

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN RINGAN DAN
CAMILAN TERHADAP STATUS GIZI PADA PENGEMUDI
BUS PT. GM JAKARTA JULI 2018**

SKRIPSI



Disusun oleh
MONICA PRAMANA
405150106

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TARUMANAGARA**

JAKARTA

2019

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN RINGAN DAN
CAMILAN TERHADAP STATUS GIZI PADA PENGEMUDI
BUS PT. GM JAKARTA JULI 2018**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Fakultas Kedokteran
Universitas Tarumanagara Jakarta**

Disusun oleh

MONICA PRAMANA

405150106

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TARUMANAGARA**

JAKARTA

2019

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, Monica Pramana, NIM: 405150106

Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul

Hubungan Konsumsi Minuman Ringan dan Camilan terhadap Status Gizi pada Pengemudi Bus PT. GM Jakarta Juli 2018.

Merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisma dan otoplagiarisme.

Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 17 Januari 2019

Monica Pramana

405150106

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Monica Pramana
NIM : 405150106
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Minuman Ringan dan Camilan terhadap Status Gizi pada Pengemudi Bus PT. GM Jakarta Juli 2018.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S. Ked.) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr.Idawati Karjadidjaja, MS, Sp.GK ()

Ketua Sidang : Dr. dr. Siufui Hendrawan, M.Biomed ()

Penguji 1 : dr. Alfianto Martin, Sp.PD ()

Penguji 2 : dr.Idawati Karjadidjaja, MS.Sp.GK ()

Mengetahui,

Dekan : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K) ()

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 17 Januari 2019

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran. Selama proses pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. dr. Idawati Karjadidjaja, MS.SpGK selaku pembimbing yang telah membantu seluruh rangkaian proses pembuatan skripsi, memberi saran dan nasihat sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
2. Segenap pimpinan dan pengemudi bus PT. GM yang telah bersedia memberikan izin dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
3. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan baik material maupun non material dalam proses pembuatan skripsi.
4. Teman – teman dan para sahabat yang telah mendukung, membantu dan memberi saran selama proses pembuatan skripsi.

Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 17 Januari 2019

Monica Pramana

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Monica Pramana

NIM : 405150106

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Konsumsi Minuman Ringan dan Camilan terhadap Status Gizi pada Pengemudi Bus PT. GM Jakarta Juli 2018.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 Januari 2019

Yang menyatakan,

(Monica Pramana)

405150106

ABSTRACT

The habit of consuming snacks and soft drinks is increasing, this is related to the development of marketing techniques. This habit has associated with increased Body Mass Index (BMI) and Waist Circumference (WC) in the form of overweight/obesity. Obesity is a health problem among bus drivers that ultimately causes cardiovascular disease, type 2 diabetes mellitus, osteoarthritis, and cancer. The purpose of this study is to determine the relationship of snacks and soft drinks with nutritional status by BMI and WC. This is an analytical study with cross sectional method conducted on 162 PT.GM bus drivers aged 21-61 years. Statistical analysis in this study used chi-square test. Results show that 76,5% respondents consume large amount of soft drinks and 61,7% respondents consume much snacks. Nutritional status of respondents based on Ministry of Health (MOH) of Indonesia, severe overweight 43,8%, mild overweight: 9,3%, normal: 41,4%, mild underweight: 1,9%, severe underweight: 3,7%. Nutritional status based on WHO Asia-Pacific, obesity: 50%, overweight 21%, normal: 24,1%, underweight: 4,9%. Nutritional status based on WC, central obesity: 53,4%. There is no relationship between soft drinks intake with nutritional status based on MOH of Indonesia (p-value 0,903, PR 1,054), nutritional status based on WHO Asia-Pacific (p-value 0,302, PR 1,152), central obesity (p-value 0,749, PR 1,088) and the results of the study between relationship of snacks intake with nutritional status based on MOH of Indonesian (p-value 0,452, PR 0,866), nutritional status based on WHO Asia-Pacific (p-value 1,000, PR 0,993) and central obesity (p-value 0,998, PR 0,975) also do not show any relationship.

