



HUBUNGAN KEBIASAAN BERMAIN *GAME ONLINE*, UANG SAKU, DAN KONSUMSI *FAST FOOD* TERHADAP STATUS GIZI REMAJA PUTRA DI SMP NEGERI 12 KOTA DEPOK

SKRIPSI

ZAHRAH ALICYA ANDINI

2010714016

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2024



**HUBUNGAN KEBIASAAN BERMAIN *GAME ONLINE*, UANG
SAKU DAN KONSUMSI *FAST FOOD* TERHADAP STATUS
GIZI REMAJA PUTRA DI SMP NEGERI 12 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

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

ZAHRAH ALICYA ANDINI

2010714016

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Zahrah Alicya Andini
NIM : 2010714016
Tanggal : 25 Juni 2024

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

Jakarta, 25 Juni 2024

Yang Menvatakan



9C5AKX451678066
(Zahrah Alicya Andini)

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Zahrah Alicya Andini

NIM : 2010714016

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 Kebiasaan Bermain *Game Online*, Uang Saku dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Status Gizi Remaja Putra di SMP Negeri 12 Kota 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: 25 Juni 2024

Yang menyatakan,



Zahrah Alicya Andini

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Zahrah Alicya Andini
NIM : 2010714016
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Hubungan Kebiasaan Bermain *Game Online*,
Uang Saku, dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap
Status Gizi Remaja Putra di SMP Negeri 12 Kota
Depok

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



Nanang Nasrulloh, STP., M.Si.
Ketua Penguji

Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., MKM
Penguji I (Pembimbing)

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

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 25 – Juni - 2024

HUBUNGAN KEBIASAAN BERMAIN *GAME ONLINE*, UANG SAKU, DAN KONSUMSI *FAST FOOD* TERHADAP STATUS GIZI REMAJA PUTRA DI SMP NEGERI 12 KOTA DEPOK

Zahrah Alicya Andini

Abstrak

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi status gizi indeks massa tubuh menurut usia atau IMT/U pada remaja laki – laki usia 13 – 15 Tahun dalam kategori sangat kurus sebanyak 2,8%, kurus sebanyak 8,9%, gemuk 10,7% dan obesitas sebanyak 5,3%. Gaya hidup remaja cenderung mengikuti perkembangan zaman salah satunya kemajuan teknologi informasi, 8,2% remaja dari penduduk indonesia menggunakan *smartphone* untuk bermain *video game*. Salah satu karakteristik remaja ialah mudah terpengaruh, remaja cenderung mudah dipengaruhi gaya hidup dalam faktor bermain dan pola makan khususnya *fast food*, hal ini dipengaruhi uang saku sebagai faktor eksternal. Kebiasaan dan perilaku yang dari faktor -faktor tersebut mempengaruhi status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebiasaan bermain *game online*, uang saku dan konsumsi *fast food* terhadap status gizi remaja putra di SMP Negeri 12 Kota Depok. Penelitian ini dilakukan berdasarkan observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi sebanyak 696 orang dengan subyek penelitian berjumlah 125 orang berdasarkan teknik *stratified random sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah *chi – square*. Berdasarkan hasil temuan peneliti, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan bermain dengan status gizi remaja di SMP Negeri 12 Depok ($p\ value\ 0,046 < 0,005$) dan uang saku dengan status gizi ($p\ value\ 0,020 < 0,005$).

Kata Kunci : Game Online, Uang Saku, Konsumsi *Fast Food* dan Status Gizi

THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE GAMING HABITS, POCKET MONEY, AND FAST FOOD CONSUMPTION ON THE NUTRITIONAL STATUS OF YOUNG MEN IN SMP NEGERI 12 DEPOK CITY

Zahrah Alicya Andini

Abstract

Based on Basic Health Research (Riskesdas) in 2018, the prevalence of nutritional status of the body mass index by age or BMI / U in adolescent boys aged 13-15 years in the very thin category as much as 2.8%, underweight as much as 8.9%, fat 10.7% and obesity as much as 5.3%. The lifestyle of teenagers tends to keep up with the times, one of which is the advancement of information technology, 8.2% of teenagers from the Indonesian population use smartphones to play video games. One of the characteristics of adolescents is easily influenced, adolescents tend to be easily influenced by lifestyle in play factors and diet, especially fast food, this is influenced by pocket money as an external factor. The habits and behaviors of these factors affect nutritional status. This study aims to determine the habits of playing online games, pocket money and fast food consumption on the nutritional status of adolescent boys in SMP Negeri 12 Depok City. This study was conducted based on observational analytics with a cross-sectional research design. The population was 696 people with 125 subjects based on stratified random sampling techniques. The statistical test used is chi – square. Based on the findings of researchers, it shows that there is a relationship between play addiction and nutritional status of adolescents in SMP Negeri 12 Depok (p value $0.046 < 0.005$) and pocket money with nutritional status (p value $0.020 < 0.005$).

