

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN *BODY IMAGE* DENGAN FREKUENSI  
KONSUMSI *FAST FOOD* REMAJA PUTRI DI SMK N 4 SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

Disusun Oleh :

**SAFERI MARDHINA**

**J 310 100 021**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2014**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI**

**ABSTRAK**

**SAFERI MARDHINA. J 310 100 021**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN *BODY IMAGE* DENGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* REMAJA PUTRI DI SMK N 4 SURAKARTA.**

**Latar Belakang :** Remaja merupakan golongan individu yang sedang mencari identitas diri salah satunya *body image* yang dimulai dari usia 12-25 tahun. Berdasarkan data Sensus Penduduk tahun 2010 jumlah remaja di Indonesia mencapai 18,5% (147 juta jiwa) dari total penduduk Indonesia. Persepsi yang salah tentang *body image* serta kurangnya pengetahuan tentang pembentukan *body image* yang baik, justru menjerumuskan remaja putri pada perilaku konsumsi makanan yang salah. Disisi lain, kurangnya pengetahuan remaja tentang gizi juga berdampak pada perilaku konsumsi, misalnya konsumsi *fast food* yang berlebihan.

**Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan *body image* dengan frekuensi konsumsi *fast food* remaja putri di SMK N 4 Surakarta.

**Metode Penelitian :** Jenis penelitian ini adalah observasional dengan metode *cross sectional*. Subjek penelitian ini adalah remaja putri kelas x kompetensi keahlian Tata Boga di SMK N 4 Surakarta dengan jumlah sampel sebanyak 52 subjek. Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner. Teknik analisis yang digunakan adalah *person product moment*.

**Hasil Penelitian :** Hasil uji korelasi *person product moment* hubungan pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* diperoleh  $r_{hitung}$  sebesar 0,395 ( $p-value = 0,004$ ), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food*. Selanjutnya hasil uji korelasi *person product moment* hubungan *body image* dengan frekuensi konsumsi *fast food* diperoleh  $r_{hitung}$  sebesar 0,432 ( $p-value = 0,001$ ), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan frekuensi konsumsi *fast food*.

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan pengetahuan gizi dan *body image* dengan frekuensi konsumsi *fast food* remaja putri di SMK N 4 Surakarta.

**Kata Kunci :** Pengetahuan gizi, *body image* dan frekuensi konsumsi *fast food*.

**Kepustakaan :** 46 : 1993 – 2013

**DEPARTEMENT OF NUTRITION SCIENCE  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
THESIS**

**ABSTRACT**

**SAFERI MARDHINA. J 310 100 021**

**THE RELATIONSHIP OF NUTRITION KNOWLADGE AND BODY IMAGE WITH  
FREQUENCY CONSUMPTION FAST FOOD GIRL ADOLESCENT IN SMK N 4  
SURAKARTA.**

**Background** : Adolescence is the individuals who are searching for self identity such us is body image starting from the 12-25 years old. Be based on Population Census in 2010 total adolescence in Indonesian reach 18,5% (147 million people) out of a total population of Indonesia. Perception is wrong about body image and less knowledge about formation a good body image, while it makes the girl adolescent attitude is wrong food consumption. The other sid, less knowledge of the girl adolescent about nutrition also it effect to attitude consumption, for example they consumption fast food more.

**Objective** : This study research aimed to know the relationship of nutrition knowledge and body image with frequency consumption fast food girl adolescent in SMK N 4 Surakarta.

**Research Methods** : Kind this research is observational with cross sectional method. Subject of this research is girls adolescent class X skill competence food managing at SMK N 4 Surakarta with total sample are 52 subject. Collecting data of the research uses questionnaire. Analysis technique uses person product moment.

**Results of the Research** : Result correlation person product moment test correlation nutrition knowledge with frequency consumption fast food get  $r_{\text{calculate}}$  is 0,395 ( $p\text{-value} = 0,004$ ), so it is significance correlation nutrition knowledge with frequency consumption fast food. Next result correlation person product moment test correlation body image with frequency consumption fast food get  $r_{\text{calculate}}$  is 0,432 ( $p\text{-value} = 0,001$ ), so it is correlation significance body image with frequency consumption fast food.

**Conclusion** : there is a relationship nutrition knowledge and body image with frequency consumption fast food of the girl adolescent at SMK N 4 Surakarta.

**Keyword** : Nutrition knowledge, body image and frequency consumption fast food

**Library** : 46 : 1993-2013

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN *BODY IMAGE* DENGAN FREKUENSI  
KONSUMSI *FAST FOOD* REMAJA PUTRI DI SMK N 4 SURAKARTA**



**SAFERI MARDHINA**

**J 310 100 021**

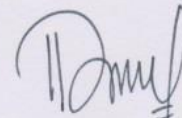
**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2014**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini yang sumbernya tercantum dalam daftar pustaka.

