



**HUBUNGAN BERAT BADAN LAHIR, SINDROM MAKAN  
MALAM, ASUPAN SERAT, DAN SOSIAL EKONOMI  
KELUARGA DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA  
USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI 6 DEPOK TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

**SALSABILA ATHIRAH PUTRI**

**1910714037**

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



**HUBUNGAN BERAT BADAN LAHIR, SINDROM MAKAN  
MALAM, ASUPAN SERAT, DAN SOSIAL EKONOMI  
KELUARGA DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA  
USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI 6 DEPOK TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

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

**SALSABILA ATHIRAH PUTRI**

**1910714037**

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

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Salsabila Athirah Putri

NIM : 1910714037

Tanggal : 30 Juni 2023

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

Jakarta, 30 Juni 2023

Yang Menyatakan,



(Salsabila Athirah Putri)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

---

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

Nama : Salsabila Athirah Putri

NIM : 1910714037

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 Berat Badan Lahir, Sindrom Makan Malam, Asupan Serat, dan Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMA Negeri 6 Depok Tahun 2023”**

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 : 30 Juni 2023

Yang Menyatakan,



(Salsabila Athirah Putri)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Salsabila Athirah Putri  
NRP : 1910714037  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Berat Badan Lahir, Sindrom Makan Malam, Asupan Serat dan Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMA Negeri 6 Depok Tahun 2023

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



Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM

Ketua Penguji



Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz., M.Si

Penguji III (Pembimbing)



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM

Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 30 Juni 2023

# HUBUNGAN BERAT BADAN LAHIR, SINDROM MAKAN MALAM, ASUPAN SERAT, DAN SOSIAL EKONOMI KELUARGA DENGAN STATUS GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI 6 DEPOK TAHUN 2023

Salsabila Athirah Putri

## Abstrak

Status gizi lebih merupakan penimbunan lemak yang berlebih dalam tubuh sehingga memicu berbagai masalah kesehatan seperti berbagai macam penyakit tidak menular. Prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun sebesar 13,5%. Dalam 5 tahun terakhir terjadi peningkatan jumlah gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor risiko status gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun. Desain penelitian ini adalah studi *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini merupakan 100 remaja usia 16-18 tahun kelas X dan XI di SMA Negeri 6 Depok yang diambil menggunakan *stratified random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah uji *chi-square* dan regresi logistik ganda. Hasil analisis bivariat ditemukan ada hubungan berat badan lahir ( $p=0,033$ ;OR=11,9) dan sindrom makan malam ( $p=0,001$ ;OR=6,5) dengan status gizi lebih dan tidak adanya hubungan antara asupan serat ( $p=0,5$ ), pendapatan orang tua ( $p=0,47$ ), pendidikan ayah ( $p=0,25$ ), pendidikan ibu ( $p=0,33$ ), pekerjaan ayah ( $p=0,5$ ) dan pekerjaan ibu (0,17) dengan status gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa sindrom makan malam memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi lebih pada penelitian ini ( $p=0,002$  ; AOR 6,5 ; 95% CI 1,9-21,6).

**Kata Kunci:** asupan serat, berat badan lahir, sindrom makan malam, sosial ekonomi keluarga, status gizi lebih

# **ASSOCIATION BETWEEN BIRTH WEIGHT, NIGHT EATING SYNDROME, FIBER INTAKE, AND SOCIOECONOMIC STATUS WITH OVERNUTRITION AMONG ADOLESCENTS AGED 16-18 YEARS IN SMA NEGERI 6 DEPOK**

**Salsabila Athirah Putri**

## **Abstract**

Overnutrition is an excessive amount of body fat that cause various health problems, such as various non-communicable diseases. The prevalence of overnutrition among adolescents aged 16-18 years is 13.5%. In the past 5 years, there has been an increase in the number of overnutrition adolescents aged 16-18 years in Indonesia. This study aims to analyze the risk factors for overnutrition among adolescents aged 16-18 years. The design of this study is a cross-sectional study. The sample in this study consists of 100 adolescents aged 16-18 years in the 10th and 11th grades of SMA Negeri 6 Depok, selected using stratified random sampling. The data analysis used chi-square test and multiple logistic regression. The results of bivariate analysis found a relationship between birth weight ( $p=0.033$ ;OR=11.9) and night eating syndrome ( $p=0.001$ ;OR=6.5) with overnutrition, and no relationship was found between fiber intake ( $p=0.5$ ), parental income ( $p=0.47$ ), father's education ( $p=0.25$ ), mother's education ( $p=0.33$ ), father's occupation ( $p=0.5$ ), and mother's occupation (0.17) with overnutrition among adolescents in SMAN 6 Depok. The results of multivariate analysis showed that night eating syndrome has a significant association with overnutrition in this study ( $p=0.002$ ; AOR 6.5; 95% CI 1.9-21.6).

