

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN
KONSUMSI MAKANAN JAJANAN SISWA
SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**

KARYA TULIS ILMIAH



**JESIKA BR SINURAYA
P01031122074**

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

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN
KONSUMSI MAKANAN JAJANAN SISWA
SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan
Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**JESIKA BR SINURAYA
P01031122074**

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

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan
Konsumsi Makanan Jajanan Siswa SMP
Negeri 2 Lubuk Pakam
Nama Mahasiswa : Jesika Br Sinuraya
Nomor Induk Mahasiswa : P01031122074
Program Studi : Diploma III

Menyetujui :



Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM
Anggota Penguji



Mincu Manalu S. Gz, M.Kes
Anggota Penguji

Mengetahui
Ketua Jurusan



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

Tanggal Lulus : 08 Agustus 2025

ABSTRAK

JESIKA BR SINURAYA “**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN KONSUMSI MAKANAN JAJANAN SISWA SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM**” (DIBAWAH BIMBINGAN ZURAIDAH NASUTION).

Makanan jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sering dikonsumsi oleh siswa sekolah, terutama saat waktu istirahat. Namun, tidak semua makanan jajanan yang dikonsumsi memenuhi standar kebersihan dan kandungan gizi yang baik, sehingga dapat memengaruhi kesehatan dan status gizi siswa. Pengetahuan siswa mengenai makanan jajanan berperan penting dalam menentukan pilihan jajanan yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan frekuensi konsumsi makanan jajanan siswa SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Penelitian yang bersifat deskriptif kuantitatif, ini dilakukan pada bulan Mei 2025 di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Sampel berjumlah 93 siswa yang dipilih secara acak (random sampling). Data dikumpulkan melalui kuesioner tingkat pengetahuan dan Food Frequency Questionnaire (FFQ) konsumsi jajanan. Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 49,5% siswa memiliki tingkat pengetahuan baik, 32,3% cukup, dan 18,3% kurang. Sementara itu, frekuensi konsumsi makanan jajanan tergolong jarang pada 59,2% siswa, sering dan kadang-kadang masing-masing sebesar 20,4%. Jenis makanan jajanan yang paling sering dikonsumsi antara lain stik kentang, sempol, dan risol. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan konsumsi makanan jajanan yang tergolong jarang. Diperlukan edukasi yang berkelanjutan untuk mendorong pemilihan jajanan yang lebih sehat dan aman.

Kata kunci: makanan jajanan, tingkat pengetahuan, frekuensi konsumsi, siswa SMP

ABSTRACT

JESIKA BR SINURAYA "AN OVERVIEW OF THE KNOWLEDGE LEVEL AND CONSUMPTION OF SNACK FOODS AMONG STUDENTS OF SMP NEGERI 2 LUBUK PAKAM" (CONSULTANT: ZURAIDAH NASUTION).

Snack foods are one type of food frequently consumed by school students, especially during break times. However, not all consumed snack foods meet good hygiene and nutritional content standards, which can affect students' health and nutritional status. Students' knowledge regarding snack foods plays a crucial role in determining healthy snack choices. This study aims to determine the overview of the knowledge level and the frequency of snack food consumption among students of SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. This quantitative descriptive research was conducted in May 2025 at SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. The sample consisted of 93 students selected by random sampling. Data were collected through a knowledge level questionnaire and a Food Frequency Questionnaire (FFQ) for snack consumption. Data analysis was performed univariately and presented in the form of frequency distributions and percentages. The results showed that 49.5% of students had a good level of knowledge, 32.3% had a sufficient level, and 18.3% had a poor level. Meanwhile, the frequency of snack food consumption was classified as infrequent for 59.2% of students, while frequent and occasional consumption were each recorded at 20.4%. The most frequently consumed types of snack foods included potato sticks, *sempol*, and *risol*. It can be concluded that most students have a good level of knowledge and an infrequent consumption of snack foods. Continuous education was needed to encourage the selection of healthier and safer snacks.

Keywords: Snack Foods, Knowledge Level, Consumption Frequency, Junior High School Students



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas Berkah dan Anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “**Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Konsumsi Makanan Jajanan Siswa SMP Negeri 2 Lubuk Pakam**”.