Surakarta, 18 Juli 2014



SAFERI MARDHINA

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal : Hubungan Pengetahuan Gizi dan *Body Image*  
dengan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Remaja  
Putri Di SMK N 4 Surakarta  
Nama Mahasiswa : Saferi Mardhina  
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 021

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi jenjang S1

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

pada tanggal 18 Juli 2014

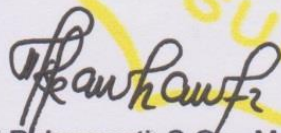
dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 18 Juli 2014

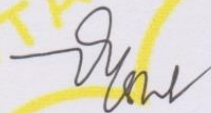
Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



(Tuti Rahmawati, S.Gz., M.Si)  
NIK. 1210101

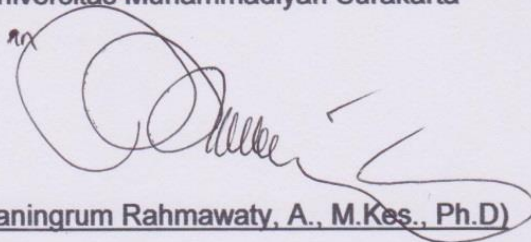


(Dyah Widowati, SKM)  
NIK. 798

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D)

NIK. 744

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Proposal : Hubungan Pengetahuan Gizi dan *Body Image*  
dengan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Remaja  
Putri Di SMK N 4 Surakarta

Nama Mahasiswa : Saferi Mardhina

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 021.

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi jenjang S1  
Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 18 Juli 2014 dan dinyatakan telah memenuhi  
syarat untuk diterima

Surakarta, 22 Juli 2014

Penguji I : Dyah Widowati, SKM (.....)

Penguji II : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes (.....)

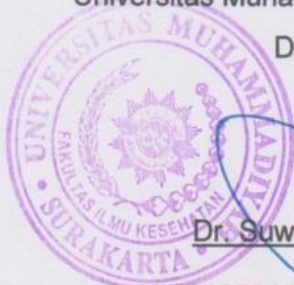
Penguji III : Ruly Sudaryanto, SST (.....)

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan



Dr. Suwadji, M.Kes

NIP. 195311231983031002

## MOTTO

*"Think big, Start small and Act now"*

(Penulis)

*"Barang siapa berjalan menuntut ilmu maka Allah SWT akan memudahkan baginya jalan ke surga"*

(Q.S. Al-Baqarah : 185)

*"Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakansalah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain), dan hanya kepada tuhan-mu lah hendaknya kamu berharap"*

(Q.S. Al-Insiyiroh : 6-8)

*"Tidak ada usaha yang sia-sia saat kita melakukannya dengan sepenuh hati dan ketabahan hati. Yakinsalah bahwa Allah SWT akan selalu membimbingmu"*

(Penulis)



## PERSEMBAHAN

*Karya sederhana ini ku persembahkan untuk:*

*"Allah SWT, sembah sujud dan syukurku kepada Allah SWT, Rasul dan Para Nabinya atas segala limpahan rahmat serta hidayahnya"*

*"Mama dan Almarhum Bapakku tercinta, sebagai ungkapan rasa hormat dan bakti ku karena telah memberikan curahan kasih sayang, perhatian, doa, motivasi dan nasehatnya selama ini dalam menempuh pendidikan"*

*"Mas dan mbakku serta keluarga besarku yang selalu memberikan dorongan, semangat, motivasi serta doa dan canda tawa selama ini"*

*"Seseorang disana yang telah memberiku semangat dan motivasi untuk dapat terus mengejar cita-cita"*

*"Sahabat-sahabatku terima kasih atas segala dukungan, semangat dan bantuannya selama ini"*

*"Teman-teman seperjuangan Di Ilmu Gizi angkatan 2010 terima kasih atas segala dukungan yang kalian berikan"*

*"Pihak SMK N<sub>4</sub> Surakarta beserta pelajar siswi yang telah bersedia membantu dalam pelaksanaan penelitian ini"*

*"Almamater-Ku Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta"*

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Saferi Mardhina

Tempat, Tanggal Lahir : Jambi, 16 Februari 1993

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Komplek Perumahan BTN Mawar Saron No.112,  
Kelurahan Tanjung Sari, Kecamatan Jambi Timur,  
Kota Jambi

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Mardhinah Kota Jambi tahun 1998  
2. Lulus SD Negeri 13 Kota Jambi tahun 2004  
3. Lulus SLTP Negeri 12 Kota Jambi tahun 2007  
4. Lulus SMK Negeri 4 Kota Jambi tahun 2010

## KATA PENGANTAR



Assalamualaikum, Wr. Wb.

