis dan cara pengumpulan data**

**1. Data primer**

Data primer untuk penelitian ini dikumpulkan secara langsung oleh peneliti di SMPN 31 Padang. Untuk mendapatkan data mengenai kejadian gizi lebih, pengukuran antropometri dilakukan dengan menggunakan timbangan injak digital merek Han River dengan ketelitian 0,1 kg, serta pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise merek General Care dengan ketelitian 0,1 cm. Skala ukur yang digunakan untuk kategori gizi lebih adalah Indeks Massa Tubuh (IMT/U).

Selain itu, data konsumsi sayur dan buah dikumpulkan melalui pengisian format SQ-FFQ. Informasi mengenai tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga diperoleh melalui pengisian kuisisioner yang telah disiapkan.

## **2. Data sekunder**

Data sekunder terkait status gizi siswa didapatkan peneliti dari instansi terkait dari Dinas Kesehatan Kota Padang, dan Puskesmas Andalas.

## **E. Pengolahan dan Analisis Data.**

### **1. Pengolahan Data**

Data yang diperoleh dari kuesioner diolah sehingga dapat dianalisis untuk menjawab tujuan penelitian dengan tahapannya sebagai berikut

#### *a. Editing*

Tahapan editing merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan data apakah data sudah lengkap dan sudah jelas.

#### *b. Coding*

Tahapan coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka atau bilangan dengan tujuan untuk mempermudah analisis data.

Data yang dikumpulkan terdiri dari :

#### 1) Data status gizi

kode 0 = Tidak Gizi Lebih:  $\leq +1SD$

kode 1 = Gizi lebih :  $>+1SD$

#### 2) Data konsumsi sayuran

Kode 0 = Cukup :  $\geq 250$  gr/org/hari

Kode 1 = Kurang :  $<250$  gr/org/hari

3) Data konsumsi buah

Kode 0 = Cukup :  $\geq 150$  gr/org/hari

Kode 1 = Kurang :  $<150$  gr/org/hari

4) Data tingkat pendidikan orang tua

kode 0 = Tinggi : Tamat SMA

kode 1 = Rendah : Tidak tamat SMA

5) Data tingkat ekonomi

kode 0 = Tinggi :  $\geq 2.200.000$

kode 1 = Rendah :  $< 2.200.000$

c. *Entry*

Kegiatan memasukkan atau memindahkan jawaban dari lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden kedalam komputer.

d. *Cleaning*

Pengecekan kembali data yang telah dientri, jika terdapat kesalahan maka dapat diperbaiki agar data yang akan dianalisis sudah dalam keadaan yang benar atau betul.

## 2. Analisis Data

Data yang diperoleh akan dianalisis secara univariat dan bivariat yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

a. Analisis univariat

Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian meliputi variabel konsumsi sayur, buah, tingkat

pendidikan orang tua, tingkat ekonomi keluarga dan Gizi lebih remaja di SMPN 31 Padang.

b. Analisis bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen yaitu konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan variabel dependen yaitu gizi lebih. Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi-square* pada tingkat kepercayaan 95%.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMPN 31 Padang yang terletak di jalan Andalas No.126 Padang, Andalas, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat.

SMPN 31 Padang mulai berdiri pada tahun 1994, status sekolah Negeri, menempati lahan seluas 7,537,086 M<sup>2</sup>, sekolah ini terakreditasi A. Mempunyai 24 ruang kelas, 1 ruang perpustakaan, 3 laboratorium, 1 ruang Pimpinan, 1 ruang guru, 1 ruang ibadah, 1 kantin, 1 ruang UKS, 8 toilet, 1 gudang, 1 lapangan, 1 ruang TU dan 1 ruang osis.

Kegiatan siswa yang dilakukan di sekolah selain belajar adalah kegiatan ekstrakurikuler yang terdiri dari berbagai bidang yaitu basket, voli, karate, taekwondo, bulu tangkis, alat musik, tari, futsal, sepak bola, silat dan tahfidz. Untuk organisasi yang ada di SMPN 31 Padang yaitu OSIS, Pramuka dan PMR.

**Table 4. Jumlah guru berdasarkan tingkat pendidikan di SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Pendidikan</b>	<b>Guru</b>
S1	43
S2	8
<b>Jumlah</b>	<b>51</b>

Berdasarkan tabel 4 diketahui jumlah guru dengan tingkat pendidikan S1 sebanyak 43 orang dan hanya 8 orang untuk tingkat pendidikan S2.

## B. Gambaran Umum Responden

Gambaran umum responden berdasarkan karakteristik umur dan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 5

**Table 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di SMP 31 Padang Tahun 2024**

<b>Gambaran umum responden</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	16	32,7
Perempuan	33	67,3
<b>Jumlah</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5 diketahui lebih dari separuh responden penelitian berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 orang (67,3%).

## C. Hasil Penelitian

### 1. Analisis Univariat

#### a. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian gizi lebih di SMPN 31 Padang Tahun 2024

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024 dapat dilihat pada Tabel 6

**Table 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian gizi lebih di SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Kejadian</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Tidak gizi lebih	36	73,5
Gizi lebih	13	26,5
<b>Jumlah</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil sebanyak 13 orang mengalami gizi lebih dengan persentase 26,5 %.

**b. Distribusi frekuensi konsumsi sayur siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hasil penelitian data konsumsi sayur diperoleh dari pengisian kuisioner SQ-FFQ hasilnya dapat dilihat pada Tabel 7

**Table 7. Distribusi frekuensi konsumsi sayur siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Konsumsi sayur</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Cukup	22	44,9
Kurang	27	55,1
<b>Jumlah</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Pada tabel 7 menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswa yaitu 55,1% kurang mengkonsumsi sayur.

**c. Distribusi frekuensi konsumsi buah siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hasil penelitian data konsumsi buah diperoleh dari pengisian kuisioner SQ-FFQ hasilnya dapat dilihat pada Tabel 8

**Table 8. Distribusi frekuensi konsumsi buah siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Konsumsi buah</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Cukup	31	63,3
Kurang	18	36,7
<b>Jumlah</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Dari data dalam tabel dapat diketahui sebanyak 18 orang kurang mengkonsumsi buah dengan persentase 36,7%.

**d. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan orang tua pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Distribusi frekuensi tingkat pendidikan orang tua pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang dapat dilihat pada Tabel 9

**Table 9. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan orang tua pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Pendidikan orang tua</b>	<b>n=49</b>	<b>%</b>
<b>Pendidikan ibu</b>		
Tinggi	42	85,7
Rendah	7	14,3
<b>Pendidikan ayah</b>		
Tinggi	44	89,8
Rendah	5	10,2

Pada tabel 9 terdapat sebanyak 14,3% memiliki pendidikan ibu yang rendah dan 10,2% pendidikan ayah yang rendah.

**e. Distribusi frekuensi tingkat ekonomi pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Distribusi frekuensi tingkat ekonomi pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang dapat dilihat pada Tabel 10

**Table 10. Distribusi frekuensi tingkat ekonomi pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**

<b>Tingkat ekonomi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Tinggi	32	65,3
Rendah	17	34,7
<b>Jumlah</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui bahwa sebanyak 34,7% responden memiliki tingkat ekonomi rendah.

## **2. Analisis Bivariat**

**a. Hubungan konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hubungan konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih dapat dilihat pada Tabel 11

**Table 11. Hubungan konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Konsumsi sayur	Kejadian gizi lebih				Total	p-value	
	Tidak		Ya				
	n	%	n	%	n	%	
Cukup	20	90,9	2	9,1	22	100	0,03
Kurang	16	59,3	11	40,7	27	100	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>73,5</b>	<b>13</b>	<b>26,5</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	

Tabel 11 menunjukkan bahwa siswa gizi lebih kurang mengkonsumsi sayur sebanyak 40,7% di banding dengan yang cukup mengkonsumsi sayur yaitu sebanyak 9,1%. Berdasarkan uji statistik *chi square* dapat diketahui  $P^{value}$  adalah 0,03 ( $P < 0,05$ ) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih.

