

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI *WESTERN FAST FOOD* (FREKUENSI DAN SUMBANGAN ENERGI) DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

**NUR KHASANAH**

**J 310 100 041**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2014**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI *WESTERN FAST FOOD*  
(FREKUENSI DAN SUMBANGAN ENERGI) DENGAN STATUS GIZI  
REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

**NUR KHASANA**

**J 310 100 041**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2014**

**NUTRITION STUDI PROGRAM  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
BACHELOR THESIS**

**ABSTRACT**

**NUR KHASANAH. J 310 100 041**

**THE RELATIONSHIP OF NUTRITION KNOWLEDGE AND WESTERN FAST FOOD CONSUMPTION RATE (FREQUENCY AND ENERGY CONTRIBUTION) WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS IN SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**

**Background** : Nutrition knowledge influencing selection and food habits. Western fast food in Indonesia is growing rapidly turned out to be appreciated by the public, especially children and adolescents. However, western fast food contains high calories, fat and low in fiber if consumption overload can cause of obesity.

**Objective** : To know the relationship between nutrition knowledge, western fast food consumption rate (frequency and energy contribution) and nutritional status in adolescents in SMP Muhammadiyah 10 Surakarta.

**Methods** : Observational research using cross sectional approach. Technique of sampling was taken by employing stratified random sampling. Total sample of 45 students of class VII and VIII. Data nutritional knowledge was measured using a questionnaire, frequency and energy of western fast food contribution using FFQ, and nutritional status using anthropometry. Analysis of the relationship used the Pearson product moment correlation test.

**Result** : The research results show that the subject with enough nutrition knowledge (44,4%), the frequency of consumption of western fast food considered being often and very often (40%), the energy contribution of western fast food was mostly good (93,3%), and 57,8% of respondents have normal nutrition status. The test results pearson product moment correlation nutrition knowledge and nutritional status obtained  $p=0,463$ . The test result of relationship frequencies western fast food consumption and nutritional status obtained  $p=0,092$ . The test result of relationship contribution energy western fast food and nutritional status obtained  $p=0,025$ .

**Conclusion** : There is no relationship between nutrition knowledge and nutritional status ( $p=0,463$ ), there was no association frequency of consumption of western fast food with nutritional status ( $p=0,092$ ), and no correlation between energy contribution of western fast food and nutritional status ( $p=0,025$ ).

**Keywords** : Nutrition knowledge, western fast food consumption rate (frequency and energy contribution), nutritional status.

**Daftar Pustaka** : 60 (1994-2014)

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

**ABSTRAK**

**NUR KHASANAH. J 310 100 041**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI *WESTERN FAST FOOD* (FREKUENSI DAN SUMBANGAN ENERGI) DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**

**Latar Belakang** : Pengetahuan gizi berperan dalam pemilihan dan kebiasaan makanan. Perkembangan *western fast food* di Indonesia yang kian pesat ternyata disukai masyarakat terutama anak-anak dan remaja. *Western fast food* mengandung tinggi kalori, lemak dan rendah serat apabila mengkonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya obesitas.

**Tujuan** : Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *western fast food* (frekuensi dan sumbangan energi) dengan status gizi pada remaja di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta.

**Metode** : Jenis penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *stratified random sampling*. Jumlah sampel 45 siswa dari kelas VII dan VIII. Data pengetahuan gizi diukur menggunakan kuesioner, frekuensi dan sumbangan energi *western fast food* menggunakan FFQ, dan status gizi menggunakan antropometri. Analisis hubungan menggunakan uji korelasi *pearson product moment*.

**Hasil** : Hasil penelitian menunjukkan 44,4% subjek memiliki pengetahuan gizi cukup, 40% subjek memiliki frekuensi konsumsi *western fast food* sering dan sangat sering, 93,3% memiliki sumbangan energi *western fast food* baik, dan 57,8% status gizi subjek adalah normal. Hasil uji korelasi *pearson product moment* pengetahuan gizi dan status gizi diperoleh nilai  $p=0,463$ . Hasil uji hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dan status gizi diperoleh nilai  $p=0,092$ . Hasil uji hubungan sumbangan energi *western fast food* dan status gizi diperoleh nilai  $p=0,025$ .

