

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**HUBUNGAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEGEMUKAN**  
**PADA REMAJA PUTRI DI SMA**  
**BOYOLALI**

Diploma IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran  
Universitas Sebelas Maret



**Rinatun Nafiah**  
**R1115080**

**PROGRAM STUDI DIV BIDAN PENDIDIK FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS SEBELAS MARET**  
**SURAKARTA**  
**2017**

*commit to user*

**HALAMAN PENGESAHAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul:  
**HUBUNGAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEGEMUKAN  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA BOYOLALI**

Oleh :

**Rinatun Nafiah  
R1115080**

Telah dipertahankan dan disetujui di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi DIV Bidan Pendidik FK UNS

Pada Hari **SELASA**, Tanggal **31 JAN 2017**

**Ketua Penguji**

**Nama : Jarot Subandono, dr, M.Kes**

**NIP : 196807041999031002**

**Sekretaris**

**Nama : Mujahidatul M, S.Kep, Ns, M.Si. Med**

**NIP : 19820821 200501 2 001**

**Anggota 1**


**Nama : Yuliana Heri Suselo, dr, MSc.**

**NIP : 198007182006042001**


**Anggota 2**

**Nama : Endang Listyaningsih S, dr, M.Kes**

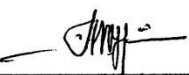
**NIP : 19640810998022001**


---


---


---

Surakarta, **07 FEB 2017**

**Kepala Program Studi**

  
  
**( Sri Mulyani, S.Kep, Ns, M.Kes )**  
**NIP: 19670214 199303 2 001**

**HALAMAN PERSETUJUAN  
KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul:  
**HUBUNGAN ASI ESCLUSIF DENGAN KEGEMUKAN  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA BOYOLALI**

Oleh :  
**Rinatun Nafiah  
R115080**

Telah disetujui untuk diuji di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran  
Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari Selasa , Tanggal: 31 - 1 - 2017

Pembimbing Utama



(Yuliana Heri Suselo, dr, MSc)

NIP. 198007182006042001

Pembimbing Pendamping



(Endang Listyaningsih S, dr, M.Kes)

NIP. 19640810998022001

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan ASI Eksklusif dengan Kegemukan pada Remaja Putri di SMA Boyolali”.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini tersusun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Sri Mulyani S.Kep., Ns, M.Kes, selaku Kepala Prodi DIV Bidan Pendidik FK UNS.
2. Jarot Subandono, dr, M.Kes, selaku Penguji Utama Karya Tulis Ilmiah.
3. Mujahidatul M, S.Kep, Ns, M.Si. Med, selaku Sekertaris Penguji Karya Tulis Ilmiah.
4. Yuliana Hari Suselo, dr, MSc., selaku Pembimbing Utama Karya Tulis Ilmiah.
5. Endang Listyaningsih S, dr, M.Kes, selaku Pembimbing Pendamping Karya Tulis Ilmiah.
6. Kepala sekolah SMA N 3 dan SMA N 1 Boyolali selaku penanggung jawab
7. Seluruh dosen dan karyawan Prodi DIV Bidan Pendidik FK UNS yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini belum sempurna, sehingga penulis mengharap saran dan kritik yang membangun dari semua pihak. Akhirnya semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat membawa manfaat, terutama bagi diri penulis sendiri dan para pembaca.