**b. Hubungan konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hubungan konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih dapat dilihat pada Tabel 12

**Table 12. Hubungan konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Konsumsi buah	Kejadian gizi lebih				Total	p-value	
	Tidak		Ya				
	n	%	n	%	n	%	
Cukup	27	87,1	4	12,9	31	100	0,007
Kurang	9	50,0	9	50,0	18	100	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>73,5</b>	<b>13</b>	<b>26,5</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 12 dapat diketahui bahwa siswa gizi lebih kurang mengkonsumsi buah sebanyak 50,0% di banding dengan yang cukup mengkonsumsi sayur yaitu sebanyak 12,9%.

Berdasarkan uji statistik *chi square* dapat diketahui  $P^{value}$  adalah 0,007 ( $P < 0,05$ ) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih.

**c. Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih dapat dilihat pada Tabel 13

**Table 13. Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Pendidikan orang tua	Kejadian gizi lebih				Total		P value
	Tidak		Ya		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Pendidikan ibu</b>							
Tinggi	32	76,2	10	23,8	42	100	0,36
Rendah	4	57,1	3	42,9	7	100	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>73,5</b>	<b>13</b>	<b>26,5</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	
<b>Pendidikan ayah</b>							
Tinggi	34	77,3	10	22,7	44	100	0,10
Rendah	2	40,0	3	60	5	100	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>73,5</b>	<b>13</b>	<b>26,5</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	

Tabel 13 menunjukkan bahwa siswa gizi lebih dengan pendidikan ibu yang rendah yaitu sebanyak 3 orang (42,9 %) dan pendidikan ayah yang rendah sebanyak 3 orang (60%).

Berdasarkan uji statistik *chi square* dapat diketahui  $P^{value}$  pada pendidikan ibu adalah 0,36 ( $P < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan kejadian gizi lebih, dan  $P^{value}$  pada pendidikan ayah adalah 0,10 ( $P < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan ayah dengan kejadian gizi lebih.

**d. Hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih dapat dilihat pada Tabel 14

**Table 14. Hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa SMPN 31 Padang Tahun 2024**

Tingkat Ekonomi	Kejadian gizi lebih				Total	p-value	
	Tidak		Ya				
	n	%	n	%	n		%
Tinggi	26	81,3	6	18,8	32	100	0,17
Rendah	10	58,8	7	41,2	17	100	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>73,5</b>	<b>13</b>	<b>26,5</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	

Tabel 14 menunjukkan bahwa siswa gizi lebih dengan tingkat ekonomi rendah sebanyak 41,2% di banding dengan yang ekonomi tinggi yaitu sebanyak 18,8%.

Berdasarkan uji statistik *chi square* dapat diketahui  $P^{\text{value}}$  adalah 0,17 ( $P < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang**

Berdasarkan penelitian di dapatkan hasil analisis status gizi pada 49 orang siswa/i SMPN 31 Padang memiliki status gizi normal 67,3%, siswa dengan status gizi *overweight* 18,3%, siswa dengan status gizi obesitas 8,1% dan siswa dengan status gizi kurang 6,1%. Status gizi tersebut di kategorikan kembali menjadi gizi lebih dan tidak gizi lebih dengan rincian 26,5% menderita gizi lebih dan 73,5% tidak menderita gizi lebih.

Jika di bandingkan dengan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian gizi lebih di SMPN 31 Padang termasuk angka yang cukup tinggi yaitu 21,3%, yang mana prevalensi remaja gizi lebih usia 13-15 tahun di Indonesia sebesar 16%<sup>7</sup>. Pada data SKI 2023 gizi lebih sebesar 16,2%<sup>9</sup>. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa masalah gizi lebih di SMPN 31 Padang lebih tinggi daripada prevalensi gizi lebih di Indonesia.

Masalah *overweight* dan obesitas penting untuk diperhatikan pada remaja karena 80% berpeluang untuk mengalami obesitas pada saat dewasa<sup>2</sup>. Orang yang mengalami obesitas memiliki risiko yang lebih tinggi terkena penyakit degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes melitus, batu empedu, dan bahkan kanker<sup>5</sup>.

Dari hasil analisis status gizi (IMT/U) dua masalah gizi tertinggi ditemukan yaitu status gizi *overweight* 18,3% dan status gizi obesitas 8,1%. Hal ini menunjukkan bahwa gizi lebih masih menjadi masalah pada anak sekolah yang belum tertangani dengan baik dan prevalensinya masih cukup tinggi setiap tahunnya.

## **2. Konsumsi sayur dan buah**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa lebih dari separuh siswa (55,1%) kurang mengonsumsi sayur dan (44,9%) mengonsumsi sayur yang cukup. Sedangkan untuk konsumsi buah diketahui sebanyak (63,3%) siswa yang cukup mengonsumsi buah dan (36,7%) kurang mengonsumsi buah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa sebanyak 52% siswa kurang mengonsumsi sayur dan hanya 49 % siswa mengonsumsi buah pada siswa kelas IV dan V di SD Teknologi Kota Pekanbaru<sup>12</sup>. Hal serupa juga didapatkan pada penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Mamuju dimana sebanyak 59,3% siswa kurang mengonsumsi sayur<sup>34</sup>.

Rutin mengonsumsi sayur dan buah adalah salah satu pesan dari 10 pesan yang tertuang dalam pedoman gizi seimbang yang harus diperhatikan karena sayur dan buah merupakan sumber vitamin, mineral, serat dan juga kaya akan antioksidan yang sangat dibutuhkan oleh tubuh walaupun dalam jumlah yang

sedikit. Konsumsi sayur dan buah yang sesuai dengan anjuran dapat meningkatkan konsentrasi zat gizi mikro di dalam tubuh, tetapi bila asupannya kurang dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular (PTM)<sup>35</sup>.

Kekurangan konsumsi sayur dan buah pada anak dapat menimbulkan berbagai penyakit dikemudian hari. Rendahnya konsumsi sayur dan buah ini berkaitan dengan meningkatnya risiko terjadinya penyakit-penyakit kronik seperti penyakit jantung dan diabetes. Anak yang mengkonsumsi sayur dan buah dalam jumlah tinggi pada masa kanak-kanaknya memiliki kesehatan yang lebih baik<sup>34</sup>.

### **3. Tingkat pendidikan orang tua**

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat tingkat pendidikan orang tua dikategorikan menjadi dua yaitu tinggi dan rendah. Untuk pendidikan ibu didapatkan sebanyak 85,7% memiliki pendidikan yang tinggi dan untuk pendidikan ayah didapatkan 89,8% memiliki pendidikan yang tinggi.

Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian terdahulu tentang pendidikan orang tua dan obesitas anak usia sekolah dimana didapatkan hasil pendidikan orang tua yang tinggi sebesar 94,2%. Hasilnya bahwa orang tua sebagian besar memiliki pendidikan tinggi yaitu SMA dan perguruan tinggi<sup>17</sup>.

Tingkat pendidikan orang tua merupakan gambaran seberapa tinggi pengetahuan yang dimiliki orang tua. Seperti halnya kemampuan dan keterampilan yang dimiliki orang tua tentu sesuai dengan tingkat pendidikan yang diikutinya. Semakin tinggi pendidikan orang tua, maka diasumsikan semakin tinggi pengetahuan, keterampilan dan kemampuannya<sup>36</sup>.

Pendidikan orang tua dimungkinkan memberikan pengaruh terhadap peningkatan berat badan pada keluarga. Pendidikan dikaitkan pada pekerjaan dan juga pendapatan keluarga. Apabila semakin tinggi pendidikan seseorang maka pendapatan pada keluarga juga semakin tinggi. Status sosial ekonomi keluarga dihubungkan dengan tingkat pendidikan dalam keluarga. Hal ini memberikan pengaruh terhadap terhadap kualitas ataupun kuantitas makanan yang telah dikonsumsi oleh anggota keluarga, khususnya anak sekolah<sup>17</sup>.

