

Pengaruh Konsumsi Fastfood Terhadap Obesitas Anak Sekolah Dasar

The Influence of Fast Food Consumption on Obesity in Elementary School Children

Erwin Santosa

*Bagian Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran Universitas
Muhammadiyah Yogyakarta*

Abstrak

Obesitas adalah kelebihan akumulasi lemak dalam tubuh manusia. Banyak faktor yang mempengaruhi obesitas antara lain frekuensi konsumsi *fast food* yang berlebihan, asupan makanan jajanan, status sosial ekonomi, aktifitas fisik dan perilaku aktivitas fisik yang tidak banyak bergerak sehari-hari. Prevalensi obesitas meningkat dari tahun ke tahun baik di negara maju maupun negara berkembang termasuk Indonesia, yang disebabkan oleh adanya perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pola makan di kota-kota besar telah bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi *fast food* terhadap obesitas anak SD.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan penelitian *case control*. Lokasi penelitian di SDN 1 Sleman dan dilaksanakan pada bulan Mei 2007. Populasi penelitian ini adalah sejumlah siswa kelas 5 yang bersekolah di SDN 1 Sleman. Alat ukur penelitian berupa kuesioner sebagai pedoman untuk wawancara. Data dianalisis dengan uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan bermakna ($p < 0,05$) pada umur ($p = 0,666$), jenis kelamin ($p = 0,464$), merasa gemuk ($p = 0,536$), takut gemuk ($p = 0,079$), serta usaha mengurangi konsumsi *fast food* ($p = 1,00$) untuk mencegah obesitas. Perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$) didapatkan pada konsumsi *fast food* ($p = 0,002$), aktivitas fisik ($p = 0,014$), aktivitas diam ($p = 0,021$), dan tingkat pendapatan keluarga ($p = 0,026$).

Terdapat perbedaan yang bermakna untuk tingkat konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, aktivitas diam dan tingkat pendapatan keluarga, sedangkan untuk umur, jenis kelamin, dan variabel lain tidak terdapat perbedaan yang bermakna

Kata kunci : anak sekolah dasar, fast food, obesitas

Abstrack

Obesity is an excessive accumulation of fat inside human body. May factors influence obesity namely high frequency of fast food consumption, snacks intake, social economic status, physical activities and sedentary lifestyle. Obesity prevalence has been increasing every year in developed and developing countries including Indonesia; this is influenced by the change of lifestyle and eating habits. Dietary consumption in big cities has shifted from traditional to western pattern, which can cause imbalance quality of nutrients. This research aimed to identifying the influence of fast food consumption and other related factors on obesity in elementary school children.

This research was an analytic observational study using case control research design. Research location was in Sekolah Dasar Negeri SDN 1 Sleman; and it was conducted in June 2007. Research subjects were 30 fifth-grade students in SDN 1 Sleman. Research tool used was a questionnaire as an interview guide. Data was analyzed using chi-square test.

The research results showed no significant differences ($p > 0.05$) on age ($p = 0.666$), sex ($p = 0.464$), fat self-perception ($p = 0.536$), fear of being fat ($p = 0.079$), and effort to decrease fast food consumption to prevent obesity ($p = 1.00$). Significant differences ($p = 0.05$) were found in fast-food consumption ($p = 0.002$), physical activities ($p = 0.014$), sedentary lifestyle ($p = 0.021$) and family income ($p = 0.026$).

There were significant differences in fast food consumption, physical activities, sedentary lifestyle and family income; meanwhile, age, sex, and other factors showed no significant differences.

Key words: elementary school children, fast food, obesity

Pendahuluan

Peningkatan kemakmuran di Indonesia diikuti juga oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pola makan, terutama di kota-kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat berupa makanan cepat saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang yang akhirnya dapat mengakibatkan tubuh kelebihan lemak (obesitas).¹

Di negara dengan keadaan sosial ekonomi yang telah maju, obesitas menjadi masalah yang penting. Di negara yang sedang berkembang, misalnya Indonesia, penyakit infeksi dan kurang gizi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang utama. Masalah obesitas belum mendapatkan perhatian yang serius karena prevalensinya yang masih rendah bila dibandingkan dengan masalah penyakit infeksi dan kurang gizi. Akan tetapi pada tahun-tahun terakhir ini, kejadian obesitas diantara anak-anak dari keluarga dengan keadaan social ekonomi yang baik makin bertambah.² Oleh karena itu, masalah obesitas sudah mulai mendapat perhatian lebih banyak.