Keywords: bus drivers, soft drinks, snacks, overweight, obesity.

ABSTRAK

Kebiasaan mengonsumsi camilan dan minuman ringan semakin meningkat, hal ini dikaitkan dengan perkembangan teknik pemasaran yang semakin maju menyebabkan meningkatnya kebiasaan konsumsi minuman ringan dan camilan. Kebiasaan ini dikaitkan dengan meningkatnya Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Pinggang (LP) berupa kegemukan/obesitas. Obesitas merupakan masalah kesehatan pada kalangan pengemudi bus yang akhirnya menyebabkan penyakit kardiovaskular, diabetes melitus tipe 2, osteoarthritis, dan kanker. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara asupan camilan dan minuman ringan terhadap status gizi berupa IMT dan LP. Penelitian ini merupakan studi analitik dengan metode *cross sectional* yang dilakukan terhadap 162 pengemudi bus PT GM yang berusia 21-61 tahun. Analisis statistik dalam penelitian menggunakan uji *chi-square*. Hasil menunjukkan responden dalam jumlah banyak mengonsumsi minuman ringan sebanyak 76,5% dan camilan sebanyak 61,7%. Status gizi responden berdasarkan IMT klasifikasi Depkes RI, gemuk berat: 43,8%, gemuk ringan: 9,3%, normal: 41,4%, kurus ringan: 1,9%, kurus: 3,7%. Status gizi berdasarkan IMT klasifikasi WHO Asia-Pasific, obesitas: 50%, gemuk: 21%, normal: 24,1% dan kurus: 4,9%. Status gizi berdasarkan LP, obesitas sentral 53,4%. Tidak terdapat hubungan antara asupan minuman ringan terhadap status gizi berdasarkan IMT Depkes RI (*p-value* 0,903 ,PR 1,054), status gizi berdasarkan IMT WHO Asia Pasific (*p-value* 0,302, PR 1,152) dan obesitas sentral (*p-value* 0,749, PR 1,088) dan hasil penelitian antara hubungan asupan camilan terhadap status gizi berdasarkan Depkes RI (*p-value* 0,452, PR 0,866), status gizi berdasarkan WHO Asia Pasific (*p-value* 1,000 , PR 0,993) dan obesitas sentral (*p-value* 0,998, PR 0,975) juga tidak menunjukkan adanya hubungan.

Kata kunci: pengemudi bus, minuman ringan, camilan, kegemukan, obesitas

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH ..	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.2.1 Pernyataan Masalah.....	3
1.2.2 Pertanyaan Masalah	3
1.3 Hipotesis Penelitian.....	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.4.1 Tujuan Umum.....	3
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Bagi Responden.....	4
1.5.2 Bagi Institusi Pendidik.....	4
1.5.3 Bagi Peneliti	4
2. TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Penelusuran Literatur	5
2.1.1 Status Gizi Berdasarkan IMT	5
2.1.1.1 Cara memperoleh Indeks Massa Tubuh (IMT)	5
2.1.1.2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT)	6
2.1.2 Status Gizi Berdasarkan LP	7
2.1.2.1 Cara mengukur Lingkar pinggang	8
2.1.2.2 Klasifikasi Lingkar pinggang	8
2.1.3 <i>Overweight</i> dan obesitas	9
2.1.3.1 Penyebab <i>overweight</i> dan obesitas.....	10
2.1.3.2 Penilaian <i>overweight</i> dan obesitas.....	12
2.1.3.3 Risiko kesehatan akibat obesitas	13
2.1.4 Minuman ringan atau <i>soft drink</i>	13
2.1.4.1 Klasifikasi minuman ringan	14
2.1.4.2 Bahan yang dikandung minuman ringan.....	15
2.1.4.3 Hubungan minuman ringan atau <i>soft drink</i> terhadap kesehatan ..	17
2.1.5 Camilan atau <i>snack</i>	18
2.1.5.1 Nutrisi dalam Camilan	19
2.1.5.2 Hubungan Camilan atau <i>snack</i> dengan kesehatan.....	19