Dalam penulisan 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 Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes selaku Dosen Pembimbing saya yang telah memberikan saran, petunjuk dan pengetahuan yang sangat berharga sampai selesainya Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Dr.Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Mincu Manalu S.Gz, M.Kes selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Ruslyn Sinuraya dan Ibu Juliani Br Tarigan selaku orangtua yang telah memberikan semangat, dukungan, perhatian dan doa selama menempuh pendidikan hingga dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Pratu Daryatmo Sinuraya selaku abang, Anggel Lina Br Sinuraya selaku adik, dan Rebecca Miryam Br Ginting, A.Md selaku kakak yang telah memberikan dukungan, semangat dan doa.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran positif guna perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terimakasih.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	3
1. Bagi Peneliti	3
2. Bagi Instansi Terkait	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Makanan Jajanan	4
1. Pengertian Makanan Jajanan	4
2. Jenis – jenis Makanan Jajanan	4
3. Makanan Jajanan yang Sehat dan Aman	5
4. Dampak Positif dan Negatif Makanan Jajanan	6
a. Dampak positif	6
b. Dampak negatif	7
5. Bahan Tambahan Makanan Berbahaya	7
6. Fungsi Makanan Jajanan	8
7. Indikator Makanan Jajanan	9
8. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Keamanan Makanan Jajanan	12
B. Pengetahuan	13
1. Defenisi Pengetahuan	13
2. Pengetahuan Mengenai Makanan Jajanan	13
3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Makanan Jajanan	14
4. Tingkat Pengetahuan	15
5. Pentingnya Pengetahuan Tentang Makanan Jajanan	16

C.	Kerangka Konsep.....	16
D.	Defenisi Operasional.....	17
BAB III	METODE PENELITIAN.....	18
A.	Lokasi Dan Waktu Penelitian	18
B.	Jenis Dan Rancangan Penelitian	18
C.	Populasi Dan Sampel.....	18
1.	Populasi	18
2.	Sampel.....	18
D.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
1.	Jenis Data	20
a.	Data Primer.....	20
2.	Cara Pengumpulan Data.....	20
b.	Data sekunder.....	21
E.	Pengolahan dan Analisis.....	22
1.	Pengolahan Data	22
a.	Data Pengetahuan	22
b.	Konsumsi makanan jajanan	23
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	24
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	24
B.	Karakteristik	25
1.	Umur	25
2.	Jenis kelamin	26
C.	Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Makanan Jajanan .	26
D.	Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan	27
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	31
A.	Kesimpulan	31
B.	Saran	31
DAFTAR PUSTAKA		32

DAFTAR TABEL

No		Halaman
1.	Defenisi Operasional	17
2.	Penentuan Jumlah Sampel	19
3.	Distribusi Umur Responden	25
4.	Distribusi Jenis Kelamin Responden	26
5.	Distribusi Responden Berdasarkan Katagori Tingkat Pengetahuan Makanan Jajanan	26
6.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Katagori Konsumsi Makanan Jajanan	27
7.	Rata-rata Konsumsi Jenis Makanan Jajanan	29

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Kerangka Konsep	16

DAFTAR LAMPIRAN

No		Halaman
1.	Surat Izin Penelitian.....	36
2.	Surat Balasan Penelitian	37
3.	Karakteristik Responden	38
4.	Karakteristik Pengetahuan Dan Frekuensi Konsumsi	40
5.	Master Data	41
6.	Jenis Makanan Jajanan Yang Sering Dikonsumsi.....	44
7.	Rata-Rata Konsumsi Jenis Makanan Jajanan Siswa	47
8.	Kuesioner Tingkat Pengetahuan	48
9.	Kuesioner FFQ	52
10.	Surat Pernyataan.....	53
11.	Daftar Riwayat Hidup.....	54
12.	Ethical Exemption.....	55
13.	Bukti Bimbingan.....	58
14.	Gambar Makanan Jajanan	60
15.	Dokumentasi Penelitian.....	61