Masalah obesitas sudah mulai terlihat terutama di kota-kota besar. Survei IMT pada 27 ibukota provinsi di Indonesia menunjukkan prevalensi obesitas sebesar 6,8 % pada laki-laki dewasa dan 13,5 % pada perempuan dewasa. Sedangkan menurut Susenas 1999, prevalensi obesitas pada balita sebesar 5,2 %.³ Prevalensi obesitas di Amerika Serikat sebesar 11,1 % dan di Rusia sebesar 6 %. Di Amerika Serikat terdapat

peningkatan angka obesitas yang sangat cepat antara tahun 1963-1980 pada kelompok umur 6-11 tahun sebesar 98 % sedangkan peningkatannya pada kelompok umur 12-17 tahun sebesar 64 %.^{4,5} Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi *fast food* terhadap obesitas pada anak

Bahan dan cara

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu sekolah dasar di Yogyakarta, yaitu SD Negeri 1 Sleman dengan pertimbangan lokasi yang terjangkau oleh peneliti. Penelitian yang dilaksanakan pada bulan Mei 2007 ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan desain *case control study*. Populasi penelitian ini adalah sejumlah siswa kelas 5 di SD Negeri 1 Sleman, Yogyakarta yaitu dari 44 siswa hanya 30 siswa yang terdata oleh peneliti. Variabel terganggu disini: Obesitas, Variabel bebas adalah: Konsumsi *fast food*, variasi jenis, dan jumlah *fast food* yang dikonsumsi. Variabel pengganggu seperti status sosial ekonomi orang tua. Variabel demografi masing-masing subjek penelitian dikendalikan berdasarkan matching atau melalui uji statistik yang relevan. Berat Badan di timbang dengan timbangan injak dengan tingkat ketelitian 0,5 kg. Tinggi badan diukur dengan menggunakan Mikrotoise yang berskala 0-2 cm dengan ketelitian 0,1 cm. Dan kuesioner yang mencakup pertanyaan sesuai data yang diperlukan. Data yang telah terkumpul diolah dengan menggunakan program komputer. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan computer dengan program

SPSS versi 12.0 for windows. Pengolahan data melalui proses pemasukan data, tabulasi data dan pengeditan data. Analisis data diperoleh dengan menggunakan uji

statistic chi-square untuk uji beda dan regresi logistic berganda untuk uji multivarian.

Tabel 1 : Prevalensi obesitas anak SD berdasarkan umur

Umur	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
≤ 10 tahun	5	16,7	18	60,0	23	76,7
≥ 10 tahun	1	3,3	6	20,0	7	23,3
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0

$$X^2 = 0,186 \quad df = 1 \quad p = 0,666 \quad OR = 1,6$$

Dari 30 siswa yang didata terdiri dari 23 siswa dengan umur d" 10 tahun, terdapat sebanyak 5 (16,7%) siswa yang mengalami obesitas dan 18 (60%) siswa yang tidak mengalami obesitas dengan rerata 76,7%. Sedangkan, siswa yang berumur e" 10 tahun ada 7 siswa, yang mengalami obesitas hanya 1 (3,3%) siswa dan yang tidak mengalami obesitas sebanyak 6 (20%)

siswa dengan rerata 23,3%. Dari tabel di atas dapat dilihat dari hasil X^2 d" 3,84 (C tabel untuk $df = 1$) maka tidak ada hubungan antara umur dengan kejadian obesitas. Anak dengan umur d" 10 tahun resiko obesitasnya meningkat 1,6 kali lebih besar dari anak dengan umur e" 10 tahun. Dan dari hasil tabel di atas tidak terdapat perbedaan yang bermakna ($p > 0,05$).

Tabel 2 : Prevalensi obesitas anak SD berdasarkan jenis kelamin.

