



**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA ANAK 10-12  
TAHUN DI SD NEGERI NGABEYAN DAN SD NEGERI BANTIR**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**DELINA SEKAR DHARMASTUTI**

**NIM. 061191025**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2023**



**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA ANAK 10-12  
TAHUN DI SD NEGERI NGABEYAN DAN SD NEGERI BANTIR**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Gizi (S.Gz)

**Oleh :**

**DELINA SEKAR DHARMASTUTI**

**NIM. 061191025**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA USIA ANAK  
SEKOLAH DI SD N NGABEYAN DAN SD N BANTIR**

Oleh :

**DELINA SEKAR DHARMASTUTI**

**NIM. 061191025**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah  
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 24 Agustus 2023

**Pembimbing**



**Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi  
NIDN. 0603058501**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA ANAK 10-12  
TAHUN DI SD NEGERI NGABEYAN DAN SD NEGERI BANTIR**

Oleh:

**DELINA SEKAR DHARMASTUTI**

**NIM. 061191025**

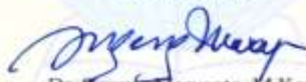
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi  
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 31 Agustus 2023

Tim Penguji:

**Ketua Penguji**



Dr. Sugereng Maryanto, M.Kes  
NIDN. 0025116210

**Anggota/Penguji I**



Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi  
NIDN. 0627038602

**Anggota/Penguji II**



Indri Mulyasari, S.Gz., M. Gizi  
NIDN. 0603058501

**Ketua Program Studi S1 Gizi**



Riva Mustika Anugrah, S. Gz., M.Gizi  
NIDN. 0627038602

**Dekan Fakultas Kesehatan**



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN. 0627038602

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Delina Sekar Dharmastuti  
NIM : 061191025  
Program Studi/Fakultas : S1 Gizi/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**Hubungan Asupan Karbohidrat dan Minuman Berpemanis dari Makanan Jajanan dengan IMT/U pada Anak 10-12 Tahun di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Indri Mulyasari, S.Gz., M. Gizi  
NIDN: 0603058501

Semarang, 31 Agustus 2023  
Yang Membuat Pernyataan,



Delina Sekar Dharmastuti

## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Delina Sekar Dharmastuti

NIM : 061191025

Program Studi : S1 Gizi

Menyatakan sumber kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/format-kan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul berjudul "**Hubungan Asupan Karbohidrat dan Minuman Berpemanis dari Makanan Jajanan dengan IMT/U pada Anak 10-12 Tahun di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir**" untuk kepentingan akademik.

Semarang, 31 Agustus 2023

Yang Membuat Pernyataan,

Delina Sekar Dharmastuti

## **RIWAYAT HIDUP PENELITI**

Nama : Delina Sekar Dharmastuti  
Tempat, tanggal lahir : Temanggung, 26 maret 2001  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Warga Negara : Indonesia  
Alamat : Secakran, Ngabeyan RT 06/RW 01 Kec. Candirotro,  
Kabupaten Temanggung  
Email : sekardelina@gmail.com  
No. HP : 085866950087

### **Riwayat Pendidikan :**

1. TK Dharma Wanita Ngabeyan : 2005 - 2007
2. SD Negeri Ngabeyan : 2007 -2013
3. SMP Remaja Parakan : 2013 - 2016
4. SMA Negeri 1 Candirotro : 2016 - 2019
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2019 – Sekarang

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan  
Skripsi, Agustus 2023  
Delina Sekar Dharmastuti  
061191025

**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA ANAK 10-12  
TAHUN DI SD NEGERI NGABEYAN DAN SD NEGERI BANTIR**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia 2022, *overweight* anak di Indonesia 3,5%. Penyebab utama dari obesitas adalah lebihnya asupan makan dibandingkan dengan energi yang digunakan.

**Tujuan :** mengetahui hubungan asupan karbohidrat dan minuman berpemanis dari makanan jajanan dengan IMT/U pada usia anak sekolah di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.

**Metode :** Desain penelitian ini analitik observasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini seluruh SD yang berada di Kecamatan Candiroto. Teknik pengambilan sampel *total sampling* yaitu 52 responden. Instrumen penelitian menggunakan, formulir *Repeat Recall 2 x 24 jam*, timbangan dan *microtoise*. Analisis data menggunakan *spearman rho* ( $\alpha=0,05$ ).

**Hasil :** Hasil asupan karbohidrat dari makanan jajanan responden mempunyai rata-rata 114,29 gram. Konsumsi minuman berpemanis dari makanan jajanan mempunyai rata-rata 209,04 kkal. IMT/U mempunyai rata-rata -0,1204. Tidak ada hubungan asupan karbohidrat, dan ada hubungan konsumsi minuman berpemanis dari makanan jajanan dengan IMT/U pada usia anak sekolah di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir ( $p=0,112$  ;  $p=0,001$ ).

**Kesimpulan :** Tidak ada hubungan asupan karbohidrat dari makanan jajanan dengan IMT/U pada usia anak sekolah di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir. Ada hubungan konsumsi minuman berpemanis dari makanan jajanan dengan IMT/U pada usia anak sekolah di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.

**Kata Kunci :** Karbohidrat, Minuman berpemanis, IMT/U, Status gizi



Ngudi Waluyo University  
Study Program of Nutrition, Faculty of Health  
Final Project, August 2023  
Delina Sekar Dharmastuti  
061191025

**HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN MINUMAN BERPEMANIS  
DARI MAKANAN JAJANAN DENGAN IMT/U PADA ANAK 10-12  
TAHUN DI SD NEGERI NGABEYAN DAN SD NEGERI BANTIR**

**ABSTRACT**

**Background:** Indonesia Nutritional Status Survey showed 2022 that, child overweight in Indonesia is 3.5%. The main cause of obesity is excess food intake compared to the energy used.

