PENGARUH PAPARAN MEDIA SOSIAL TERHADAP RISIKO OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI KOTA PAREPARE

HILYATUL AULIA

SKRIPSI

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Kesehatan Masyarakat

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PAREPARE
2025

LEMBAR PENGESAHAN

Judul	:	Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Risiko Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Di Kota Parepare
Nama	:	Hilyatul Aulia
NIM	:	221240027
Program Studi	:	Kesehatan Masyarakat
Konsentrasi	:	Epidemiologi
Fakultas	:	Ilmu Kesehatan

Menyetujui,

Haniarti, S.Si., Apt., M. Kes	**Sukmawati Thasim, S.Gz., M.Kes**
Pembimbing I	**Pembimbing II**

Mengetahui :

Dekan	**Ketua Program Studi**
Fakultas Ilmu Kesehatan	**Kesehatan Masyarakat**
Haniarti, S.Si, Apt, M.Kes	**Dr. Rahmi Amir, S.Si, M.Kes**
NBM. 865740	**NBM. 888893**

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Hilyatul Aulia, NIM. 221240027 diterima oleh panitia ujian tutup skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare (FIKES UMPAR) SK Nomor. 167/SK.FIKES/II.3.AU/D/2025, bertepatan dengan tanggal 07 Juli 2025 untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M) yang di pertahankan didepan penguji pada Hari Jum'at 29 Agustus 2025.

PANITIA UJIAN

1. Ketua : Dr. Rahmi Amir, S.Si., M.Kes ( )
2. Sekertaris : Fitriani Umar, SKM., M.Kes ( )

PENGUJI UJIAN

1. Haniarti, S.Si., Apt., M. Kes ( )
2. Sukmawati Thasim, S.Gz., M.Kes ( )
3. Fitriani Umar, SKM., M.Kes ( )
4. Nurlinda, SKM., M.Kes ( )

Disahkan Oleh :	**Mengetahui :**
Fakultas Ilmu Kesehatan	**Ketua Program Studi**
Dekan	**Kesehatan Masyarakat**
Haniarti, S.Si, Apt, M.Kes	**Dr. Rahmi Amir, S.Si, M.Kes**
NBM. 865740	**NBM. 888893**

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Hilyatul Aulia
NIM	: 221240027
Konsentrasi	: Epidemiologi
Program Studi	: Kesehatan Masyarakat
Fakultas	: Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa :

1. Skripsi yang berjudul "Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Risiko Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Di Kota Parepare" merupakan hasil penelitian, pemikiran dan pemaparan asli dari saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain, semua sumber data dan informasi telah jelas dan dapat diperiksa kebenarannya.
2. Apabila dikemudian hari terbukti dan terdapat tiruan hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Parepare, 28 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Hilyatul Aulia

ABSTRAK

Meningkatnya penggunaan media sosial pada anak usia sekolah berpotensi mempengaruhi kebiasaan makan, pola konsumsi, dan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh paparan media sosial terhadap kebiasaan makan serta pengaruh kebiasaan makan terhadap risiko obesitas pada siswa sekolah dasar. Penelitian dilakukan di SD Negeri 85 Parepare pada bulan April–Agustus 2025 dengan melibatkan 131 siswa khususnya kelas IV dan V. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori paparan media sosial rendah (78,6%), menggunakan TikTok dan YouTube sebagai media utama (85,5%), serta memiliki pola konsumsi kurang (97,7%). Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (48,9%), namun masih terdapat anak dengan gizi kurang (25,2%) dan gizi lebih (26,0%), yang menunjukkan adanya masalah gizi ganda. Uji bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara paparan media sosial dengan kebiasaan makan anak ($p = 0,261$), maupun antara pola makan dengan status gizi anak ($p = 0,297$). Kesimpulan penelitian ini adalah paparan media sosial dan kebiasaan makan tidak berhubungan signifikan dengan status gizi maupun risiko obesitas pada siswa. Oleh karena itu, diperlukan peran sekolah, guru, dan orang tua dalam meningkatkan edukasi gizi, pengawasan konsumsi makanan anak, serta pembiasaan pola hidup sehat untuk menjaga status gizi anak.

