DAFTAR PUSTAKA

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (2014) *Peraturan Kepala BPOM RI No. 4 Tahun 2014 tentang Batas Maksimum Penggunaan Bahan Tambahan Pangan Pemanis*. Jakarta: BPOM.

Bahar, F.N. (2022) Hubungan konsumsi frozen food, minuman ringan berpemanis, dan stres dengan status gizi remaja di Pondok Pesantren Al-Hamid Cilangkap Jakarta Timur. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Bleich, S.N., Wang, Y.C., Wang, Y. and Gortmaker, S.L. (2009) 'Increasing consumption of sugar-sweetened beverages among US adults: 1988–1994 to 1999–2004', *American Journal of Clinical Nutrition*, 89(1), pp. 372–381. https://doi.org/10.3945/ajcn.2008.26883

Bleich, S.N. and Vercammen, K.A. (2018) 'The negative impact of sugar-sweetened beverages on children's health', *JAMA(Journal of the American Medical Association)*, 319(12), pp. 1237–1238. https://doi.org/10.1001/jama.2018.0340

Buwana, A.D. (2023) 'Hubungan konsumsi minuman berpemanis dengan status gizi remaja', *Jurnal Gizi dan Kesehatan Remaja*, 11(2), pp. 123–134.

Farhangi, M.A. and Nikniaz, L. (2020). The Association Between Sugar-Sweetened Beverage Consumption and Blood Pressure in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Translational Medicine*, 18(1), 344. doi:10.1186/s12967-020-02511-9.

Haughton, C.F., Waring, M.E., Wang, M.L., Rosal, M.C. and Pbert, L. (2018) 'Home matters: Adolescents drink more sugar-sweetened beverages when available at home', *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 50(7), pp. 657–662. https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.03.011

Keller, A. and Bucher Della Torre, S. (2015) 'Sugar-sweetened beverages and obesity among children and adolescents: A review', *American Journal of Clinical Nutrition*, 102(4), pp. 1079–1089. https://doi.org/10.3945/ajcn.115.109967

Keller, A. and Bucher Della Torre, S. (2015). Sugar-Sweetened Beverages and Obesity among Children and Adolescents: A Review of Systematic Literature Reviews.

Childhood Obesity, 11(4), pp. 338–346. Available at: https://doi.org/10.1089/chi.2014.0117

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.

Malik, V.S., Willett, W.C. and Hu, F.B. (2013) 'Global obesity: Trends, risk factors and policy implications', *Nature Reviews Endocrinology*, 9(1), pp. 13–27. https://doi.org/10.1038/nrendo.2012.199

Malik, V.S., Pan, A., Willett, W.C. and Hu, F.B. (2014) 'Sugar-sweetened beverages and weight gain in children and adults: A systematic review and meta-analysis', *American Journal of Clinical Nutrition*, 98(4), pp. 1084–1102. https://doi.org/10.3945/ajcn.113.058362

Malik, V.S. and Hu, F.B. (2019) 'Sugar-sweetened beverages and health: Where does the evidence stand?', *American Journal of Clinical Nutrition*, 109(3), pp. 561–563. https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy360

Masri (2018) 'Konsumsi minuman ringan dan dampaknya terhadap kesehatan', *Jurnal Kesehatan*, 9(2), pp. 45–52.

Nguyen, M., Jarvis, S.E., Tinajero, M.G. and Bleich, S.N. (2023). Sugar-Sweetened Beverage Consumption and Weight-Related Outcomes in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Nutrients,* 15(3), 702. doi:10.3390/nu15030702.

Oktafiani, N., Suryani, D. and Putri, R. (2025) 'Prevalensi konsumsi gula tinggi dari sugar-sweetened beverages pada remaja Indonesia', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), pp. 45–58.

Pan, A. and Hu, F.B. (2011) 'Effects of carbohydrates on satiety: Differences between liquid and solid calories', *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*, 14(4), pp. 385–390. https://doi.org/10.1097/MCO.0b013e328346df36

Purnama, D.T. and Sutiari, N. (2025) 'Faktor perilaku dan lingkungan yang mempengaruhi konsumsi minuman berpemanis pada remaja', *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 18(1), pp. 89–102.

Singh, G.M., Micha, R., Khatibzadeh, S., Lim, S., Ezzati, M. and Mozaffarian, D. (2015) 'Global, regional, and national consumption of sugar-sweetened

beverages, fruit juices, and milk', *PLoS ONE*, 10(8), e0124845. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0124845

Sirajuddin, Surmita and Astuti, T. (2018) *Survei konsumsi pangan*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.

Sugiyono (2011) *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Supariasa, I.D.N., Bakri, B. and Fajar, I. (2016) *Penilaian status gizi*. Jakarta: EGC.