**Purpose :** Determine the relationship between intake of carbohydrates and sweetened drinks from snacks and BMI/U of school-age children at SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.

**Method :** The research design is observational analytic using a cross sectional approach. The population of this study were all elementary schools in Candirot District. The *total sampling* technique is 52 respondents. The research instrument used the *Repeat Recall form 2 x 24 hours*, scales and microtoise. Data analysis used *Spearman's rho* ( $\alpha=0.05$ ).

**Result :** The results of carbohydrate intake from the respondents' snacks have an average of 114.29 grams. Consumption of sweetened drinks from snacks has an average of 209.04 kcal. BMI/U has an average of -0.1204. There is no relationship between carbohydrate intake, and there is a relationship between consumption of sweetened drinks from snacks and BMI/U of school-age children at SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir ( $p=0.112$ ;  $p=0.001$ ).

**Conclusion:** There is no relationship between carbohydrate intake from street food and BMI/U in school-age children at SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir. There is a relationship between the consumption of sweetened drinks from snacks and BMI/U in school-aged children at SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.

**Keywords:** Carbohydrate, Sweetened drinks, BMI/U, Nutritional status

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan sebagai rasa hormat dan terimakasih kepada Allah SWT yang telah memudahkan hidup saya dan kedua orang tua saya tersayang yang sudah memberikan segala usahanya untuk kesuksesan saya

## **PRAKATA**

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman, islam dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Asupan Karbohidrat dan Minuman Berpemanis dari Makanan Jajanan dengan IMT/U pada Anak 10-12 Tahun di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir " sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan apabila tidak adanya dukungan, nasehat, bantuan, bimbingan dari berbagai pihak selama penyusunan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih serta rasa hormat kepada :

1. Prof. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan, Pembimbing Akademik dan dosen penguji I yang telah memberikan arahan, masukan, bimbingan serta saran selama perkuliahan dan selama penyusunan skripsi.
4. Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan arahan, bimbingan, masukan dan saran dalam penyusunan skripsi.
5. Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing skripsi dan dosen penguji II telah memberikan banyak bimbingan , kritikan, saran, masukan serta dukungan selama proses penyusunan Skripsi.

6. Seluruh Dosen Gizi Universitas Ngudi Waluyo yang telah membimbing saya selama menempuh pendidikan S1 Gizi.
7. Kepala Sekolah SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir yang telah mendukung serta mengizinkan pelaksanaan penelitian di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.
8. Orang tua saya tercinta ( Bapak Ruwadiyono dan Ibu Widiningsih) serta keluarga yang sangat berkontribusi telah menguatkan, memberikan dukungan secara material maupun motivasi, do'a dan semangat hingga terselesainya penyusunan Skripsi ini.
9. Teman-teman seperjuangan Gizi Angkatan 2019 yang saling menguatkan dan saling mendukung.
10. Kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Ungaran, Agustus 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL LUAR.....	1
SAMPUL DALAM.....	2
HALAMAN PERSETUJUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	4
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI .....	6
RIWAYAT HIDUP PENELITI.....	7
ABSTRAK.....	8
ABSTRACT.....	9
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	10
PRAKATA.....	11
DAFTAR ISI.....	13
DAFTAR GAMBAR .....	15
DAFTAR TABEL.....	16
DAFTAR LAMPIRAN .....	17
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Tujuan Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Manfaat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Anak Sekolah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Obesitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian Obesitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Cara Pengukuran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Klasifikasi pada Anak.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Asupan Karbohidrat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian Karbohidrat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Asupan Karbohidrat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

D. Minuman Berpemanis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pengertian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Asupan Gula .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Energi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Kebutuhan Karbohidrat dan Gula .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Cara Ukur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Kerangka Teori .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
I. Kerangka Konsep .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
J. Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Subjek Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Prosedur Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
F. Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
G. Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
H. Analisis Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Gambaran Umum .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Uji Univariat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Uji Bivariat.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Keterbatasan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Simpulan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Cara Memasang microtoise .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2.2 Bagian-bagian <i>microtoise</i> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2.3 Kerangka Teori.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Gambar 2.4 Kerangka Konsep.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1	Klasifikasi pada anak .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2.2	Rata-rata dan koefisien variasi dalam diri dan antara orang untuk asupan harian yang dipilih.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 2.3	<i>Willet</i> (1998).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Anak di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karbohidrat Total di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Energi Total di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.5	Asupan Karbohidrat dari Makanan Jajanan pada Anak 10-12 Tahun di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.6	Kategori Asupan Karbohidrat Makanan Jajanan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.7	Konsumsi Minuman Berpemanis dari Makanan Jajanan pada Anak 10-12 Tahun di SD Negeri Ngabeyan dan SD Negeri Bantir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.8	IMT/U pada Usia Anak Sekolah di SD N Ngabeyan dan SD N Bantir.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.9	Kategori IMT/U.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.10	Hubungan Asupan Karbohidrat dari Makanan Jajanan dengan IMT/U pada Usia Anak Sekolah	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.11	Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dari Makanan Jajanan dengan IMT/U pada Usia Anak Sekolah.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

- Lampiran 1. Surat Perizinan Pengumpulan Data **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2. Ethical Clearance Tingkat Universitas ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3. Jadwal Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4. Rincian Anggaran Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5. Form Penjelasan Kepada Responden ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6. Formulir Ketersediaan Menjadi Responden. **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7. Formulir Penyaringan.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8. Kuesioner Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9. Formulir Food Recall 24 Jam .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10. Hasil Output Data SPSS .....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11. Dokumentasi Proses Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**