Alhamdulillah, segala puji syukur penulis pajatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayah-nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan pengetahuan gizi dan *body image* dengan frekuensi konsumsi *fast food* remaja putri di SMK N 4 Surakarta”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Suwadji, M.Kes sebagai Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D sebagai Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Tuti Rahmawati, S.Gz., M.Si sebagai Dosen Pembimbing I yang telah memberikan banyak masukan, waktu dan arahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
4. Ibu Dyah Widowati, SKM sebagai Dosen Pembimbing II yang telah memberikan banyak masukan, waktu dan arahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Ir. Listyani Hidayati, M.Kes sebagai Penguji II dan *reviewer* yang telah memberikan masukan dan arahan untuk perbaikan skripsi.
6. Segenap Dosen Gizi yang telah memberikan tambahan ilmu kepada penulis dan semoga dapat bermanfaat buat kedepannya.
7. Ibunda Hj. Mariana. S dan Almarhum Ayahanda H. Muhammad Nawawi. S yang selalu memberikan dukungan, materi, cinta dan kasih sayang kepada penulis.

8. Kepala Sekolah, Guru dan Staf Karyawan SMK N 4 Surakarta yang telah bersedia membantu dalam pelaksanaan penelitian, serta pelajar siswi yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
9. Teman-teman seperjuangan S1 Ilmu Gizi angkatan 2010 terima kasih atas motivasi, kerja sama dan kebersamaannya.
10. Semua pihak yang langsung maupun tidak langsung telah membantu terselesaikannya penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Amiin ya robbal alamiin

Wassalamualaikum, Wr. Wb.

Surakarta. Juli 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
COVER LUAR .....	
COVER DALAM .....	i
ABSTRAK BAHASA INDONESIA .....	ii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS .....	iii
HALAMAN JUDUL.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN .....	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN .....	ix
RIWAYAT HIDUP.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR GRAFIK .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	
1. Remaja.....	7
2. Pengetahuan Gizi.....	17
3. Body Image .....	21
4. <i>Fast Food</i> .....	26

5. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	30
6. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	31
B. Kerangka Teoritis	32
C. Kerangka Konsep	33
D. Hipotesis	33

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	34
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel Penelitian	35
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional	39
F. Pengumpulan Data	40
G. Langkah-langkah Penelitian	41
H. Pengolahan Data	44
I. Analisis Data	47

### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah	49
B. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	50
C. Pengetahuan Gizi Remaja	51
D. <i>Body Image</i> Remaja	53
E. Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja	55
F. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja Putri	57
G. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja Putri	60
H. Keterbatasan Penelitian	64

### BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	65
B. Saran	65

### DAFTAR PUSTAKA

### LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kandungan Gizi <i>Fast Food</i> .....	27
Tabel 2. Waktu Penelitian .....	35
Tabel 3. Jumlah subjek .....	38
Tabel 4. Definisi Operasional.....	39
Tabel 5. Kisi-kisi Pengetahuan Gizi.....	42
Tabel 6. Kisi-kisi <i>Bodi image</i> .....	42
Tabel 7. Koding Pengetahuan gizi .....	45
Tabel 8. Koding <i>Body image</i> .....	45
Tabel 9. Koding Frekuensi konsumsi <i>Fast Food</i> .....	45
Tabel 10. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia .....	50
Tabel 11. Pengetahuan Gizi Subjek.....	51
Tabel 12. <i>Body Image</i> Subjek.....	53
Tabel 13. Frekuensi konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja .....	55
Tabel 14. Persentase Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Berdasarkan Pengetahuan Gizi .....	57
Tabel 15. Persentase Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Berdasarkan <i>Body Image</i> .....	60

## TABEL GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	32
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	33



## DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1. Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> ditinjau dari Pengetahuan gizi Remaja Putri.....	58
Grafik 2. Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> ditinjau dari <i>Body Image</i> Remaja Putri.....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Absensi Kehadiran Responden
- Lampiran 3 Kuesioner Pengetahuan Gizi
- Lampiran 4 Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi
- Lampiran 5 Kuesioner *Body Image*
- Lampiran 6 Kuesioner Frekuensi Konsumsi *Fast Food*
- Lampiran 7 Ringkasan Data Penelitian
- Lampiran 8 Analisis Data Penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian