

INTISARI
Perbedaan Pola Konsumsi Makan, Aktivitas Fisik serta Asupan Zat gizi
Pada Siswa Obesitas dan Non Obesitas di Taman Kanak-kanak Jakarta
Timur
Angkatan 2008

Luhur Anggoro Sulistio¹, Erwin Santosa²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY,

²Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY

Pola makan pada anak tergantung kebiasaan pola makan keluarga. Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan, penghasilan, dapat mengubah pola hidup dan pola konsumsi makan masyarakat, dari pola konsumsi makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang (obesitas).

Obesitas pada anak merupakan masalah yang kompleks. Faktor-faktor yang dapat menimbulkan obesitas antara lain pola konsumsi makan, aktivitas fisik serta asupan zat gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara pola konsumsi makan, aktifitas fisik dan asupan zat gizi (kalori, karbohidrat, protein dan lemak) pada siswa obesitas dan non obesitas di Taman Kanak-kanak Jakarta Timur. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah anak obesitas dan non obesitas berusia 4-6 tahun sebanyak 140 orang, yang terdiri dari 35 anak laki-laki obesitas, 35 anak perempuan obesitas serta 35 anak laki-laki non obesitas dan 35 anak perempuan non obesitas. Data primer didapatkan dengan cara melakukan pemeriksaan antropometri *z-Score BMI//Age* dan *IMT//U* untuk (*WHO-CDC*). Data yang didapatkan kemudian diolah dengan menggunakan uji komparatif *Mann Whitney* dan *Uji t test*.

Hasil perhitungan statistik untuk perbedaan pola konsumsi makan yang di klasifikasikan menjadi pola konsumsi makan makanan pokok, frekwensi makan makanan *fast food*, frekwensi makan diluar rumah antara kelompok anak obesitas dan anak yang non obesitas diperoleh nilai sama yaitu $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka disebut bermakna. Untuk Hasil perhitungan statistik perbedaan aktifitas fisik antara kelompok anak obesitas dan kelompok anak non obesitas didapatkan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$) maka disebut bermakna. Untuk perbedaan asupan zat gizi yang meliputi asupan energy, protein, lemak dan karbohidrat. Untuk energy kelompok obesitas Mean \pm SD $1871,3 \pm 255,35$ dibandingkan dengan non obesitas $1590,5 \pm 117,42$ dan dari uji statistic asupan energy, protein, lemak memiliki nilai $p = 0,000$ kecuali untuk asupan karbohidrat $p = 0,002$ berarti ($p < 0,05$) maka disebut bermakna.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pola konsumsi makan, aktifitas fisik, serta asupan zat gizi antara kelompok anak obesitas dan kelompok anak non obesitas.

Kata kunci : Obesitas, Pola konsumsi makan, Aktifitas fisik, Asupan zat gizi, *z-Score BMI//U* dan *IMT//U(WHO-CDC)*