Tarigan, N. (2023) 'Konsumsi air putih dan minuman manis pada remaja', *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 18(1), pp. 28–36. https://share.google/b5ptXtN3IQ0y5Vlkj

Vos, M.B., Kaar, J.L., Welsh, J.A., Van Horn, L.V., Feig, D.I., Anderson, C.A.M. and Johnson, R.K. (2017) 'Added sugars and cardiovascular disease risk in children: A scientific statement', *Circulation*, 135(19), pp. e1017–e1034. https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000439

Wang, Y. and Lim, H. (2012) 'The global childhood obesity epidemic and the association between socio-economic status and childhood obesity', *International Review of Psychiatry*, 24(3), pp. 176–188. https://doi.org/10.3109/09540261.2012.688195

World Health Organization (2007) *WHO growth reference 5–19 years*. Geneva: WHO.

World Health Organization (2014) *Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade*. Geneva: WHO.

World Health Organization (2015) *Guideline: Sugars intake for adults and children*. Geneva: WHO.

World Health Organization (2016) *Report of the Commission on Ending Childhood Obesity*. Geneva: WHO.

Lampiran 1. Surat izin Peneliti

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Lubuk Pakam, 15 April 2026

Nomor : KH.03.01/XIV.13/613/2026
Lampiran : -
Perihal : Surat Penelitian

Kepada Yth:

Kepala Sekolah SMP Swasta RK Serdang Murni

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa diwajibkan menyusun Tugas Akhir. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M. Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMP Swasta RK Serdang Murni. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama Mahasiswa	NIM	Judul
1	Marselina Puspita Br. Ginting	P01031123116	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Konsumsi Junk Food pada Siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
2	Putri Pesta Sari Manurung	P01031123128	Hubungan Asupan Sarapan Pagi dengan Hasil Belajar pada Remaja di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
3	Alvina Agria Matondang	P01031123094	Hubungan Pengetahuan Makanan Jajanan dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan pada Siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
4	Aisyah Sakira Siregar	P01031123002	Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi Remaja di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Ketua Jurusan,

Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian

YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO - KEUSKUPAN AGUNG MEDAN
SMP SWASTA RK SERDANG MURNI
NDS : G.01052007 NIS : 201910 NSS : 202070116027NPSN : 10213943
email :smp_rksmurnl@yahoo.comTelp. (061) 7951545
Jl. Pematang Siantar No. 142A Lubuk Pakam – 20517- Deli Serdang-Sumatera Utara

SURAT KETERANGAN
Nomor: 328.1/SMP RK/IV/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Robinson Sihombing, S.Pd

NIP : -

Jabatan : Kepala Sekolah

Sehubungan dengan surat Poltekkes Medan Nomor KH.03.01/XIV.13/613/2026, tanggal 15 April 2026, perihal **"surat penelitian"** maka dengan ini kami menerangkan bahwa nama-nama berikut:

NO	NAMA	NIM	Judul Proposal Tugas
1	Alvina Agria Matondang	P01031123094	Hubungan Pengetahuan Makanan Jajanan Dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan Pada Siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
2	Marselina Puspita Br Ginting	P01031123116	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Konsumsi Junk Food pada Siswa SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
3	Aisyah Sakira Siregar	P01031123002	Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi Remaja di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
4	Putri Pesta Sari Manurung	P01031123128	Hubungan Asupan Energi Sarapan Pagi dengan Hasil Belajar pada Siswa Kelas VIII di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Dalam hal ini benar Mahasiswa tersebut di atas telah melaksanakan *" penelitian"* di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam dalam rangka untuk memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan penyusunan ***"karya tulis ilmiah"*** dengaan judul sebagaimana tersebut diatas yang dilaksanakan oleh mahasiswa yang bersangkutan pada tanggal 23 s/d 29 April 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Pakam, 30 April 2026
Kepala SMP Swasta RK Serdang Murni

ROBINSON SIHOMBING, S.Pd

Lampiran 3. Ethical Clearance

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3165/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Aisyah Sakira Siregar
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Jurusan Gizi
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis Dengan Status Gizi Remaja Di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam"

"Description of Sweetened Beverage Consumption Habits and Nutritional Status of Adolescents at RK Serdang Murni Lubuk Pakam Private Junior High School"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 Juli 2026 sampai dengan tanggal 09 Juli 2027.

This declaration of ethics applies during the period July 09, 2026 until July 09, 2027.