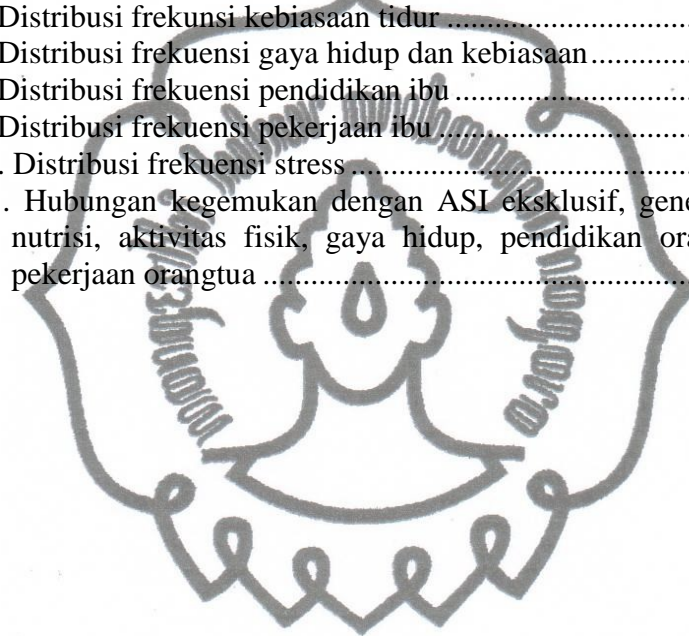
Surakarta, Januari 2017

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL.....                                     | i    |
| HALAMAN PERSETUJUAN.....                               | ii   |
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                | iii  |
| PERNYATAAN.....  | iv   |
| ABSTRAK .....  | v    |
| <i>ABSTRACT</i> .....                                  | vi   |
| KATA PENGANTAR .....                                   | viii |
| DAFTAR ISI .....                                       | ix   |
| DAFTAR TABEL .....                                     | x    |
| DAFTAR GAMBAR .....                                    | xi   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                   | xii  |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                 | 1    |
| A. Latar Belakang .....                                | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                               | 4    |
| C. Tujuan Penelitian.....                              | 4    |
| D. Manfaat Penelitian.....                             | 4    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                           | 6    |
| A. Kegemukan.....                                      | 6    |
| B. ASI.....  | 11   |
| C. Hubungan ASI eksklusif dengan Kegemukan Remaja..... | 19   |
| D. Kerangka Pemikiran .....                            | 23   |
| E. Hipotesis .....                                     | 24   |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                         | 25   |
| A. Jenis Penelitian.....                               | 25   |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....                   | 25   |
| C. Populasi Penelitian .....                           | 25   |
| D. Estimasi Besar Sampel.....                          | 25   |
| E. Teknik Sampling .....                               | 26   |
| F. Definisi Operasional.....                           | 27   |
| G. Intervensi dan Instrumentasi .....                  | 27   |
| H. Teknik Pengolahan Data .....                        | 28   |
| I. Analisis Statistik .....                            | 30   |
| BAB IV HASIL PENELITIAN .....                          | 31   |
| A. Analisis Univariat.....                             | 31   |
| B. Analisis Bivariat .....                             | 37   |
| BAB V PEMBAHASAN .....                                 | 42   |
| BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....                        | 50   |
| A. Simpulan.....                                       | 50   |
| B. Saran .....   | 50   |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                   | 50   |
| LAMPIRAN   |      |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 2.1. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasar Indeks ....   | 11 |
| Tabel 3.1. Definisi Operasional Variabel.....  | 27 |
| Tabel 4.1. Distribusi frekuensi Z-Score .....  | 31 |
| Tabel 4.2. Distribusi frekuensi ASI eksklusif .....  | 32 |
| Tabel 4.3. Distribusi frekuensi riwayat genetik .....  | 32 |
| Tabel 4.4. Distribusi frekuensi asupan nutrisi.....  | 33 |
| Tabel 4.5. Distribusi frekuensi aktivitas fisik .....  | 33 |
| Tabel 4.6. Distribusi frekuensi kebiasaan tidur .....  | 34 |
| Tabel 4.7. Distribusi frekuensi gaya hidup dan kebiasaan.....  | 34 |
| Tabel 4.8. Distribusi frekuensi pendidikan ibu .....   | 35 |
| Tabel 4.9. Distribusi frekuensi pekerjaan ibu .....  | 35 |
| Tabel 4.10. Distribusi frekuensi stress .....  | 36 |
| Tabel 4.11. Hubungan kegemukan dengan ASI eksklusif, genetik, asupan nutrisi, aktivitas fisik, gaya hidup, pendidikan orangtua, dan pekerjaan orangtua ..... | 37 |



## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Gambar 1.1 Kerangka Konsep .....           | 23 |
| Gambar 4.1 Diagram analisis univariat..... | 36 |

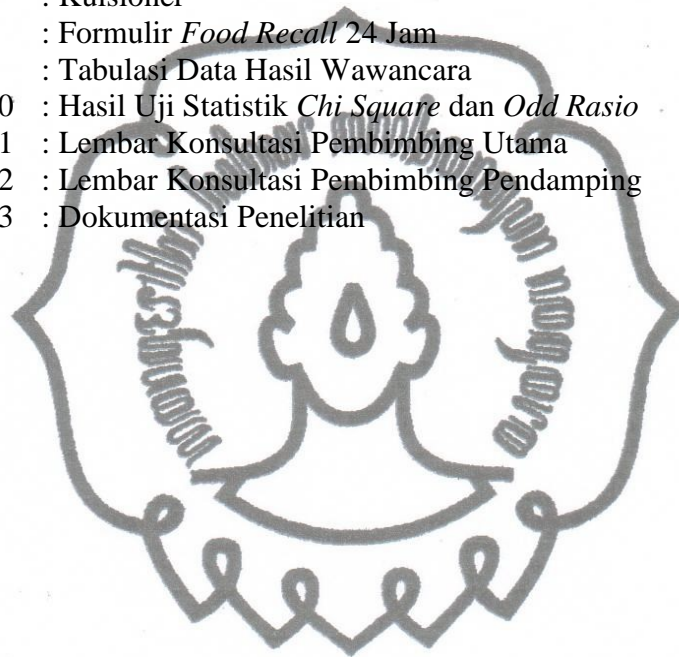


*commit to user*



**DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 4 : *Etical Clearance*
- Lampiran 5 : Surat Permohonan Kesiediaan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Surat Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden
- Lampiran 7 : Kuisisioner
- Lampiran 8 : Formulir *Food Recall* 24 Jam
- Lampiran 9 : Tabulasi Data Hasil Wawancara
- Lampiran 10 : Hasil Uji Statistik *Chi Square* dan *Odd Rasio*
- Lampiran 11 : Lembar Konsultasi Pembimbing Utama
- Lampiran 12 : Lembar Konsultasi Pembimbing Pendamping
- Lampiran 13 : Dokumentasi Penelitian





## ABSTRAK

**Rinatun Nafiah. R1115080. 2017. Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kegemukan Pada Remaja Putri di SMA Boyolali. Program Studi D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.**

**Latar Belakang:** Kegemukan merupakan salah satu beban ganda masalah kesehatan di Indonesia. Penyebab kegemukan bersifat multi faktor, salah satunya konsumsi ASI. Pemberian ASI eksklusif pada 4 bulan pertama kehidupan akan berdampak kegemukan pada masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan ASI eksklusif dengan kegemukan pada remaja putri di SMA Boyolali.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Subjek penelitian adalah siswi SMA 1 Boyolali dan SMA 3 Boyolali yang mengalami kegemukan. Besar subjek adalah 35 siswi. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner yang telah terstandar dan formulir *food recall* 24 jam. Subjek diwawancarai terkait pemberian ASI eksklusif, riwayat genetik, asupan nutrisi, aktivitas fisik, kebiasaan tidur, gaya hidup dan kebiasaan, pendidikan dan pekerjaan ibu, serta stress menggunakan kuisioner tersebut. Selain itu untuk mengetahui asupan nutrisi dilakukan pengukuran konsumsi makan menggunakan *food recall* 24 jam. Data yang diperoleh dilakukan koding dan di analisis secara statistik menggunakan *SPSS 16.0* dengan uji *chi square* dilanjutkan *odd ratio* (OR) dengan tingkat kemaknaan 95%