2.1.6	Faktor yang mempengaruhi konsumsi Camilan dan minuman ringan.....	20
2.1.7	Pengemudi bus	21
2.2	Kerangka Teori.....	23
2.3	Kerangka konsep	24
3.	METODE PENELITIAN	25
3.1	Desain Penelitian.....	25
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.4	Perkiraan Besar Sampel	25
3.5	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	26
3.6	Cara Kerja Penelitian	26
3.7	Variabel Penelitian	27
3.8	Instrumen Penelitian.....	27
3.9	Definisi Operasional.....	27
3.10	Pengumpulan Data	29
3.11	Analisis Data	29
3.12	Alur Penelitian	29
4.	HASIL PENELITIAN	30
4.1	Karakteristik Responden	30
4.2	Kebiasaan Pola Makan dan Gaya Hidup.....	31
4.3	Status Gizi Responden	31
4.4	Asupan Minuman Ringan dan Camilan Responden	32
4.5	Hubungan Asupan Minuman Ringan terhadap Status Gizi	33
4.6	Hubungan Asupan Camilan terhadap Status Gizi	35
5.	PEMBAHASAN	37
5.1	Karakteristik Responden	37
5.2	Kebiasaan Pola Makan dan Gaya Hidup.....	37
5.3	Status Gizi Responden	38
5.4	Asupan Minuman Ringan dan Camilan Responden	39
5.5	Hubungan Asupan Minuman Ringan terhadap Status Gizi	39
5.6	Hubungan Asupan Camilan terhadap Status Gizi	40
5.7	Keterbatasan Penelitian.....	41
6.	KESIMPULAN DAN SARAN	42
6.1	Kesimpulan	42
6.2	Saran.....	42
	DAFTAR PUSTAKA	44
	LAMPIRAN.....	50
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP	58

DAFTAR TABEL

2.1	Klasifikasi IMT berdasarkan NIH	6
2.2	Klasifikasi IMT berdasarkan WHO Asia Pasific	7
2.3	Klasifikasi IMT di Indonesia	7
2.4	Klasifikasi Lingkar Pinggang berdasarkan WHO Asia Pasific.....	8
2.5	Rekomendasi gabungan indeks massa tubuh dan lingkar pinggang titik potong dibuat untuk kelebihan berat badan atau obesitas, dan berasosiasi dengan risiko penyakit	9
2.6	Klasifikasi minuman ringan bergula	14
3.9	Definisi Operasional.....	27
4.1	Karakteristik Responden	30
4.2	Kebiasaan Pola Makan dan Gaya Hidup Responden	31
4.3	Status Gizi Responden	32
4.4	Asupan Minuman Ringan dan Camilan Responden	33
4.5.1	Hubungan Asupan Minuman Ringan terhadap Status Gizi berdasarkan IMT kategori Depkes RI	34
4.5.2	Hubungan Asupan Minuman Ringan terhadap Status Gizi kategori WHO Asia Pasific.....	34
4.5.3	Hubungan Asupan Minuman Ringan terhadap Obesitas Sentral	35
4.6.1	Hubungan Asupan Camilan terhadap Status Gizi berdasarkan IMT kategori Depkes RI.....	35
4.6.2	Hubungan Asupan Camilan terhadap Status Gizi kategori WHO Asia Pasific.....	36
4.6.3	Hubungan Asupan Camilan terhadap Obesitas Sentral	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Komplikasi dari obesitas	13
------------	--------------------------------	----

DAFTAR SINGKATAN

BB	Berat Badan
CCK	<i>Cholecystokinin</i>
IMT	Indeks Massa Tubuh
LP	Lingkar Pinggang
NIH	<i>National Institute of Health</i>
NRF	<i>Nutrient Rich Food</i>
TB	Tinggi Badan
WHO	<i>World Health Organization</i>
Depkes RI	Departemen Kesehatan Republik Indonesia
MOH	<i>Ministry Of Health</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i>	50
Lampiran 2. Identitas Responden dan data Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang.....	52
Lampiran 3. FFQ (<i>Food Frequency Quesioner</i>) Makanan camilan dan minuman ringan	53
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian	56