July 09, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4. Kuisioner FFQ dan Antropometri menurut IMT/U

FORM FFQ KONSUMSI MINUMAN BERPEMANIS

1.Kuisioner

Nama :
Umur :
Kelas :
Jenis Kelamin :
Tanggal :

Bahan Makanan/Minuman	Frekuensi						Skor
	Harian	Mingguan					
	2-3 x	7 x	3-6 x	1-2 x	2x/ Bulan	Tidak Pernah	
	(50)	(25)	(15)	(10)	(5)	(0)	
Kelompok Minuman Ringan Berpemanis							
Milku UHT coklat (botol) 200 ml							
Ultra Milk (kotak) 200 ml , 250 ml , 1 l							
Greenfields (botol/kotak) 200 ml							
Thai tea (gelas plastik) 250 ml-500 ml							
Lainnya :							
Nu Green Tea (botol) 330 ml , 450 ml							
Fruit Tea (botol) 350 ml – 500 ml							
Teh Pucuk (botol) 350 ml – 500 ml							
Teh Kotak (kotak) 200 ml , 250 ml , 300 ml							
Teh Rio (botol) 200 ml , 350 ml							
Fresh Tea (botol) 350							

ml – 500 ml							
Teh hijau (botol) 350 ml -500 ml							
Joy Tea (botol) 350 ml							
Pokka Green Tea (kaleng) 300 ml / 500 ml							
Lainnya :							
Fanta (botol/kaleng) 250 ml , 390 ml, 500 ml							
Sprit (botol/kaleng) 250 ml , 390 ml , 500 ml							
Coca cola (botol/kaleng) 250 ml, 390 ml, 500 ml							
Hydro coco (botol/kotak) 250 ml , 330 ml							
Ovaltine (kaleng) 240 ml							
Pocari sweet (botol/kaleng) 330 ml , 350 ml, 500 ml							
Lainnya :							
Okky jelly drink guava + nata dcoco (pouch) 200 ml							
Okky jelly drink (pouch) 200 ml							
Kapanda cincau (gelas plastik) 240 ml							
Cimory (botol) 250 ml							

Floridina (botol) 360 ml							
Lainnya :							
Good day Original (sachet) 20-25 gram							
Good day chococino (sachet) 20-25 gram							
Golda Coffee (botol) 200 ml, 250 ml							
Nescafe (kaleng) 240 ml							
Georgia coffee (kaleng) 250 ml							
Torabika (sachet) 20-25 gram							
White coffee (sachet) 20-25 gram							
Indocafe (sachet) 20-25 gram							
Lainnya :							
Chocolatos drink (sachet) 25-30 gram							
Chocolatos Matcha (sachet) 25-30 gram							
Linnya :							

Tea jus lemon (sachet) 8-10 gram							
Tea jus apel (sachet) 8-10 gram							
Tea jus madu (sachet) 8-10 gram							
Tea jus melati(sachet) 8-10 gram							
Tea jus gula batu (sachet) 8-10 gram							
Jas Jus jeruk (sachet) 8-10 gram							
Jas jus Mangga (sachet) 8-10 gram							
Lainnya :							
Pop ice vanilla blue (sachet) 25-30 gram							
Pop ice strawberry (sachet) 25-30 gram							
Pop ice cream chesse (sachet) 25-30 gram							
Lainnya :							
Nutrisari cincau (sachet) 25-30 gram							
Nutrisari milky Orange (sachet) 25-30 gram							
Nutrisari Jeruk Peras (sachet) 25-30 gram							

Nutrisari Jeruk Nipis (sachet) 25-30 gram							
Lainnya :							
Hillo Thai Tea (sachet) 25-30 gram							
Hillo White Chocolate (sachet) 25-30 gram							
Hillo Chocolate (sachet) 25-30 gram							
Hillo Taro (sachet) 25-30 gram							
Hillo Chocohuzelnut (sachet) 25-30 gram							
Lainnya :							

2.Antropometri

No	Nama Lengkap	Usia	Jenis Kelamin	Antropometri		IMT	Status Gizi
				Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)		

Lampiran 5. Informed Consent

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

INFORMED CONSENT

Saya yang bernama Aisyah Sakira Siregar mahasiswa D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan yang akan melakukan penelitian dengan :

Judul :Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi Remaja di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Tujuan :Mengetahui Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis pada Status Gizi Remaja

Tahapan :1. Mengukur berat badan dan tinggi badan siswa
2.Melakukan wawancara untuk pengisian kuesioner yang akan membutuhkan waktu 10-15 menit

Jika responden berkenan ikut dalam penelitian ini,mohon mengisi data dan tanda tangan. Dan sewaktu waktu dapat menarik diri dari penelitian tersebut. Penelitian ini bersifat Proposal Tugas Akhir dan bukan untuk di ekspos ataupun digunakan untuk tujuan – tujuan lain. Setelah penelitian, siswa juga akan mendapatkan bingkisan yaitu snack.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Tempat, Tgl Lahir :

Alamat :

Kelas :

Medan, April 2026

Siswa

(……..)

Lampiran 6. Master Tabel Penelitian

No	Nama	Umur	JK	kelas	TB	BB	IMT	Z-score	Status gizi	Total Skor FFQ	Kategori
1.	AT	13 tahun 2 bulan	Laki-laki	7-1	146.5	43.2	20.1	0.71	Gizi baik	875.0	Sering
2.	CG	12 tahun 9 bulan	Perempuan	7-1	154.6	38.8	16.2	-1.14	Gizi baik	260.0	Jarang
3.	ES	12 tahun 10 bulan	Perempuan	7-1	153.4	62.9	26.7	2.13	Obesitas	720.0	Sering
4.	GP	12 tahun 10 bulan	Laki-laki	7-1	158.0	54.9	22.0	1.37	Gizi lebih	220.0	Jarang
5.	GK	13 tahun 0 bulan	Laki-laki	7-1	161.5	58.1	22.3	1.42	Gizi lebih	100.0	Jarang
6.	IC	13 tahun 4 bulan	Perempuan	7-1	149.4	48.8	21.9	0.91	Gizi baik	25.0	Jarang
7.	NF	12 tahun 5 bulan	Laki-laki	7-1	151.0	53.0	23.2	1.8	Gizi lebih	545.0	Sering
8.	PJ	13 tahun 0 bulan	Laki-laki	7-1	144.4	31.3	14.9	-2.0	Gizi baik	110.0	Jarang
9.	RP	13 tahun 0 bulan	Laki-laki	7-1	154.5	66.0	27.7	2.5	Obesitas	405.0	Sering
10.	BF	13 tahun 2 bulan	Laki-laki	7-2	156.5	51.2	20.9	0.96	Gizi baik	515.0	Sering
11.	BS	12 tahun 5 bulan	Perempuan	7-2	149.0	42.4	19.1	0.29	Gizi baik	30.0	Jarang
12.	CJ	12 tahun 9 bulan	Perempuan	7-2	142.0	34.4	17.1	-0.7	Gizi baik	555.0	Sering
13.	EI	13 tahun 5 bulan	Laki-laki	7-2	173.0	58.3	19.5	0.37	Gizi baik	90.0	Jarang
14.	GS	13 tahun 0 bulan	Laki-laki	7-2	162.4	51.2	19.4	0.49	Gizi baik	395.0	Sering
15.	JO	12 tahun 4 bulan	Perempuan	7-2	149.8	48.5	24.5	1.82	Gizi lebih	520.0	Sering
16.	MC	12 tahun 6 bulan	Laki-laki	7-2	152.3	57.6	24.8	2.12	Obesitas	15.0	Jarang
17.	MD	12 tahun 9 bulan	Laki-laki	7-2	142.8	34.2	16.8	-0.67	Gizi baik	20.0	Jarang
18.	VA	13 tahun 2 bulan	Perempuan	7-2	140.8	42.7	21.5	0.87	Gizi baik	230.0	Jarang
19.	AF	13 tahun 1 bulan	Laki-laki	7-3	152.3	57.6	24.8	1.99	Gizi lebih	835.0	Sering
20.	GA	12 tahun 6 bulan	Laki-laki	7-3	158.0	54.9	22.0	1.47	Gizi lebih	1225.0	Sering
21.	HR	13 tahun 6 bulan	Laki-laki	7-3	158.0	46.8	18.7	0.05	Gizi baik	50.0	Jarang
22.	IW	12 tahun 8 bulan	Laki-laki	7-3	172.8	66.8	22.4	1.52	Gizi lebih	15.0	Jarang
23.	MA	13 tahun 1 bulan	Laki-laki	7-3	152.4	49.6	21.4	1.13	Gizi lebih	390.0	Sering