Kata kunci: media sosial, kebiasaan makan, pola konsumsi, status gizi, obesitas anak

ABSTRACT

Increasing social media use in children age school influences potentially eating habits, consumption pattern, and nutritional status.This research aims to analyze the influence of social media exposure towards eating habits for elementary students conducted at SD Negeri 85 Parepare in April–August 2025 involved 131 students especially grade IV and V. This study used a quantitative method with a cross-sectional design . The sampling technique used total sampling. Data was collected through a questionnaire and observation, then analyzed by using the Chi-Square test at the level significance α = 0.05. Research results shows that most of the respondents were in the low category social media exposure (78.6%), using TikTok and YouTube as main media (85.5%), as well as less pattern consumption (97.7%). Most of the respondents have normal nutritional status (48.9%), but there were still children with less nutrition (25.2%) and excess nutrition (26.0%), which shows the existence of double nutrition. A bivariate test showed that there is no connection significant between social media exposure with children eating habits (p = 0.261), as well as between eating pattern and children nutritional status (p = 0.297). Research conclusion was social media exm mposure and eating habits has no relationship significantly with nutritional status and risk obesity of students. Therefore, it was needed necessary role of schools, teachers, and parents in increasing education nutrition, supervision of students food consumption, and habituation healthy life pattern for maintaining child nutritional status.

Keywords : *social media, habits eating, pattern consumption, nutritional status, child obesity*

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Kota Parepare pada tanggal 20 April 2003. Merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan bapak Mukhtar, S.P., S.E dan ibu Khadijah, S.Pd. Penulis mengawali pendidikan sekolah dasar di SD Negeri 56 Kota Parepare dinyatakan lulus pada tahun 2015 pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 8 Kota Parepare hingga dinyatakan lulus pada tahun 2018 penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan di SMK Negeri 3 Kota Parepare dan dinyatakan lulus pada tahun 2021 dan pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan jenjang strata-1 (S1) di Universitas Muhammadiyah Parepare Fakultas Ilmu Kesehatan pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Konsentrasi Epidemiologi dengan status mahasiswa baru. Selama masa studinya penulis aktif terlibat dalam berbagai organisasi kampus, diantaranya organisasi Sekretaris Pimpinan Komisariat Ibnu Sina Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, penulis telah mengikuti tingkat pengkaderan di Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah Kota Parepare yaitu Darul Arqam Dasar dan organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan. Pada tahun 2023 penulis mengikuti Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Dengan mengucapkan Alhamdulillah Rabbil Alamin, segala kemuliaan ilmu pengetahuan, dan kebenaran berpikir serta bertindak hanyalah milik Allah Subhanahu Wata'ala, sedangkan milik penulis hanyalah kekeliruan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis memohon maaf dengan setulus hati apabila terdapat kekurangan dan kesalahan penulis dalam penelitian dengan judul "Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Risiko Obesitas Anak Sekolah Dasar Di Kota Parepare". Skripsi ini tersusun atas sumbangsih dari berbagai pihak terkait.

Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus tulusnya kepada :

1. Surgaku, Ibunda Khadijah, S.Pd. Terima kasih atas kepercayaan yang diberikan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan kuliah. Engkau adalah cahaya dalam setiap langkah penulis, doa dalam setiap nafas penulis, dan kekuatan di setiap perjuangan penulis. Tanpa lelah, engkau curahkan kasih sayang, pengorbanan, dan ketulusan yang tiada batas, menjadikan penulis seperti hari ini. Skripsi ini bukan hanya tentang pencapaian penulis, tetapi juga tentang perjuangan ibunda yang tak terlihat, doa-doa ibunda yang selalu menyertai penulis, dan cinta tanpa syarat yang ibunda berikan sejak penulis lahir. Segala yang penulis raih adalah cerminan dari ketulusan dan kekuatan ibunda. Terima kasih, Ibu. Semoga suatu hari penulis bisa membalas meski takkan pernah sebanding dengan semua yang telah ibunda berikan.
2. Cinta pertamaku Ayahanda Muhktar, S.P., S.E. Terima kasih atas doa, nasihat, dan kasih sayang yang selalu engkau berikan. Kehilangan peran ayahanda sebagai ayah telah menjadi perjalanan yang penuh pembelajaran bagi

penulis. Dari situ, penulis belajar tentang pendewasaan, kesabaran, dan arti menerima keadaan. Meskipun tanpa bimbingan langsung dari ayahanda, penulis berusaha untuk terus maju dan menjadi pribadi yang lebih kuat. Skripsi ini adalah bukti bahwa penulis terus berjuang dan berkembang, sebagaimana yang dulu selalu engkau harapkan.

