



**HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA, PAPARAN INFORMASI
DI MEDIA SOSIAL, DAN POLA MAKAN DENGAN GIZI LEBIH
PADA REMAJA USIA 15-18 TAHUN DI SMAN 6 DEPOK**

SKRIPSI

WAHYUNINGTYAS PUTRI

2010714049

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



**HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA, PAPARAN INFORMASI
DI MEDIA SOSIAL, DAN POLA MAKAN DENGAN GIZI LEBIH
PADA REMAJA USIA 15-18 TAHUN DI SMAN 6 DEPOK**

SKRIPSI

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

WAHYUNINGTYAS PUTRI

2010714049

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Wahyuningtyas Putri

NRP : 2010714049

Tanggal : 02 Juli 2024

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

Jakarta, 02 Juli 2024

Yang Menyatakan,



(Wahyuningtyas Putri)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Wahyuningtyas Putri
NRP : 2010714049
Fakultas : 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 Peran Teman Sebaya, Paparan Informasi di Media Sosial, dan Pola Makan dengan Gizi Lebih pada Remaja Usia 15-18 Tahun 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 : 02 Juli 2024

Yang menyatakan,



Wahyuningtyas Putri

PENGESAHAN


Skripsi diajukan oleh:

Nama : Wahyuningtyas Putri
NIM : 2010714049
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Hubungan Peran Teman Sebaya, Paparan Informasi di Media Sosial, dan Pola Makan dengan Gizi Lebih pada Remaja Usia 15-18 Tahun 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.



Dr. Fidia Ayu Arini, S.KM., MKM

Ketua Penguji


Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH

Penguji I (Pembimbing)


Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., PhD
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM
Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di: Jakarta

Tanggal Ujian: 2 Juli 2024

HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA, PAPAN INFORMASI DI MEDIA SOSIAL, DAN POLA MAKAN DENGAN GIZI LEBIH PADA REMAJA USIA 15-18 TAHUN DI SMAN 6 DEPOK

Wahyuningtyas Putri

Abstrak

Gizi lebih merupakan masalah gizi yang kerap dialami remaja. RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan prevalensi remaja berstatus gizi gemuk (11,2%) dan obesitas (4,8%). Di Kota Depok, remaja usia 16-18 tahun memiliki prevalensi status gizi gemuk (6,2%) dan obesitas (1,4%). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan peran teman sebaya, paparan informasi makanan di media sosial, dan pola makan dengan gizi lebih pada remaja usia 15-18 tahun di SMAN 6 Depok. Desain penelitian ini adalah *cross-sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 108 responden remaja yang berusia 15-18 tahun kelas X dan XI di SMAN 6 Depok dan menggunakan metode *stratified random sampling*. Instrumen pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *Peer Pressure Questionnaire (PPSQ)*, *Scale of Effect of Social Media on Eating Behaviour (SESMEB)*, dan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*. Hasil analisis univariat menunjukkan adanya kejadian gizi lebih di SMAN 6 Depok sebesar 33,3%. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* mengindikasikan adanya hubungan peran teman sebaya ($p\text{-value} = 0,000$) dan pola makan ($p\text{-value} = 0,000$) dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Sedangkan tidak ada hubungan paparan informasi di media sosial ($p\text{-value} = 0,681$) dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara peran teman sebaya dan pola makan dengan gizi lebih, serta tidak ada hubungan antara paparan informasi di media sosial dengan gizi lebih pada remaja di SMAN 6 Depok. Disarankan untuk lebih memperhatikan masalah pola makan dan lingkungan sekitar remaja untuk mengurangi kejadian gizi lebih.

Kata Kunci: Teman Sebaya, Sosial Media, Pola Makan, Gizi Lebih.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER INFLUENCE, EXPOSURE TO SOCIAL MEDIA INFORMATION, AND DIETARY PATTERNS WITH OVERWEIGHT IN ADOLESCENTS AGED 15-18 YEARS AT SMAN 6 DEPOK

Wahyuningtyas Putri

Abstract

Overweight is a common nutritional issue among adolescents. The 2018 Riskesdas survey indicated a prevalence of overweight (11.2%) and obesity (4.8%) among adolescents. In Depok City, adolescents aged 16-18 had a prevalence of overweight (6.2%) and obesity (1.4%). This study aimed to investigate the relationship between peer influence, exposure to food information on social media, dietary patterns, and overweight among 15-18-year-old students at SMAN 6 Depok. The research design was cross-sectional, with 108 respondents from grades 10 and 11 selected using stratified random sampling. Data collection instruments included the Peer Pressure Questionnaire (PPSQ), Scale of Effect of Social Media on Eating Behavior (SESMEB), and Food Frequency Questionnaire (FFQ). Univariate analysis showed an overweight rate of 33.3% at SMAN 6 Depok. Bivariate analysis using chi-square tests indicated significant associations between peer influence (p-value = 0.000) and dietary patterns (p-value = 0.000) with overweight among adolescents at SMAN 6 Depok. However, there was no significant association found between exposure to social media information (p-value = 0.681) and overweight among adolescents at SMAN 6 Depok. The study concludes that there is a relationship between peer influence and dietary patterns with overweight, while exposure to social media information does not show such a relationship among adolescents at SMAN 6 Depok. It is recommended to pay more attention to dietary patterns and the adolescent environment to reduce overweight.

