



**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL,  
KADAR HEMOGLOBIN, ASUPAN MAKAN, DAN SOSIAL  
EKONOMI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMA  
BUDHI WARMAN II JAKARTA**

**SKRIPSI**

**RIZKA AMELIA**

**1910714052**

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



**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL,  
KADAR HEMOGLOBIN, ASUPAN MAKAN, DAN SOSIAL  
EKONOMI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMA  
BUDHI WARMAN II JAKARTA**

**SKRIPSI**

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

**RIZKA AMELIA**

**1910714052**

**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 : Rizka Amelia

NIM : 1910714052

Tanggal : 3 Juli 2023

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

Jakarta, 3 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Rizka Amelia)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Rizka Amelia  
NIM : 1910714052  
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 Durasi Penggunaan Media Sosial, Kadar Hemoglobin, Asupan Makan, dan Sosial Ekonomi terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA Budhi Warman II Jakarta”

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 : 3 Juli 2023

Yang Menyatakan,



(Rizka Amelia)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

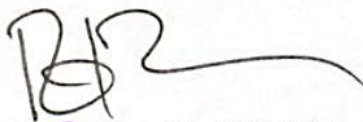
Nama : Rizka Amelia  
NRP : 1910714052  
Program Studi : Gizi Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial, Kadar Hemoglobin, Asupan Makan, dan Sosial Ekonomi terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA Budhi Warman II Jakarta

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.



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

Ketua Penguji



Nanang Nasrullah, S.TP., M.Si

Penguji II



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



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp. Mat., PhD

Dekan FIKES UPNVJ

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 03 Juli 2023

# HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL, KADAR HEMOGLOBIN, ASUPAN MAKAN, DAN SOSIAL EKONOMI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMA BUDHI WARMAN II JAKARTA

Rizka Amelia

## Abstrak

**Latar Belakang:** Berdasarkan hasil tes PISA tahun 2018, prestasi belajar siswa Indonesia masih jauh dibawah rata-rata global. Prestasi belajar yang rendah ini menandakan kualitas sumber daya manusia yang rendah dan akan sulit bersaing dengan negara lain. Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara durasi penggunaan media sosial, kadar hemoglobin, asupan makan, dan sosial ekonomi dengan prestasi belajar siswa di SMA Budhi Warman II Jakarta. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan metode kuantitatif yang melibatkan 109 responden kelas X dan XI menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Uji statistic yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi-Square*. **Hasil:** Terdapat hubungan antara prestasi belajar bidang membaca dengan kadar hemoglobin dan asupan energi ( $p\ value = 0,000$  dan  $0,033$ ). Terdapat hubungan antara prestasi belajar bidang menghitung dengan asupan energi ( $p\ value = 0,016$ ). Tidak terdapat hubungan antara durasi penggunaan media sosial dan sosial ekonomi dengan prestasi belajar siswa. **Kesimpulan:** Prestasi belajar siswa memiliki hubungan dengan kadar hemoglobin dan asupan makan siswa.

**Kata Kunci:** Asupan Makan, Durasi Penggunaan Media Sosial, Kadar Hemoglobin, PISA, Prestasi Belajar, Sosial Ekonomi

# **HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL, KADAR HEMOGLOBIN, ASUPAN MAKAN, DAN SOSIAL EKONOMI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMA BUDHI WARMAN II JAKARTA**

**Rizka Amelia**

## **Abstract**

**Background:** Based on the result of PISA 2018, Indonesia's academic achievement among students is still below the global's average score. The low academic achievement is a reflection of a low human resources quality and this will affect on the difficulty to compete with other country. There are two factors that affects student's academic achievement, an internal and external factor. **Objective:** To determine the relationship of social media usage time, hemoglobin level, food intake, and social-economic to student's academic achievement of SMA Budhi Warman II Jakarta. **Method:** This study used a cross-sectional study design with quantitative method that involves 109 respondents from grade X and XI. Purposive sampling was the sampling method that is used on this study. **Result:** There is a relationship between academic achievement on reading with hemoglobin level and energy intake (p value = 0,000 and 0,033). There is a relationship between academic achievement on math with energy intake (p value = 0,016). There is no relationship between social media usage time and social-economic with student's academic achievement. **Conclusion:** Student's academic achievement have a relation to hemoglobin level and food intake.

