



**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN SERAT DAN KEBIASAAN
KONSUMSI *FAST FOOD* SERTA FAKTOR-FAKTOR
LAINNYA TERHADAP STATUS GIZI PADA MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN
NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

FADILATUL MUSLIMAH SAEF

1210714060

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**



**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN SERAT DAN KEBIASAAN
KONSUMSI *FAST FOOD* SERTA FAKTOR-FAKTOR
LAINNYA TERHADAP STATUS GIZI PADA MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN
NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

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

**FADILATUL MUSLIMAH SAEF
1210714060**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Fadilatul Muslimah Saef

NRP : 1210714060

Tanggal : 29 Juni 2016

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

Depok, 29 Juni 2016

Yang Menyatakan,




(Fadilatul Muslimah Saef)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Fadilatul Muslimah Saef
NRP : 1210714060
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 IlmuGizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusif Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Antara Asupan Serat dan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* serta
Faktor-faktor Lainnya terhadap Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas

Ekonomi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Tahun 2016

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 : Depok

Pada Tanggal : 29 Juni 2016

Yang menyatakan,



(Fadilatul Muslimah Saef)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Fadilatul Muslimah Saef

NRP : 1210714060

Program Studi : Ilmu Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Asupan Serat dan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* serta Faktor-faktor Lainnya terhadap Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Firlia Ayu Arini SKM, MKM

Penguji I



Desak Nyoman Sithi, S.Kp., MARS

Dekan


Dr. Fatmah, SKM, MSc

Penguji II (Pembimbing)



Ikha Deviyanti P, S.Gz., RD, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 29 Juni 2016

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN SERAT DAN KEBIASAAN
KONSUMSI *FAST FOOD* SERTA FAKTOR-FAKTOR
LAINNYA TERHADAP STATUS GIZI PADA MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN
NASIONAL “VETERAN” JAKARTA TAHUN 2016**

Fadilatul Muslimah Saef

ABSTRAK

Pada saat ini status gizi pada usia remaja dan dewasa cenderung mengarah ke status gizi lebih. Pada tahun 2014, sekitar 13% dari populasi dunia usia dewasa (11% laki-laki dan 15% perempuan) yang mengalami obesitas pada tahun 2014, dan 39% dari orang dewasa berusia >18 tahun (38% pria dan 40% wanita) mengalami *overweight*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan serat dan kebiasaan konsumsi *fast food* serta faktor- faktor lainnya terhadap status gizi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Rancangan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara asupan serat $p = 0,003$ (OR=0,67), kebiasaan konsumsi *fast food* $p = 0,03$ (OR= 3,382) dengan status gizi. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan asupan makan dapat mempengaruhi status gizi seseorang, karena asupan serat yang rendah, sering mengonsumsi *fast food* yang tinggi lemak dapat mengarah ke status gizi lebih.

Kata kunci : Status gizi, asupan serat, kebiasaan konsumsi *fast food*..

**CORRELATION BETWEEN FIBER INTAKE AND FAST
FOOD CONSUMPTION HABITS AND OTHER FACTORS ON
NUTRITION STATUS IN STUDENTS FACULTY OF
ECONOMICS UNIVERSITY NATIONAL DEVELOPMENT
"VETERAN" JAKARTA IN 2016**

Fadilatul Muslimah Saef

ABSTRACT

At this time the nutritional status in puberty and adulthood is likely to lead to a over nutritional status. In 2014, approximately 13% of the world population aged adults (11% male and 15% female) who were obese in 2014, and 39% of adults aged > 18 years (38% men and 40% women) had overweight. This study aimed to analyze the correlation between fiber intake and fast food consumption habits and other factors on nutritional status at the Faculty of Economics National Development University "Veteran" Jakarta. The design of the study is a quantitative observational with cross sectional approach. The results of the bivariate analysis shows the correlation between fiber intake $p = 0.003$ (OR = 0.67), fast food consumption habits $p = 0.03$ (OR = 3.382) and nutritional status. From these results we can conclude the intake of food can affect the nutritional status of a person, because of low fiber intake, often eat fast food high in fat can lead ke over nutritional status.

Keywords : *Nutritional status, dietary fiber intake, fast food consumption habits.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Februari 2016 ini adalah “Hubungan antara asupan serat dan kebiasaan konsumsi *fast food* serta faktor-faktor lainnya terhadap status gizi pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta tahun 2016”.

Disamping itu, penulis mengucapkan juga terima kasih kepada:

1. Ibu Desak Nyoman Sithi, S.Kp, Mars selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
2. Ibu Ikha Deviyanti selaku Kaprogdi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
3. Ibu Dr. Fatmah MKM, MSc selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.
4. Seluruh Dosen S-I Ilmu Gizi dan Staff Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah membantu memperlancar pengurusan skripsi.
5. Bapak Dr. Prasetyo Hadi, S.E., M.M., CFMP. selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah memberikan izin dan bantuan dalam menjalankan penelitian.
6. Keluargaku tercinta, Ibunda Yeyen Puspita Haryani, Ayahanda (Alm) Saefudin dan adik Imam Syafi’i Saef serta keluarga besar yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa.
7. Sahabat seperjuangan Anita, Ayunthaya, Diah, Nurul, Ridjiki Puput. Weny, Audy, Dini, Vivilia, Lusiana serta seluruh mahasiswa GIZI 2012 yang selalu memberikan semangat.

Depok, 29 Juni 2016

Penulis

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.1 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Status Gizi	6
II.2 Penilaian Satus Gizi	6
II.3 Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi	9
II.4 Kerangka Teori	16
BAB III METODE PENELITIAN	18
III.1 Kerangka Konsep	18
III.2 Hipotesis	19
III.3 Definisi Operasional	20
III.4 Desain Penelitian	23
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	23
III.6 Tempat dan Waktu Penelitian	25
III.7 Etika Penelitian	25
III.8 Teknik Pengumpulan Data	26
III.9 Instrumen Penelitian	28
III.10 Uji Validitas dan Reabilitas	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
IV.1 Gambaran Umum	33
IV.2 Analisis Univariat	34
IV.3 Analisis Bivariat	37
IV.4 Keterbatasan Penelitian	46

BAB V PENUTUP	47
V.1 Kesimpulan	47
V.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional.....	20
Tabel 2	Perhitungan Jumlah Sampel dari Setiap Program Studi	25
Tabel 3	Reliabilitas Berdasarkan Nilai Alpha	30
Tabel 4	Jumlah Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta 2015/2016	33
Tabel 5	Distribusi Analisis Univariat	34
Tabel 6	Hubungan Asupan Serat dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	37
Tabel 7	Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	39
Tabel 8	Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	40
Tabel 9	Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	42
Tabel 10	Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	43
Tabel 11	Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ekonomi UPN “Veteran” Jakarta	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	17
Gambar 2 Kerangka Konsep	18

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian dari Fakultas Ekonomi
UPN “Veteran” Jakarta
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik (*Ethical Approval*)
- Lampiran 4 Kartu Bimbingan
- Lampiran 5 Kuesioner Penelitian