Keywords: Peer Influence, Social Media, Dietary Patterns, Overweight.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang melimpah sehingga penelitian penulis yang berjudul “Hubungan Peran Teman Sebaya, Paparan Informasi di Media Sosial, dan Pola Makan dengan Gizi Lebih pada Remaja Usia 15-18 Tahun di SMAN 6 Depok” dapat selesai dengan baik.

Kelancaran penulisan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak. Oleh karena itu, penulis ucapkan terima kasih kepada segenap pihak yang telah membantu:

1. Kepada Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian.
2. Kepada Dosen Pembimbing Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH yang telah memberikan dukungan, kritik, dan masukan dalam merampungkan skripsi ini, Dosen Penguji Ibu Dr. Firlia Ayu Arini, S.KM., MKM. yang telah memberikan saran sehingga penulis dapat mendukung kesempurnaan penelitian.
3. Kepada kedua orangtua tercinta atas segala doa dan dukungan yang disertakan selama penulis menyelesaikan skripsi
4. Kepada keluarga dan sahabat yang memberikan dukungan moril, bantuan, dan motivasi untuk penulis ketika menyelesaikan skripsi.

Walaupun telah menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh sebab itu, penulis sangat menghargai jika terdapat kritik dan saran dari para pembaca agar menjadi masukan untuk penelitian ini.

Jakarta, 30 Juni 2024

Penulis

Wahyuningtyas Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja	7
II.2 Status Gizi	9
II.3 Peran Teman Sebaya	12
II.4 Paparan Informasi di Media Sosial	13
II.5 Pola Makan	15
II.6 Kerangka Teori	17
II.7 Matriks Penelitian Terdahulu	18
BAB III	23
METODE PENELITIAN	23
III.1 Kerangka Konse	23
III.2 Hipotesis Penelitian	23
III.3 Definisi Operasional	23
III.4 Desain Penelitian	25
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	25
III.6 Waktu dan Tempat	28
III.7 Metode Pengumpulan Data	29
III.8 Prosedur Pengumpulan Data	30
III.9 Teknik Pengolahan Data	30
III.10 Instrumen Penelitian	32
III.11 Analisis Data	32
III.12 Etika Penelitian	33

BAB IV	35
HASIL DAN PEMBAHASAN	35
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	35
IV.2 Analisis Univariat	36
IV.3 Analisis Bivariat	44
IV.4 Keterbatasan Penelitian	52
BAB V.....	53
PENUTUP	53
V.1 Kesimpulan.....	53
V.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Kategori Status Gizi IMT/U Usia 15-18 Tahun	10
Tabel 2.	Hasil Perhitungan Sampel.....	26
Tabel 3.	Stratified Random Sampling	28
Tabel 4.	Distribusi Karakteristik Responden.....	36
Tabel 5.	Distribusi Status Gizi.....	37
Tabel 6.	Distribusi Peran Teman Sebaya	38
Tabel 7.	Jumlah Media Sosial Responden.....	40
Tabel 8.	Jenis Media Sosial	40
Tabel 9.	Durasi Bermedia Sosial dalam Satu Hari	41
Tabel 10.	Durasi Bermedia Sosial dalam Satu Minggu	41
Tabel 11.	Distribusi Paparan Informasi Makanan di Media Sosial	42
Tabel 12.	Distribusi Pola Makan	43
Tabel 13.	Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U	45
Tabel 14.	Hubungan Paparan Informasi di Media Sosial dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U.....	46
Tabel 15.	Hubungan Pola Makan dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U	48
Tabel 16.	Hubungan Konsumsi Gula dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U ..	49
Tabel 17.	Hubungan Konsumsi Garam dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U	50
Tabel 18.	Hubungan Konsumsi Lemak dengan Gizi Lebih berdasarkan IMT/U	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Teori.....	17
Gambar 2.	Kerangka Konsep.....	23
Gambar 3.	SMAN 6 Depok.....	35
Gambar 4.	Lokasi SMAN 6 Depok.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Persetujuan Etik Penelitian	65
Lampiran 2.	Kartu Monitor Bimbingan	66
Lampiran 3.	Surat Izin Pengambilan Data	67
Lampiran 4.	Lembar Penjelasan Setelah Persetujuan	68
Lampiran 5.	Informed Consent	70
Lampiran 6.	Kuesioner Penelitian.....	71
Lampiran 7.	Dokumentasi Penelitian.....	81
Lampiran 8.	Hasil Uji Statistik	82
Lampiran 9.	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme	88
Lampiran 10.	Hasil Turnitin	89