Jenis kelamin	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Perempuan	4	13,3	12	40	16	53,3
Laki-laki	2	6,7	12	40	14	46,7
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0

$$X^2 = 0,536 \quad df = 1 \quad p = 0,464 \quad OR = 2$$

Dari 30 siswa terdiri 16 siswa perempuan dan 14 siswa laki-laki. Tabel di atas menunjukkan siswa perempuan yang mengalami obesitas ada 4 (13,3%) dan yang tidak mengalami obesitas ada sebanyak 12 (40%) dengan rerata 53,3%. Sedangkan untuk laki-laki yang mengalami obesitas ada 2 (6,7%) dan yang tidak mengalami obesitas ada 12 (40%) dengan rerata 46,7%. Tabel di atas menunjukkan

X^2 d" 3,84 (C tabel untuk $df = 1$) maka tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas.

Hasil OR menunjukkan bahwa anak perempuan resiko obesitasnya meningkat 2 kali lipat dibandingkan anak laki-laki. Dan dari hasil didapat bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna ($p > 0,05$).

Tabel 3 : Hubungan obesitas dengan tingkat konsumsi fastfood

Tingkat konsumsi fast food	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Rendah	0	0,0	9	30,0	9	30,0
Sedang	1	3,3	12	40,0	13	43,3
Tinggi	5	16,7	3	10,0	8	26,7
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0

$$X^2 = 12,512 \quad df = 2 \quad p = 0,002$$

Dari hasil tabel di atas ternyata bahwa banyaknya siswa yang mengkonsumsi *fast food* dengan tingkat yang paling rendah ada 9 (30,0%) siswa, tidak terdapat siswa yang mengalami obesitas, dan ada 9 (30,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Dari tingkat konsumsi *fast food* yang sedang terdapat sebanyak 13 (43,3%) siswa, dengan siswa yang mengalami obesitas hanya 1 (3,3%) siswa dan yang tidak mengalami obesitas

terdapat sebanyak 12 (40,0%) siswa. Tingkat konsumsi *fast food* yang tinggi terdapat 8 (26,7%) siswa, yang mengalami obesitas terdapat 5 (16,7%) siswa dan 3 (10,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa $X^2 = 5,99$ (C tabel untuk $df = 2$) berarti bahwa terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas dan terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$).

Tabel 4 : Hubungan obesitas dengan tingkat aktivitas fisik.

	Obesitas		Non obesitas		total	
	n	%	n	%	n	%
Rendah	4	13,3	3	10,0	7	23,3
Sedang	2	6,7	12	40,0	14	46,7
Tinggi	0	0,0	9	30,0	9	30,0
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0

$$X^2 = 8,571 \quad df = 2 \quad p = 0,014$$

Tabel di atas menunjukkan bahwa banyaknya siswa dengan tingkat aktivitas fisiknya yang paling rendah ada 7 (23,3%) siswa, terdapat 4 (13,3%) siswa yang mengalami obesitas, dan ada 3 (10,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Dari tingkat aktifitas fisiknya sedang terdapat sebanyak 14 (46,7%) siswa, dengan siswa yang mengalami obesitas ada 2 (6,7%) siswa dan yang tidak mengalami obesitas

terdapat sebanyak 12 (40,0%) siswa. Tingkat aktifitas fisiknya tinggi terdapat 9 (30,0%) siswa, tidak terdapat siswa yang mengalami obesitas dan 9 (30,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa $X^2 = 5,99$ (C tabel untuk $df = 2$) berarti bahwa terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dan terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$).

Tabel 5 : Hubungan obesitas dengan tingkat aktivitas diam (nonton TV, main komputer main game)

Tingkat aktivitas diam	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Rendah	0	0,0	13	43,3	13	43,3
Sedang	1	3,3	5	16,7	6	20,0
Tinggi	5	16,7	6	20,0	11	36,7
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0
$X^2 = 7,746$		$df = 2$		$p = 0,021$		

Hasil tabel di atas menunjukkan banyaknya siswa dengan tingkat aktivitas diam yang paling rendah ada 13 (43,3%) siswa, tidak terdapat siswa yang mengalami obesitas, dan ada 13 (43,3%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Dari tingkat aktifitas diamnya sedang terdapat 6 (20,0%) siswa, dengan siswa yang mengalami obesitas ada 1 (3,3%) siswa dan yang tidak mengalami obesitas terdapat sebanyak 5

(16,7%) siswa. Tingkat aktifitas diam tinggi terdapat 11 (36,7%) siswa, terdapat 5 (16,7) siswa yang mengalami obesitas dan 6 (20,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa $X^2 = 5,99$ (C tabel untuk $df = 2$) berarti bahwa terdapat hubungan antara tingkat aktivitas diam dengan kejadian obesitas dan terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$).