Keywords: *Online Games, Pocket Money, Fast Food Consumption and Nutritional Status*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya tulis ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah Hubungan Kebiasaan Bermain *Game Online*, Uang Saku, dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Status Gizi Remaja Putra di SMP Negeri 12 Depok. Terima kasih penulis ucapkan kepada ibu Dr. Nur Intania Sofianita, MKM selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat dan membantu hingga karya tulis ilmiah ini diselesaikan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, MKM selaku kepala program studi Gizi Program Sarjana dan dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Nanang Nasrulloh, STP, M.Si selaku dosen penguji yang telah memberikan saran agar skripsi ini dapat lebih baik lagi.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Alm Jumanang (Ayah), Ibu Irma Suryani (Ibu), serta Sofi Claudia Sifa (Adik) yang tiada hentinya memberikan doa, motivasi, dukungan dan semangat dengan penuh secara moral dan materil kepada penulis. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman – teman, khususnya Miwraa, Resty, Adel, Dita dan Adis yang selalu memberikan semangat, motivasi serta meluangkan waktunya untuk membantu, menerima kekurangan dan mendengarkan keluh kesah penulis.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan baik dari segi isi hingga tata bahasa. Oleh karena itu, penulis berharap kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.

Jakarta, 22 Juni 2024

Penulis

Zahrah Alicya Andini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
Abstrak.....	v
Abstract.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Remaja	6
II.1 Status Gizi.....	11
II.2 Game Online	17
II.3 Konsumsi <i>Fast Food</i>	25
II.4 Uang Saku.....	28
II.5 Matriks Penelitian Terdahulu	30
II.6 Kerangka Teori	34
II.7 Kerangka Konsep	35
II.8 Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
III.2 Desain Penelitian	37
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian	37
III.4 Metode Pengumpulan Data.....	41
III.5 Etika Penelitian	51
III.6 Definisi Operasional	52
III.7 Analisis Data.....	56

III.8 Timeline Penelitian	59
BAB IV	61
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	61
IV.2 Data Keseluruhan Siswa dan Siswi SMP Negeri 12 Kota Depok	62
IV.3 Hasil Analisis Univariat	63
IV.4 Keterbatasan Penelitian	89
BAB V.....	90
V.1 Kesimpulan	90
V.2 Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	93
RIWAYAT HIDUP.....	102

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Status Gizi Remaja	15
Tabel 2 Matriks Penelitian Terdahulu	30
Tabel 3 Nilai P1 dan P2 pada penelitian sebelumnya	39
Tabel 5 Jumlah Sampel per kelas	40
Tabel 4 Definisi Operasional	52
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Frekuensi dan Durasi bermain game online	57
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Variabel Kecanduan bermain game online	57
Tabel 7 Hasil Uji Validitas Variabel Uang Saku.....	57
Tabel 8 Hasil Uji Reliabilitas Variabel	58
Tabel 9 <i>Timeline</i> Penelitian	59
Tabel 10 Jumlah Keseluruhan Siswa dan Siswi SMP Negeri 12 Kota Depok.....	62
Tabel 11 Distribusi Subjek Penelitian	62
Tabel 12 Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin	63
Tabel 13 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Remaja.....	64
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Jumlah Permainan, Permainan yang paling sering dimainkan, Frekuensi dan Durasi Bermain	66
Tabel 15 Nilai Minimum dan Maximum Jumlah Uang untuk <i>game online</i>	67
Tabel 16 Distribusi Frekuensi Kecanduan <i>Game Online</i>	69
Tabel 17 Distribusi Frekuensi Uang Saku per hari	70
Tabel 18 Nilai Minimum dan Maximum Jumlah Uang Saku per hari	71
Tabel 19 Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Fast Food	72
Tabel 20 Nilai Minimum dan Maximum Jumlah Konsumsi <i>Fast Food</i> (kkal).....	74
Tabel 21 Nilai Minimum dan Maximum Jumlah Uang	75
untuk membeli Fast Food	75
Tabel 22 Hubungan Frekuensi dan Durasi Bermain <i>Game Online</i> dengan Status Gizi Remaja	76
Tabel 23 Hubungan Kecanduan Bermain <i>Game Online</i> dengan Status Gizi.....	79
Tabel 24 Hubungan Uang Saku dengan Status Gizi	81
Tabel 25 Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Status Gizi.....	82

Tabel 26 Hubungan Jenis Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Status Gizi	84
Tabel 27 Hubungan Jumlah Konsumsi <i>Fast Food</i> per hari dengan Status Gizi ...	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	34
Gambar 2 Kerangka Konsep	35
Gambar 3 Hasil Perhitungan Sampel	39
Gambar 4 Prosedur Pengambilan Data.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Etik Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3. Surat Izin Pengambilan dan Pengumpulan Data
- Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian di SMPN 12 Kota Depok
- Lampiran 5. Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 6. Lembar Penjelasan Setelah Persetujuan (PSP)
- Lampiran 7. *Informed Consent*
- Lampiran 8. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9. Formulir SQ-FFQ
- Lampiran 10. Daftar Jenis *Fast food SQ-FFQ*
- Lampiran 11. *Nilai Breakdown Zat Gizi Fast Food SQ-FFQ*
- Lampiran 12. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner
- Lampiran 13. Hasil Output SPSS
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 16. Hasil Uji Turnitin