

**HUBUNGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP  
OBESITAS PADA REMAJA DI LAOS**

**SKRIPSI**



**DIAJUKAN OLEH**

**SETYO WULANDARI**

**17111024130107**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH**

**KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

**Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur terhadap  
Obesitas pada Remaja di Laos**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai syarat untuk  
memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**DIAJUKAN OLEH**

**SETYO WULANDARI**

**17111024130107**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH**

**KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Setyo Wulandari

NIM : 17111024130107

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Kurangnya Konsumsi Buah Dan Konsumsi Sayur  
Terhadap Risiko Obesitas Pada Remaja Di Negara  
Laos.

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan 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 23 Februari 2021



Setyo Wulandari

NIM, 17111024130107

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP OBESITAS  
PADA REMAJA DI LAOS**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH :**

**SETYO WULANDARI**

**17111024130107**

**Disetujui untuk diujikan pada**

**Tanggal, 13 Juli 2021**

**Mengetahui,**

**Koordinator Mata Ajar Skripsi**



**Kresna Febriyanto, M.PH**  
**NIDN. 1120029301**

**Pembimbing**

**Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid**  
**NIDN. 1131109301**

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP OBESITAS PADA  
REMAJA DI LAOS

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

Setyo wulandari

17111024130107

Disetujui untuk diujikan pada

Tanggal, 13 Juli 2021

Penguji I



Nida Amalia. M.PH  
NIDN. 1101119301

Penguji II




Purwo Setiyo Nugroho.M.Epid  
NIDN. 1131109301

Mengetahui,

Ketua,

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia. M.PH  
NIDN. 1101119301

## Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur terhadap Obesitas pada Remaja di Laos

Setyo Wulandari<sup>1</sup>, Purwo Setiyo Nugroho<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

Kontak Email: setyowulandari183@gmail.com

### INTISARI

**Tujuan Studi:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis terkait hubungan kurangnya konsumsi buah dan sayur terhadap obesitas pada remaja di Negara Laos.

**Metodologi:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bersifat observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Jumlah populasi dan sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 3683 responden, yang diambil dengan teknik *total sampling*. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan data sekunder yang diperoleh dari *Global School-Based Students Health Survey* (GSHS) Laos tahun 2015.

**Hasil:** Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tidak makan buah ( $p = 1.000$ ) dan tidak makan sayur ( $p = 0.782$ ) terhadap obesitas pada remaja di Negara Laos.

**Manfaat:** Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai sumber informasi dan bahan evaluasi bagi remaja maupun peneliti selanjutnya.

---

**Kata kunci:** Obesitas, Buah, Sayur, Remaja

***Assotiation of Vegetable and Fruit Consumption to Obesity Among Adolescent in Laos***

**Setyo Wulandari<sup>1</sup>, Purwo Setiyo Nugroho<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia  
Kotak Email: setyowulandari183@gmail.com

**ABSTRACT**

***Purpose of study:*** The purpose of this study was to analyze the relationship between the lack of fruits and vegetables consumption against obesity of adolescents in Laos.

***Methodology:*** This study used quantitative research method that was observational analytic with a cross sectional design. The number of population and samples in this study were 3683 respondents, which were taken by total sampling technique. The data collection in this study used secondary data obtained from the Global School-Based Students Health Survey (GSHS) Laos in 2015.

***Result:*** The results of this study showed that there was no relationship between not eating fruits ( $p = 1,000$ ) and not eating vegetables ( $p = 0.782$ ) against obesity of adolescents in Laos.

***Application:*** The results of this study could be useful as a source of information and evaluation material for adolescents and future researchers.

---

**Key Word: Obesity, Fruits, Vegetables, Adolescents**

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Puji syukur kehadiran Allah Subhana Wata'ala atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya. Shalawat serta salam tak lupa penulis panjatkan kepada baginda nabi besar Muhammad Sallallahu Alaihi Wassalam yang telah memberikan tauladan kepada umat manusia.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhana Wata'ala karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis mampu menyusun skripsi dengan judul "Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur terhadap Obesitas pada Remaja di Laos" dapat diselesaikan guna memenuhi persyaratan kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak menghadapi hambatan, namun berkat kehendak-nyalah penulis mampu menyelesaikan skripsi penelitian ini. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

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



4. Purwo Setiyo Nugroho, M.Epid, selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi Dosen Mahasiswa yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyusun proposal penelitian.
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen pengajar Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah banyak memberikan ilmu kepada penulis.
6. *World Health Organization* (WHO) yang telah menyediakan dataset.
7. Kedua orang tua, bapak Koko Endik Setyo Aji dan ibu Sundari ku tersayang yang telah menjaga dan membesarkanku, merawat, memberikan doa tanpa kenal waktu, semangat, nasehat, dukungan, dan kasih sayang tak terhitung banyaknya.
8. Saudara tersayang Queeny Anggun Lestari dan Marsya Nuraini yang selalu memberikan keceriaan dan semangat untuk meraih kesuksesan.
9. Sahabat ku tersayang Siti Nikmatu Sholicha dan Nurul Novita Sari yang selalu mendukung dan menhadapi suka duka bersama.
10. Seluruh teman angkatan program studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur angkatan 2017
11. Dan pihak-pihak lain yang telah membantu proses penyelesaian skripsi

Sebaik mungkin, penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan baik dari segi isi maupun tata Bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan Skripsi Penelitian ini.

*Wassalammualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Samarinda, 23 Februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN Sampul</b>	
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II Tinjauan Pustaka</b> .....	<b>9</b>
A. Tinjauan Pustaka Penelitian.....	9
1. Obesitas.....	9
2. Konsumsi Buah dan Sayur.....	14
3. Remaja.....	16
B. Tinjauan Sudut Pandang Islami.....	18
C. Kerangka Teori Penelitian.....	19
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	20
E. Hipotesis.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>22</b>
A. Rancangan Penelitian.....	22
B. Populasi dan Sampel.....	22
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
D. Definisi Operasional.....	28

E. Instrumen Penelitian .....	29
F. Teknik Pengumpulan data .....	29
G. Teknik Analisis Data .....	29
H. Alur Penelitian .....	32
I. Etika Penelitian .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Hasil penelitian .....	34
1. Gambaran umum lokasi penelitian .....	34
2. Karakteristik Responden .....	34
3. Analisis Univariat .....	36
4. Analisis Bivariat .....	38
B. Pembahasan .....	41
1. Hubungan tidak makan buah terhasap obesitas .....	41
2. Hubungan tidak makan sayur terhadap obesitas .....	45
C. Keterbatasan Penelitian .....	48
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran-saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	7
Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas Berdasarkan Indeks .....	11
Tabel 3.1 Jumlah Sampel .....	25
Tabel 3.2 Tabel Definisi Operasional .....	28
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Laos .....	35
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja Laos .....	35
Tabel 4.4 Distribusi Kurang Makan Buah Pada Remaja di Laos .....	37
Tabel 4.5 Distribusi Kurang Makan Sayur Pada Remaja di Laos .....	37
Tabel 4.6 Distribusi Penderita Obesitas Pada Remaja di Negara Laos .....	38
Tabel 4.7 Hubungan Kurang Makan Buah Terhadap Obesitas Pada Remaja Laos .....	39
Tabel 4.8 tidak makan sayur terhadap obesitas pada remaja di Laos .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rumus Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	10
Gambar 2.2 Kerangka Teori Penelitian modifikasi H.L. BLOOM .....	19
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Penelitian .....	20
Gambar 3.1 Rumus Lemeshow .....	23
Gambar 3.2 Tahap Pengambilan Sampel .....	27

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World health organization</i>
STEP	: <i>Skill training employment promotion</i>
GSHS	: <i>Global school-based student health survey</i>
IMT	: indeks massa tubuh
Fao	: organisasi pangan dan pertanian
Depkes	: department kesehatan
BKKBN	: badan kependudukan dan keluarga berencana
GHDx	: <i>global health data exchange</i>
POR	: <i>prevalence odds rasio</i>
CI	: <i>confidence interval</i>
CDC	: <i>center disease control</i>
PDR	: <i>People's Democratic Republik</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti

Lampiran 2. *Global School Based Student Health Survey Result*

Lampiran 3. Lembar konsultasi

Lampiran 4. Surat Keterangan Bebas Pustaka

Lampiran 5. Output SPSS

Lampiran 6. Hasil uji turnitin