

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bawa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Tasikmalaya, Desember 2022



Maulina Annisa

## **PEDOMAN PENGGUNAAN SKRIPSI**

Skripsi ini tidak dipublikasikan, namun tersedia di perpustakaan dalam lingkungan Universitas Siliwangi, diperkenankan untuk dipakai sebagai referensi kepustakaan, tetapi pengutipan harus seizin penyusun dan harus menyebutkan sumbernya sesuai kebiasaan.

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI GIZI  
2022**

**ABSTRAK**

**MAULINA ANNISA**

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN  
KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN STATUS GIZI (STUDI PADA  
MAHASISWA ANGKATAN 2019 PROGRAM STUDI GIZI FAKULTAS  
ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS SILIWANGI TAHUN 2022)**

Masalah gizi dapat disebabkan oleh kebiasaan konsumsi makanan yang tidak sehat salah satunya *junk food* dengan kandungan tinggi gula, garam, lemak dan rendah vitamin serta mineral. Tingkat pengetahuan *junk food* berpengaruh terhadap persepsi, sikap, perilaku dan kebiasaan konsumsi *junk food* serta status gizi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi mahasiswa angkatan 2019 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi tahun 2022. Jenis penelitian ini kuantitatif menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, namun dari 71 orang jumlah populasi yang memenuhi kriteria hanya 69 orang. Pengambilan data dengan cara pengisian kuesioner tingkat pengetahuan *junk food*, *Food Frequency Questionnaire* (FFQ), pengukuran tinggi badan dan berat badan. Analisis yang digunakan adalah uji korelasi *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan *junk food* dengan status gizi, diperoleh nilai signifikansi ( $<0,05$ ) yaitu 0,045 dan nilai koefisiensi korelasi 0,242 yang menunjukkan tingkat keeratan hubungan moderat atau sedang. Tidak ada hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi, diperoleh nilai signifikansi ( $>0,05$ ) yaitu 0,521.

**Kata Kunci:** *junk food*, kebiasaan konsumsi, status gizi, tingkat pengetahuan

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* dengan Status Gizi (Studi pada Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2022)”. Shalawat serta salam disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, sahabatnya, tabi’i dan tabi’atnya mudah-mudahan sampai kepada kita selaku umatnya.

Skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana gizi. Dalam penyelesaiannya penulis mendapat banyak dukungan, bantuan, bimbingan, kritik dan saran dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini dengan penuh rasa hormat penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Taufiq Firdaus Al-Ghifari Atmadja, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, arahan, masukan serta dukungan dalam membimbing penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Dr. Prima Endang Susilowati, M.Si. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, arahan, masukan serta dukungan dalam membimbing penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Iseu Siti Aisyah, S.P., M.Kes. selaku dosen penguji I yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan masukan serta saran untuk menyempurnakan skripsi ini.

4. Dr. Ai Sri Kosnayani, S.Pd., M.Si. selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan masukan serta saran untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Dr. Lilik Hidayanti, SKM., M.Si. selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi yang telah meluangkan kesempatan dan dorongan kepada penulis untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Gizi.
6. Seluruh staf pengajar dan civitas akademika Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan dari awal perkuliahan hingga penulis menyelesaikan proses penulisan skripsi ini.
7. Kedua orang tua tercinta dan tersayang, Bapak Mamat Rahmat dan Ibu Wiwin Nurkowiah yang telah memberikan kasih sayang, do'a, dukungan dan motivasi kepada penulis dalam menuntut ilmu dan proses penyelesaian skripsi ini.
8. Keluarga yang telah memberikan do'a, dukungan dan motivasi kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
9. Helmi Saepulmillah yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
10. Deris Sri Anjani dan Dhea Berlia Sribudiutami yang telah membantu dalam proses pengambilan data pada penelitian ini.
11. Teman-teman Program Studi Gizi angkatan 2019 yang telah berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini.

12. Seluruh pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik dari segi materi maupun tata cara penulisannya. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran agar penulis dapat menyempurnakan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semuanya.

Tasikmalaya, Desember 2022

Penyusun,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Maulina', with a stylized flourish at the end.

Maulina Annisa

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN LEMBAR JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
PEDOMAN PENGGUNAAN SKRIPSI .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR RUMUS .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Bagi Institusi/ Subjek Penelitian .....	5
2. Bagi Program Studi .....	5
3. Bagi Keilmuan Gizi.....	5
4. Bagi Penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1. Lingkup Masalah.....	6