**Hasil:** Dari 35 subjek penelitian 80% subjek tidak mendapatkan ASI eksklusif dan 20% subjek mendapatkan ASI eksklusif. Subjek yang mendapat ASI eksklusif 35,7% mengalami kegemukan dan 64,3% mengalami obesitas. Data dianalisis dengan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara konsumsi ASI eksklusif dan kegemukan pada remaja dengan *p-value* 0,032 ( $p < 0,05$ ) dan OR 10,8 (1,134-102,850). Pada faktor lain penyebab kegemukan diperoleh hasil uji statistik asupan nutrisi memiliki  $p=0,00$ , gaya hidup  $p=0,19$ , riwayat genetik  $p=0,728$ , aktivitas fisik  $p=0,982$ , kebiasaan tidur  $p=1,0$ , pendidikan ibu  $p=0,279$ , pekerjaan ibu  $p=0,132$ , stress OR=3,321

**Simpulan:** Terdapat hubungan bermakna antara ASI eksklusif, asupan nutrisi, gaya hidup, serta stress dengan kegemukan. Namun tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara genetik, aktivitas fisik, kebiasaan tidur, pendidikan ibu, dan pekerjaan ibu dengan kegemukan.

---

Kata kunci: Kegemukan, ASI Eksklusif, remaja putri

## ABSTRACT

Rinatun Nafiah. R1115080. **Correlation between Exclusive Breastfeeding and Obesity in Female Adolescents at Senior Secondary Schools of Boyolali** The Study Program of Diploma IV in Midwife Educator, the Faculty of Medicine, Sebelas Maret University, Surakarta, 2017.

**Background:** Obesity is one of the double burdens of health problems in Indonesia. It is due to multifactor causes, and one of which is breast milk consumption. Exclusive breastfeeding during the first four-months of life has an obesity impact on adolescence. The objective of this research was to investigate the correlation between the exclusive breastfeeding and the obesity in the female adolescents at Senior Secondary Schools of Boyolali.

**Method:** This research used the observational analytical method with the cross-sectional approach. Its samples were determined through the purposive sampling technique. Its subjects were the female students of State Senior Secondary School of Boyolali and State Senior Secondary School 3 of Boyolali who experienced obesity. They consisted of 35. The instruments to collect of the data of the research were standardized questionnaire and 24-hour food recall form. The subjects were interviewed in relation to exclusive breastfeeding, genetic history, nutrition intake, physical activities, sleeping habit, lifestyle and habits, mothers' educational backgrounds, mothers' occupations, and stress. In addition to investigating the quantity of nutrition intake, the 24-hour food recall was also done to measure the volume of food consumption. The collected data were coded and statistically analyzed by using the Chi Square Test aided with the computer program of SPSS 16.0 and then followed up with the odd ratio (OR) analysis at the significance level of 95%.

**Result:** Of 35 subjects of the research, 28 (80%) did not receive the exclusive breast milk, but the rest 7 (20%) received breast milk. 10 (64.3%) of the former did not have obesity, but the rest 18 (64.3%) had obesity. The result of the Chi square Test shows that there was a significant correlation between the breast milk consumption and the obesity in the female adolescents as indicated by the  $p\text{-value} = 0.032$  ( $p < 0.05$ ) and the  $OR = 10.8$  (1.134-102.850). Other factors contributing to the obesity based on the statistical test among others were nutrition intake with  $p=0.00$ , lifestyle  $p=0.19$ , genetic history with  $p=0.728$ , physical activities with  $p = 0.982$ , sleeping habits with  $p = 1.0$ , mothers' educational backgrounds with  $p = 0.279$ , occupations with  $p = 0.132$ , and stress with  $OR = 3.321$ .

**Conclusion:** There was a significant correlation of the exclusive breastfeeding, nutrition intake, lifestyle, and stress to the obesity, but there was not any correlation of the genetic history, physical activities, sleeping habits, mothers' educational backgrounds, mothers' occupations to the obesity

---

**Keywords:** Obesity, Exclusive breast milk, female adolescents

