

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI *JUNK FOOD* YANG
BERBAHAYA BAGI KESEHATAN TERHADAP STATUS GIZI SISWI
DI SMA SWASTA SANTO YOSEPH MEDAN**

SKRIPSI



**ESTER ALISABET SIHOMBING
P01031219070**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI *JUNK FOOD*
YANG BERBAHAYA BAGI KESEHATAN TERHADAP STATUS GIZI
SISWI DI SMA SWASTA SANTO YOSEPH MEDAN**

Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan
Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**ESTER ALISABET SIHOMBING
P01031219070**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi *Junk Food* Yang Berbahaya Bagi Kesehatan Terhadap Status Gizi Siswi Di SMA Swasta Santo Yoseph Medan

Nama Mahasiswa : Ester Alisabet Sihombing

NIM : P01031219070

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes

Pembimbing Utama/Ketua Penguji



Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM

Anggota Penguji 1



Lus yana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes

Anggota Penguji 2



Riris Opusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP: 196906231990032001

Tanggal Lulus : 13 Juni 2023

ABSTRAK

ESTER ALISABET SIHOMBING “**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI *JUNK FOOD* YANG BERBAHAYA BAGI KESEHATAN TERHADAP STATUS GIZI SISWI DI SMA SWASTA SANTO YOSEPH MEDAN**” (DI BAWAH BIMBINGAN EFENDI NAINGGOLAN)

Remaja termasuk kelompok yang rentan mengalami berbagai masalah gizi seperti gizi kurang maupun gizi lebih. Permasalahan status gizi pada remaja terjadi akibat beberapa faktor, antara lain adalah konsumsi makanan. Banyak mengonsumsi *junk food* dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang bervariasi yaitu seperti jantung koroner, stroke, diabetes melitus, kerusakan gigi, kanker, obesitas, hipertensi, gangguan ginjal, hipertensi dan penyakit lainnya.

Jenis penelitian ini bersifat observational dengan rancangan penelitian cross sectional untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan konsumsi junk food yang berbahaya bagi kesehatan dengan status gizi siswi SMA Swasta Santo Yoseph Medan. Sampel penelitian dari siswi kelas X dan XI sebanyak 60 siswi yang diambil menggunakan rumus slovin. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik simple random sampling. Status gizi siswi SMA Swasta Santo Yoseph Medan yang diteliti sebanyak 33,3% siswi dengan status gizi baik, 25% siswi dengan status gizi kurang, dan 41,7% siswi dengan status gizi lebih. Pengetahuan tentang junk food pada siswi sebanyak 40% kategori kurang. Konsumsi junk food pada siswi sebanyak 51,7% kategori jarang mengonsumsi junk food.

Ada hubungan signifikan yang berarti antara pengetahuan tentang junk food yang berbahaya bagi kesehatan dengan status gizi siswi SMA Swasta Santo Yoseph Medan ditandai dengan nilai $P < 0,000$. Ada hubungan signifikan yang berarti antara konsumsi junk food yang berbahaya bagi kesehatan dengan status gizi siswi SMA Swasta Santo Yoseph Medan ditandai dengan nilai $P < 0,000$.

Kata kunci: status gizi, pengetahuan, konsumsi *junk food*.

ABSTRACT

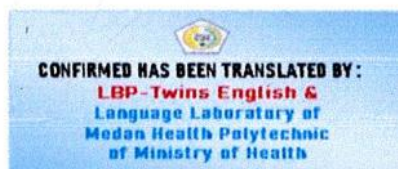
ESTER ALISABET SIHOMBING "CORRELATION OF KNOWLEDGE AND CONSUMPTION OF JUNK FOOD THAT IS HARMFUL FOR HEALTH ON THE NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS AT SMA SWASTA SANTO YOSEPH MEDAN" (CONSULTANT: EFENDI NAINGGOLAN)

Adolescents are a group that is vulnerable to experiencing various nutritional problems such as undernutrition or overnutrition. Problems with nutritional status in adolescents occur due to several factors, including food consumption. Consuming a lot of junk food can cause various health problems, such as coronary heart disease, stroke, diabetes mellitus, tooth decay, cancer, obesity, hypertension, kidney problems, hypertension and other diseases.

This type of research was observational with a cross sectional research design to determine the correlation between knowledge and consumption of junk food which is dangerous for health and the nutritional status of female students at SMA Swasta Santo Yoseph Medan. The research sample from class X and XI students was 60 students taken using the Slovin formula. Sample determination was carried out using a simple random sampling technique. The nutritional status of students at the Santo Yoseph Medan Private High School studied was 33.3% of students with good nutritional status, 25% of students with poor nutritional status, and 41.7% of female students with more nutritional status. Knowledge about junk food among female students was 40% lack of knowledge. Junk food consumption among female students was 51.7% in the category of rarely consuming junk food.

There was a significant correlation between knowledge about junk food which is dangerous for health and the nutritional status of female students at SMA Swasta Santo Yoseph Medan, marked with a P value of 0.000. There was a significant correlation between consumption of junk food which is dangerous for health and the nutritional status of female students at SMA Swasta Santo Yoseph Medan, marked with a P value of 0.000.

Key words: Nutritional Status, Knowledge, Consumption of Junk Food.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi *Junk Food* Yang Berbahaya Bagi Kesehatan Terhadap Status Gizi Siswi Di SMA Swasta Santo Yoseph Medan”**.

Dalam penulisan Skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran untuk memberikan arahan, bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
3. Dr. Tetty Herta Doloksaribu, STP, MKM selaku penguji 1 yang telah banyak memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
4. Lusyana Gloria Doloksaribu, SKM, M.Kes selaku penguji 2 yang telah banyak memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Surung Sihombing dan Nurhaida Ursula Hutauruk selaku kedua orangtua, keluarga tercinta dan teman-teman yang senantiasa memberikan dukungan dan kasih sayang serta doa-doa yang tidak terbalas untuk penulis.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Namun demikian, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Remaja	5
B. Status Gizi.....	6
C. Pengetahuan.....	10
D. <i>Junk Food</i>	13
E. Hubungan Antar Variabel	21
F. Kerangka Teori	22
G. Kerangka Konsep.....	23
H. Definisi Operasional	24
I. Hipotesis	25
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 Pengumpulan Data	28
E. Pengolahan dan Analisis Data	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
B. Karakter Sampel	32
C. Hasil Penelitian	33
D. Pembahasan.....	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Kebutuhan Gizi Remaja Putri	6
2. Klasifikasi Status Gizi	10
3. Definisi Operasional	24
4. Jumlah Sampel Setiap Kelas	27
5. Distribusi Siswi Berdasarkan Umur.....	32
6. Distribusi Siswi Berdasarkan Status Gizi	33
7. Distribusi Siswi Berdasarkan Pengetahuan	33
8. Distribusi Siswi Berdasarkan Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>	34
9. Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi	34
10. Hubungan Konsumsi <i>Junk Food</i> Dengan Status Gizi	35

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Kerangka Teori.....	22
2. Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Master Tabel Status Gizi	43
2. Master Tabel Pengetahuan	46
3. Master Tabel Konsumsi <i>Junk Food</i>	49
4. Hasil SPSS.....	52
5. Pernyataan Ketersediaan Responden	55
6. Data Responden	56
7. Kusioner Pengetahuan	57
8. Kusioner Konsumsi <i>Junk food</i>	60
9. Kunci Jawaban Kusioner Pengetahuan	62
10. Dokumentasi Penelitian	63
11. Surat Izin Penelitian.....	65
12. Surat Persetujuan Melakukan Penelitian	66
13. Surat Komisi Etik Penelitian Kesehatan.....	67
14. Daftar Riwayat Hidup.....	68
15. Surat Pernyataan	69
16. Bukti Bimbingan Skripsi.....	70