24.	MG	13 tahun 3 bulan	Perempuan	7-3	144.8	68.0	32.4	2.84	Obesitas	65.0	Jarang
25.	RD	12 tahun 10 bulan	Laki-laki	7-3	153.4	56.7	24.1	1.89	Gizi lebih	275.0	Jarang
26.	SF	12 tahun 7 bulan	Laki-laki	7-3	152.3	58.1	25.0	2.14	Obesitas	15.0	Jarang
27.	AM	12 tahun 8 bulan	Laki-laki	7-4	144.1	58.0	27.9	2.61	Obesitas	600.0	Sering
28.	AL	12 tahun 8 bulan	Laki-laki	7-4	160.2	57.8	22.5	1.57	Gizi lebih	460.0	Sering
29.	AT	12 tahun 6 bulan	Laki-laki	7-4	173.0	62.0	20.7	1.11	Gizi lebih	210.0	Jarang
30.	BT	12 tahun 6 bulan	Perempuan	7-4	145.6	49.8	23.5	1.56	Gizi lebih	575.0	Sering
31.	BM	12 tahun 8 bulan	Perempuan	7-4	141.2	52.8	26.5	2.12	Obesitas	440.0	Sering
32.	ER	13 tahun 2 bulan	Laki-laki	7-4	143.2	46.9	22.9	1.53	Gizi lebih	60.0	Jarang
33.	JP	13 tahun 5 bulan	Laki-laki	7-4	140.5	48.6	24.6	1.86	Gizi lebih	425.0	Sering
34.	NA	12 tahun 10 bulan	Perempuan	7-4	150.2	52.6	23.3	1.43	Gizi lebih	645.0	Sering
35.	WJ	12 tahun 8 bulan	Laki-laki	7-4	152.9	47.6	20.4	0.93	Gizi baik	60.0	Jarang
36.	AP	13 tahun 9 bulan	Laki-laki	8-1	146.5	53.1	24.7	1.8	Gizi lebih	515.0	Sering
37.	BS	14 tahun 0 bulan	Laki-laki	8-1	164.1	50.9	18.9	-0.05	Gizi baik	815.0	Sering
38.	CF	14 tahun 4 bulan	Laki-laki	8-1	163.0	46.2	17.4	-0.93	Gizi baik	120.0	Jarang
39.	GP	13 tahun 6 bulan	Laki-laki	8-1	163.6	71.1	26.6	2.22	Obesitas	420.0	Sering
40.	JE	13 tahun 9 bulan	Laki-laki	8-1	169.1	72.1	25.2	1.9	Gizi lebih	150.0	Jarang
41.	JP	14 tahun 1 bulan	Laki-laki	8-1	163.7	72.8	27.2	2.2	Obesitas	225.0	Jarang
42.	KA	13 tahun 6 bulan	Perempuan	8-1	147.6	49.3	22.6	1.07	Gizi lebih	395.0	Sering
43.	LG	13 tahun 9 bulan	Perempuan	8-1	147.6	52.5	24.1	1.39	Gizi lebih	760.0	Sering
44.	MG	14 tahun 1 bulan	Laki-laki	8-1	146.5	32.3	15.0	-2.39	Gizi kurang	695.0	Sering
45.	NM	14 tahun 3 bulan	Laki-laki	8-1	156.0	48.7	20.0	0.3	Gizi baik	485.0	Sering
46.	RR	13 tahun 9 bulan	Laki-laki	8-1	167.2	46.8	16.7	-1.06	Gizi baik	805.0	Sering
47.	CE	15 tahun 5 bulan	Laki-laki	8-2	165.5	51.6	18.8	-0.55	Gizi baik	1010.0	Sering
48.	ED	13 tahun 11 bulan	Laki-laki	8-2	146.5	36.3	16.9	-1.02	Gizi baik	310.0	Jarang
49.	GA	13 tahun 8 bulan	Perempuan	8-2	157.4	50.1	20.2	0.31	Gizi baik	865.0	Sering
50.	HT	13 tahun 9 bulan	Perempuan	8-2	160.2	54.3	21.2	0.59	Gizi baik	220.0	Jarang

51.	JA	14 tahun 4 bulan	Laki-laki	8-2	153.3	57.0	24.3	1.56	Gizi lebih	485.0	Sering
52.	LP	13 tahun 11 bulan	Laki-laki	8-2	154.1	58.3	24.6	1.73	Gizi lebih	335.0	Jarang
53.	MN	14 tahun 1 bulan	Laki-laki	8-2	163.5	88.0	32.9	2.97	Obesitas	395.0	Sering
54.	NA	14 tahun 0 bulan	Laki-laki	8-2	149.9	34.8	15.5	-2.0	Gizi baik	285.0	Jarang
55.	TC	13 tahun 9 bulan	Perempuan	8-2	152.0	48.6	21.0	0.55	Gizi baik	560.0	Sering
56.	VR	13 tahun 2 bulan	Perempuan	8-2	166.8	62.8	22.6	1.16	Gizi lebih	510.0	Sering
57.	GS	14 tahun 0 bulan	Laki-laki	8-2	158.8	54.4	21.6	0.92	Gizi baik	50.0	Jarang
58.	AC	13 tahun 7 bulan	Laki-laki	8-3	160.7	47.0	18.2	-0.25	Gizi baik	390.0	Sering
59.	CP	14 tahun 5 bulan	Laki-laki	8-3	144.5	48.4	23.2	1.28	Gizi lebih	65.0	Jarang
60.	EJ	13 tahun 10 bulan	Perempuan	8-3	160.9	72.6	28.0	2.15	Obesitas	160.0	Jarang
61.	ED	13 tahun 8 bulan	Laki-laki	8-3	154.9	46.3	19.3	0.23	Gizi baik	650.0	Sering
62.	KP	13 tahun 7 bulan	Perempuan	8-3	160.9	53.9	20.8	0.54	Gizi baik	480.0	Sering
63.	KI	13 tahun 3 bulan	Perempuan	8-3	148.6	46.9	21.2	0.76	Gizi baik	535.0	Sering
64.	RJ	14 tahun 4 bulan	Perempuan	8-3	159.6	61.4	24.1	1.26	Gizi lebih	115.0	Jarang
65.	RM	13 tahun 8 bulan	Laki-laki	8-3	156.4	64.8	26.5	2.16	Obesitas	330.0	Jarang
66.	SD	13 tahun 10 bulan	Perempuan	8-3	158.4	48.5	19.3	-0.06	Gizi baik	255.0	Jarang
67.	SM	13 tahun 9 bulan	Perempuan	8-3	149.7	51.3	22.9	1.09	Gizi lebih	10.0	Jarang
68.	SA	14 tahun 3 bulan	Laki-laki	8-3	150.8	55.1	24.3	1.59	Gizi lebih	800.0	Sering