**Kesimpulan** : Tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi ( $p=0,463$ ), tidak ada hubungan frekuensi konsumsi *western fast food* dengan status gizi ( $p=0,092$ ), dan ada hubungan sumbangan energi *western fast food* dengan status gizi ( $p=0,025$ ).

**Kata kunci** : Pengetahuan gizi, konsumsi *western fast food* (frekuensi dan sumbangan energi), status gizi.

**Daftar Pustaka** : 60 (1994-2014)

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI *WESTERN FAST FOOD*  
(FREKUENSI DAN SUMBANGAN ENERGI) DENGAN STATUS GIZI  
REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

**NUR KHASANA**

**J 310 100 041**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2014**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi  
*Western Fast Food* (Frekuensi dan Sumbangan Energi) dengan Status Gizi Remaja Di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta

Nama Mahasiswa : Nur Khasanah

Nomor Induk Mahasiswa : J310100041

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 23 Agustus 2014  
dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 23 Agustus 2014

Menyetujui

Pembimbing I



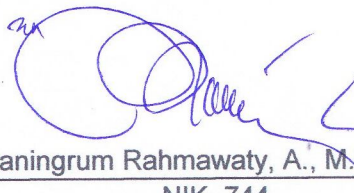
(Susi Dyah Puspowati, M.Si)  
NIK. 19740517 200501 2007

Pembimbing II



(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 Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi  
*Western Fast Food* (Frekuensi dan Sumbangan  
Energi) dengan Status Gizi Remaja Di SMP  
Muhammadiyah 10 Surakarta

Nama Mahasiswa : Nur Khasanah

Nomor Induk Mahasiswa : J310100041

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1  
Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 23 Agustus 2014 dan dinyatakan telah memenuhi  
syarat untuk diterima

Surakarta, 23 Agustus 2014

Penguji I : Susi Dyah Puspowati, M.Si

(.....)

Penguji II : Pramudya Kurnia, S.TP., M.Agr

(.....)

Penguji III : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes

(.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Dr. Suwadji, M.Kes)

NIP. 19531123-198303 1 002

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Agustus 2014

Peneliti



Nur Khasanah



## MOTTO

"Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri" (Qs. Ar

Ra'd : 11)

"Berani bertindak untuk sesuatu yang lebih baik" (Peneliti)

"Selalu percaya diri, memiliki tekad dan niat yang kuat adalah kunci kesuksesan" (Peneliti)

" Jadikan sabar dan sholat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar" (Terjemahan Al Baqorah : 153)

"Saya kagum dengan keadaan orang Islam, semuanya istimewa; ketika sukses mereka bersyukur, dan ketika gagal mereka bersabar" (HR.

muslim)

## **PERSEMBAHAN**

*Karya sederhana ini yang berupa tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan S1 Gizi yaitu skripsi, penulis persembahkan untuk :*

- 1. Pertama dan yang paling utama, kepada Allah SWT yang telah banyak memberikan kemudahan dalam setiap usaha yang penulis lakukan.*
- 2. Ayah dan Ibuku tercinta, yang mendo'akanku selalu, memberi dukungan moril dan materiil selama mengikuti pendidikan.*
- 3. Ibu Susi Dyah Puspowati, M.Si dan Ibu Dyah Widowati, SKM yang telah sabar membimbing penulis hingga tugas akhir selesai, serta dosen pengajar yang memberikan ilmu yang bermanfaat.*
- 4. Kakak dan adikku yang selalu memberikan motivasi.*
- 5. Teman spesialku (Adi Widiyanto) yang selalu memberi support, semangat dan mengantarkan aku kesana-kemari selama bimbingan.*
- 6. Sidiq Kurniawan dan Dian Lutfi terima kasih atas kerjasama dan bantuannya dalam penelitian.*
- 7. Teman-temanku seangkatan yang tidak bisa aku sebutkan satu-persatu yang telah membantuku dalam setiap langkahku untuk mencapai cita-cita dan harapan.*
- 8. Universitas Muhammdiyah Surakarta.*

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Nur Khasanah

Tempat/Tanggal Lahir : Klaten, 21 Juni 1992

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Tinggen, Manjungan, Ngawen, Klaten

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Aisyah Mlandang tahun 1998

2. Lulus SD Negeri 1 Manjungan tahun 2004

3. Lulus SMP Negeri 1 Ngawen tahun 2007

4. Lulus SMA Negeri 1 Karangnom tahun 2010

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul "**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI *WESTERN FAST FOOD* (FREKUENSI DAN SUMBANGAN ENERGI) DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu di Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesainya skripsi ini tidak terlepas dari peran dan bantuan yang telah diberikan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Suwadji, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyanigrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Susi Dyah Puspowati, M.Si, selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama studi.
4. Ibu Dyah Widowati, SKM, selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama studi.

