

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN KONSUMSI  
SOFTDRINK DENGAN STATUS GIZI REMAJA  
DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



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

Disusun Oleh:

**SIDIQ KURNIAWAN**

**J 310 080 045**

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

**2014**

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

**ABSTRAK**

**SIDIQ KURNIAWAN**

**J 310 080 045**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN KONSUMSI  
SOFTDRINK DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 10  
SURAKARTA**

**Pendahuluan :** Masalah dengan status gizi lebih dapat mengakibatkan masalah emosional dan sosial bagi remaja. Status gizi anak sekolah merupakan hal yang penting untuk diperhatikan karena pola konsumsi anak di sekolah tidak terpantau oleh orang tua. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada remaja walaupun secara tidak langsung. Konsumsi *softdrink* dengan jumlah yang berlebih mengakibatkan kalori yang berlebih dalam *softdrink* akan diubah menjadi lemak.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan konsumsi softdrink dengan status gizi remaja di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta.

**Metode Penelitian :** Penelitian ini merupakan penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah subjek penelitian sebanyak 45 dipilih dengan metode *simple random sampling*. Data pengetahuan dan konsumsi softdrink diperoleh dengan wawancara dibantu dengan menggunakan kuesioner, data status gizi diperoleh menggunakan indeks massa tubuh. Analisis data dengan korelasi *Rank Spearman*.

**Hasil :** Berdasarkan analisis univariat rata-rata sebagian besar subjek penelitian memiliki pengetahuan yang baik tentang softdrink yaitu sebesar 62,2%, sebagian besar subjek penelitian jarang mengonsumsi softdrink yaitu sebesar 80% dan sebagian besar energi yang disumbangkan oleh softdrink untuk siswa cukup yaitu sebesar 84,4%, sebagian besar subjek penelitian memiliki status gizi normal yaitu sebesar 55,6%. Hasil uji *Rank Spearman* untuk pengetahuan siswa tentang *softdrink* dengan status gizi nilai  $p=0,403$ , konsumsi *softdrink* dengan status gizi nilai  $p=0,040$ , sumbangan energi *softdrink* dengan status gizi nilai  $p=0,026$

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi *softdrink* dan sumbangan energi dengan status gizi. Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Konsumsi *Softdrink*, Sumbangan energi, status gizi remaja

**Daftar Pustaka :** 67 (1994-2013)

**NUTRITION STUDY PROGRAM  
HEALTH SCIENCE FACULTY  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
BACHELOR THESIS**

**ABSTRACT**

**SIDIQ KURNIAWAN**

**J 310 080 045**

**RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE AND SOFTDRINK CONSUMPTION WITH TEENS NUTRITIONAL STATUS IN MUHAMMADIYAH 10 JUNIOR HIGH SCHOOL SURAKARTA**

**Background:** Problems with nutritional status can lead to emotional and social problems for adolescents. The nutritional status of school children is important to note because the consumption patterns of children in school are not monitored by their parents. Knowledge is one of the factors that can affect the nutritional status in adolescents although indirectly. Consumption of soft drinks excessive amounts of lead in soft drinks excess calories are converted into fat form.

**Purpose:** To know correlation between the level of knowledge and softdrink consumption with teens nutritional status in Muhammadiyah 10 junior high school Surakarta

**Method of the Research:** The research implemented a survey-observational with cross-sectional approach. Subject of the research is 45 individuals selected by using simple random sampling. Data of knowledge and soft drink consumption was taken by used a recall form, data of antropometri was taken by used body mass index. Data is analyzed by using correlation test of Rank Spearman.

**Result:** Based on univariate analysis, most of the research subjects have a good knowledge about the softdrink is equal to 62.2%, most of the research subjects rarely consume soft drinks is equal to 80% and most of the energy contributed by softdrink for students enough that is equal to 84.4%, most of the study subjects had normal nutritional status that is equal to 55.6%. The results of Rank Spearman correlation test for knowledge and nutritional status p value = 0.403, softdrink consumption and nutritional status p value = 0.040, energy contributed by softdrink and nutritional status p value = 0.026.