Peran orang tua sangat dibutuhkan untuk membentuk kebiasaan/pola konsumsi makan yang baik bagi anak, dikarenakan orang tua memiliki peran yang sangat dekat dan dapat membentuk kebiasaan makan anak sejak kecil. Orang tua berperan sebagai fasilitator pemberi asupan yang baik bagi anak, mengontrol serta menuntun anak pada kebiasaan makan yang baik sehingga terhindar dari gizi lebih pada remaja<sup>14</sup>.

#### **4. Tingkat ekonomi keluarga**

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat tingkat ekonomi keluarga dikategorikan menjadi dua yaitu tinggi dan rendah. Tingkat ekonomi keluarga yang tinggi sebesar 65,3% dan ekonomi rendah sebesar 34,7%.

Hasil penelitian ini memiliki hasil tidak jauh berbeda dengan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan gizi ibu dan status ekonomi dengan status gizi anak SDN 06 Lasi Mudo dimana didapatkan hasil tingkat ekonomi tinggi pada siswa SDN 06 Lasi Mudo Kabupaten Agam yaitu sebesar 82,6%<sup>30</sup>.

Status ekonomi dipengaruhi oleh pekerjaan. Apabila pekerjaan baik maka sosial ekonomi juga baik. Begitu pula sebaliknya dan Semakin tingginya pendidikan pada

seseorang maka akan memberikan kesempatan lebih banyak dalam mendapatkan pekerjaan yang lebih baik<sup>17</sup>.

Masyarakat dengan status ekonomi relatif lebih baik biasanya proporsi pengeluaran yang dibelanjakan untuk konsumsi makanan lebih kecil dibandingkan konsumsi bukan makanan. Hal ini berkaitan dengan pergeseran pola pemenuhan kebutuhan dimana semakin mapan tingkat ekonomi penduduk maka akan semakin meningkat kebutuhan yang bersifat sekunder<sup>30</sup>.

##### **5. Hubungan konsumsi sayur dan buah dengan kejadian gizi lebih**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa berdasarkan uji *chi-square* didapatkan  $P^{value} = 0,03$  yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang tahun 2024. Begitupula dengan konsumsi buah yang didapatkan hasil  $P^{value} = 0,007$  yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang tahun 2024.

Dari hasil penelitian dapat diketahui siswa dengan gizi lebih yang cukup mengkonsumsi sayur hanya 9,1% sedangkan siswa dengan tidak gizi lebih yang cukup mengkonsumsi sayur sebanyak 90,9%. Begitupun dengan konsumsi buah siswa dengan gizi lebih yang cukup mengkonsumsi buah hanya 12,9% sedangkan siswa dengan tidak gizi lebih yang cukup mengkonsumsi buah sebanyak 87,1%.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SMP Kabupaten Pesisir Selatan yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dan buah terhadap status gizi pada remaja di SMP Kabupaten Pesisir Selatan. Dari hasil

analisis statistik uji *chi square* didapatkan  $P^{\text{value}}$  0,0001 pada konsumsi buah dan  $P^{\text{value}}$  0,01 pada konsumsi sayur di SMP Kabupaten Pesisir Selatan<sup>37</sup>.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang hubungan konsumsi buah dan sayur dengan kejadian gizi lebih pada tenaga kesehatan dan tenaga non kesehatan yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah konsumsi sayur dan buah dengan status gizi lebih. Hasil uji analisa statistik *Chi-square* menunjukkan tingkat signifikan  $P^{\text{value}} = 0.021$  pada konsumsi buah dan  $P^{\text{value}} = 0.077$  pada konsumsi sayur<sup>38</sup>.

Konsumsi sayur dan buah bisa mengontrol berat badan karena sayur dan buah mengandung serat dan merupakan sumber antioksidan dan fitokimia dan jika dikonsumsi memiliki kalori rendah. Sayur dan buah merupakan kelompok pangan dalam penggolongan FAO, yang dikenal dengan *Desirable Dietary Patern* atau Pola Pangan Harapan (PPH). Kelompok bahan pangan tersebut mempunyai fungsi sebagai sumber vitamin dan mineral, sehingga apabila kekurangan bahan pangan tersebut mempunyai pengaruh negatif terhadap status gizi. Oleh karena itu, konsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan bersama-sama dengan kelompok pangan lainnya, selain berpengaruh terhadap kejadian gizi lebih juga dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan pada umumnya<sup>37</sup>.

Salah satu faktor utama penyebab overweight dan obesitas adalah pola makan yang salah diantaranya pola makan tinggi lemak dan rendah serat. Serat memiliki peranan terhadap overweight dalam menunda pengosongan lambung, mengurangi rasa lapar, memperlancar pencernaan dan dapat membantu menurunkan berat badan. Makanan berserat seperti sayur sangat dibutuhkan oleh tubuh karena membuat

makanan dapat bertahan lama berada dalam lambung yaitu kurang lebih 24 jam dibanding makanan tidak berserat yang hanya bertahan selama 4 jam dilambung sehingga dapat menunda lapar<sup>38</sup>.

Umumnya sayur buah mengandung serat larut air. Serat larut air seperti pektin dan hemiselulosa mempunyai kemampuan menahan air dan dapat membentuk cairan kental dalam saluran pencernaan. Sehingga makanan kaya akan serat memiliki waktu cerna lebih lama dalam lambung dan memberikan rasa kenyang lebih lama. Serat akan menarik air dan memberi rasa kenyang lebih lama sehingga mencegah untuk mengkonsumsi makanan lebih banyak. Makanan dengan kandungan serat yang tinggi biasanya mengandung kalori yang rendah, kadar gula dan lemak yang rendah sehingga menurunkan kadar kolesterol darah dan mencegah gizi lebih<sup>5</sup>.

## **6. Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa berdasarkan uji *chi-square* didapatkan  $P^{value} = 0,36$  yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang tahun 2024. Begitupula dengan pendidikan ayah yang didapatkan hasil  $P^{value} 0,10$  yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan ayah dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang tahun 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang hubungan antara tingkat pendidikan, pekerjaan dan pendapatan orang tua dengan status gizi pada siswa SD Hangtuh 6 Surabaya bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna pendidikan

orang tua dengan status gizi pada siswa SD Hangtuh 6 Surabaya. Hasil analisis diperoleh dengan uji *chi square* sebesar 2.991 dengan sig 0.224<sup>36</sup>.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian tentang hubungan antara tingkat pendidikan orang tua dengan status gizi siswa bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan orang tua dengan status gizi siswa. Berdasarkan pengujian hipotesis dapat diketahui nilai signifikan  $\alpha$  lebih besar dari  $P^{value}$  ( $0,419 > 0,05$ )<sup>39</sup>.

Pendidikan orang tua tidak berpengaruh pada kejadian peningkatan status gizi karena belum tentu orang tua memiliki pengetahuan yang baik dipengaruhi oleh pendidikan tinggi tentang gizi. Tidak semua profesi pendidikan belajar terkait pola hidup sehat dalam menyajikan makanan untuk keluarga. Selain itu orang yang pendidikan tinggi sibuk dengan pekerjaannya sehingga kebiasaan makan anak kurang terkontrol<sup>17</sup>.

Berdasarkan pemetaan status gizi dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan orang tua tidak dapat dijadikan sebagai tolok ukur kondisi status gizi siswa, karena siswa dengan kategori gizi lebih paling banyak terdapat pada pendidikan tinggi dan siswa dengan kategori tidak gizi lebih juga paling banyak terdapat pada pendidikan tinggi. Jadi semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua, maka tidak menjamin pemenuhan asupan gizi anak<sup>36</sup>.

## **7. Hubungan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa berdasarkan uji *chi-square* didapatkan  $P^{value} = 0,17$  yang berarti tidak terdapat hubungan yang

bermakna antara tingkat ekonomi dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang tahun 2024.

Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian tentang hubungan status ekonomi dan pendidikan ibu terhadap obesitas pada anak usia 2-5 tahun, menyatakan bahwa ada hubungan antara status ekonomi keluarga dengan obesitas pada anak. Adanya hubungan ini disebabkan karena dengan status ekonomi tinggi cenderung membuat orang tua memilih untuk memberikan makanan cepat saji pada anaknya dari pada memberikan makanan yang dimasak oleh orang tuanya.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang Risiko gizi lebih pada anak usia prasekolah berdasarkan aspek sosio ekonomi keluarga di Kota Kediri menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara status ekonomi dan kejadian gizi lebih pada sampel. Hasil analisis didapatkan hasil nilai  $P^{value}$  yaitu 0,07<sup>40</sup>.

Hasil penelitian ini menunjukkan status ekonomi keluarga yang tergolong tinggi lebih banyak ditemukan pada kelompok anak berstatus tidak gizi lebih dibandingkan kelompok anak berstatus gizi lebih. Hal ini membuktikan tidak selalu orang tua dengan penghasilan yang tinggi akan mempunyai kebebasan dalam membelikan makanan yang disukai anak seperti makanan fast food atau makanan dengan densitas energi tinggi.

#### **E. Keterbatasan penelitian**

1. Pada proses pengukuran antropometri kemungkinan terdapat kesalahan dalam pengukuran oleh orang yang mengukur dan alat yang digunakan belum dikalibrasi dengan benar.

2. Dalam proses pengambilan data saat wawancara SQ-FFQ, terdapat beberapa responden yang kurang mengingat riwayat makan pada 1 bulan terakhir, sehingga data konsumsi asupan sayur dan buah kurang akurat.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan konsumsi sayur, buah, tingkat pendidikan orang tua dan tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024 peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari 49 responden sebanyak 13 orang (26,5%) mengalami gizi lebih.
2. Distribusi frekuensi konsumsi sayur pada siswa dengan kategori kurang sebanyak 27 siswa (55,1%). Sedangkan kategori cukup sebanyak 22 orang (44,9%).
3. Distribusi frekuensi konsumsi buah pada siswa dengan kategori kurang sebanyak 18 siswa (36,7%). Sedangkan kategori cukup sebanyak 31 orang (63,3%).
4. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan orang tua pada siswa dengan kategori tinggi pada pendidikan ibu sebanyak 42 orang (85,7%). Sedangkan kategori rendah sebanyak 7 orang (14,3%). Pada pendidikan ayah kategori tinggi sebanyak 44 orang (89,9%) dan rendah 5 orang (10,2%).
5. Distribusi frekuensi tingkat ekonomi pada siswa dengan kategori tinggi sebanyak 32 siswa (65,3%). Sedangkan kategori rendah sebanyak 17 orang (34,7%).
6. Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

7. Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi buah dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
8. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.
9. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024.

## **B. Saran**

### **1. Bagi responden**

Perlu adanya penyuluhan tentang status gizi, terutama bagi siswa yang mengalami gizi lebih karena perlu adanya penurunan berat badan agar mencapai status gizi yang normal dan diharapkan responden agar dapat mengkonsumsi sayur dan buah dengan cukup karena dengan mengkonsumsi sayur dan buah yang cukup dapat mencegah terjadi gizi lebih serta meningkatkan konsumsi sayur, buah dengan memodifikasinya menjadi nugget sayur dan *smoothies* buah dan menambahkan sayur disetiap makanan yang dimakan.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat melihat variabel lain yang dapat berhubungan dengan gizi lebih, dan faktor-faktor apa saja yang dapat berhubungan dengan gizi lebih.

### **3. Bagi institusi pendidikan**

Bagi institusi pendidikan diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan untuk penelitian lebih lanjut dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kamaruddin M, Jusni, Amalia Sari N. Persepsi dan Pengetahuan Mahasiswa Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Terhadap Gizi Remaja. *Medika Alkhairaat : Jurnal Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. 2019;1(3):114–8.
2. Yanti R, Nova M, Rahmi A. Asupan Energi, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan, Berhubungan dengan Gizi Lebih pada Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*. 2021;8(1):45–53.
3. Meidiana R, Simbolon D, Wahyudi A. Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. *Jurnal Kesehatan*. 2018;9(3):478.
4. Sahid MH, Adisasmita AC, Djuwita R. Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas 1-3 Sekolah Dasar. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*. 2021;5(2):75–82.
5. Monzalitza A, Asiah N. Hubungan antara Konsumsi Buah dengan Risiko Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI. *Majalah Kesehatan Pharmamedika*. 2021;12(1):39–44.
6. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013.
7. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan kementerian RI tahun 2018.
8. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Sumatera Barat. 2018.
9. Kementerian kesehatan, Badan Kebijakan Pembangun Kesehatan. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*. 2023.
10. Rekapitulasi Hasil Screening Kesehatan Peserta Didik di Wilayah Kota Padang. 2020.
11. Widiyanto F, Mulyono S, Fitriyani P. Remaja Bisa Mencegah Gizi Lebih Dengan Meningkatkan Self-Efficacy Dan Konsumsi Sayur-Buah. *Indonesian Journal of Nursing Practices*. 2017;1(2):16–22.
12. Farida AB, Nurman M, Verawati B. Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas Iv Dan V Di Sd Teknologi Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2022;3(2):1–7.
13. Yuniarti E. Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kegemukan Pada Remaja Di Kota Padang. *Jurnal Sehat Mandiri*. 2023;18.

14. Siti Qomariah, Sara Herlina, Wiwi Sartika, Sellia Juwita. Pengaruh Peran Orang Tua Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Era Pandemi Covid 19 Di Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah*. 2021;6(2):76–82.
15. Faddila, Syifa P, Khalida, Laras R, Fadli, Uus, Muhammad D, Tuhagana Aji. Peran sosial ekonomi keluarga dalam menanggulangi kesehatan anak di indonesia. *Jurnal Manajemen & Bisnis Kreatif*. 2020;6(1):59–71.
16. Sartika W. Hubungan Status Ekonomi Dan Pendidikan Ibu Terhadap Obesitas Pada Anak Usia 2-5 Tahun. *Journal of midwifery science*. 2017;1(1).
17. Vidya N, Hutahaen S. Pendidikan Orang Tua dan Obesitas Anak Usia Sekolah. *penelitian kesehatan suara forikes*. 2022;13(4):1023–7.
18. Arif Wicaksana D, Hida Nurriszka R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*. 2019;11(01):35–47.
19. Azrimaidaliza, Resmiati, Famelia W, Purnakarya I, Firdaus, Yasirly K. Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat. Vol. 53, *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2020. 1–236 p.
20. Mardalena I. Dasar-dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan pada Asuhan Keperawatan. *Pustaka Baru press*. 2021. 147 p.
21. Judhiastuty Februhartanty et al. Gizi dan Kesehatan Remaja. Vol. 2. *Southeast Asian Ministers of Education Organization Regional Centre for Food and Nutrition (SEAMEO)*; 2019. 166 p.
22. Angka Kecukupan Gizi Indonesia. 2019.
23. Damayanti D, Pritasari, L nugraheni tri. Gizi Dalam Daur Kehidupan. *kementerian kesehatan republik indonesia*. 2017. 292 .
24. Susanto lucianan budiati, Winaktu gracia G, Fabiani H, Rumawas johanna S, Nurhasanah D okky tri. Penilaian Status Gizi Bagi Pemula. Vol. 21. 2022. 63.
25. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2. 2020.
26. Pakar Gizi Indonesia. *Ilmu Gizi*. 2021. 621 .
27. Maharani, Darwis, Suryani D. Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Asupan Serat Dan Status Gizi Lebih Pada Remaja. *Jurnal Media Kesehatan*. 2018;10(2):167–72.
28. (WHO) WHO. Obesity and overweight. 2018.

29. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 tentang Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
30. Anggraini Z. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Status Ekonomi Dengan Status Gizi Anak SDN 06 Lasi Mudo Kabupaten Agam Tahun 2017. 2017;
31. UNICEF. The State of The World Children. New York (UK): Oxford University Press; 1998.
32. Dewi AP, Ariski TN, Kumalasari D. faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita 24-36 Bulan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu. *Wellness and Healthy Magazine*. 2019;1(2):231–7.
33. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. 2022.
34. Yuliah, Adam A, Hasyim Muh. Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Mamuju Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Manarang*. 2017;3(1):50–3.
35. Woisiri SA, Mangalik G, Nugroho KPA. Survei Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja di SMA Negeri 5 Jayapura. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2022;11(03):261–9.
36. Kurniasari AD, Nurhayati F. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan , Pekerjaan dan Pendapatan Orang Tua Dengan Status Gizi Pada Siswa SD Hangtuah 6 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2017;5(2):163–70.
37. Arza PA, Nola Sari L. Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Smp Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 2021;12(2):136–41.
38. Nopri Y, Verawati. Hubungan konsumsi buah dan sayur dengan kejadian gizi lebih pada tenaga kesehatan dan tenaga non kesehatan 1. *Jurnal Ners*. 2020;4(23):1–10.
39. Nur Haikal M, Sri Wahyuni E. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Status Gizi Siswa (Studi pada siswa kelas bawah SDN Bandung II Nganjuk). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2018;06(01):74–7.
40. Triatmaja NT. Risiko gizi lebih pada anak usia prasekolah berdasarkan aspek sosio-ekonomi keluarga di Kota Kediri. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*. 2022;7(1):52.

# LAMPIRAN

## **LAMPIRAN A : Persetujuan Menjadi Responden**

### **PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Jenis kelamin :

Umur :

Alamat :

Setelah membaca dan mendengar penjelasan tentang maksud penelitian yang akan dilakukan oleh Annisa Nur Dwi Lestari, mahasiswi politeknik kesehatan kemenkes padang dengan judul penelitian “Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan kejadian Gizi lebih pada Siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024”. Maka saya bersedia menjadi responden dalam penelitian.

Demikian surat perjanjian ini saya tanda tangani dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun.

Padang, 2024

( )

## LAMPIRAN B : Formulir Responden

### FORMULIR RESPONDEN

Kode Sampel :

Nama Sampel :

Umur :

Anak Ke- :

Jumlah anggota keluarga :

Tempat/Tanggal Lahir :

Jenis Kelamin :

Alamat :

No telepon :

Kelas :

Tinggi Badan responden :

Berat Badan responden :

Status gizi IMT/U :

**LAMPIRAN C : Form SQ-FFQ****FORM SQ-FFQ**

<b>NO</b>	<b>NAMA BAHAN MAKANAN</b>	<b>HARI</b>	<b>MGGU</b>	<b>BLN</b>	<b>JML</b>	<b>PORSI</b>	<b>Berat (gr)</b>
<b>SAYUR</b>							
1.	Rebung mentah						
2.	Kool merah/putih						
3.	Kembang kol mentah						
4.	Daun katuk						
5.	Bayam						
6.	Kacang panjang						
7.	Daun pakis						
8.	Daun singkong						
9.	Daun ubi jalar						
10.	Kangkung						
11.	Buncis mentah						
12.	Jamur kuping						
13.	Mentimun						
14.	Labu siam						
15.	Lobak						
16.	Pare						
17.	Sawi hijau						
18.	Terong belanda/ungu						
19.	Toge						
19	Tomat masak						
20.	Wortel						
<b>BUAH</b>							
1.	Alpukat						
2.	Apel						
3.	Belimbing						
4.	Durian						
5.	Jambu air						

6.	Jeruk manis						
7.	Langsat						
8.	Mangga						
9.	Nanas						
10.	Nangka masak						
11.	Pepaya						
12.	Pisang ambon						
13.	Rambutan						
14.	Salak						
15.	Sawo						
16.	Semangka						
17.	Sirsak						

## **LAMPIRAN D : Kuesioner Pendidikan dan Pendapatan Orang Tua**

### **KUESIONER PENDIDIKAN DAN PENDAPATAN ORANG TUA**

1. Nama ibu :
2. Umur ibu :
3. Pendidikan ibu :
  - a. Tidak sekolah / buta huruf
  - b. Tidak tamat SD
  - c. Tamat SD
  - d. Tamat SMP
  - e. Tamat SMA
  - f. Tamat Akademi
  - g. Tamat Perguruan tinggi
4. Pekerjaan ibu :
  - a. Tidak bekerja / Ibu rumah tangga
  - b. Petani
  - c. Pedagang
  - d. Wiraswasta
  - e. PNS
  - f. Karyawan swasta
  - g. Dan lain lain .....
5. Nama ayah :
6. Umur ayah :
7. Pendidikan ayah
  - a. Tidak sekolah / buta huruf
  - b. Tidak tamat SD
  - c. Tamat SD
  - d. Tamat SMP
  - e. Tamat SMA
  - f. Tamat Akademi

- g. Tamat Perguruan tinggi
8. Pekerjaan ayah
- a. Tidak bekerja / Ibu rumah tangga
  - b. Petani
  - c. Pedagang
  - d. Wiraswasta
  - e. PNS
  - f. Karyawan swasta
  - g. Dan lain lain .....
9. Pendapatan orang tua :

No	Status Dalam Keluarga	Jumlah Penghasilan (Rp)
1.		
TOTAL		

**LAMPIRAN E : Master Tabel**

**MASTER TABEL**

<b>Kode responden</b>	<b>Nares</b>	<b>Umur</b>	<b>JK</b>	<b>BB</b>	<b>TB</b>	<b>IMT/U</b>	<b>Konsum sayur</b>	<b>Konsum Buah</b>	<b>Pend ibu</b>	<b>Pend ayah</b>	<b>Tingkat Ekonomi</b>
1	A	14 tahun	Perempuan	47,1 kg	152,5 cm	(0,21) tdk gizi lebih	24,84 gr	255,6 gr	PT	PT	Rp. 3 jt
2	K	14 tahun	Perempuan	47,2 kg	156,8 cm	(- 0,25) tdk gizi lebih	43,51 gr	209,8 gr	SMP	SMA	Rp. 2.5 jt
3	R	14 tahun	Perempuan	63 kg	150 cm	(2,15) gizi lebih	298,8 gr	119,8 gr	SMA	SMA	Rp. 2.5 jt
4	S	14 tahun	Perempuan	43,6 kg	155 cm	(- 0,58) tdk gizi lebih	115,6 gr	348,8 gr	SMA	SMA	Rp. 1.5 jt
5	RL	13 tahun	Perempuan	49,7 kg	151 cm	(0,77) tdk gizi lebih	144,3 gr	556,6 gr	SMA	SMA	Rp. 3 jt
6	F	13 tahun	Perempuan	48,9 kg	158 cm	(0,07) tdk gizi lebih	11 gr	98,7 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
7	AR	13 tahun	Perempuan	43,5 kg	153 cm	(-0,24) tdk gizi lebih	253 gr	251,5 gr	PT	PT	Rp. 3.7 jt
8	B	14 tahun	Laki-Laki	61 kg	167 cm	(0,97) tdk gizi lebih	13 gr	82 gr	PT	PT	Rp. 2.7 jt
9	SH	14 tahun	Perempuan	38 kg	144 cm	(-0,63) tdk gizi lebih	111,8 gr	254,2 gr	SMA	SMA	Rp. 3 jt
10	M	13 tahun	Perempuan	43,9 kg	146,9 cm	(0,37) tdk gizi lebih	91,3 gr	433,4 gr	SMA	SMA	Rp. 3.5 jt
11	P	13 tahun	Perempuan	50,6 kg	154 cm	(0,61) tdk gizi lebih	166,8 gr	251,5 gr	SMA	SMA	Rp. 3 jt
12	AZ	14 tahun	Laki-Laki	56 kg	172 cm	(-0,19) tdk gizi lebih	272 gr	430,9 gr	SMA	PT	Rp. 4 jt
13	Y	13 tahun	Laki-Laki	40 kg	158 cm	(-1,59) tdk gizi lebih	254 gr	463,9 gr	PT	PT	Rp. 2.7 jt
14	MS	15 tahun	Laki-Laki	60,3 kg	153 cm	(1,88) gizi lebih	85,6 gr	145,6 gr	PT	PT	Rp. 2 jt
15	MH	14 tahun	Laki-Laki	50 kg	152 cm	(0,87) tdk gizi lebih	271,8 gr	558,3 gr	SMA	SMA	Rp. 1.5 jt
16	N	14 tahun	Perempuan	47 kg	153,8 cm	(0,02) tdk gizi lebih	267,9 gr	199,3 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
17	SS	14 tahun	Perempuan	70 kg	155 cm	(2,27) gizi lebih	61,3 gr	141,1 gr	SMP	SMA	Rp. 2 jt
18	AH	13 tahun	Perempuan	91 kg	162 cm	(3,05) gizi lebih	64,6 gr	95,4 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
19	MF	14 tahun	Laki-Laki	64,3 kg	165 cm	(0,53) tdk gizi lebih	240,6 gr	247,3 gr	PT	PT	Rp. 2.25 jt
20	AG	15 tahun	Laki-Laki	44 kg	165 cm	(- 2,13) tdk gizi lebih	107 gr	130 gr	SMA	PT	Rp. 3 jt

21	L	14 tahun	Perempuan	40 kg	159 cm	(-1,72) tdk gizi lebih	232,3 gr	173,3 gr	SMA	PT	Rp. 2.5 jt
22	Z	14 tahun	Perempuan	40 kg	159 cm	(-1,86 ) tdk gizi lebih	288,6 gr	215,3 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
23	AT	13 tahun	Perempuan	40 kg	152 cm	(-0,14) tdk gizi lebih	253,6 gr	106,6 gr	SMA	PT	Rp. 3 jt
24	H	14 tahun	Laki-Laki	44 kg	167 cm	(-2,05) tdk gizi lebih	63,9 gr	101,3 gr	PT	PT	Rp. 3 jt
25	ZA	14 tahun	Perempuan	51,8 kg	148 cm	(0,32) tdk gizi lebih	264,6 gr	173,9 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
26	E	14 tahun	Laki-Laki	44 kg	154 cm	(-0,42) tdk gizi lebih	251,8 gr	283,8 gr	PT	PT	Rp. 3 jt
27	AA	14 tahun	Laki-Laki	48 kg	150 cm	(0,80) tdk gizi lebih	262,9 gr	269,9 gr	SMA	SMA	Rp. 3 jt
28	MK	13 tahun	Laki-Laki	49 kg	167 cm	(-0,92) tdk gizi lebih	254,1 gr	305,1 gr	PT	PT	Rp. 2.5 jt
29	D	14 tahun	Perempuan	51 kg	153 cm	(0,65) tdk gizi lebih	294 gr	220,9 gr	SMA	SMP	Rp. 3 jt
30	SA	14 tahun	Perempuan	59,7 kg	146 cm	(2,04) tdk gizi lebih	251,1 gr	138,3 gr	SMA	PT	Rp. 15 jt
31	KP	14 tahun	Perempuan	68 kg	158 cm	(2,00) gizi lebih	272,6 gr	170,6 gr	SMP	SMA	Rp. 2 jt
32	W	14 tahun	Laki-Laki	55 kg	168 cm	(0,10) tdk gizi lebih	300,6 gr	229,3 gr	SMA	PT	Rp. 3 jt
33	G	14 tahun	Perempuan	53 kg	150 cm	(0,46) gizi lebih	118 gr	171,1 gr	SD	PT	Rp. 2.5 jt
34	C	14 tahun	Perempuan	35 kg	151 cm	(-1,95) tdk gizi lebih	257,9 gr	273,3 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
35	AW	14 tahun	Laki-Laki	58 kg	150 cm	(1,87) gizi lebih	233,9 gr	106,6 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt
36	AS	14 tahun	Perempuan	57 kg	154,5 cm	(1,09) gizi lebih	104,6 gr	130,3 gr	SMA	SD	Rp. 2.5 jt
37	SD	14 tahun	Perempuan	45 kg	155 cm	(-0,5) tdk gizi lebih	266,6 gr	218,9 gr	PT	PT	Rp. 7 jt
38	NS	14 tahun	Perempuan	57,5 kg	166 cm	(0,41) tdk gizi lebih	302,6 gr	309,6 gr	SMA	SMA	Rp. 3 jt
39	NA	14 tahun	Perempuan	38,1 kg	154 cm	(-1,62) tdk gizi lebih	292,9 gr	364,9 gr	SD	SMA	Rp. 2 jt
40	LS	14 tahun	Perempuan	48 kg	153 cm	(0,20) tdk gizi lebih	313,3 gr	349,9 gr	SMP	SD	Rp. 2 jt
41	MZ	13 tahun	Laki-Laki	56 kg	150 cm	(1,93) gizi lebih	104,6 gr	194,3 gr	SMA	PT	Rp. 3 jt
42	AN	13 tahun	Perempuan	34 kg	153 cm	(-2,5) tdk gizi lebih	61 gr	142,1 gr	SMA	SMA	Rp. 2.5 jt
43	SAZ	14 tahun	Perempuan	40 kg	150 cm	(-0,76) tdk gizi lebih	255,5 gr	210 gr	SMA	SMA	Rp. 2.5 jt
44	HR	14 tahun	Laki-Laki	54 kg	148,5 cm	(1,82) gizi lebih	116,8 gr	198,6 gr	SMA	SMA	Rp. 6 jt
45	MSA	14 tahun	Perempuan	34 kg	145 cm	(-1,57) tdk gizi lebih	205,5 gr	147,3 gr	SMP	SMA	Rp. 2 jt
46	O	13 tahun	Perempuan	55,6 kg	155,2 cm	(1,17) gizi lebih	66,3 gr	108,3 gr	SMA	SMA	Rp. 2 jt

47	FA	14 tahun	Laki-Laki	45 kg	151,4 cm	(0,15) tdk gizi lebih	117,3 gr	101,6 gr	PT	PT	Rp. 2.5 jt
48	ASR	14 tahun	Perempuan	56 kg	148 cm	(1,56) gizi lebih	119,9 gr	104,3 gr	SMA	SMP	Rp. 2 jt
49	ARR	13 tahun	Perempuan	68 kg	159 cm	(1,97) gizi lebih	103,6 gr	129,3 gr	SMA	SMA	Rp. 2.5 jt

## LAMPIRAN F : Otput SPSS

### A. Otput Univariat

#### Statistics

	Umur Respon den	Jenis Kela min	Kategori Status Gizi	Kategori Konsumsi Sayur	Kategori Konsumsi Buah	Kategori Pendidikan Ibu	Kategori Pendidikan Ayah	Kategori Tingkat Ekonomi
N Valid	49	49	49	49	49	49	49	49
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean			,27	,55	,37	,14	,10	,35
Std. Deviation			,446	,503	,487	,354	,306	,481

#### Umur Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 13 tahun	13	26,5	26,5	26,5
14 tahun	34	69,4	69,4	95,9
15 tahun	2	4,1	4,1	100,0
Total	49	100,0	100,0	

#### Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-Laki	16	32,7	32,7	32,7
Perempuan	33	67,3	67,3	100,0
Total	49	100,0	100,0	

#### Kategori Status Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak gizi lebih	36	73,5	73,5	73,5
gizi lebih	13	26,5	26,5	100,0
Total	49	100,0	100,0	

### Kategori Konsumsi Sayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	22	44.9	44.9	44.9
	kurang	27	55.1	55.1	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

### Kategori Konsumsi Buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	31	63,3	63,3	63,3
	kurang	18	36,7	36,7	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