Tabel 6 : Hubungan obesitas dengan tingkat pendapatan keluarga

Tingkat pendapatan keluarga	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Rendah	0	0,0	8	26,7	8	26,7
Sedang	1	3,3	10	33,3	11	36,7
Tinggi	5	16,7	6	20,0	11	36,7
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0
$X^2 = 7,273$		$df = 2$		$p = 0,026$		

Dari hasil tabel di atas menunjukkan terdapat bahwa banyak siswa dengan tingkat pendapatan keluarga yang paling rendah ada 8 (26,7%) siswa, tidak terdapat siswa yang mengalami obesitas, dan ada 8 (26,7%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Dari tingkat pendapatan keluarga sedang terdapat sebanyak 11 (36,7%) siswa, yang mengalami obesitas hanya 1 (3,3%) siswa dan yang tidak mengalami obesitas terdapat sebanyak 10 (33,3%) siswa.

Tingkat pendapatan keluarga yang tinggi terdapat 11 (36,7%) siswa, yang mengalami obesitas terdapat 5 (16,7%) siswa dan 6 (20,0%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Tabel di atas juga menunjukkan bahwa $X^2 = 5,99$ (C tabel untuk $df = 2$) berarti bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas dan terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$).

Tabel 7 : Hubungan obesitas dengan perasaan "merasa gemuk" (psikologi)

Merasa kegemukan	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Ya	1	3,3	7	23,3	8	26,7
Tidak	5	16,7	17	56,7	22	73,3
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0
$X^2 = 0,384$		df = 1	$p = 0,536$		OR = 0,48	

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 8 (26,7) siswa yang merasa gemuk, ada 1 (3,3%) siswa yang memang obesitas dan 7 (23,3%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Sedangkan, bagi siswa yang tidak merasa kegemukan terdapat 22 (73,3%), didapatkan 5 (16,7%) siswa yang mengalami obesitas dan ada 17 (56,7%) siswa tidak mengalami obesitas.

Hasil dari X^2 d" 3,84 (C tabel untuk df = 1) berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara perasaan gemuk seseorang terhadap kejadian obesitas. Hasil p e" 0,05 menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna. Dan hasil OR menunjukkan bahwa tidak berpengaruhnya antara perasaan gemuk maupun tidak terhadap kejadian obesitas seseorang.

Tabel 8 : Hubungan obesitas dengan perasaan "takut gemuk" (psikologi)

Takut gemuk	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Ya	2	6,7	10	33,3	12	40,0
Tidak	4	13,3	14	46,7	18	60,0
Total	6	20	24	80,0	30	100,0
$X^2 = 0,139$		df = 1	$p = 0,709$		OR = 0,7	

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 12 (40,0%) siswa yang takut gemuk, ada 2 (6,7%) siswa yang mengalami obesitas dan 10 (33,3%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Sedangkan, bagi siswa yang tidak takut gemuk terdapat 18 (60,0%), didapatkan 4 (13,3%) siswa yang mengalami obesitas dan ada 14 (46,7%) siswa tidak mengalami obesitas.

hubungan antara perasaan takut gemuk seseorang terhadap kejadian obesitas. Hasil p e" 0,05 menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna. Hasil OR menunjukkan bahwa anak-anak yang mempunyai perasaan takut gemuk dapat meningkatkan 1,4 kali lipat kejadian obesitas seseorang dibandingkan anak-anak yang memang tidak takut akan kegemukan.

