



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN  
ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA SMA NEGERI 4 TANGERANG  
SELATAN TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**MEVI RENANDA ARDITA PUTRI**

**1310713051**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT  
2017**



**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN  
ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA SMA NEGERI 4 TANGERANG  
SELATAN TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Kesehatan Masyarakat**

**MEVI RENANDA ARDITA PUTRI**

**1310713051**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S-1 KESEHATAN MASYARAKAT**

**2017**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Mevi Renanda Ardita Putri

NRP : 1310713051

Tanggal : 06 Juli 2017

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

Jakarta, 06 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Mevi Renanda Ardita Putri)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

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

Nama : Mevi Renanda Ardita Putri  
NRP : 1310713051  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S-1 Kesehatan Masyarakat

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 Konsumsi *Junk Food* Dengan Anemia Gizi Besi Pada Remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan Tahun 2017”**.

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 : 06 Juli 2017

Yang menyatakan,



(Mevi Renanda Ardita Putri)

## PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

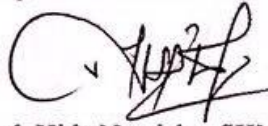
Nama : Mevi Renanda Ardita Putri

NRP : 1310713051

Program Studi : S-1 Kesehatan Masyarakat

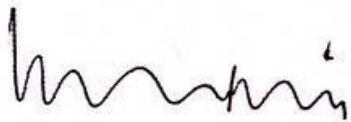
Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* Dengan Anemia Gizi Besi Pada Remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan Tahun 2017

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



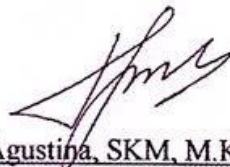
Rahmah Hida Nurriska, SKM, MKM

Ketua Penguji



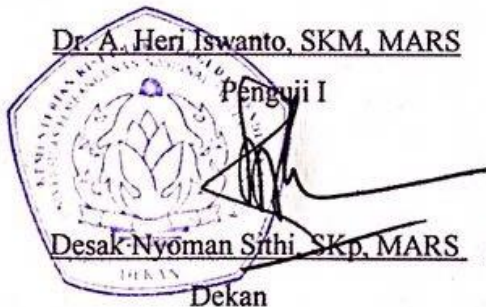
Dr. A. Heri Iswanto, SKM, MARS

Penguji I



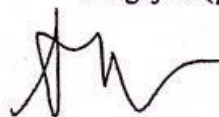
Agustina, SKM, M.Kes

Penguji II (pembimbing)



Desak Nyoman Sthi, SKp, MARS

Dekan



Ayu Anggraeni Dyah Purbasari, SKM, MPH (M)

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 06 Juli 2017

# HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA SMA NEGERI 4 TANGERANG SELATAN TAHUN 2017

Mevi Renanda Ardita Putri

## Abstrak

Anemia merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia. Anemia dapat disebabkan oleh penyakit infeksi, asupan zat gizi yang kurang, kehilangan darah (menstruasi) dan pengetahuan yang dimiliki. *Junk food* merupakan jenis makanan yang mengandung gula, lemak dan kalori dalam jumlah tinggi tetapi sedikit kandungan mikronutrien seperti vitamin, mineral, asam amino dan serat. Tujuan penelitian untuk mengetahui kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan. Metode penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi seluruh remaja kelas X di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan sebanyak 323 siswa dengan sampel sebanyak 178 siswa. Pengumpulan data dengan kuesioner dan pemeriksaan kadar *Hemoglobin* dengan alat digital test *Hemoglobin*. Analisa data menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan 2017 sebesar 59,0% dan kebiasaan konsumsi *junk food* 78,1%. Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi dengan nilai  $p\text{-value}=0,003$  dan *Odd Ratio* sebesar 3,237. Untuk itu diharapkan remaja dapat mengurangi konsumsi *junk food* agar terhindar dari bahaya dan dampak yang ditimbulkan *junk food* yang dapat menyebabkan anemia gizi besi dan penyakit lainnya.

**Kata Kunci :** anemia gizi besi, *junk food*, remaja.

# **RELATIONSHIP HABITS JUNK FOOD CONSUMPTION WITH IRON DEFICIENCY ANEMIA IN ADOLESCENT TANGERANG SELATAN 4 SENIOR HIGH SCHOOL 2017**

**Mevi Renanda Ardita Putri**

## **Abstract**

Anemia is the most important nutritional problems in Indonesia. Anemia can be caused by infections, intake of nutrients are lacking, blood loss (menstruation) and knowlage. Junk food is all kinds of foods that contain sugar , fat and colories in high amounts but has little content mikronutrient such as vitamins, minerals, amino acids, and fiber. The purpose of study to determine the habits junk food consumption with iron defisiensi anemia in adolescent Tangerang Selatan 4 Senior High School. Quantitative reaserch methods to design cross sectional. The research populations is a Tangerang Selatan 4 Senior High School grade X student totaling 323 students, with a sample of 178 students. Collecting data by quationnaires and examinations Hemoglobin using digital test Hemoglobin. Analysis of data using chi square test with 95% confidence level. Result showed the prevalence of anemia in adolescents in Tangerang Selatan 4 Senior High School in 2017 by 59,0% and habits junk food consumption 78,1%. There was has relationship between habits junk food consumption with iron deficiency anemia with a p-value= 0,003 and Odds Ratio of 3,237. To that students are expected to decrease the consumption of junk food that is side the dangers and impact of junk food that can cause iron deficiency anemia and other diseases.

