

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KONSUMSI JAJANAN DENGAN
STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP ISTIQLAL DELITUA
KABUPATEN DELI SERDANG**



**PUTRI MELANIE TESSA NAINGGOLAN
P01031121125**

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

2024

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KONSUMSI JAJANAN DENGAN
STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP ISTIQLAL DELITUA
KABUPATEN DELI SERDANG**

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



**PUTRI MELANIE TESSA NAINGGOLAN
P01031121125**

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

2024

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Jajanan
Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMP
Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang

Nama Mahasiswa : Putri Melanie Tessa Nainggolan

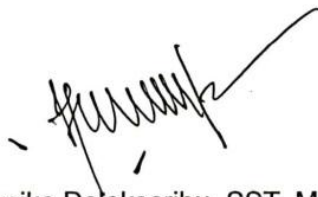
Nama Induk Mahasiswa : P01031121125

Program Studi : Diploma III

Menyetujui :


Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes
Pembimbing Utama/ Ketua Penguji


Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes
Anggota Penguji I


Bernike Doloksaribu, SST. M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi



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

Tanggal Lulus : 30 Juli 2024

ABSTRAK

PUTRI MELANIE TESSA NAINGGOLAN “**HUBUNGAN PENGETAHUAN, KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP ISTIQLAL DELITUA KABUPATEN DELI SERDANG**” (DIBAWAH BIMBINGAN ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT).

Jajanan sekolah yang semakin bervariasi pada umumnya tinggi gula dan lemak yang tidak baik dapat menjadi pengaruh terhadap masalah gizi remaja. Pengetahuan menjadi salah satu dasar dalam perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik dalam menunjang status gizi.

Tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, konsumsi jajanan dengan status gizi remaja putri.

Penelitian dilakukan di SMP Yayasan Perguruan Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2024. Jenis penelitian yang digunakan observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 7 dan 8. Jumlah sampel sebanyak 100 siswi dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner, formulir *Semi-FFQ* dan alat ukur antropometri. Uji dilakukan dengan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil penelitian uji statistik antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi diperoleh $p = 0,001$ artinya ada hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua. Antara pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi diperoleh $p = 0,782$ artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua.

Kesimpulan penelitian ini bahwa ada hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri dan tidak ada hubungan antara pengetahuan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal.

Kata kunci : Konsumsi, jajanan, status gizi, remaja, putri.

ABSTRACT

PUTRI MELANIE TESSA NAINGGOLAN "THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE, SNACK CONSUMPTION, AND NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENT GIRLS AT SMP ISTIQLAL DELITUA, DELI SERDANG REGENCY" (CONSULTANT: ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT).

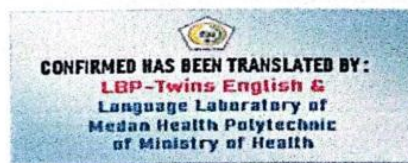
The increasing variety of school snacks, which are generally high in sugar and unhealthy fats, can impact the nutritional problems of adolescents. Knowledge is fundamental in making good snack choices that support nutritional status.

The study aimed to determine the relationship between knowledge, snack consumption, and the nutritional status of adolescent girls. The research was conducted at SMP Yayasan Perguruan Istiqlal Delitua, Deli Serdang Regency, in January 2024. The type of research used was observational analytic with a cross-sectional design. The population of this study included all 7th and 8th-grade female students. The sample size was 100 students, selected using the total sampling technique. Data was collected using a questionnaire, a semi-FQ form, and anthropometric measurement tools. The data were analyzed using the Chi-Square statistical test.

The results of the statistical test showed a significant relationship between snack consumption and nutritional status ($p = 0.001$), indicating that snack consumption is related to the nutritional status of adolescent girls at SMP Istiqlal Delitua. However, the relationship between snack knowledge and nutritional status was not significant ($p = 0.782$), indicating that there is no relationship between snack knowledge and the nutritional status of adolescent girls at SMP Istiqlal Delitua.

This study concludes a relationship between snack consumption and the nutritional status of adolescent girls, but no relationship between snack knowledge and nutritional status at SMP Istiqlal Delitua.

Keywords: Consumption, Snacks, Nutritional Status, Adolescents, Girls



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang”**.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Riris Opusunggu S.Pd M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Dini Lestrina DCN, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan selalu memberi bimbingan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes selaku penguji 1 yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis.
5. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku penguji 2 yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis.
6. Orang tua tercinta bapak Juntar Nainggolan dan Ibu Dewi Purba, serta saudara-saudara saya yang selalu mendoakan, memberikan motivasi dan pengorbanannya baik dari segi moral dan materi kepada penulis.
7. Theresia, Supiani, Silvia, Yolanda dan teman sebangkuan yang selalu bersama memberi dukungan, membantu dan mendampingi penulis.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan para pembaca dapat memberi saran dan masukan untuk menyempurnakan. Atas perhatiannya, penulis ucapkan terimakasih.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
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.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Institusi	5
2. Bagi Masyarakat.....	5
3. Bagi Peneliti.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Remaja	6
1. Pengertian Remaja	6
2. Tahapan Perkembangan Remaja.....	6
3. Kebutuhan Zat Gizi Remaja	7
4. Masalah Gizi pada Remaja	8
5. Faktor yang Memicu Terjadinya Masalah Status Gizi Remaja	9
A. Status Gizi.....	10
1. Pengertian Status Gizi	10
2. Penilaian Status Gizi	12

B. Makanan Jajanan	15
1. Pengertian Makanan Jajanan	15
2. Jenis-Jenis Makanan Jajanan.....	16
3. Pengaruh Positif dan Negatif Konsumsi Jajanan.....	17
4. Ciri- Ciri Jajanan Sehat.....	18
5. Pengukuran Konsumsi Makanan Jajanan.....	19
C. Pengetahuan	19
1. Pengertian Pengetahuan.....	19
2. Pengetahuan Mengenai Makanan jajanan	21
3. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan	21
D. Kerangka Konsep.....	22
E. Definisi Operasional	23
F. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel	26
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	27
E. Pengolahan dan Analisis Data	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	34
B. Karakteristik Sampel	34
C. Hasil Penelitian.....	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi Remaja (Usia 10-18 Tahun) Per Hari.....	8
Tabel 2. Ambang Batas Status Gizi (IMT/U)	13
Tabel 3. Jumlah Energi pada Jenis Jajanan yang Sering Ditemui di Lingkungan Sekolah dalam 100 Gram	16
Tabel 4. Definisi Operasional	23
Tabel 5. Distribusi Sampel berdasarkan Kelas	35
Tabel 6. Distribusi Sampel berdasarkan Umur.....	36
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Makanan Jajanan	36
Tabel 8. Distribusi Sampel berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan.....	38
Tabel 9. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Jajanan	40
Tabel 10. Distribusi Sampel berdasarkan Konsumsi Jajanan	41
Tabel 11. Distribusi Sampel berdasarkan Status Gizi	43
Tabel 12. Hubungan Pengetahuan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri	44
Tabel 13. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi.....	47

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konsep.....	23
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Master Tabel	53
Lampiran 2 Tabel Frekuensi Jenis Jajanan	60
Lampiran 3 Output Hasil SPSS Uji Statistik	61
Lampiran 4 Surat Pernyataan Ketersediaan	66
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian	67
Lampiran 6 Bukti Bimbingan	73
Lampiran 7 Surat Pernyataan <i>Izin</i> Penelitian	75
Lampiran 8 Surat Balasan Penelitian	76
Lampiran 9 Surat EC Penelitian	77
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian	78
Lampiran 11	80
Lampiran 12	81