**Conclusion:** There had been correlation between sofdrink consumption frequency and the energy contribution with nutritional status. There had not correlation between knowledge with nutritional status

**Key words** : knowledge, sofdrink consumption, nutritional status, energy contribution, nutritional status

**References** : 67 (1994-2013)

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN KONSUMSI  
SOFTDRINK DENGAN STATUS GIZI REMAJA  
DI SMP MUHAMMADIYAH 10 SURAKARTA**



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

Disusun Oleh :

**SIDIQ KURNIAWAN**

**J 310 080 045**

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

**2014**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dan Konsumsi  
*Softdrink* dengan Status Gizi Remaja di SMP Muhammadiyah  
10 Surakarta

Nama Mahasiswa : Sidiq Kurniawan

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 045

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 16 Januari 2015 dan telah diperbaiki  
sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 16 Januari 2015

Menyetujui

Pembimbing I

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

Pembimbing II

(Dyah Widowati, SKM)  
NIK/NIDN: 798 / 06 2906 7502

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D)  
NIK/NIDN: 744 / 06 2312 7301



## PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Penelitian : Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dan  
Konsumsi *Softdrink* dengan Status Gizi Remaja  
di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta


Nama Mahasiswa : Sidiq Kurniawan


Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 045


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Pada tanggal 16 Januari 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 16 Januari 2015

Penguji I : Susi Dyah Puspowati, M.Si (  )

Penguji II : Dr. Mutalazimah, SKM, M.Kes (  )

Penguji III : Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi (  )

Mengetahui

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan

  
Dr. Suwadi, M.Kes

NIP.195311231983031002

## **MOTTO**

*Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya  
( Qs. Al-Baqarah : 286 )*

*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap  
(QS (Al-'Asyr) 94:5-8)*

*Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah diri mereka sendiri  
(Q.S. Ar-Ra'd:11)*

*Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya, jika kamu orang-orang yang beriman  
(Q.S. Al-Imran: 139)*

*Apabila kamu bersyukur nescaya akan Aku tambahkan nikmat-Ku, dan apabila kamu kufur maka adzab-Ku sangat pedih  
(Q.S. Ibrahim:7)*

## PERSEMBAHAN

Puji syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan sebuah karya yang penulis persembahkan kepada :

1. Aku persembahkan cinta dan sayangku kepada Orang tua ku, kakak ku dan adik ku yang telah menjadi motivasi dan inspirasi dan tiada henti memberikan dukungan do'anya buat aku
2. Terima kasihku juga ku persembahkan kepada para sahabatku Arif, Agung, Deni, Dwi , Topan, Rohmad, Nur serta Arlita yang selalu membantu dalam suka maupun duka, selalu mendukungku, selalu mendengarkan keluh kesahku. Terimakasih atas semua waktu yang senantiasa menjadi penyemangat dan menemani disetiap hariku. "Sahabat merupakan salah satu sumber kebahagiaan dikala kita merasa tidak bahagia. Terimakasih atas doa dan dukungannya.
3. Pembimbingku ibu Susi Dyah Puspowati, M.Si dan ibu Dyah Widowati, SKM terimakasih atas semua bimbingan, masukan, ilmu yang telah engkau berikan sehingga selesai karya kecilku ini, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan ibu.
4. Semua teman seperjuangan Gizi S1 angkatan 2008 dan 2010, serta semua pihak yang telah memberikan bantuan dan kerjasamanya.



## 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 di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Januari 2015

Peneliti



Sidiq Kurniawan

## RIWAYAT HIDUP

Nama : Sidiq Kurniawan

Tempat/Tanggal Lahir : Klaten, 6 April 1989

Jenis Kelamin : Laki - laki

Agama : Islam

Alamat : Kemiri RT 001/ RW 004 Tlogorandu,  
Kec.Juwiring, Klaten.

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Aisyah Tlogorandu Tahun 1996  
2. Lulus MIM 19 Juwiring 2002  
3. Lulus SMP Negeri I Juwiring Tahun 2005  
4. Lulus SMA Negeri 1 Polanharjo Tahun 2008  
5. Mahasiswa program Studi Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2008

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,*

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan ridhoNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ” **Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Dan Konsumsi *Softdrink* dengan Status Gizi Remaja di Smp Muhammadiyah 10 Surakarta**”. Salam dan shalawat tak lupa penulis sampaikan kepada teladan dalam hidup ini yakni Rasulullah Muhammad SAW.

Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi kewajiban penulis dalam melengkapi syarat guna memperoleh gelar sarjana gizi pada Program Studi S.1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulisan skripsi ini banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung, oleh karena itu sudah sepantasnya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Suwadji, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes.,Ph.D, selaku Ketua Program Studi S.1 Gizi FIK UMS
3. Susi Dyah Puspowati, M.Si, selaku Pembimbing I yang telah membantu memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dyah Widowati, SKM, selaku Pembimbing II yang telah membantu memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen serta asisten dosen Program Studi Gizi S.1 FIK UMS, terima kasih atas semua ilmu pengetahuan yang telah diberikan selama ini.
6. Bapak Drs. Mahmud Hasni, selaku kepala sekolah Muhammadiyah 10 Surakarta dan Bapak Herry yang telah memberikan ijin kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.