**Keywords :** iron deficiency anemia, *junk food*, adolescent.

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia dan kebaikan-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Kebiasaan Konsumsi *JunkFood* Dengan Anemia Gizi Besi Pada Remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan Tahun 2017”**. Terima kasih penulis ucapkan kepada Prof. Dr. Ir. Eddy S Siradj, M.Sc.Eng, selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desak Nyoman Sithi, SKp., MARS, selaku Dekan Fikes Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dan Agustina, SKM, M.Kes, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak membantu dan banyak memberikan masukan dalam proses pembuatan skripsi ini, Ayu Anggraeni Dyah P. SKM. MPH, selaku Kepala Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Disamping itu, ucapan terimakasih disampaikan kepada keluarga tercinta Bapak Suhardi dan Ibu Suyati yang tiada henti memberikan bantuan baik materil maupun dorongan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Suhermin, S.Pd., M. Si, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 4 Tangerang Selatan yang telah membantu dalam proses penelitian sehingga penelitian ini dapat terselesaikan, dan teman-teman yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini diantaranya, Ami, Brigita, Haris, Helena, Faiz, Winda, Labitha, Naicerline, Givari, Dimas Abrianto, Firda, Jela, Clara, dan Ayu. Teman-teman satu bimbingan Tami, Muti, Uti, Yulia, Fajar, Mia, Ica, Afril, serta seluruh teman-teman LPM ASPIRASI dan S1 Kesehatan Masyarakat yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini dan semoga bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan pembaca.

Jakarta, 06 Juli 2017

Mevi Renanda Ardita Putri



## 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.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	6
I.5 Ruang Lingkup .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
II.1 Remaja .....	7
II.2 Kecukupan Gizi Remaja .....	10
II.3 <i>Junk Food</i> .....	12
II.4 Anemia Gizi Besi .....	16
II.5 Kerangka Teori.....	21
BAB III METODE PENELITIAN .....	22
III.1 Kerangka Konsep .....	22
III.2 Hipotesis .....	23
III.3 Variabel Penelitian .....	23
III.4 Definisi Oprasional .....	24
III.5 Desain Penelitian.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	35
IV.1 Gambaran Umum SMA Negeri 4 Tangerang Selatan .....	35
IV.2 Hasil dan Pembahasan Penelitian .....	36
IV.3 Analisis Bivariat .....	41
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	53
BAB V PENUTUP .....	54
V.1 Kesimpulan .....	54
V.2 Saran.....	54

DAFTAR PUSTAKA .....	56
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Energi Remaja Laki-laki, Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat dan Air (Perorang Perhari) .....	9
Tabel 2	Angka Kecukupan Energi Remaja Perempuan, Protein, lemak, Karbohidrat, Serat dan Air (Perorang Perhari).....	10
Tabel 3	Distribusi Populasi Sampel .....	24
Tabel 4	Hasil Uji Validitas dan Realibilitas .....	34
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Kelas X SMA Negeri 4 Tangerang Selatan Tahun 2017 (jenis kelamin, usia, uang saku, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua) (n=178) .....	39
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> Responden (n=178) .....	40
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Anemia Gizi Besi Responden (n=178) .....	42
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Jenis <i>Junk Food</i> Responden (n=178) .....	43
Tabel 9	Hubungan Karakteristik Responden (jenis kelamin, usia, uang saku, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua) Dengan Anemia Gizi Besi (n=178) .....	44
Tabel 10	Hubungan Pengetahuan <i>Junk Food</i> dan Pengetahuan anemia Gizi Besi Dengan Anemia Gizi Besi (n=178) .....	49
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> Dengan Anemia Gizi Besi (n=178) .....	52
Tabel 12	Distribusi Frekuensi jenis <i>Junk Food</i> Dengan Anemia Gizi Besi (n=178) .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	18
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	19

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Ethical Clearance
Lampiran 3	Surat Izin Validitas
Lampiran 4	Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 5	Lembar Persetujuan (Informed Consent)
Lampiran 6	Kuesioner
Lampiran 7	Hasil Validitas dan Realibilitas
Lampiran 8	Tabulasi Data
Lampiran 9	Data Univariat Responden
Lampiran 10	Data Bivariat
Lampiran 11	Dokumentasi