3. Kakakku dan adikku tercinta Muhammad Almuqtadir, S.T dan Muhammad Ar-Royyan terimakasih atas segala motivasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Haniarti, S.Si., Apt., M.Kes selaku dosen pembimbing I sekaligus Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare, yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Sukmawati Thasim, S.Gz., M. Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi.
6. Ibu Fitriani Umar, SKM., M. Kes selaku Dosen penguji I yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi.
7. Ibu Nurlinda, SKM., M. Kes selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi.
8. Civitas Akademika Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare yang telah memberikan arahan, masukan dan motivasi.
9. Sahabat-sahabatku Hikma, Zabila, Atika, Aldi, dan Rainer yang selalu membersamai, memberikan dukungan, menjadi tempat berargumen maupun tempat menyegarkan pikiran dan memberikan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

10. Seluruh pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan skripsi.
11. Terakhir tidak lupa kepada diri saya sendiri. Meskipun memiliki latar belakang keluarga yang tidak sempurna, terima kasih Hilyatul Aulia sudah memilih untuk bertahan, mau berjuang untuk tetap ada hingga saat ini, serta menjadi perempuan yang kuat dan ikhlas atas segala perjalanan hidup yang mengecewakan dan menyakitkan itu. Bagaimanapun kehidupanmu selanjutnya, hargai dirimu, rayakan dirimu, berbahagialah atas segala proses yang berhasil dilalui untuk masa depan yang lebih baik dan cerah.

Akhir kata, dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga Allah Subahana Wa Ta'ala selalu melimpahkan karunia-Nya. Dengan segala kerendahan hati penulis memohon maaf jika dalam skripsi ini terdapat kesalahan dan mempunyai kekurangan, serta penulis senantiasa mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan dan kelancaran penelitian.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Parepare, 28 Agustus 2025



Hilyatul Aulia

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN SAMPUL ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
PENGESAHAN SKRIPSI ..... **iv**
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Khusus 3
D. Manfaat Penelitian 3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **4**
A. Kajian Pustaka 4
B. Kerangka Teori 13
C. Kerangka Pikir 13
D. Hipotesis 14
BAB III METODE PENELITIAN **15**
A. Jenis Penelitian 15
B. Tempat dan Waktu Penelitian 15
C. Desain Penelitian 15

D. Populasi dan Sampel 15
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian 15
F. Instrumen Penelitian.....16
G. Teknik Pengumpulan Data 16
H. Sumber Data.....17
I. Teknik Analisis Data.....17

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN...19
A. Gambaran Umum 19
B. Hasil Penelitian 20
C. Pembahasan.....29

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....33
A. Kesimpulan 33
B. Saran 33
DAFTAR PUSTAKA 34
LAMPIRAN.....39

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1 Kerangka Teori..... 13
Gambar 2 Kerangka Pikir..... 13
Gambar 3 Pembagian kuesioner kepada siswa kelas 4 dan 5 51

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin Responden..... 20
Tabel 2 Distribusi Paparan Media Sosial Anak 21
Tabel 3 Distribusi Pola Makan Terhadap Kebiasaan Makan Anak 24
Tabel 4 Distribusi Persepsi dan Kebiasaan Makan Anak 24
Tabel 5 Distribusi Satus Gizi Anak Berdasarkan IMT/U 25
Tabel 6 Distribusi Pola Konsumsi Makan Anak..... 26
Tabel 7 Hubungan Paparan Media Sosial Terhadap Kebiasaan Makan pada Anak..... 27
Tabel 8 Hubungan Antara Pengaruh Kebiasaan Makan Anak Terhadap Risiko Obesitas pada Anak 28

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian 40
Lampiran 2 Kuesioner *Food Frequency* 44
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 46
Lampiran 4 Analisis Univariat 47
Lampiran 5 Analisis Bivariat 48
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian 50