



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, SIKAP, DAN TEMAN
SEBAYA DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD*
PADA REMAJA DI SMAN 6 DEPOK**

SKRIPSI

**CAHYA WULANDARI PUSPA NINGRUM
1910714020**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, SIKAP, DAN TEMAN
SEBAYA DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD*
PADA REMAJA DI SMAN 6 DEPOK**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

CAHYA WULANDARI PUSPA NINGRUM

1910714020

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Cahya Wulandari Puspa Ningrum
NIM : 1910714020
Tanggal : 23 Juni 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Juni 2023

Yang Menyatakan,



(Cahya Wulandari Puspa Ningrum)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Cahya Wulandari Puspa Ningrum
NIM : 1910714020
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Teman Sebaya dengan Pola Konsumsi *Fast Food* pada Remaja di SMAN 6 Depok**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 23 Juni 2023
Yang menyatakan,



Cahya Wulandari Puspa Ningrum

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Cahya Wulandari Puspa Ningrum
NIM : 1910714020
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Teman Sebaya dengan Pola Konsumsi *Fast Food* pada Remaja di SMAN 6 Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



A'immatul Fauziyah, S.Gz., M.Si

Ketua Penguji



Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si

Penguji II



Sintha Fransiske S. S.Gz., MKM

Pembimbing



Dr. Nur Intania Sofanita, S.Ikom., MKM

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana



Dusmanwati, S.Ikom., Sp.Mat., PhD

Dean FKIPES UPN "Veteran" Jakarta

Jakarta

Tanggal Ujian : 23 Juni 2023

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, SIKAP, DAN TEMAN SEBAYA DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD* PADA REMAJA DI SMAN 6 DEPOK

Cahya Wulandari Puspa Ningrum

Abstrak

Remaja merupakan masa saat individu cenderung merasa labil serta mudah dipengaruhi lingkungan dan perkembangan zaman. Salah satunya berdampak pada perubahan pola makan yang sehat, maupun pola makan yang tidak sehat seperti konsumsi *fast food*. Pola konsumsi *fast food* pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan gizi, sikap, dan teman sebaya. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku terhadap pemilihan makanan, remaja rentan terhadap pengaruh teman sebaya sehingga dapat memiliki perilaku mengonsumsi *fast food*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, sikap, dan teman sebaya dengan pola konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 6 Depok. Penelitian menggunakan desain studi *cross sectional* dengan teknik *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 108 partisipan. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner. Pengolahan data menggunakan uji *chi square*. Berdasarkan hasil uji statistik, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi *fast food* ($p\text{-value}=0,286$). Terdapat hubungan antara sikap ($p\text{-value}=0,000$), teman sebaya ($p\text{-value}=0,035$) dengan pola konsumsi *fast food*. Pengetahuan remaja mengenai pola konsumsi makanan bergizi seimbang perlu ditingkatkan dan didukung dengan sikap, serta teman yang baik agar berdampak pada pola konsumsi makan yang sehat.

Kata Kunci : Makanan Siap Saji, Pengetahuan Gizi, Sikap, Teman Sebaya

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND PEERS WITH FAST FOOD CONSUMPTION PATTERNS IN ADOLESCENTS AT SMAN 6 DEPOK

Cahya Wulandari Puspa Ningrum

Abstract

Adolescence is a period when individuals tend to feel unstable and are easily influenced by the environment and the passage of time. One of the impacts is healthy as well as unhealthy eating patterns, such as consumption of fast food. Various factors influence fast food consumption patterns in adolescents, such as nutritional knowledge, attitudes, and peers. Nutritional knowledge can influence attitudes and behaviors toward food choices. Adolescents are vulnerable to peer influence, which may affect their fast-food consumption behaviors. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional knowledge, attitude, and peers with fast-food consumption patterns among adolescents at SMAN 6 Depok. This study used a cross-sectional design with a stratified random sampling technique. The sample involved 108 participants. Data was collected by filling out questionnaires. Data processed using the chi-square test. Based on the statistical tests, there is no relationship between nutritional knowledge and fast-food consumption patterns (p -value = 0.286). There is a relationship between attitude (p -value = 0.000), peers (p -value = 0.035), and fast-food consumption patterns. Increased balanced nutritious food-related knowledge as well as good attitudes and peers are needed to create an impact on healthy eating patterns.