Lampiran 7. Master Tabel Status Gizi

Survey date	*ID*	*Household*	*Sex*	*Date of birth*	*Age (d)*	*Age (m)*	*Weight (kg)*	*Height (cm)*	*HAZ*	*BAZ*
23/04/2026	1	1	Male	19/02/2013	4811	158,06	43,20	146,50	-1,44	0,71
23/04/2026	2	2	Female	28/06/2013	4682	153,82	38,80	154,60	-0,14	-1,14
23/04/2026	3	3	Female	23/06/2013	4687	153,99	62,90	153,40	-0,32	2,13
23/04/2026	4	4	Male	29/05/2013	4712	154,81	54,90	158,00	0,36	1,37
23/04/2026	5	5	Male	06/04/2013	4765	156,55	58,15	161,50	0,69	1,42
23/04/2026	6	6	Female	26/11/2012	4896	160,85	48,80	149,40	-1,23	0,91
23/04/2026	7	7	Male	01/11/2013	4556	149,68	53,00	151,10	-0,16	1,80
23/04/2026	8	8	Male	21/04/2013	4750	156,06	31,15	144,40	-1,57	-2,00
23/04/2026	9	9	Male	18/04/2013	4753	156,16	66,05	154,50	-0,22	2,50
23/04/2026	10	10	Male	02/02/2013	4828	158,62	51,20	156,50	-0,15	0,96
23/04/2026	11	11	Female	06/11/2013	4551	149,52	42,40	149,00	-0,69	0,29
23/04/2026	12	12	Female	06/07/2013	4674	153,56	34,40	142,00	-1,94	-0,70
23/04/2026	13	13	Male	01/11/2012	4921	161,68	58,30	173,00	1,78	0,37
23/04/2026	14	14	Male	16/04/2013	4755	156,22	51,20	162,40	0,84	0,49
23/04/2026	15	15	Female	19/12/2013	4508	148,11	48,50	140,80	-1,80	1,82

23/04/2026	16	16	Male	25/09/2013	4593	150,90	57,60	152,30	-0,09	2,12
23/04/2026	17	17	Male	13/07/2013	4667	153,33	34,20	142,80	-1,58	-0,67
23/04/2026	18	18	Female	14/02/2013	4816	158,23	42,70	140,80	-2,35	0,87
23/04/2026	19	19	Male	22/03/2013	4780	157,04	57,60	152,30	-0,59	1,99
23/04/2026	20	20	Male	01/10/2013	4587	150,70	54,90	158,00	0,71	1,47
23/04/2026	21	21	Male	09/10/2012	4944	162,43	46,80	158,00	-0,26	0,05
23/04/2026	22	22	Male	24/07/2013	4656	152,97	66,80	172,80	2,53	1,52
23/04/2026	23	23	Male	11/03/2013	4791	157,40	49,60	152,40	-0,60	1,13
23/04/2026	24	24	Female	27/12/2012	4865	159,84	68,00	144,80	-1,85	2,84
23/04/2026	25	25	Male	30/05/2013	4711	154,78	56,70	153,40	-0,26	1,89
23/04/2026	26	26	Male	03/09/2013	4615	151,62	58,10	152,30	-0,15	2,14
23/04/2026	27	27	Male	17/08/2013	4632	152,18	58,00	144,10	-1,32	2,61
23/04/2026	28	28	Male	17/08/2013	4632	152,18	57,80	160,20	0,88	1,57
23/04/2026	29	29	Male	22/10/2013	4566	150,01	62,00	173,00	2,83	1,11
23/04/2026	30	30	Female	11/10/2013	4577	150,37	49,80	145,60	-1,24	1,56
23/04/2026	31	31	Female	21/08/2013	4628	152,05	52,80	141,20	-1,97	2,12
23/04/2026	32	32	Male	18/02/2013	4812	158,09	46,90	143,20	-1,89	1,53