5. Segenap Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Bapak Drs. Mahmud Hasni, selaku Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 10 Surakarta dan Bapak Herry yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian.
7. Siswa kelas VII dan VIII SMP Muhammadiyah 10 Surakarta yang telah bersedia menjadi subjek penelitian, terima kasih atas kerjasamanya.
8. Teman-teman S1 Ilmu Gizi angkatan 2010 yang telah memberikan dukungan dan semangat.
9. Semua pihak yang telah membantu selama penelitian dan selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan bagi semua pihak yang memerlukan.

Wassalamu' alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, Agustus 2014



Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	i
<b>HALAMAN COVER DALAM</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	v
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	vi
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	vii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	viii
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	ix
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	xi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Ruang Lingkup .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teoritis .....	7
1. Remaja .....	7
2. Status Gizi .....	10
3. Pengetahuan Gizi .....	17
4. <i>Western Fast Food</i> .....	19
5. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi .....	24
6. Hubungan Tingkat Konsumsi <i>Western Fast Food</i> dengan Status Gizi .....	25
B. Kerangka Teori .....	28
C. Kerangka Konsep .....	29
D. Hipotesis Penelitian .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
D. Variabel Penelitian .....	33
E. Pengumpulan Data .....	35
F. Langkah-langkah Penelitian .....	37

G. Pengolahan Data .....	39
H. Analisis Data .....	41

#### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum SMP Muhammadiyah 10 Surakarta .....	43
B. Karakteristik Subjek .....	44
C. Karakteristik Orang Tua Subjek .....	46
D. Pengetahuan Gizi Subjek Penelitian .....	48
E. Frekuensi Konsumsi <i>Western Fast Food</i> .....	49
F. Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> .....	51
G. Status Gizi Subjek Penelitian .....	52
H. Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi <i>Western Fast Food</i> .....	53
I. Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi .....	55
J. Analisis Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Western Fast Food</i> dengan Status Gizi .....	57
K. Analisis Hubungan Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> dengan Status Gizi .....	59
L. Keterbatasan Penelitian .....	62

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	64

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat Rata-rata yang Dianjurkan .....	8
2. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks IMT/U .....	14
3. Kandungan Gizi Pangan Pokok Penyusun <i>Fast Food</i> per 100 gram .....	21
4. Pengambilan Sampel .....	33
5. Definisi Operasional .....	34
6. Kisi-kisi Pengetahuan Gizi .....	36
7. Kode Jenis Kelamin .....	39
8. Kode Pengetahuan Gizi .....	40
9. Kode Frekuensi <i>Western Fast Food</i> .....	40
10. Kode Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> .....	40
11. Kode Status Gizi Berdasarkan IMT/U .....	40
12. Distribusi Karakteristik Subjek .....	44
13. Distribusi Karakteristik Orang Tua Subjek .....	46
14. Distribusi Subjek Berdasarkan Pengetahuan Gizi .....	48
15. Distribusi Subjek Berdasarkan Frekuensi Konsumsi <i>Western Fast Food</i> .....	50
16. Distribusi Subjek Berdasarkan Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> .....	51
17. Distribusi Subjek Berdasarkan Status Gizi .....	52
18. Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Western Fast Food</i> Berdasarkan Pengetahuan Gizi .....	53
19. Distribusi Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> Berdasarkan Pengetahuan Gizi .....	54
20. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Pengetahuan Gizi .....	55
21. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Frekuensi Konsumsi <i>Western Fast Food</i> .....	58
22. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Sumbangan Energi <i>Western Fast Food</i> .....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori .....	28
2. Kerangka Konsep .....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
2. Kuesioner Penelitian
3. Form FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) 4 minggu Konsumsi *Western Fast Food*
4. Master Tabel