Hasil dari X^2 d" 3,84 (C tabel untuk df = 1) berarti bahwa tidak terdapat

Tabel 9 : Hubungan obesitas dengan perasaan "berusaha mengurangi makanan fast food"

Berusaha mengurangi makanan fastfood	Obesitas		Non obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%
Ya	1	3,3	4	13,3	5	16,7
Tidak	5	16,7	20	66,7	25	83,3
Total	6	20,0	24	80,0	30	100
$X^2 = 0,00$		df = 1	$p = 1,00$		OR = 1,00	

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 5 (16,7%) siswa yang berusaha mengurangi makanan *fast food*, hanya 1 (3,3%) siswa yang mengalami obesitas dan 5 (16,7%) siswa yang tidak mengalami obesitas. Sedangkan, bagi siswa yang tidak berusaha mengurangi makanan *fast food*nya terdapat 25 (83,3%), didapatkan 5 (16,7%) siswa yang mengalami obesitas dan ada 20 (66,7%) siswa tidak mengalami obesitas.

Hasil dari X^2 d" 3,84 (C tabel untuk $df = 1$) berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara usaha untuk mengurangi makanan *fast food* seseorang terhadap kejadian obesitas. Hasil $p < 0,05$ menunjukkan bahwa sama sekali tidak terdapat perbedaan yang bermakna. Hasil OR menunjukkan bahwa anak-anak yang tidak punya usaha untuk mengurangi makanan *fast food*nya dapat meningkatkan 1 kali lipat kejadian obesitas seseorang dibandingkan anak-anak yang memang takut akan kegemukan.

Pembahasan Berdasarkan karakteristik responden dan analisa data di atas, maka dapat disajikan pembahasan sebagai berikut :

Prevalensi obesitas dari tahun ke tahun cenderung meningkat. Pada penelitian ini didapatkan prevalensi obesitas pada siswa kelas V SDN 1 di Kabupaten Sleman Yogyakarta (tabel I) sebesar 76,7% untuk siswa yang kurang dari 10 tahun dan 23,3% untuk siswa yang umurnya lebih dari 10 tahun. Hasil juga didapatkan prevalensi obesitasnya untuk siswa perempuan 53,3% dan siswa laki-laki 46,7%.

Beberapa penelitian sebelumnya antara lain di Jakarta 1987, pada anak umur 6-18 tahun kejadian obesitas adalah 6,7% terdiri dari anak perempuan 3,1% dan anak laki-laki 10,2%. Pada anak sekolah umur 6-12 tahun, obesitas ditemukan sekitar 0-4%. Dari sini terlihat bahwa di Yogyakarta pada tahun 1995 setelah penelitian di Jakarta ada kecenderungan meningkatnya prevalensi obesitas dibandingkan sebelumnya. Kecenderungan meningkatnya obesitas ini terjadi karena beberapa faktor antara lain, semakin meningkatnya keadaan sosial

ekonomi masyarakat, sehingga mampu mengkonsumsi makanan dengan kandungan kalori tinggi seperti *hamburger*, *pizza*, ayam goreng, kentang goreng, sebagai *fast food* yang lebih banyak mengandung protein, lemak, gula dan garam akan tetapi miskin serat.⁶ Juga tersedianya makanan ringan atau berbagai jenis makanan camilan, yang pada waktu sekarang ini banyak menjamur terutama di kota-kota besar.⁷ Seperti juga yang dilihat dari perilaku menonton TV yang berlebihan (tabel V), sehingga mengurangi penggunaan energi, apalagi kalau menonton TV sambil makan, tidak terasa menyebabkan pemasukan kalori cukup tinggi. Meningkatnya obesitas juga dipengaruhi ketidaktahuan orang tua, yaitu merasa bangga kalau mempunyai anak yang gemuk, sehingga obesitas dianggap bukan suatu kelainan, ini menyebabkan tidak adanya keinginan orang tua untuk berkonsultasi dengan dokter mengenai keadaan obesitas anaknya. Padahal, seperti diuraikan sebelumnya, obesitas pada anak-anak biasanya akan berlanjut menjadi obesitas pada masa dewasa. Dan komplikasi yang terjadi akibat dari obesitas cukup banyak, sehingga pencegahan obesitas lebih baik dilakukan seawal mungkin.⁸