23/04/2026	33	33	Male	07/11/2012	4915	161,48	48,60	140,50	-2,50	1,86
23/04/2026	34	34	Female	14/06/2013	4696	154,28	52,60	150,20	-0,80	1,43
23/04/2026	35	35	Male	07/08/2013	4642	152,51	47,60	152,90	-0,14	0,93
23/04/2026	36	36	Male	27/06/2012	5048	165,85	53,10	146,50	-2,02	1,80
23/04/2026	37	37	Male	22/04/2012	5114	168,02	50,90	164,10	0,12	-0,05
23/04/2026	38	38	Male	29/11/2011	5259	172,78	46,20	163,00	-0,35	-0,93
23/04/2026	39	39	Male	18/10/2012	4935	162,14	71,15	163,60	0,50	2,22
23/04/2026	40	40	Male	28/06/2012	5047	165,82	72,15	169,10	0,94	1,90
23/04/2026	41	41	Male	04/03/2012	5163	169,63	72,85	163,70	-0,05	2,20
23/04/2026	42	42	Female	24/09/2012	4959	162,92	49,30	147,60	-1,58	1,07
23/04/2026	43	43	Female	06/07/2012	5039	165,55	52,50	147,60	-1,67	1,39
23/04/2026	44	44	Male	01/03/2012	5166	169,72	32,30	146,50	-2,28	-2,39
23/04/2026	45	45	Male	25/12/2011	5233	171,93	48,70	156,00	-1,20	0,30
23/04/2026	46	46	Male	21/07/2012	5024	165,06	46,80	167,20	0,75	-1,06
23/04/2026	47	47	Male	08/11/2010	5645	185,46	51,60	165,50	-0,70	-0,55
23/04/2026	48	48	Male	22/05/2012	5084	167,03	36,30	146,50	-2,10	-1,02
23/04/2026	49	49	Female	07/08/2012	5007	164,50	50,10	157,40	-0,23	0,31

23/04/2026	50	50	Female	28/06/2012	5047	165,82	54,30	160,20	0,13	0,59
23/04/2026	51	51	Female	30/11/2011	5258	172,75	57,00	153,30	-1,07	1,30
23/04/2026	52	52	Male	14/05/2012	5092	167,29	58,30	154,10	-1,13	1,73
23/04/2026	53	53	Male	09/03/2012	5158	169,46	88,00	163,50	-0,06	2,97
23/04/2026	54	54	Male	10/04/2012	5126	168,41	34,80	149,90	-1,75	-2,00
23/04/2026	55	55	Female	24/06/2012	5051	165,95	48,60	152,00	-1,05	0,55
23/04/2026	56	56	Female	14/02/2013	4816	158,23	62,80	166,80	1,39	1,16
23/04/2026	57	57	Male	27/03/2012	5140	168,87	54,40	158,80	-0,63	0,92
23/04/2026	58	58	Male	26/08/2012	4988	163,88	47,00	160,70	-0,01	-0,25
23/04/2026	59	59	Male	09/11/2011	5279	173,44	48,40	144,50	-2,77	1,28
23/04/2026	60	60	Female	23/06/2012	5052	165,98	72,60	160,90	0,23	2,15
23/04/2026	61	61	Male	21/08/2012	4993	164,04	46,30	154,90	-0,79	0,23
23/04/2026	62	62	Female	10/09/2012	4973	163,38	53,90	160,90	0,32	0,54
23/04/2026	63	63	Female	10/01/2013	4851	159,38	46,90	148,60	-1,28	0,76
23/04/2026	64	64	Female	24/11/2011	5264	172,94	61,40	159,60	-0,16	1,26
23/04/2026	65	65	Male	25/07/2012	5020	164,93	64,80	156,40	-0,66	2,16
23/04/2026	66	66	Female	01/06/2012	5074	166,70	48,50	158,40	-0,16	-0,06

23/04/2026	67	67	Female	10/07/2012	5035	165,42	51,30	149,70	-1,37	1,09
23/04/2026	68	68	Male	21/01/2012	5206	171,04	55,15	150,80	-1,81	1,59

