

**GAMBARAN TINGKAT PENDAPATAN ORANG TUA DAN
PENGETAHUAN TENTANG POLA MAKAN
DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**

KARYA TULIS ILMIAH



**RUTH NOVASARI AMBARITA
P01031122135**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPULBIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

**GAMBARAN TINGKAT PENDAPATAN ORANG TUA DAN
PENGETAHUAN TENTANG POLA MAKAN
DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**

Karya Tulis Ilmiah di ajukan sebagai salah satu syarat untuk
menyelesaikan Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Kemenkes
Medan



**RUTH NOVASARI AMBARITA
P01031122135**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPULBIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI DIPLOMA III
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Gambaran Tingkat Pendapatan Orang Tua
Dan Pengetahuan Tentang Pola Makan di
SMP Negeri 2 Lubuk Pakam

Nama Mahasiswa : Ruth Novasari Ambarita

Nim : P01031122135

Program Studi : Diploma III

Menyetujui:



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M. Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Ginta Siahaan, DCN, M. Kes
Anggota Penguji



Mincu Manalu, S. Gz, M. Kes
Anggota Penguji

Mengetahui :

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M. Kes
NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : 8 Agustus 2025

ABSTRAK

RUTH NOVASARI AMBARITA “GAMBARAN TINGKAT PENDAPATAN ORANG TUA DAN PENGETAHUAN TENTANG POLA MAKAN DI SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM” (DIBAWAH BIMBINGAN ZURAIDAH NASUTION)

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap masalah gizi karena kebutuhan nutrisi yang tinggi namun sering kali tidak diimbangi dengan pola makan yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pendapatan orang tua dan pengetahuan tentang pola makan siswa di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan rancangan cross-sectional. Sampel berjumlah 93 siswa yang dipilih secara random sampling dari kelas VII dan VIII. Data dikumpulkan menggunakan formulir dan kusioner mengenai pendapatan orang tua dan pengetahuan pola makan, lalu dianalisis secara univariat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki orang tua dengan pendapatan kategori sedang (54,83%) diikuti sangat tinggi (10,75%), tinggi (20,43%) dan rendah (13,97%) sementara tingkat pengetahuan tentang pola makan sebagian besar berada pada kategori cukup (80,64%), diikuti oleh kategori kurang (12,90%) dan baik (6,45%).

Diharapkan, siswa yang berada pada usia remaja yang sebagian besar sudah memiliki pengetahuan yang cukup, seharusnya mulai membentuk kebiasaan makan yang sehat. Disarankan adanya upaya edukatif dari sekolah dan keluarga untuk meningkatkan literasi gizi demi mendukung tumbuh kembang remaja yang optimal.

Kata kunci: Pendapatan orang tua, Pengetahuan, Pola makan, Remaja, SMP

ABSTRACT

RUTH NOVASARI AMBARITA "DESCRIPTION OF PARENTAL INCOME LEVEL AND KNOWLEDGE OF DIETARY PATTERNS AT SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM" (CONSULTANT: ZURAI DAH NASUTION)

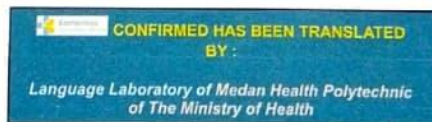
Adolescents are an age group vulnerable to nutritional problems due to high nutritional needs often not balanced with appropriate dietary patterns. This study aimed to describe the parental income level and knowledge of dietary patterns among students at SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

This research was a descriptive quantitative study with a cross-sectional design. The sample consisted of 93 students, randomly selected from grades VII and VIII. Data were collected using forms and questionnaires regarding parental income and dietary knowledge, then analyzed univariately.

The results showed that most respondents had parents with moderate income (54.83%), followed by very high (10.75%), high (20.43%), and low (13.97%) income categories. Meanwhile, the level of knowledge about dietary patterns was mostly in the sufficient category (80.64%), followed by poor (12.90%) and good (6.45%) categories.

It is expected that adolescents, most of whom already possess sufficient knowledge, should begin to form healthy eating habits. Educational efforts from schools and families are recommended to improve nutritional literacy to support optimal adolescent growth and development.

Keywords: Parental income, Knowledge, Dietary patterns, Adolescents, Junior high school



9

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas melimpahnya berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Gambaran Tingkat Pendapatan Orang Tua Dan Pengetahuan Tentang Pola Makan Di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam”**.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka Penulis menyampaikan Terima Kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina, MCN, M.kes, selaku Ketua Program Studi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Medan.
3. Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan saran dan motivasi.
4. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku anggota penguji yang telah banyak memberi saran dan motivasi.
5. Mincu Manalu S. Gz, M.Kes selaku anggota penguji yang telah banyak memberi saran dan motivasi.
6. Kepala Sekolah dan Guru SMP N 2 Lubuk Pakam yang telah memberikan izin, waktu, serta kesempatan untuk melakukan penelitian di lingkungan sekolah
7. Polmer Ambarita dan Megawati Butar-butar selaku orang tua saya yang telah memberi banyak dukungan dan doa selama menempuh pendidikan hingga dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini belum sempurna. Namun demikian semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah	1
C. Tujuan penelitian	4
D. Manfaat penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Remaja	5
B. Pengetahuan	7
C. Pendapat orang tua	9
D. Pola Makan	11
E. Kerangka konsep	13
F. Definisi Operasional.....	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Lokasi dan waktu penelitian.....	16
B. Jenis penelitian dan rancangan penelitian	16
C. Populasi dan sampel	16
D. Jenis data dan cara pengumpulan data.....	19
E. Pengolahan dan Analisis Data	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	21
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	21
B. Gambaran Umum Karakteristik Sampel.....	21
C. Pengetahuan Tentang Pola Makan.....	23
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	27

A. Kesimpulan.....	27
B. Saran... ..	27
DAFTAR PUSTAKA.....	28
LAMPIRAN	30

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Defenisi Operasional	14
Tabel 2. Penentuan Jumlah Sampel	17
Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan Umur.....	22
Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan Jenis kelamin.....	23
Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan pendapatan orang tua.....	24
Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan pengetahuan pola makan ...	25

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	13
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Peneltian.....	30
Lampiran 2 : Surat Telah Melakukan Penelitian.....	31
Lampiran 3 : Surat Ethical Clearance.....	32
Lampiran 4 : Master Tabel.....	35
Lampiran 5 : Formulir Tingkat Pendapatan Orang Tua.....	40
Lampiran 6 : Kusioner Pengetahuan Pola Makan.....	42
Lampiran 7 : Kunci Jawaban Pengetahuan Pola Makan.....	50
Lampiran 8 : Lembar Bimbingan.....	52
Lampiran 9 : Pernyataan Keaslian KTI.....	54
Lampiran 10 : Daftar Riwayat Hidup.....	55
Lampiran 11 : Dokumentasi Penelitian.....	56