Mengenai tingkat pendapatan keluarga (tabel VI), terdapat masing-masing 36,7% bagi tingkat pendapatan keluarganya tinggi maupun bagi tingkat pendapatan keluarganya yang sedang dan 26,7% bagi siswa dengan tingkat pendapatan keluarganya rendah. Ternyata pada penelitian kali ini yang menghabiskan uang jajan justru persentasenya lebih kecil terjadinya obesitas dibandingkan dengan apa yang menghabiskan sebagian uangnya atau tidak menentu dalam hal ini terdapat perbedaan yang bermakna ($p < 0,05$). Mengapa yang menghabiskan uang jajan justru menunjukkan persentase lebih kecil untuk terjadinya obesitas dan secara statistik berbeda bermakna bahwa jajan tidak mempengaruhi kejadian obesitas? Hal ini karena makanan jajan ternyata lebih bergizi seimbang dibandingkan beberapa

jenis *fast food*. Selain itu lebih murah, alami dan sesuai dengan kondisi sosial ekonomi Indonesia, sehingga lebih mudah diterima oleh masyarakat banyak.

Mengenai makanan yang dikenal sebagai *fast food*, terdapat 30% siswa dengan tingkat konsumsi *fast food* nya rendah, 43,3% sedang, dan 26,7% yang tingkat konsumsi *fast food*nya tinggi. Yang berarti ada hubungan yang bermakna antara konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$). Ini berarti pernah makan *fast food* mempunyai kemaknaan untuk terjadinya obesitas. Ini karena *fast food* merupakan makanan dengan kandungan kalori, lemak, dan gula yang tinggi.

Kesimpulan

Beberapa kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkat konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, aktivitas diam juga pada tingkat pendapatan keluarga. Untuk umur, jenis kelamin, serta dari segi psikologi dari siswa yang merasa gemuk, takut gemuk maupun yang berusaha untuk mengurangi makanan *fast food* tidak terdapat perbedaan yang signifikan..

Saran

Berdasar kesimpulan di atas, diberikan saran yaitu antara lain: perlu ada penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kejadian obesitas dengan konsumsi *fast food* pada anak SD. Perlu antisipasi lebih lanjut tentang kejadian obesitas pada murid Sekolah Dasar, sehingga obesitas pada anak bisa dicegah atau diterapi dengan baik dan tidak berlanjut menjadi obesitas di masa dewasa. Perlu himbauan pada anak SD untuk mengurangi frekuensi mengkonsumsi *fast food*, jajanan lain yang rendah nutrisi dengan mengganti makanan berserat seperti sayuran/buah-buahan. Perlu

penelitian dengan sampel yang lebih besar dan wilayah yang tercakup luas serta perlu pengamatan frekuensi konsumsi *fast food*, jajanan, asupan makanan, aktivitas fisik dalam waktu yang lama (penelitian retrospektif).

Daftar Pustaka

1. Ginanjar, Genis. Klinik Sehat: *Kegemukan dan Obesitas*. [Http://us.click.yahoo.com/a.ZmA/FpQLAA/HwkMAA/4tWO1B/TM](http://us.click.yahoo.com/a.ZmA/FpQLAA/HwkMAA/4tWO1B/TM). Tanggal Akses 5 Desember 2005.
2. Huriyati, Emy. 2003. *Aktivitas Fisik Remaja di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul serta peran Aktivitas Fisik Menyumbang Terhadap Kejadian Obesitas*. Tesis. Yogyakarta.
3. Nurkhalida, Raden Endah. 2005. *Beberapa Faktor yang berperan terhadap kejadian Obesitas pada Siswa SLTP Yos Sudarso Kerawang Jawa Barat*. Tesis. Yogyakarta.
4. Padmiatri Ida Ayu Eka, Hadi Hamam. *Konsumsi fast food sebagai factor resiko obesitas pada anak SD*. Available from URL: Hiperlink <http://www.tempo.co.id/medika/online/tmp.online.old/art-3.htm>.
5. Ross and Pate. 1987. *Childhood Obesity*. <http://www.en.wikipedia.org/wiki/obesity>. Tanggal Akses 5 Desember 2005.
6. Soedibyo, Soepardi., Meilany, Tinuk (2006). Factors Influencing Obesity on School-Aged Children. *Journal Medika Indonesia.*, 15 (1), 43-54.
7. Soetjningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta; EGC.
8. Usman, Itawahyuni. 2005. *Perbedaan Sosial Ekonomi dan Status Gizi Orang Tua pada Anak Obesitas dan tidak Obesitas di SD lempuyangwangi, Yogyakarta*. Skripsi Yogyakarta