Lampiran 8. Hasil SPSS

A.Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	20	29.4	29.4	29.4
	13	35	51.5	51.5	80.9
	14	12	17.6	17.6	98.5
	15	1	1.5	1.5	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

B.Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	45	66.2	66.2	66.2
	Perempuan	23	33.8	33.8	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

C.Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7-1	9	13.2	13.2	13.2
	7-2	9	13.2	13.2	26.5
	7-3	8	11.8	11.8	38.2
	7-4	9	13.2	13.2	51.5
	8-1	11	16.2	16.2	67.6
	8-2	11	16.2	16.2	83.8
	8-3	11	16.2	16.2	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

D.Konsumsi Minuman Berpemanis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang	32	47.1	47.1	47.1
	Sering	36	52.9	52.9	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

E.Status Gizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gizi Kurang	1	1.5	1.5	1.5
	Gizi Baik	29	42.6	42.6	44.1
	Gizi Lebih	26	38.2	38.2	82.4
	Obesitas	12	17.6	17.6	100.0
	Total	68	100.0	100.0	

F. Kategori * Status Gizi Crosstabulation

			Kategori		Total
			Jarang	Sering	
Status_gizi	Gizi Kurang	Count	0	1	1
		Expected Count	.5	.5	1.0
		% within Status_gizi	0.0%	100.0%	100.0%
	Gizi Baik	Count	15	14	29
		Expected Count	13.6	15.4	29.0
		% within Status_gizi	51.7%	48.3%	100.0%
	Gizi Lebih	Count	11	15	26
		Expected Count	12.2	13.8	26.0
		% within Status_gizi	42.3%	57.7%	100.0%
	Obesitas	Count	6	6	12
		Expected Count	5.6	6.4	12.0
		% within Status_gizi	50.0%	50.0%	100.0%
Total		Count	32	36	68
		Expected Count	32.0	36.0	68.0
		% within Status_gizi	47.1%	52.9%	100.0%

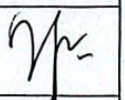
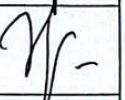
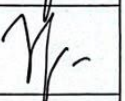
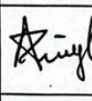
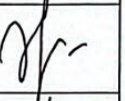
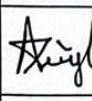
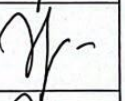
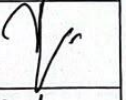
Lampiran 9. Bukti Bimbingan

Nama Mahasiswa : Aisyah Sakira Siregar

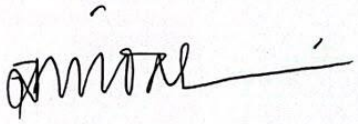
Nomor Induk Mahasiswa : P01031123002

Judul : Gambaran Kebiasaan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Status Gizi Remaja di SMP Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

No	Tanggal	Topik bahasan	T. Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1	20 Januari 2026	Penyerahan surat dan diskusi tentang topik penelitian kepada dosen pembimbing.		
2	23 Januari 2026	Mencari referensi jurnal		
3	26 Januari 2026	Mengajukan judul dan Acc judul		
4	03 Februari 2026	Mengumpulkan Bab 1-3 dan revisi bab 1		
5	05 Februari 2026	Revisi bab 2-3		
6	09 Februari 2026	Mengumpulkan dan revisi bab 1-3		
7	13 Februari 2026	Revisi Kuisioner		
8	25 Februari 2026	Revisi bab 1-3		
9	26 Februari 2026	Acc Proposal		
10	22 Mei	Revisian BAB IV dan BAB V		

	2026			
11	25 Mei 2026	Revisian BAB I – V		
12.	11 Juni 2026	Revisian karya tulis ilmiah dengan dosen pembimbing		
13.	22 Juni 2026	Revisian karya tulis ilmiah dengan dosen penguji I		
14.	20 Juli 2026	Revisian karya tulis ilmiah dengan dosen penguji II		
15.	23 Juli 2026	Abstrak		
16.	26 Agustus 2026	Turnitin		
17.	21 September 2026	Jilid Lux		

Lubuk Pakam, 21 September 2026



Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian













Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	:	Aisyah Sakira Siregar
Tempat/Tanggal Lahir	:	Padangsidimpuan, 09 November 2004
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Agama	:	Islam
Alamat Rumah	:	Jalan. Tanobato Gg.Padang Bolak, Kota Padangsidimpuan, Kecamatan Padangsidimpuan Utara, Kelurahan Tanobato
Nomor HP	:	081263458063

RIWAYAT PENDIDIKAN

SD	: SDN 200113 Tanobato
SLTP	: MTsN 1 Padangsidimpuan
SLTA	: SMAN 1 Padangsidimpuan

MOTTO :

“ Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.” QS.Al-Insyirah ayat 5-6