**Keyword:** Academic Achievement, Food Intake, Hemoglobin Level, PISA, Social-Economic, Social Media Usage Time

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang melimpah sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik. Judul yang dipilih penulis dalam proposal ini adalah Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial, Kadar Hemoglobin, Asupan Makan, dan Sosial Ekonomi terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA Budhi Warman II Jakarta.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing, Bapak Nanang Nasrulloh, STP., M.Si selaku dosen penguji II, serta Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM selaku dosen penguji utama yang telah memberikan penulis saran serta arahan yang terbaik dan sangat bermanfaat. Tidak lupa juga penulis ucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah bersedia membagikan ilmu yang bermanfaat.

Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua, kakak, sepupu, serta para sahabat dan teman-teman yang tanpa henti memberikan bantuan baik secara moral maupun materil selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada pihak sekolah khususnya Ibu Endang selaku Kepala Kurikulum yang telah menyambut baik dan membantu penulis melaksanakan penelitian di SMA Budhi Warman II Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis sangat menghargai jika terdapat kritik dan saran dari para pembaca agar menjadi masukan untuk penelitian ini.

Jakarta, 26 Juni 2023

Penulis

Rizka Amelia



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....	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.....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	3
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Remaja .....	5
II.2 Prestasi Belajar .....	6
II.3 Media Sosial .....	10
II.4 Kadar Hemoglobin.....	14
II.5 Asupan Makan .....	15
II.6 Sosial Ekonomi .....	17
II.7 Matriks Penelitian.....	20
II.8 Kerangka Teori .....	23
II.9 Kerangka Konsep.....	23
II.10 Hipotesis Penelitian .....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
III.2 Desain Penelitian .....	25
III.3 Populasi dan Sampel.....	25
III.4 Pengumpulan Data.....	27
III.5 Etik Penelitian.....	30
III.6 Definisi Operasional .....	31
III.7 Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	34
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	34
IV.2 Analisis Univariat .....	35
IV.3 Analisis Bivariat .....	42
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	58

BAB V PENUTUP.....	59
V.1 Kesimpulan.....	59
V.2 Saran .....	60
DAFTAR PUSTAKA .....	61
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Kadar Hemoglobin .....	14
Tabel 2	Angka Kecukupan Gizi Remaja .....	16
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu .....	20
Tabel 4	Definisi Operasional .....	31
Tabel 5	Sebaran Responden Berdasarkan Prestasi Belajar.....	35
Tabel 6	Sebaran Responden Berdasarkan Variabel.....	36
Tabel 7	Gambaran Asupan Makan Responden .....	40
Tabel 8	Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Prestasi Belajar Bidang Membaca .....	43
Tabel 9	Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Prestasi Belajar Bidang Sains .....	44
Tabel 10	Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Prestasi Belajar Bidang Menghitung .....	44
Tabel 11	Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Prestasi Belajar Membaca .....	46
Tabel 12	Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Prestasi Belajar Sains.....	46
Tabel 13	Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Prestasi Belajar Bidang Menghitung.....	47
Tabel 14	Hubungan Asupan Energi dengan Prestasi Belajar .....	48
Tabel 15	Hubungan Asupan Protein dengan Prestasi Belajar .....	50
Tabel 16	Hubungan Asupan Lemak dengan Prestasi Belajar.....	51
Tabel 17	Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Prestasi Belajar .....	52
Tabel 18	Hubungan Pendidikan Ayah dengan Prestasi Belajar .....	53
Tabel 19	Hubungan Pendidikan Ibu dengan Prestasi Belajar.....	54
Tabel 20	Hubungan Pekerjaan Ayah dengan Prestasi Belajar.....	55
Tabel 21	Hubungan Pekerjaan Ibu dengan Prestasi Belajar.....	56
Tabel 22	Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Prestasi Belajar .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	23
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	23
Gambar 3	SMA Budhi Warman II Jakarta.....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Sebelum Penelitian
- Lampiran 6 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7 Output SPSS Uji Bivariat
- Lampiran 8 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 9 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme