SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BAHAYA FAST FOOD DENGAN MEDIA VIDEO TIKTOK TERHADAP PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI FAST FOOD PADA SISWA SMA NEGERI 2 LUBUK PAKAM

CRISDE ADINDA BR PURBA

P01031222012

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

2026

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BAHAYA FAST FOOD DENGAN MEDIA VIDEO TIKTOK TERHADAP PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI FAST FOOD PADA SISWA SMA NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar S.Tr. Gz pada
Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Crisde Adinda Br Purba
P01031222012

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BAHAYA FAST FOOD DENGAN MEDIA VIDEO TIKTOK TERHADAP PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI FAST FOOD PADA SISWA SMA NEGERI 2 LUBUK PAKAM

Diusulkan Oleh

CRISDE ADINDA BR PURBA

P01031222012

Telah disetujui di Lubuk Pakam

Pada Tanggal 16 Oktober 2026

Pembimbing Utama

Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes

NIP. 197906142002122004

Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M. Kes

NIP. 197610232000032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Pengaruh Edukasi Bahaya *Fast Food* dengan Media Video Tiktok terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* pada Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

Crisde Adinda Br Purba

P01031222012

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal: 9 Juli 2026

Tim Penguji:

	Tanda Tangan
1. **Ketua : Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes**	.....
2. **Anggota 1 : Efendi Nainggolan, SKM, M. Kes**	.....
3. **Anggota 2 : Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M. Kes**	.....

Lubuk Pakam, 19 Oktober 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M. Kes

NIP. 197610232000032002



BIODATA PENULIS

Nama	: CRISDE ADINDA BR PURBA
Tempat/Tgl lahir	: Purbatua Etek, 14 Juni 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Purba Tua Etek, Kecamatan Silimakuta, Kabupaten Simalungun
Nomor HP	082289930913

RIWAYAT PENDIDKAN

1. SD : SD Negeri 095169 Purba Tua Etek
2. SLTP : SMP Swasta Santa Maria Kabanjahe
3. SLTA : SMA Negeri 1 Raya

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Crisde Adinda Br Purba
NIM	: P01031222012
Program Studi	: Diploma IV
Jurusan	: Gizi dan Dietetika
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Pengaruh Edukasi Bahaya Fast Food Dengan Media Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Dan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lubuk Pakam, 16 Oktober 2026



Crisde Adinda Br Purba

P01031222012

ABSTRAK

Pengaruh Edukasi Bahaya Fast Food dengan Media Video TikTok terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi Fast Food pada Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

Crisde Adinda Br Purba, Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan

crisdeaprb06@gmail.com

Latar belakang : Konsumsi fast food pada remaja perlu mendapat perhatian karena konsumsi berlebihan dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan. Edukasi gizi melalui media digital, khususnya video TikTok, dapat menjadi sarana penyampaian informasi yang sesuai dengan karakteristik remaja. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi bahaya fast food dengan media video TikTok terhadap pengetahuan dan frekuensi konsumsi fast food pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-eksperimen dan rancangan One Group Pre-Test Post-Test. Sampel penelitian sebanyak 40 siswa kelas XI yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner 15 pertanyaan, sedangkan frekuensi konsumsi fast food diukur menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ). Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui tiga topik video TikTok. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil : Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 11,80 sebelum edukasi menjadi 13,25 sesudah edukasi, dengan selisih 1,45 poin dan nilai p=0,001. Sebanyak 24 siswa (60,0%) berada pada kategori pengetahuan baik sebelum edukasi dan meningkat menjadi 34 siswa (85,0%) sesudah edukasi. Rata-rata skor FFQ menurun dari 19,83 menjadi 15,08. Sebanyak 27 siswa (67,5%) mengalami penurunan skor FFQ, 5 siswa (12,5%) tetap, dan 8 siswa (20,0%) meningkat. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p=0,000.

Kesimpulan/Saran : Terdapat pengaruh edukasi bahaya fast food dengan media video TikTok terhadap pengetahuan dan frekuensi konsumsi fast food pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam. Edukasi gizi melalui media digital dapat digunakan sebagai salah satu sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan mendorong penurunan konsumsi fast food pada remaja secara lebih optimal.

Kata kunci : Edukasi, Fast food, Pengetahuan, FFQ

ABSTRAK

The Effect of Education on the Dangers of Fast Food Using TikTok Video Media on Knowledge and Fast Food Consumption Frequency among Students at State Senior High School 2 Lubuk Pakam

Crisde Adinda Br Purba, Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
crisdeaprb06@gmail.com

Fast food consumption among adolescents requires attention because excessive consumption can increase the risk of health problems. Nutrition education through digital media, particularly TikTok videos, can serve as a means of information delivery tailored to the characteristics of adolescents. This study aims to determine the effect of education on the dangers of fast food using TikTok video media on knowledge and fast food consumption frequency among students at State Senior High School (*SMA Negeri*) 2 Lubuk Pakam.

This study used a quantitative approach with a quasi-experimental design and a One Group Pre-Test Post-Test arrangement. The research sample consisted of 40 eleventh-grade (*XI*) students selected using purposive sampling. Knowledge data were collected using a 15-question questionnaire, while fast food consumption frequency was measured using a Food Frequency Questionnaire (FFQ). Measurements were taken before and after the provision of education through three TikTok video topics. Data analysis was conducted using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

The average knowledge score increased from 11.80 before education to 13.25 after education, with a difference of 1.45 points and a value of $p = 0.001$. A total of 24 students (60.0%) were in the good knowledge category before education, which increased to 34 students (85.0%) after education. The average FFQ score decreased from 19.83 to 15.08. A total of 27 students (67.5%) experienced a decrease in FFQ score, 5 students (12.5%) remained unchanged, and 8 students (20.0%) experienced an increase. The Wilcoxon test results showed a value of $p = 0.000$.

There is an effect of education on the dangers of fast food using TikTok video media on knowledge and fast food consumption frequency among students at State Senior High School 2 Lubuk Pakam. Nutrition education through digital media can be used as an educational tool to improve knowledge and encourage a more optimal reduction in fast food consumption among adolescents.

Keywords: Education, Fast food, Knowledge, FFQ



25 SEP 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul "Pengaruh Edukasi Bahaya *Fast Food* dengan Media Video Tiktok terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* pada Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam" dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada Ibu Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M. Kes selaku pembimbing utama dengan penih kesabaran dan perhatian nya telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta motivasi hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan penulis untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Tengku Sri Wayuni, SST, M. Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
2. Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementarian Kesehatan Medan.
3. Dr. Rina Doriana Pasaribu, SKM, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Serjana Terapan Gizi Dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kementarian Kesehatan Medan.
4. Efendi S Nainggolan, SKM, M. Kes selaku dosen penguji I dan Dr. Rina Doriana SKM, M. Kes selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan dan saran demi penyempurnaan skripsi ini
5. Sari Manurung, S.Pd, M. Pd selaku kepala sekolah dan guru serta seluruh staff yang bekerja di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam, yang telah memberikan izin penelitian.
6. Seluruh responden yang telah bersedia membantu pelaksanaan penelitian .
7. Orang tua penulis J. Purba dan H. Br Damanik serta saudara/i penulis Crisdovier Purba, Yohana Destriani Purba dan Bandaralam Purba yang telah senantiasa memberikan dukungan, doa dan semangat selama penulis menempuh Pendidikan.
8. Seluruh dosen, instraktur dan staf Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Skripsi ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Lubuk Pakam, 16 Oktober 2026
Penulis
Crisde Adinda Br Purba

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN i
HALAMAN PENGESAHAN ii
BIODATA PENULIS iii
RIWAYAT PENDIDKAN iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iv
ABSTRAK v
ABSTRAK vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Penelitian 3
D. Manfaat Penelitian 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 5
A. Pengertian Siswa/Siswi dan Remaja 5
B. Fast Food 7
C. Pengetahuan 12
D. Edukasi Gizi 14
E. Media Video 16
F. Tiktok 18
G. Kerangka Teori 21
H. Kerangka Konsep 22
I. Definisi Operasional 22
J. Hipotesis 24
BAB III METODE PENELITIAN 25
A. Pendekatan Penelitian 25

B. Desain Penelitian 25
C. Lokasi dan Waktu Penelitian 26
D. Populasi dan Sampel.....26
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data 26
F. Tahapan Penelitian 28
G. Pengolahan dan Analisis Data 31
1. Pengolahan Data 31
H. Analisis Data.....32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....33
A. Hasil.....33
1. Gambaran Umum SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.....33
2. Letak Geografis SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.....33
3. Gambaran Karakteristik Responden 34
4. Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi Diberi Edukasi 35
5. Distribusi Jawaban Responden yang Paling Banyak Dipilih pada Pre-Test dan Post Test Terkait Pengetahun tentang Fast Food.....36
6. Distribusi Perubahan Skor Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food Melalui Media Video TikTok 37
7. Frekuensi Konsumsi Fast Food Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi (n=40) 37
8. Distribusi Perubahan Skor FFQ Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food Melalui Media Video Tiktok.....38
9. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Siswa Dalam Fast Food 39
B. Pembahasan 40
1. Nilai Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi.....40
2. Distribusi Pengetahuan jawaban sebelum dan sesudah edukasi 41
3. Perubahan Skor Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food melalui Media Video TikTok 42
4. Nilai Rata-Rata Frekuensi Konsumsi Makanan (FFQ) Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi 44
5. Perubahan Skor FFQ Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food melalui Media Video TikTok.....45

7. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Siswa.....46
8. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Tiktok Terhadap Frekuensi Konsumsi (FFQ) Siswa.....47
9. Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Penelitian Sebelumnya dan Kendala Interaksi Video TikTok.....48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 51
A. Kesimpulan.....51
B. Saran 51
DAFTAR PUSTAKA.....53
LAMPIRAN 55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional 22
Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur 34
Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin..... 34
Tabel 4. Pengetahuan Skor Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi .. 35
Tabel 5. Kategori Pengetahuan Siswa Pre-Test dan Post-Test..... 35
Tabel 6.Distribusi Frekuensi Jawaban Responden yang paling Banyak Dipilh pada Pre-Test dan Post-Test terkait Pengetahuan Fast Food 36
Tabel 7. Distribusi Perubahan Skor Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food Melalui Media Video TikTok..... 37
Tabel 8. Frekuensi Konsumsi Fast Food Sebelum dan Sesudah Diberi Edukasi .. 37
Tabel 9. Kategori Frekuensi Konsumsi Makanan Sebelum dan Sesudah Edukasi 38
Tabel 10. Distribusi Perubahan Skor FFQ Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Bahaya Fast Food Melalui Media Video Tiktok 38
Tabel 11. Perbedaan Skor Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Media Video Tiktok..... 39
Tabel 12. Perbedaan Skor FFQ Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Media Video TikTok..... 40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori 21
Gambar 2. Kerangka Konsep 22
Gambar 3. Tahapan Penelitian.....29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian 55
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian.....56
Lampiran 3. Informed Consent.....57
Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan tentang Fast Food 58
Lampiran 5. Materi Edukasi 63
Lampiran 6. Master Tabel Identitas.....78
Lampiran 7. Master Tabel Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test.....81
Lampiran 8. Hasil Olah Data.....92
Lampiran 9.Bukti Bimbingan 101
Lampiran 10. Ethical Clearance (EC).....103
Lampiran 11. Dokumentasi 104