2. Lingkup Metode .....	6
3. Lingkup Keilmuan .....	6
4. Lingkup Sasaran .....	6
5. Lingkup Tempat .....	6
6. Lingkup Waktu .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Landasan Teori .....	7
1. Status Gizi Mahasiswa .....	7
a. Definisi Status Gizi .....	7
b. Mahasiswa .....	8
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Mahasiswa .....	8
d. Penilaian Status Gizi .....	13
2. Pengetahuan .....	14
a. Pengertian Pengetahuan .....	14
b. Kategori Pengetahuan .....	14
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	16
d. Pengetahuan Gizi .....	18
e. Pengukuran Pengetahuan Gizi .....	19
3. <i>Junk Food</i> .....	19
a. Pengertian <i>Junk Food</i> .....	19
b. Jenis-Jenis <i>Junk Food</i> .....	20
c. Dampak Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	20
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	21
4. Kebiasaan Konsumsi Makanan .....	23
a. Pengertian Kebiasaan Konsumsi Makanan .....	23
b. Pengukuran Kebiasaan Konsumsi Makanan .....	23
5. Hubungan Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi .....	25
6. Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi .....	25
B. Kerangka Teori .....	26
C. Kerangka Konsep .....	27
D. Hipotesis .....	28
1. Hipotesis Nol ( $H_0$ ) .....	28
2. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) .....	28
BAB III METODE PENELITIAN .....	29



A. Desain Penelitian.....	29
B. Variabel Penelitian .....	29
1. Variabel Bebas .....	29
2. Variabel Terikat .....	29
C. Definisi Operasional.....	30
D. Populasi dan Sampel .....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	32
a. Kriteria Sampel.....	32
b. Jumlah Sampel .....	32
c. Cara Pengambilan Sampel .....	32
	33
E. Instrumen Penelitian.....	33
1. Kuesioner Karakteristik Responden.....	33
2. Tes Pengetahuan <i>Junk Food</i> .....	33
a. Uji Validitas .....	33
b. Uji Reabilitas .....	34
2. Formulir <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ).....	34
3. Alat Pengukur Status Gizi.....	34
	35
F. Cara Pengumpulan Data.....	35
1. Sumber Data.....	35
2. Tahap Pengumpulan Data .....	35
	35
G. Cara Analisis Data.....	37
1. Pengolahan Data.....	37
a. Pemeriksaan ( <i>Editting</i> ).....	37
b. Pemberian Skor ( <i>Skoring</i> ) .....	37
c. Kategorisasi Data ( <i>Cut Off</i> ).....	37
d. Pemberian Kode ( <i>Koding</i> ).....	38
e. Memasukkan Data ( <i>Entry</i> ) .....	39
f. Pembersihan Data ( <i>Cleaning</i> ) .....	39
g. Tabulasi ( <i>Tabulating</i> ) .....	40
2. Analisis Data .....	40
a. Analisis Univariat.....	40
b. Analisis Bivariat .....	40
	41

H. Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
1. Tempat Penelitian.....	42
2. Waktu Penelitian .....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	43
A. Gambaran Umum .....	43
1. Profil Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi .....	43
B. Hasil Penelitian .....	44
1. Analisis Univariat.....	44
a. Karakteristik Responden .....	44
b. Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> .....	46
c. Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	47
d. Status Gizi .....	47
2. Analisis Bivariat.....	48
a. Hubungan Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi .....	49
b. Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi .....	50
C. Pembahasan Penelitian .....	51
1. Karakteristik responden dengan Status Gizi .....	51
2. Hubungan Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi.....	53
3. Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi.....	55
D. Keterbatasan Penelitian .....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
1. Bagi Responden .....	58
2. Bagi Peneliti Selanjutnya .....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	60

LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 64

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Kategori Status Gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT).....	13
Tabel 2.2	Kategori Frekuensi Konsumsi .....	24
Tabel 2.3	Kategori Kebiasaan Konsumsi .....	25
Tabel 3.1	Definisi Operasional .....	30
Tabel 3.2	Pemberian Kode ( <i>Coding</i> ) .....	39
Tabel 3.3	Kriteria Keeratan Hubungan .....	42
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	45
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Uang Jajan.....	46
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	46
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> .....	47
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	47
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori IMT Status Gizi .....	48
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Status Gizi.....	48
Tabel 4.9	Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi .....	49
Tabel 4.10	Analisis Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i> dengan Status Gizi.....	50

## DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Kerangka Teori.....	27
Gambar 2.2	Kerangka Konsep.....	27

## DAFTAR RUMUS

Nomor	Judul Rumus	Halaman
Rumus 2.1	Rumus Indeks Massa Tubuh (IMT).....	13
Rumus 2.2	Persentase Perhitungan Skor Pengetahuan .....	19

## DAFTAR LAMPIRAN

Judul Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Kuesioner Karakteristik Responden dan Tes Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> .....	64
Lampiran 2 Lembar Formulir <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ).....	69
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Tingkat Pengetahuan <i>Junk Food</i> .....	70
Lampiran 4 Hasil <i>Output</i> SPSS .....	72
Lampiran 5 Lembar Surat Keputusan Pembimbing Skripsi.....	77
Lampiran 6 Lembar Kartu Bimbingan Proposal Skripsi.....	78
Lampiran 7 Lembar Berita Acara Seminar Proposal .....	79
Lampiran 8 Lembar Revisi Laporan Seminar .....	80
Lampiran 9 Lembar surat pengajuan persetujuan etik penelitian.....	81
Lampiran 10 Lembar Surat Persetujuan Etik dari Komisis Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Mataram .....	82
Lampiran 11 Lembar Surat Peminjaman Ruangan.....	83
Lampiran 12 Lembar Persetujuan Responden ( <i>Informed Consent</i> ) .....	84
Lampiran 13 Dokumentasi Pengambilan Data di Lokasi Penelitian .....	85