



**HUBUNGAN FREKUENSI “NGEMIL”, KONSUMSI *JUNK FOOD*, *SCREEN TIME* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT*
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PEMBANGUNAN
NASIONAL VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

SULISTYANI MEITA DEWI

1610714015

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**



**HUBUNGAN FREKUENSI “NGEMIL”, KONSUMSI *JUNK FOOD*, *SCREEN TIME* DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT*
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PEMBANGUNAN
NASIONAL VETERAN JAKARTA**

SKRIPSI

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

SULISTYANI MEITA DEWI

1610714015

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Sulistyani Meita Dewi
NRP : 1610714015
Tanggal : 08 Juli 2020

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

Jakarta, 08 Juli 2020

Yang Menyatakan



(Sulistyani Meita Dewi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Sulistyani Meita Dewi
NRP : 1610714015
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 Frekuensi “Ngemil”, Konsumsi *Junk Food*, *Screen Time* Dengan
Kejadian *Overweight* Pada Mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional
Veteran Jakarta”

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 : 08 Juli 2020

Yang Menyatakan



(Sulistyani Meita Dewi)

PENGESAHAN

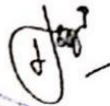
Skripsi diajukan oleh :

Nama : Sulistyani Meita Dewi
NRP : 1610714015
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Frekuensi "Ngemil", Konsumsi *Junk Food*,
Screen Time Dengan Kejadian *Overweight* Pada
Mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional Veteran
Jakarta.

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



Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi
Ketua Penguji



Luh Desi Puspareni, ST, Gizi, M.Gizi
Penguji I



M Ikhsan Amar, S.Gz., M Kes
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan FIKES UPNVJ



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 08 Juli 2020

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan skripsi dengan judul “Hubungan Frekuensi “Ngemil”, Konsumsi *Junk Food*, *Screen Time* Dengan Kejadian *Overweight* Pada Mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta”. Ini untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu pada Program Studi Ilmu Gizi FIKES UPN Veteran Jakarta.

Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yaitu kepada: Kedua orang tua, segenap keluarga dan kakak yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa kepada penulis, Bapak Taufik Maryusman, S. Gz, M.Pd, M.Gizi selaku Ka. Progdil Gizi Program Sarjana UPN Veteran Jakarta, Bapak M. Ikhsan Amar, S.Gz, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberi banyak motivasi, dorongan, bantuan dan saran yang sangat bermanfaat bagi penulis, Ibu Dian Luthfiana Sufyan, S.Gz., M.Gizi dan Ibu Luh Desi Puspareni, ST.Gizi, M.Gizi selaku dosen Penguji Skripsi yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan penulis selama menyusun skripsi dan memberikan banyak ilmu serta solusi pada setiap permasalahan atas kesulitan dalam penulisan skripsi ini, Seluruh dosen Program Studi S1 Ilmu Gizi UPN Veteran Jakarta atas ilmu yang telah diberikan, Seluruh teman-teman S1 Ilmu Gizi 2016 terutama Fatimah, Fitria, Diva, Lulu, Bella, Inayatul, Dini, Amanda, Erika dan Meganiva, Kelompok PKL Koja 1 dan Bripda Anggadhika Ardana Riswara, yang telah membantu dan memberikan semangat setiap harinya

Jakarta, 08 Juli 2020

Penulis,



(Sulistyani Meita Dewi)

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	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja	6
II.2 Status Gizi.....	8
II.3. Gizi Lebih atau <i>Overweight</i>	12
II.4 Frekuensi “Ngemil”	21
II.5. Konsumsi <i>Junkfood</i>	23
II.6 <i>Screen Time</i>	26
II.7 Kerangka Teori	29
II.8 Kerangka Konsep	30
II.9 Hipotesis	30
II.10 Tabel Matriks.....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	36
III.2 Desain Penelitian	36
III.3 Populasi dan Sampel.....	36
III.4 Pengumpulan Data.....	38
III.5 Etik Penelitian.....	43
III.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	43
III.7 Definisi Operasional	46
III.8 Analisa Data	47
III.9 Jadwal Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
IV.1 Gambaran Umum Penelitian.....	49
IV.2 Hasil Analisis Univariat.....	51

IV.3 Hasil Analisis Bivariat.....	54
IV.4 Keterbatasan Penelitian	61
BAB V PENUTUP.....	62
V.1 Kesimpulan.....	62
V.1 Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kebutuhan Gizi Remaja.....	8
Tabel 2	Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT	14
Tabel 3	Parameter Lingkar Perut.....	15
Tabel 4	Cut Off Point Ukuran Rasio Lingkar Pinggang-Pinggul Obesitas	16
Tabel 5	Koreksi Suhu Air	17
Tabel 6	Standar Lingkar Lengan Atas (LiLA)	19
Tabel 7	Matriks Terdahulu	31
Tabel 8	Nilai P1 dan P2 Beberapa Penelitian Sebelumnya	38
Tabel 9	Uji Validitas Kuesioner Frekuensi “Ngemil”	44
Tabel 10	Uji Realibilitas Kuesioner Frekuensi “Ngemil”	44
Tabel 11	Uji Validitas Kuesioner Konsumsi <i>Junk Food</i>	45
Tabel 12	Uji Realibilitas Kuesioner Konsumsi <i>Junk Food</i>	45
Tabel 13	Uji Validitas Kuesioner <i>Screen Time</i>	45
Tabel 14	Uji Realibilitas Kuesioner <i>Screen Time</i>	46
Tabel 15	Definisi Operasional.....	46
Tabel 16	Jadwal Penelitian	48
Tabel 17	Data Mahasiswa/i FIKES UPN Veteran Jakarta	50
Tabel 18	Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat.....	51
Tabel 19	Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	29
Gambar 2	Kerangka Konsep	30
Gambar 3	Alur Penelitian.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 2	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 3	Kartu Monitoring
Lampiran 4	Persetujuan Setelah Penelitian dan <i>Informed Consent</i>
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian
Lampiran 6	Hasil FFQ
Lampiran 7	Hasil Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 8	Hasil Analisis Univariat
Lampiran 9	Hasil Analisa Bivariat
Lampiran 10	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 11	Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 12	Hasil Turnitin