### Kategori Pendidikan Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	42	85,7	85,7	85,7
	rendah	7	14,3	14,3	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

### Kategori Pendidikan Ayah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	44	89,8	89,8	89,8
	rendah	5	10,2	10,2	100,0
	Total	49	100,0	100,0	

### Kategori Tingkat Ekonomi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tinggi	32	65.3	65.3	65.3
	rendah	17	34.7	34.7	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

## B. Output Bivariat

### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Konsumsi Sayur * Kategori Status Gizi	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%
Kategori Konsumsi Buah * Kategori Status Gizi	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%
Kategori Pendidikan Ibu * Kategori Status Gizi	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%
Kategori Pendidikan Ayah * Kategori Status Gizi	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%
Kategori Tingkat Ekonomi * Kategori Status Gizi	49	100,0%	0	0,0%	49	100,0%

### Kategori Konsumsi Sayur \* Kategori Status Gizi

#### Crosstab

			Kategori Status Gizi		Total
			tidak gizi lebih	gizi lebih	
Kategori Konsumsi Sayur	cukup	Count	20	2	22
		% within Kategori Konsumsi Sayur	90.9%	9.1%	100.0%
Total	kurang	Count	16	11	27
		% within Kategori Konsumsi Sayur	59.3%	40.7%	100.0%
		Count	36	13	49
		% within Kategori Konsumsi Sayur	73.5%	26.5%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6,230 <sup>a</sup>	1	,013		
Continuity Correction <sup>b</sup>	4,712	1	,030		
Likelihood Ratio	6,794	1	,009		
Fisher's Exact Test				,021	,013
Linear-by-Linear Association	6,103	1	,013		
N of Valid Cases	49				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,84.

b. Computed only for a 2x2 table

### Kategori Konsumsi Buah \* Kategori Status Gizi

#### Crosstab

			Kategori Status Gizi		Total
			tidak gizi lebih	gizi lebih	
Kategori Konsumsi Buah	cukup	Count	27	4	31
		% within Kategori Konsumsi Buah	87.1%	12.9%	100.0%
Total	kurang	Count	9	9	18
		% within Kategori Konsumsi Buah	50.0%	50.0%	100.0%
Total		Count	36	13	49
		% within Kategori Konsumsi Buah	73.5%	26.5%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	8,040 <sup>a</sup>	1	,005		
Continuity Correction <sup>b</sup>	6,249	1	,012		
Likelihood Ratio	7,901	1	,005		
Fisher's Exact Test				,007	,007
Linear-by-Linear Association	7,876	1	,005		
N of Valid Cases	49				

a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4,78.

b. Computed only for a 2x2 table

### Kategori Pendidikan Ibu \* Kategori Status Gizi

#### Crosstab

			Kategori Status Gizi		Total
			tidak gizi lebih	gizi lebih	
Kategori Pendidikan Ibu	tinggi	Count	32	10	42
		% within Kategori Pendidikan Ibu	76.2%	23.8%	100.0%
	rendah	Count	4	3	7
		% within Kategori Pendidikan Ibu	57.1%	42.9%	100.0%
Total		Count	36	13	49
		% within Kategori Pendidikan Ibu	73.5%	26.5%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1,117 <sup>a</sup>	1	,291		
Continuity Correction <sup>b</sup>	,353	1	0,552		
Likelihood Ratio	1,030	1	,310		
Fisher's Exact Test				,363	,266
Linear-by-Linear Association	1,094	1	,296		
N of Valid Cases	49				

a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,86.

b. Computed only for a 2x2 table

### Kategori Pendidikan Ayah \* Kategori Status Gizi

#### Crosstab

			Kategori Status Gizi		Total
			tidak gizi lebih	gizi lebih	
Kategori Pendidikan Ayah	tinggi	Count % within Kategori Pendidikan Ayah	34 77.3%	10 22.7%	44 100.0%
	rendah	Count % within Kategori Pendidikan Ayah	2 40.0%	3 60.0%	5 100.0%
Total		Count % within Kategori Pendidikan Ayah	36 73.5%	13 26.5%	49 100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,200 <sup>a</sup>	1	,074		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1,573	1	,210		
Likelihood Ratio	2,802	1	,094		
Fisher's Exact Test				,109	,109
Linear-by-Linear Association	3,135	1	,077		
N of Valid Cases	49				

a. 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,33.

b. Computed only for a 2x2 table

### Kategori Tingkat Ekonomi \* Kategori Status Gizi

#### Crosstab

			Kategori Status Gizi		Total
			tidak gizi lebih	gizi lebih	
Kategori Tingkat Ekonomi	tinggi	Count	26	6	32
		% within Kategori Tingkat Ekonomi	81.3%	18.8%	100.0%
	rendah	Count	10	7	17
		% within Kategori Tingkat Ekonomi	58.8%	41.2%	100.0%
Total		Count	36	13	49
		% within Kategori Tingkat Ekonomi	73.5%	26.5%	100.0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1- sided)
Pearson Chi-Square	2,865 <sup>a</sup>	1	,091		
Continuity Correction <sup>b</sup>	1,830	1	,176		
Likelihood Ratio	2,777	1	,096		
Fisher's Exact Test				,172	,089
Linear-by-Linear Association	2,806	1	,094		
N of Valid Cases	49				

a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4,51.

b. Computed only for a 2x2 table

## LAMPIRAN G : Surat Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
Jl. Simpang Pondok Kopi Nanggalo Padang 25146 Telepon (0751) 7058128 (*Hunting*)  
Website : <http://www.poltekkes-pdg.ac.id>  
Email : [direktorat@poltekkes-pdg.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-pdg.ac.id)



Nomor : PP.08.02/2089/2024 23 Januari 2024  
Lampiran :  
Hal : Izin Penelitian

**Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP) Kota Padang**  
di-  
Tempat

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Skripsi, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Annisa Nur Dwi Lestari  
NIM : 202210564  
Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga dengan Kejadian Gizi Lebih pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024  
Tempat Penelitian : SMP N 31 Padang  
Waktu Penelitian : Januari s/d Juni 2024

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan Padang,



**RENIDAYATI, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa**  
NIP 197205281995032001

Tembusan:

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Padang
3. Kepala Puskesmas Andalas
4. Kepala Sekolah SMP N 31 Padang



**PEMERINTAH KOTA PADANG  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Jendral Sudirman No.1 Padang Telp/Fax (0751)890719  
Email : dpmtsp.padang@gmail.com Website : www.dpmtsp.padang.go.id

**REKOMENDASI**

Nomor : 070.9667/DPMTSP-PP/II/2024

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Padang setelah membaca dan mempelajari :

1 Dasar :

- a. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
- b. Peraturan Walikota Padang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu;
- c. Surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Nomor : PP.08.02/2089/2024;

2. Surat Pernyataan Bertanggung Jawab penelitian yang bersangkutan tanggal 26 Februari 2024

Dengan ini memberikan persetujuan Penelitian / Survey / Pemetaan / PKL / PBL (Pengalaman Belajar Lapangan) di wilayah Kota Padang sesuai dengan permohonan yang bersangkutan :

Nama : Annisa Nur Dwi Lestari  
Tempat/Tanggal Lahir : Padang / 31 Agustus 2002  
Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa  
Alamat : Jalan Adinegoro No. 18 RT 001 RW 003 Kelurahan Lubuk Buaya, Kecamatan Koto Tengah  
Nomor Handphone : 081268894854  
Maksud Penelitian : Skripsi  
Lama Penelitian : 23 Februari 2024 s.d. 30 Juni 2024  
Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VII SMPN 31 Padang Tahun 2024  
Tempat Penelitian : SMPN 31 Padang  
Anggota : -

Dengan Ketentuan Sebagai berikut :

1. Berkewajiban menghormati dan mentaati Peraturan dan Tata Tertib di Daerah setempat / Lokasi Penelitian.
2. Pelaksanaan penelitian agar tidak disalahgunakan untuk tujuan yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah setempat/ lokasi Penelitian
3. Wajib melaksanakan protokol kesehatan Covid-19 selama beraktifitas di lokasi Penelitian
4. Melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Wali Kota Padang melalui Kantor Kesbang dan Politik Kota Padang
5. Bila terjadi penyimpangan dari maksud/tujuan penelitian ini, maka Rekomendasi ini tidak berlaku dengan sendirinya.

