

**RESIKO KEBIASAAN TIDAK MAKAN SAYUR DAN KONSUMSI
MINUMAN- MINUMAN BERKARBONASI TERHADAP KEJADIAN
OBESITAS PADA REMAJA DI NEGARA MYANMAR**

SKRIPSI



DIAJUKAN OLEH :

HELENA S. ANDRIANA

17111024130044

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

TAHUN 2021

**Resiko Kebiasaan Tidak Makan Sayur dan konsumsi Minuman-
Minuman Berkarbonasi terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di
Negara Myanmar**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



DIAJUKAN OLEH :

Helena S. Andriana

17111024130044

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

TAHUN 2021

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalammu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penulis mampu menyelesaikan proposal ini dengan judul : “Bagaimana Kebiasaan Tidak Makan Sayur Dan Minuman-Minuman Berkarbonasi Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Negara Myanmar”. Salawat serta salam juga tidak lupa penulis jaturkan kepada Baginda Rasulullah Salallahu Alaihi Wassalam, karena telah memberikan petunjuk kebenaran ditengah peradaban zaman ini.

Dalam penyusunan Proposal ini banyak pihak yang membantu dengan berbagai cara dengan memberi semangat serta dorongan dan membimbing penulis baik dari tenaga maupun pemikiran. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2. Bapak Ghozali MH,Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Ibu Nida Amalia, S.KM., M.PH, selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

4. Bapak Purwo Setiyo Nugroho S.KM.,M.Epid, selaku Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, saran, motivasi serta arahan dalam penyusunan proposal skripsi kepada penulis
5. Dosen dan Staf Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah membantu dalam proses pengerjaan dan pelaksanaan penyusunan proposal penelitian kepada penulis
6. Kedua orang tua saya yang saya cintai dimana telah memberikan Doa, bimbingan, motivasi serta dukungan moral dan material kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini masih memiliki banyak kesalahan. Kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan dapat menambah wawasan penulis guna menyempurnakan proposal penelitian. Demikian proposal penelitian ini yang penulis sampaikan, semoga dapat bermanfaat dan menjadi inspirasi bagi mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian selanjutnya. Bagi para pembaca semoga dapat menambah ilmu dari proposal penelitian yang sudah dituliskan

Wassalammualaikum Wr.Wb.

Samarinda, 17 Februari 2021



Penulis

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Helena S. Andriana
NIM : 17111024130044
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Judul Penelitian : Resiko Kebiasaan Tidak Makan Sayur dan Konsumsi Minuman-Minuman Berkarbonasi Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja di Negara Myanmar

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No 17, Tahun 2010).

Samarinda, 9 July 2021



Helena S. Andriana
NIM. 17111024130044

LEMBAR PERSETUJUAN
RESIKO KEBIASAAN TIDAK MAKAN SAYUR DAN MINUMAN-
MINUMAN BERKARBONASI TERHADAP KEJADIAN OBESITAS PADA
REMAJA DI NEGARA MYANMAR

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH:
HELENA S. ANDRIANA
17111024130044

Disetujui untuk diujikan
Pada tanggal, 16 Juli 2021

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi



Kresna Febriyanto, M.PH
NIDN. 1120029301

Pembimbing

Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301

LEMBAR PENGESAHAN

**RESIKO KEBIASAAN TIDAK MAKAN SAYUR DAN MINUMAN-
MINUMAN BERKARBONASI TERHADAP KEJADIAN OBESITAS
PADA REMAJA DI NEGARA MYANMAR**

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH:

HELENA S. ANDRIANA

17111024130044

**Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 16 Juli 2021**

Penguji I



Lia Kurniasari, M.Kes
NIDN. 1130098601

Penguji II



Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid
NIDN. 1131109301

**Mengetahui,
Ketua,
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat**



Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301

Resiko Kebiasaan Tidak Makan Sayur dan Konsumsi Minuman- Minuman Berkarbonasi terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Negara Myanmar

Helena S. Andriana¹, Purwo Setiyo Nugroho²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

Kontak Email: lhenasuci9922@gmail.com

Intisari

Tujuan Studi: Tujuan dari penelitian ini adalah Menganalisis resiko kebiasaan tidak makan sayur dan konsumsi minuman-minuman berkarbonasi terhadap kejadian obesitas pada remaja di negara Myanmar.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain *Cross Sectional*. Jumlah responden sebanyak 2.838 anak sekolah kelas 7-10 yang berusia 11-18 tahun di Myanmar. Teknik pengambilan sampel dengan Total sampling.

Hasil: Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara resiko kebiasaan tidak makan sayur (0,025) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi minuman-minuman berkarbonasi (0,280) dengan kejadian obesitas pada remaja di negara myanmar.

Manfaat: Hasil studi dapat dimanfaatkan sebagai informasi dan sumber data awal untuk penelitian selanjutnya mengenai resiko kebiasaan tidak makan sayur dan konsumsi minuman-minuman berkarbonasi pada remaja dinegara Myanmar.

Kata Kunci: Obesitas, tidak makan sayur, minuman berkarbonasi, remaja

Risk of Not Eating Vegetables and Consumption of Carbonated Beverages on the Event of Obesity in Adolescent in Myanmar

Helena S. Andriana¹, Purwo Setiyo Nugroho²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

Kontak Email: lhenasuci9922@gmail.com

Abstract

Purpose of study: This study aimed to analyze the habit of not eating vegetables and consuming carbonated drinks on the incidence of obesity in adolescents in Myanmar

Methodology: This study used quantitative research methods with a cross-sectional design approach. The number of respondents was 2,838 school children in grades 7-10 aged 11-18 years in Myanmar. Sampling technique with total sampling

Results: The study showed that there was a significant relationship between the risk of not eating vegetables (0.025) and no significant relationship between the consumption of carbonated drinks (0.280) and the incidence of obesity in adolescents in Myanmar.

Applications: The results of the study can be used as an information and initial data sources for further research on the risk of not eating vegetables and consuming carbonated drinks in adolescents in Myanmar.

Key Word: *Obesity, not eating vegetables, carbonated drinks, teenagers*

DAFTAR ISI

HALAMAN Sampul	i
HALAMAN Judul	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I LATAR BELAKANG	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II DASAR TEORI	12
A. Tinjauan Pustaka.....	12
1. Remaja.....	12
2. Sayur.....	15
3. Minuman Berkarbonasi.....	22

4. Obesitas.....	25
5. Global School-Based Student Health Survei (GSHS).....	37
6. Tinjauan Sudut Pandang Islam.....	38
B. Kerangka Teori Penelitian.....	40
C. Kerangka Konsep Penelitian.....	41
D. Hipotesis.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Rancangan Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel.....	43
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	48
D. Definisi Operasional Variabel.....	49
E. Instrumen Penelitian.....	52
F. Teknik Pengumpulan Data.....	52
G. Teknik Analisis Data.....	53
H. Alur Penelitian.....	56
I. Etika Penelitian.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Hasil Penelitian.....	58
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	58
2. Karakteristik Responden.....	59
3. Analisis Univariat.....	61
4. Analisis Bivariat.....	63

B. Pembahasan.....	66
1. Hubungan Tidak Makan Sayur terhadap Obesitas Remaja Di Negara Myanmar.....	66
2. Hubungan Minum-Minuman Berkarbonasi terhadap Obesitas pada Remaja Di Negara Myanmar.....	68
C. Keterbatasan Penelitian.....	70
BAB V HASIL KESIMPULAN DAN SARAN.....	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABLE

Table 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.1 Proporsi Makonutrien Yang Direkomendasikan Berdasarkan Usia Untuk Myanmar.....	10
Tabel 2.2 Body Mass Index (BMI) Myanmar.....	25
Tabel 2.3 Parameter Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP).....	26
Table 3.1 Jumlah Sampel.....	42
Tabel 3.2 Definisi Operasional Variabel.....	44
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Myanmar.....	52
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	53
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat (Kelas).....	53
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tidak Makan Sayur.....	54
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Minuman-Minuman Berkarbonasi.....	55
Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Obesitas.....	55
Tabel 4.7 Hubungan Tidak Makan Sayur Terhadap Obesitas pada Remaja di Negara Myanmar.....	56
Tabel 4.8 Hubungan Minuman-Minuman Berkarbonasi Terhadap Obesitas pada Remaja di Negara Myanmar.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Indeks Massa Tubuh (IMT).....	23
Gambar 2.2. Kerangka Teori Penelitian.....	36
Gambar 2.3. Rumus Kerangka Konsep Penelitian.....	37
Gambar 3.2 Tahap Pengambilan Sampel.....	43