**Keywords:** birth weight, fiber intake, night eating syndrome, overnutrition, socioeconomic status

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya penelitian ini dapat terlaksana dengan baik dengan judul “Hubungan Berat Badan Lahir, Sindrom Makan Malam, Asupan Serat, dan Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMA Negeri 6 Depok Tahun 2023”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz, M.Si, selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini, Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM selaku dosen penguji 1 dan Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM, selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana dan dosen penguji 2 yang telah memberikan kritik dan saran yang bermanfaat, serta kepada seluruh dosen Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah bersedia memberikan ilmu yang bermanfaat.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada responden penelitian serta pihak sekolah yang telah berpartisipasi dalam proses pengambilan data. Kepada Mama dan Papa yang telah memberikan dukungan moral dan material. Kepada sahabat seperjuangan, Novita, Ulfiyah, Bella, Syahna, dan Azimah yang telah kebersamai penulis hingga saat ini. Kepada Cantika selaku sahabat sejak SMP dan Regina yang selalu memberikan dukungan kepada penulis serta kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan bermanfaat kedepannya baik untuk penulis maupun pembaca.

Jakarta, 30 Juni 2023

Penulis,

Salsabila Athirah Putri



## 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.....	6
I.3 Tujuan Penelitian .....	7
I.4 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
II.1 Remaja .....	9
II.2 Status Gizi.....	13
II.3 Gizi Lebih .....	15
II.4 Berat Badan Lahir.....	16
II.5 Sindrom Makan Malam .....	18
II.6 Asupan Serat.....	20
II.7 Sosial Ekonomi Keluarga .....	23
II.8 Matriks Pendahulu.....	26
II.9 Kerangka Teori .....	30
II.10 Kerangka Konsep.....	31
II.11 Hipotesis .....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
III.2 Desain Penelitian .....	33
III.3 Populasi dan Sampel.....	33
III.4 Pengumpulan Data.....	37
III.5 Etik Penelitian.....	40
III.6 Definisi Operasional .....	41
III.7 Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	47
IV.2 Analisis Univariat .....	48
IV.3 Analisis Bivariat .....	56
IV.4 Analisis Multivariat .....	65

IV.5 Keterbatasan Penelitian .....	68
BAB V PENUTUP .....	69
V.1 Kesimpulan .....	69
V.2 Saran .....	69
DAFTAR PUSTAKA .....	71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori IMT/U Remaja .....	14
Tabel 2. Matriks Penelitian Terdahulu .....	26
Tabel 3. Jumlah Sampel .....	34
Tabel 4. Jumlah Sampel Siswa dan Siswi per Kelas .....	36
Tabel 5. Definisi Operasional.....	41
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Kuesioner Sindrom Makan Malam.....	44
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Sindrom Makan Malam .....	45
Tabel 8. Sebaran Responden Berdasarkan Status Gizi.....	48
Tabel 9. Sebaran Responden Berdasarkan Variabel .....	49
Tabel 10. Distribusi Sebaran Responden Berdasarkan Tingkat Sosial Ekonomi Keluarga.....	54
Tabel 11. Hubungan Berat Badan Lahir dengan Status Gizi (IMT/U).....	56
Tabel 12. Hubungan Sindrom Makan Malam dengan Status Gizi (IMT/U).....	58
Tabel 13. Hubungan Asupan Serat dengan Status Gizi (IMT/U).....	60
Tabel 14. Hubungan Sosial Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi (IMT/U).....	61
Tabel 15. Hasil Analisis Bivariat Antara Variabel Independen dengan Variabel Dependen Untuk Seleksi Pemodelan Multivariat.....	65
Tabel 16. Permodelan Awal Analisis Multivariat.....	66
Tabel 17. Permodelan Akhir Analisis Multivariat.....	66

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori .....	30
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	31
Gambar 3. Prosedur Pengumpulan Data .....	39
Gambar 4. Profil SMA Negeri 6 Depok.....	47

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 3. Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4. Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5. Informed Consent
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Hasil Analisis Statistik
- Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 10. Hasil Turnitin