Padang, 26 Februari 2024



Telah ditandatangani secara elektronik oleh :  
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

**SWESTI FANONI, S.STP, M.Si**  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19791018 199810 2 001



Tembusan :

1. Wali Kota Padang.
2. Wakil Wali Kota Padang.
3. Sekretaris Daerah Kota Padang.
4. Kepala Kesbangpol Kota Padang.

\* Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSE Sesuai UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 yang berbunyi "Informasi elektronik dan/atau Dokumen Elektronik merupakan alat bukti hukum yang sah."

\* Unduh verify BSE di playstore untuk pembuatan keaslian dan legalitas dokumen ini.



## PEMERINTAH KOTA PADANG DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Gedung D Kampus Universitas Bung Hatta Jl. Sumatera Ulak Karang Padang  
Telp. (0751) 21554-21825 fax (0751) 21554 Website : <http://www.disdik.padangkota.id>

### IZIN PENELITIAN

NOMOR: 421/149/ DIKBUD.PPMP /01/2024

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang berdasarkan surat Direktori Poltekkes Kemenkes Padang nomor : PP.08.02/2089/2024 tanggal 28 Februari 2024 Perihal izin penelitian dalam rangka Pengambilan Data untuk penyelesaian tugas akhir skripsi, pada prinsipnya dapat diberikan kepada:

NO.	NAMA	NIM	JURUSAN
1.	ANNISA NUR DWI LESTARI	202210564	Gizi

Judul : HUBUNGAN KONSUMSI SAYUR, BUAH, TINGKAT PENDIDIKAN ORANG TUA DAN TINGKAT EKONOMI KELUARGA DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA SISWA KELAS VIII SMPN 31 PADANG TAHUN 2024

Lokasi : SMPN 31 Padang

Waktu : Februari s.d. JUNI 2024

Dengan ketentuan :

- 1.Selama kegiatan berlangsung tidak mengganggu proses belajar mengajar.
- 2.Setelah melakukan penelitian agar dapat memberikan laporan satu rangkap ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang Cq. Bidang PPMP .
- 3.Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam jam belajar siswa.

Demikianlah untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 5 Maret 2024

Ani/ Kepala  
Kasi. Perencanaan



Beriano Ruska

Nip.19820320 200604 1 007

Tembusan:

- 1.Walkota Padang (Sebagai Laporan)
- 2.Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang
- 3.Direktur Poltekkes Kemenkes Padang
- 4.Kepala SMPN 31 Padang
- 5.Arsip



PEMERINTAH KOTA PADANG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 31 PADANG  
Jalan Andalas No. 126 Padang, Kode Pos 25126, Telepon (0751) 39286,  
Laman : smpn31padang.sch.id, Pos – El : smptigasatupdg@gmail.com



**SURAT KETERANGAN**  
**Nomor : 070/073/DP.SMP.31/2024**

Berdasarkan surat dari an. Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang Kasi. Perencanaan Nomor : 421/149/DIKBUD.PPMP.01/2024 tanggal 5 Maret 2024 perihal **Izin Penelitian**, maka dengan ini kami menerangkan bahwa :

Nama : ANNISA NUR DWI LESTARI  
NIM : 202210564  
Jurusan : Gizi  
Jenjang : D.IV  
Lokasi : SMP Negeri 31 Padang  
Waktu : Januari s.d Juni 2024

Benar nama yang tersebut diatas telah selesai melakukan **Izin Penelitian** di SMP Negeri 31 Padang dengan judul Skripsi "**Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua Dan Tingkat Ekonomi Keluarga Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024**".

Demikianlah Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 18 April 2024

  
Riza Wisriani, M.Pd  
NIP. 19720803 199903 2 007

## LAMPIRAN H : Kartu Konsultasi



**KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN SKRIPSI  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI dan DIETETIKA  
POLTEKKES KEMENKES PADANG**



NAMA	: Annisa Nur Dwi Lestari
NIM	: 202210564
JUDUL	: Hubungan konsumsi sayur, buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi keluarga dengan kejadian Gizi lebih Pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024
PEMBIMBING	: Andriatkar, SKM, M. Kes

HARI/TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
Senin, 22 Januari 2024	konsultasi sebelum Penelitian	Lanjutkan Penelitian	
Senin, 25 Maret 2024	konsultasi sesudah Penelitian	Lanjutkan menulis bab IV	
Selasa 2 April 2024	Bab IV	tevin tabel hari	
Senin 8 April 2024	konsul Bab IV	Tambahkan keterbatasan Penelitian.	
Jumat 26 April 2024	Bab IV	Perbaiki pendahuluan.	
Rabu 22 Mei 2024	Bab IV - V	Perbaiki Saran Penelitian	
Kamis 30 Mei 2024	Bab IV - V	Lanjutkan dengan abstrak dan lampiran dokumentasi	
Selasa 1 Juni 2024		See.	

Koord MK,

Marni Handayani, S.SiT, M.Kes  
NIP. 19750309 199803 2 001

Padang, 6 Juni ..... 2024  
Ka. Prodi STR Gizi dan Dietetika

Marni Handayani, S.SiT, M.Kes  
NIP. 19750309 199803 2 001



KARTU KONSULTASI  
PENYUSUNAN SKRIPSI  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI dan DIETETIKA  
POLTEKES KEMENKES PADANG



NAMA	: Annisa Nur Dwi Iestari
NIM	: 202210564
JUDUL	: Hubungan konsumsi sayur, buah, Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Tingkat Ekonomi keluarga dengan kejadian gizi lebih pada siswa kelas VIII SMPN 31 Padang Tahun 2024
PEMBIMBING	: Dr. Gusnedi, STP, MPM

HARI/TANGGAL	TOPIK KONSULTASI	SARAN PERBAIKAN	TTD PEMBIMBING
Senin, 22 Januari 2024	konsultasi abstrak Penelitian	Langgutkan Penelitian	
Senin, 25 Maret 2024	konsultasi pendahuluan Penelitian	Langgutkan oleh data	
Selasa, 3 April 2024	konsultasi hasil oleh data.	Langgutkan menulis bab I <sup>U</sup>	
Senin, 22 April 2024	konsul bab I <sup>U</sup>	Revisi tabel	
Senin, 20 Mei 2024	bab I <sup>U</sup>	Revisi Penulisan bab I <sup>U</sup>	
Rabu 29 Mei 2024	bab I <sup>U</sup> - V	Perbaiki Penulisan bab V	
Senin, 3 Juni 2024	Abstrak dan Lampiran	Perbaiki Abstrak dan tambahkan dokumentasi	
Kamis, 6 Juni 2024		ACC	

Koord MK,

Marni Handayani, S.SiT, M.Kes  
NIP. 19750309 199803 2 001

Padang, 6 Juni .....2024  
Ka. Prodi STR Gizi dan Dietetika

Marni Handayani, S.SiT, M.Kes  
NIP. 19750309 199803 2 001

**LAMPIRAN I : Dokumentasi**

**DOKUMENTASI**



## Turnitin

### ORIGINALITY REPORT

**25%**  
SIMILARITY INDEX

**23%**  
INTERNET SOURCES

**13%**  
PUBLICATIONS

**7%**  
STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

1	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	2%
2	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1%
3	www.scribd.com Internet Source	1%
4	mafiadoc.com Internet Source	1%
5	text-id.123dok.com Internet Source	1%
6	docplayer.info Internet Source	1%
7	jurnal.fk.uns.ac.id Internet Source	1%
8	es.scribd.com Internet Source	<1%
9	repo.stikesperintis.ac.id Internet Source	<1%