



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI
LEBIH ANAK REMAJA AWAL DI
SD MARDI YUANA DEPOK
TAHUN 2015**

SKRIPSI

ASTRID SANT ROOSAFIRA

111 0714 040

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2015**



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI
LEBIH ANAK REMAJA AWAL DI
SD MARDI YUANA DEPOK
TAHUN 2015**

SKRIPSI

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

ASTRID SANT ROOSAFIRA

111 0714 040

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2015**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Astrid Sant Roosafira

NIM : 111 0714 040

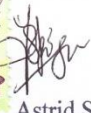
Tanggal : 3 Agustus 2015

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

Depok, 3 Agustus 2015

Yang Menyatakan




Astrid Sant Roosafira

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

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

Nama : Astrid Sant Roosafira
NRP : 111 0714 040
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pembangunan 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 Pengetahuan Gizi Seimbang dan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Lebih Anak Remaja Awal di SD Mardi Yuana Depok Tahun 2015

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 Tugas Skripsi saya selama data mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada tanggal : 3 Agustus 2015

Yang menyatakan,

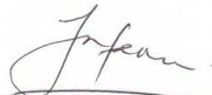


(Astrid Sant Roosafira)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :
Nama : Astrid Sant Roosafira
NRP : 111 0714 040
Program Studi : Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan
Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Lebih Anak
Remaja Awal di SD Mardi Yuana Depok Tahun
2015.

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



Nur Intania Sofianita, S.Kom, MKM

Penguji I



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd

Penguji II



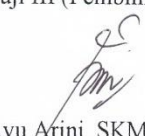
Desak Nyoman Sitti, Skp.MARS

Dekan



Firlia Ayu Arini, SKM, MKM

Penguji III (Pembimbing)



Firlia Ayu Arini, SKM, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 3 Agustus 2015

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN
KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI
LEBIH ANAK REMAJA AWAL DI SD
MARDI YUANA DEPOK
TAHUN 2015**

Astrid Sant Roosafira

Abstrak

Gizi lebih adalah keadaan yang terjadi akibat jumlah zat gizi di dalam tubuh berlebih sehingga menyebabkan berat badan berlebih dan membahayakan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah melihat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dan konsumsi jajanan dengan status gizi lebih anak remaja awal di Sekolah Dasar Mardi Yuana Depok tahun 2015. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel berjumlah 103 responden diambil dengan *Stratified random sampling* pada Mei 2015. Instrumen penelitian menggunakan timbangan seca dan *microtoise*, kuesioner gizi seimbang, *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* dan *Food Recall* 24 jam. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 45,6% siswa mengalami gizi lebih. Variabel yang berhubungan dengan status gizi lebih adalah jenis kelamin ($p=0,010$) yaitu pada laki-laki (57,9%) dan perempuan (30,4%). Hubungan lain yaitu kontribusi energi jajanan ($p=0,011$) dengan responden gizi lebih 61,9% memiliki asupan energi jajanan yang besar sedangkan 34,4% memiliki asupan energi jajanan yang kecil. Terdapat hubungan bermakna antara karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan kontribusi energi makanan jajanan dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok. Peneliti menyarankan pelayanan kesehatan untuk melakukan penyuluhan berkala guna meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan menimbang berat badan serta mengukur tinggi badan secara rutin.

Kata kunci : gizi seimbang, jajanan, gizi lebih

**CORRELATION BETWEEN BALANCE NUTRITION KNOWLEDGE
AND STREET FOOD CONSUMPTION
WITH OVER WEIGHT IN EARLY ADOLESCENCE
AT MARDI YUANA ELEMENTARY SCHOOL
DEPOK IN 2015**

Astrid Sant Roosafira

Abstract

Over nutrition is a condition that occurs due to the excessive amount of nutrients in the body, causing excess weight and increase the risk of degeneration disease. The purpose of this study was to get information about the correlation between balance nutrition knowledge and street food consumption with overweight in early adolescence at Mardi Yuana elementary school, Depok. This research used a cross sectional study design. Sample of this research was 103 respondents, taken with stratified random sampling on May 2015. Instrument had been used seca scales and microtoise, balanced nutrition questionnaire, Food Frequency Questionnaire (FFQ) and a 24-hour Food Recall. Results showed that 45,6% students had overweight. Variables had a significant correlation with overweight is sex ($p=0,010$) which in males (57,9%) and females (30,4%). Another correlation is contribution energy of street food ($p=0.011$) with 61.9% of overweight respondents have a big energy intake of street food, while 34.4% have a little one. There were a significant correlation between respondent characteristic based on sex and contribution energy of street food with overweight in early adolescents at Mardi Yuana elementary school Depok. Researchers suggest health services to perform periodic counseling to improve knowledge of balance nutrition and measure weight and height routinely.

Keywords : balance nutrition, street food, overweight

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini mengenai “Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Lebih Anak Remaja Awal di SD Mardi Yuana Depok Tahun 2015”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Firlia Ayu Arini, SKM, MKM selaku pembimbing yang berkenan membimbing, memberikan saran dan kritik serta motivasi selama proses penyusunan skripsi, Ibu Nur Intania Sofianita, S.Kom, MKM dan Bapak Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd selaku penguji skripsi yang telah berkenan memberikan saran serta masukkan dalam menyempurnakan skripsi ini, Para Dosen dan Karyawan Program Studi Ilmu Gizi Fikes UPN “Veteran” Jakarta yang telah sabar dalam mendidik, mendampingi, memfasilitasi dalam proses belajar mengajar selama empat tahun di Program Studi Ilmu Gizi.

Terima kasih juga kepada Bapak Mohammad Sirad selaku Kepala Sekolah SD Mardi Yuana Depok, dan para guru, karyawan serta murid kelas IV dan V yang telah memberikan kesempatan penulis untuk mengadakan penelitian serta pengumpulan data.

Keluarga penulis, yaitu Bapak Budi Santoso, Ibu Etty Rooswardhani, Mas Agha Sant R, Mbak Lien, Aunty Christina yang telah mendukung dan menjadi motivator selama proses pembelajaran di Ilmu Gizi. Sahabat dan teman-teman tercinta, Ade, Imus, Devi, Vio, Dini, Debby, Dinda, Bea, Gita, Sasa, Rahma, Estu, Linda, Wuwung, Angan, Mayang, Renny. Terima kasih atas dukungan, doa, semangat, waktu dan ketulusannya. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Ilmu Gizi 2011. Terima kasih atas kerja sama dan keseruannya dan seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu

Depok, 3 Agustus 2015

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	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan	6
I.4 Manfaat	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Remaja	8
II.2 Penilaian Status Gizi	10
II.3 Metode Penilaian Konsumsi Makanan	14
II.4 Gizi Lebih	14
II.5 Pengetahuan, Sikap dan Praktik Gizi Seimbang	15
II.6 Pola Konsumsi Remaja	21
II.7 Karakteristik Remaja	25
II.8 Karakteristik Orang Tua	25
II.9 Kerangka Teori	27
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
III.1 Kerangka Konsep	28
III.2 Hipotesis	29
III.3 Definisi Operasional	30
III.4 Desain Penelitian	34
III.5 Populasi dan Sampel	34
III.6 Tempat dan Waktu Penelitian	37
III.7 Etika Penelitian	38
III.8 Teknik Pengumpulan Data	38
III.9 Instrumen Penelitian	38
III.10 Uji Validitas dan Reabilitas	39
III.11 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
IV.1 Gambaran Umum Lahan Penelitian	44
IV.2 Data Demografi Responden	44
IV.3 Analisa Univariat	45
IV.4 Analisa Bivariat	52
IV.5 Keterbatasan Penelitian	61
 BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan	62
V.2 Saran	63
 DAFTAR PUSTAKA	65
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan Indeks IMT/U (WHO 2007)	13
Tabel 2	Daftar Kandungan Zat Gizi Makanan Jajanan	23
Tabel 3	Besar proporsi yang digunakan untuk besar sampel penelitian ...	35
Tabel 4	Jumlah 1 kelas IV C, IV D, V C dan VD SD Mardiyuana Depok	36
Tabel 5	Jumlah Siswa di SD Mardi Yuana Depok Tahun 2014/2015	45
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi	45
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Lebih	46
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 9	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi Seimbang	48
Tabel 10	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Jajanan	49
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Jajanan	50
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kontribusi Energi dari Jajanan	51
Tabel 13	Hubungan Jenis Kelamin dengan Status Gizi Lebih	52
Tabel 14	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Lebih	53
Tabel 15	Hubungan Frekuensi Jajanan dengan Status Gizi Lebih	55
Tabel 16	Hubungan Jenis Jajanan dengan Status Gizi Lebih	56
Tabel 17	Hubungan Kontribusi Energi dari Jajanan dengan Status Gizi Lebih	57
Tabel 18	Persentase kontribusi energi jajanan dengan uji t-independen ...	58
Tabel 19	Persentase kontribusi karbohidrat makanan jajanan dengan uji t-independen	59
Tabel 20	Persentase kontribusi lemak makanan jajanan dengan uji t-independen	59
Tabel 21	Persentase kontribusi protein makanan jajanan dengan uji t-independen	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	27
Gambar 2	Kerangka Konsep	28
Gambar 3	Bagan Pembagian Sampel di SD Mardi Yuana Depok	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Kartu Bimbingan Skripsi
Lampiran 3	Form <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	<i>Inform Consent</i>
Lampiran 5	Kuesioner
Lampiran 6	<i>Food Frequensi Questionnaire (FFQ)</i>
Lampiran 7	<i>Food Recall</i> 24 jam
Lampiran 8	Hasil Output Penelitian