Keywords : Fast Food, Nutritional Knowledge, Attitude, Peers

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Teman Sebaya dengan Pola Konsumsi *Fast Food* pada Remaja di SMAN 6 Depok” dengan baik dan tepat waktu.

Penulis ucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM selaku Ketua Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu dan perhatiannya dalam membimbing, memberikan saran, kritik, dan motivasi yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam menyusun skripsi ini, dan Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si serta Ibu A’immatul Fauziah, S.Gz., M.Si selaku dosen penguji. Terima kasih kepada seluruh dosen Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada penulis. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Eko Priyanto dan Ibu R.R Sekarningrum Pudjiastuti, Kakak kandung Bagaskoro Hutomo, dan keluarga yang sangat penulis sayangi, yang telah memberikan dukungan serta doa tiada henti kepada penulis dalam menyusun skripsi ini. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada Kak Gagar Milenianti Artadini, dan teman-teman yang selalu menemani, membantu, dan memberikan dukungan serta saran kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penulis masih banyak memiliki keterbatasan pengetahuan, kemampuan, dan waktu dalam menyusun skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Jakarta, 23 Februari 2023

Penulis

Cahya Wulandari Puspa Ningrum

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja.....	7
II.2 Pola Konsumsi <i>Fast Food</i>	8
II.3 Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Konsumsi <i>Fast Food</i>	12
II.4 Dampak Konsumsi <i>Fast Food</i>	19
II.5 Matriks Pendahulu.....	23
II.6 Kerangka Teori	27
II.7 Kerangka Konsep	27
II.8 Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	28
III.2 Desain Penelitian.....	28
III.3 Populasi dan Sampel	28
III.4 Pengumpulan Data	32
III.5 Etik Penelitian	35
III.6 Definisi Operasional.....	36
III.7 Analisis Data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	42
IV.2 Hasil Analisis Univariat.....	42
IV.3 Analisis Bivariat	50

BAB V PENUTUP.....	57
V.1 Kesimpulan.....	57
V.2 Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Matriks Pendahuluan.....	23
Tabel 2	Besar Minimal Sampel.....	29
Tabel 3	Stratified Random Sampling.....	31
Tabel 4	Definisi Operasional.....	36
Tabel 5	Hasil Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan Gizi.....	38
Tabel 6	Hasil Uji Validitas Kuesioner Sikap.....	39
Tabel 7	Hasil Uji Validitas Kuesioner Teman Sebaya.....	39
Tabel 8	Hasil Uji Reliabilitas	40
Tabel 9	Uji Normalitas	40
Tabel 10	Gambaran Karakteristik Partisipan	43
Tabel 11	Distribusi Variabel Penelitian	44
Tabel 12	Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan	46
Tabel 13	Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Konsumsi Fast Food	50
Tabel 14	Hubungan Sikap dengan Pola Konsumsi Fast Food	52
Tabel 15	Hubungan Teman Sebaya dengan Pola Konsumsi Fast Food	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Fast Food Western	9
Gambar 2	Fast Food Lokal.....	9
Gambar 3	Fast Food RTE.....	10
Gambar 4	Fast Food RTC	11
Gambar 5	Paparan Media.....	13
Gambar 6	Media Sosial.....	18
Gambar 7	Obesitas atau Kegemukan	19
Gambar 8	Hipertensi	20
Gambar 9	Diabetes	20
Gambar 10	Kanker	21
Gambar 11	PJK	21
Gambar 12	Stroke	22
Gambar 13	Kerangka Teori	27
Gambar 14	Kerangka Konsep	27
Gambar 15	Alur Pengumpulan Data	34
Gambar 16	SMAN 6 Depok.....	42
Gambar 17	Distribusi Frekuensi Jenis Fast Food	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Etik Penelitian
- Lampiran 2 Kartu Monitor
- Lampiran 3 Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 Uji Validitas
- Lampiran 5 Penjelasan Setelah Persetujuan (PSP)
- Lampiran 6 Lembar Informed Consent
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Hasil Turnitin