7. Siswa kelas VII dan VIII Smp Muhammadiyah 10 Surakarta yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
8. Keluarga besarku atas dukungan moral, spiritual maupun material.
9. Mahasiswa Program Studi S.1 Gizi Angkatan 2008.
10. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, terima kasih atas bantuannya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi para pembaca dan dunia ilmu pengetahuan pada umumnya.

*WassalamualaikumWarahmatullahi Wabarakatuh,*

Surakarta, Januari 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN SAMBUNG DEPAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN .....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	ix
RIWAYAT HIDUP .....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup .....	6
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teoritis .....	7
1. Remaja .....	7
2. Status Gizi .....	10
3. Pengetahuan Softdrink.....	13
4. Konsumsi Softdrink.....	15
5. Hubungan Tingkat Pengetahuan Softdrink Dengan Status Gizi.....	16
6. Hubungan Konsumsi Softdrink Dengan Status Gizi... ..	17
7. Nilai-Nilai Keislaman dalam Bidang Gizi dan Kesehatan	

Khususnya penegetahuan, konsumsi dan status gizi Remaja.. ..	19
B. Kerangka Teori .....	21
C. Kerangka Konsep .....	22
D. Hipotesis .....	22
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi dan Sampel.....	24
D. Variabel Penelitian.....	25
E. Definisi Operasional.....	25
F. Pengumpulan Data .....	26
G. Langkah-langkah Penelitian.....	30
H. Pengolahan Data .....	31
I. Analisis Data.....	33
<b>BAB IV. PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum SMP Muhammadiyah 10 Surakarta .....	35
B. Karakteristik Subjek Penelitian.....	36
C. Karakteristik Orang Tua Subjek Penelitian.....	38
D. Pengetahuan Siswa tentang Softdrink. ....	40
E. Konsumsi Softdrink Subjek Penelitian.....	42
F. Status Gizi Subjek Penelitian .....	44
G. Hubungan Pengetahuan Subjek Penelitian tentang <i>Softdrink</i> dengan frekuensi konsumsi <i>softdrink</i> .....	47
H. Hubungan Pengetahuan Subjek Penelitian tentang <i>Sofdrink</i> dengan Status Gizi.....	47
I. Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Softdrink</i> dengan Status Gizi. ...	51
J. Hubungan Sumbangan Energi <i>Softdrink</i> dengan Status Gizi .....	53
K. Keterbatasan Penelitian.....	55
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	56

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN



## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.	Kebutuhan Gizi Remaja Laki-laki dan Perempuan .....	9
2.	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks IMT/U.....	11
3.	Komposisi Zat Gizi Pada <i>Softdrink</i> .....	15
4.	Jadwal Penelitian .....	23
5.	Definisi Operasional.....	26
6.	Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan.....	29
7.	Coding Pengetahuan Remaja .....	32
8.	Coding Frekuensi Konsumsi <i>Softdrink</i> .....	32
9.	Coding Sumbangan Energi <i>Softdrink</i> .....	32
10.	Coding status gizi .....	32
11.	Karakteristik Subjek Penelitian .....	36
12.	Karakteristik Orang Tua Subjek Penelitian .....	38
13.	Distribusi Pengetahuan Subjek penelitian tentang <i>Softdrink</i> .....	40
14.	Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Softdrink</i> Subjek Penelitian.....	41
15.	Sumbangan energi <i>softdrink</i> pada Subjek penelitian .....	44
16.	Status Gizi Subjek Penelitian .....	45
17.	Distribusi Pengetahuan Subjek Penelitian berdasarkan frekuensi konsumsi <i>softdrink</i> .....	47
18.	Distribusi Pengetahuan Subjek penelitian Berdasarkan Status Gizi .....	49
19.	Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Softdrink</i> subjek penelitian Berdasarkan Status gizi .....	51
20.	Distribusi Sumbangan Energi Konsumsi <i>Softdrink</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Status Gizi.....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori .....	21
2. Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
2. Formulir Data Identitas Responden
3. Kuesioner Pengetahuan
4. Form Reccal *Softdrink*
5. Hasil Uji Statistik