

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG FAST FOOD MELALUI MEDIA  
LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA  
DI UPT SPF SMP NEGERI 3 GALANG**

**SKRIPSI**



**FEBRINI YOSEPHIN**

**P01031219019**

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

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG FAST FOOD MELALUI MEDIA  
LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA  
DI UPT SPF SMP NEGERI 3 GALANG**

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Studi  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**FEBRINI YOSEPHIN**

**P01031219019**

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

**2023**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Penyuluhan Gizi Melalui Media  
Leaflet Tentang Fast Food Terhadap  
Pengetahuan Dan Sikap Remaja di UPT SPF  
SMP Negeri 3 Galang

Nama Mahasiswa : Febrini Yosephin

Nomor Induk Mahasiswa : P01031219019

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui



Efendi Nainggolan, SKM, M. Kes  
Pembimbing Utama



Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes  
Anggota Penguji I



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



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

Tanggal Lulus : 26 Juni 2023

## **ABSTRAK**

**FEBRINI YOSEPHIN “PENGARUH PENYULUHAN TENTANG FAST FOOD MELALUI MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DI UPT SPF SMP NEGERI 3 GALANG” (DIBAWAH BIMBINGAN EFENDI NAINGGOLAN)**

Fast food adalah jenis makanan yang mudah dikemas, disajikan, dan praktis. Pengetahuan tentang fast food merupakan upaya penanggulangan masalah gizi yang faktor penyebabnya adalah pola makan, dikarenakan rendahnya pengetahuan mengenai makanan yang dipengaruhi oleh sosial budaya. Penyuluhan dengan media leaflet dapat memberikan keterangan yang lebih detail mengenai materi yang disampaikan.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap terhadap makanan fast food sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media leaflet terhadap remaja di UPT SPF SMP Negeri 3 Galang

Penelitian ini dilakukan di UPT SMP Negeri 3 Galang. Waktu penelitian dilakukan mulai bulan Juli 2022 sampai bulan Juni 2023 dengan metode kuantitatif menggunakan rancangan Group Pre and Post Test design. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas VII dan VIII sebanyak 237 siswa/i. Sampel dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 38 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan menggunakan uji statistic yaitu Uji Wilcoxon.

Hasil penelitian rata-rata pengetahuan remaja tentang fast food sebelum penyuluhan adalah 9.03, setelah diberikan penyuluhan adalah 11.29. Rata-rata skor sikap terhadap fast food sebelum diberikan penyuluhan adalah 6.05, setelah diberikan penyuluhan yaitu menjadi 7.87.

Kesimpulan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap terhadap fast food dengan nilai  $p=0,000$ . Saran pihak sekolah agar menghimbau siswa/i untuk mengurangi konsumsi makanan fast food.

Kata kunci : penyuluhan dengan leaflet, pengetahuan tentang fast food, sikap terhadap fast food.

## ABSTRACT

**FEBRINI YOSEPHIN "THE INFLUENCE OF COUNSELING ABOUT FAST FOOD THROUGH LEAFLET MEDIA ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF TEENAGERS AT UPT SPF SMP NEGERI 3 GALANG" (CONSULTANT: EFENDI NAINGGOLAN)**

Fast food is a type of food that is easy to package, serve and practical. Knowledge about fast food is an effort to overcome nutritional problems whose causal factor is diet, due to low knowledge about food which is influenced by social culture. Counseling using leaflet media can provide more detailed information regarding the material presented.

The aim of the research was to determine differences in knowledge and attitudes towards fast food before and after counseling with leaflet media to teenagers at UPT SPF SMP Negeri 3 Galang

This research was conducted at UPT SMP Negeri 3 Galang. The research period was carried out from July 2022 to June 2023 with quantitative methods using a Group Pre and Post Test design. The population in this study was 237 students in class VII and VIII. The sample in this study was 38 people. Data were collected using a questionnaire using a statistical test, namely the Wilcoxon Test.

The research results showed that the average knowledge of teenagers about fast food before counseling was 9.03, after being given counseling was 11.29. The average attitude score towards fast food before being given counseling was 6.05, after being given counseling it was 7.87.

The conclusion is that there is an influence of nutritional education using leaflet media on knowledge and attitudes towards fast food with a value of  $p=0.000$ . The school's suggestion is to encourage students to reduce their consumption of fast food.

**Key words:** Counseling With Leaflets, Knowledge About Fast Food, Attitudes about Fast Food.



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena kasih karunia-Nya sehingga masih diberi kesehatan dan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Penyuluhan Tentang Fast Food Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di UPT SPF SMP Negeri 3 Galang”**

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis sangat bersyukur dengan segala masukan, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dieteika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Efendi Nainggolan, SKM, M. Kes selaku Dosen Pembimbing penulis.
4. Urbanus Sihotang, SKM, M. Kes selaku Penguji I yang telah memberi masukan dan saran kepada penulis
5. Mincu Manalu, S. Gz, M. Kes selaku Penguji II yang telah memberi masukan dan saran kepada penulis
6. Bapak Alm. Herdin Pardamean Purba dan Ibu Rosinta Aritonang serta David Hariady, Ezra Chintya, Gamaliel Purba, dan Elfri Yunita yang selalu mendoakan, memberikan motivasi dan nasehat serta mendukung penulis
7. Teman-teman satu bimbingan, sahabat yang telah membantu penulis dalam memberikan informasi, masukan dan saran, kepada penulis yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Atas perhatiannya, penulis ucapkan terimakasih.

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                |      |
|------------------------------------------------|------|
| PERNYATAAN PERSETUJUAN .....                   | i    |
| ABSTRAK .....                                  | ii   |
| ABSTRACT .....                                 | iii  |
| 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.....                      | 4    |
| D. Manfaat Penelitian.....                     | 4    |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                   | 5    |
| A. Remaja .....                                | 5    |
| B. Fast Food .....                             | 7    |
| C. Pengetahuan .....                           | 9    |
| D. Sikap.....                                  | 10   |
| E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap ..... | 10   |
| F. Penyuluhan .....                            | 11   |
| G. Media Penyuluhan .....                      | 13   |
| H. Kerangka Teori.....                         | 15   |
| I. Kerangka Konsep.....                        | 15   |
| J. Definisi Operasional.....                   | 16   |
| K. Hipotesis.....                              | 16   |
| BAB III METODE PENELITIAN.....                 | 17   |
| A. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....           | 17   |
| B. Jenis dan Rancangan Penelitian .....        | 17   |

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| C. Populasi dan Sampel.....                     | 17 |
| D. Jenis dan Pengumpulan Data.....              | 19 |
| E. Tahap alur penelitian sebagai berikut :..... | 21 |
| F. Pengolahan dan Analisis Data .....           | 22 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....                | 24 |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....         | 24 |
| B. Gambaran Karakteristik Sampel.....           | 24 |
| C. Hasil Penelitian.....                        | 25 |
| D. Pembahasan.....                              | 28 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....                 | 34 |
| A. Kesimpulan.....                              | 34 |
| B. Saran.....                                   | 34 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                            | 35 |

## DAFTAR TABEL

| No | Halaman                                                                                                   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Definisi Operasional ..... 16                                                                             |
| 2  | Jumlah Siswa/i Kelas VII dan VIII Yang Menjadi Sampel ..... 18                                            |
| 3  | Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Umur ..... 24                                                     |
| 4  | Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin ..... 25                                            |
| 5  | Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Tentang Fast Food ..... 25                                        |
| 6  | Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Terhadap Fast Food ..... 26                                             |
| 7  | Pengaruh Penyuluhan Tentang Fast Food Terhadap Pengetahuan Remaja di UPT SPF SMP Negeri 3 Galang ..... 27 |
| 8  | Pengaruh Penyuluhan Tentang Fast Food Terhadap Sikap Remaja di UPT SPF SMP Negeri 3 Galang ..... 28       |

## DAFTAR GAMBAR

| No | Halaman                                                                                                                                 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Kerangka Teori modifikasi Pudyaningrum (2013), Benny (2017), Adila (2017), Semiun (2006), Rusmini (2018, dan Hidayati L (2016) ..... 15 |
| 2  | Kerangka Konsep ..... 15                                                                                                                |

## DAFTAR LAMPIRAN

| No | Halaman                                            |
|----|----------------------------------------------------|
| 1  | Master Tabel Jawaban Pengetahuan ..... 38          |
| 2  | Master Tabel Sikap ..... 40                        |
| 3  | Lembar Pernyataan Kesiapan Menjadi Sampel ..... 42 |
| 4  | Surat Ijin Penelitian ..... 43                     |
| 5  | Surat Balasan Penelitian..... 44                   |
| 6  | Satuan Acara Penyuluhan ..... 45                   |
| 7  | Materi Penyuluhan ..... 47                         |
| 8  | Kuesioner Pengetahuan ..... 53                     |
| 9  | Kuesioner Sikap..... 56                            |
| 10 | Hasil Analisis Karakteristik Sampel..... 57        |
| 11 | Uji Normalitas..... 58                             |
| 12 | Hasil Analisis Pengetahuan Sampel ..... 59         |
| 13 | Hasil Analisis Uji Univariat ..... 65              |
| 14 | Hasil Analisis Uji Bivariat ..... 66               |
| 15 | Foto..... 68                                       |
| 16 | Leaflet ..... 69                                   |
| 17 | Bukti Bimbingan Skripsi ..... 70                   |
| 18 | Rancangan Anggaran Biaya ..... 73                  |
| 19 | Pernyataan..... 74                                 |
| 20 | Daftar Riwayat Hidup ..... 75                      |