

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI  
FAST FOOD DI SMAN 2 DUMAI**

© Hak cipta milli



Oleh:

**YANA RIZKI**  
**11980342521**

UIN SUSKA RIAU

**PROGRAM STUDI GIZI**  
**FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**PEKANBARU**  
**2023**

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI  
FAST FOOD DI SMAN 2 DUMAI**



Oleh:

**YANA RIZKI  
11980342521**

**Diajukan sebagai salah satu syarat  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi**

**UIN SUSKA RIAU**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
2023**

1. H  
2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi *Fast Food* di SMAN 2 Dumai  
Nama : Yana Rizki  
NIM : 11980324521  
Program Studi : Gizi

Menyetujui,  
Setelah diuji pada tanggal 4 Juli 2023

Pembimbing I



drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M  
NIP. 19690918 199903 2 002


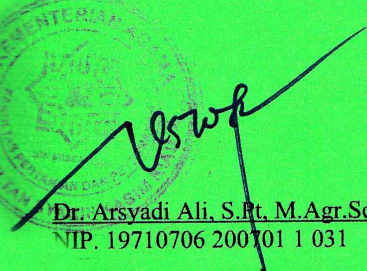
Pembimbing II



Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si  
NIP. 19891118 201903 2 013

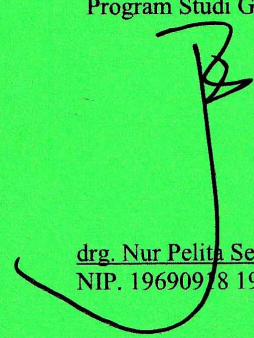
Mengetahui:

Dekan,  
Fakultas Pertanian dan Peternakan



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc  
NIP. 19710706 200701 1 031

Ketua,  
Program Studi Gizi


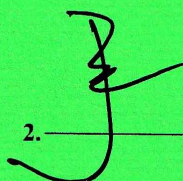


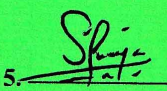


drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M  
NIP. 19690918 199903 2 002

1. H  
©  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji Ujian Sarjana Gizi pada Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dan dinyatakan lulus pada Tanggal 4 Juli 2023

No	Nama	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Siti Zulaiha, S.Pd., M.Si	KETUA	1. 
2.	drg. Nur Pelita Sembiring, M.K.M	SEKRETARIS	2. 
3.	Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si	ANGGOTA	3. 
4.	Yanti Ermalia, Dietisien., M.P.H	ANGGOTA	4. 
5.	Sofya Maya, S.Gz., M.Si	ANGGOTA	5. 



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Yana Rizki  
NIM : 11980324521  
Tempat/Tgl. Lahir : Bintuju/ 24 Januari 2001  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan  
Prodi : Gizi  
Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi *Fast Food* di SMAN 2 Dumai

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:


1. Penulisan skripsi dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya saya ini sudah disebutkan sumbernya
3. Oleh karena itu skripsi saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Juli 2023

Yang membuat pernyataan



  
Yana Rizki  
NIM: 11980324521

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana. Shalawat serta salam selalu dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun manusia menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.

Syukur Alhamdulillah Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh rasa haru bahagia, penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat selesai tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua penulis yang tercinta Ayah Burhanuddin, S.Ag dan Ibu Kamsiana tercinta yang selalu memberikan motivasi dan memberikan kasih sayang yang begitu tulus serta selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah dan proses penulis. Abang Jailani Majid yang penulis sayangi selalu memberikan semangat, dukungan serta motivasi yang bermanfaat dan Adek Rusdi Khalid tersayang yang telah dan mendorong dan membantu penelitian penulis di sekolah dengan sabar dan semangat yang bermanfaat dalam pembuatan skripsi. Adek penulis Eva Syukriani dan Ghalil Nugraha yang selalu memberikan semangat untuk kelancaran pembuatan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
3. Bapak Dr. Arsyadi Ali, S.Pt, M.Agr.Sc. selaku Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau serta Bapak Dr. Irwan Taslapratama, M.Sc., selaku Wakil Dekan I, Bapak Zulfahmi.S.Hut,M.Si selaku Wakil Dekan II, dan Bapak Dr. Syukria Ikhsan Zam, M.Si., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

4. drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M dan Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si, selaku dosen pembimbing pertama dan kedua yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan, dorongan, masukan, dan kritik serta saran yang sangat bermanfaat.
5. Novfitri Syuryadi, S.Gz., M.Si. selaku penasihat akademik yang telah memberikan nasihat dan motivasi serta bimbingan selama masa perkuliahan.
6. Ibu Yanti Ernalia, Dietisien., M.P.H. selaku dosen penguji I dan Ibu Sofya Maya, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, memberi masukan, memberi kritik serta saran yang sangat bermanfaat
7. Dosen-dosen di Program Studi Gizi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan pengalaman yang berharga. Memberikan ilmu serta wawasan dan selalu membimbing penulis semasa kuliah.
8. Rekan-rekan seperjuangan penulis Risfah Afni Zakiah Nst, Maisyaroh, Putri Rahmadani, Merlin Keren, Aulia Syafitri, Rabiatul Adawiyah, Sherly Hidayatul Putri, Wafiqoh Azzahro Syakirin, Intan Febriani, Mila Septika dan teman-teman Prodi Gizi angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan, semangat, serta kenangan indah selama masa perkuliahan
9. Kepala sekolah beserta staff SMAN 2 Dumai yang telah mengizinkan penulis melaksanakan penelitian di sekolah dan siswa dan siswi SMAN 2 Dumai yang telah meluangkan waktu dan informasi untuk membantu dalam kelancaran proses penelitian untuk tugas akhir skripsi.

Segala peran dan partisipasi yang telah diberikan mudah-mudahan Allah SWT membalas dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbalalamin

Pekanbaru, Juli 2023

Penulis

## RIWAYAT HIDUP

© Hal



Yana Rizki dilahirkan di Bintuju, Muara Tais I Kota madia Padang Sidempuan, Kecamatan Batang Angkola, Tapanuli Selatan, Provinsi Sumatera Utara pada tanggal 24 Januari 2001 dari pasangan Bapak Burhanuddin, S.Ag dan Ibu Kamsiana, yang merupakan anak ke-2 dari 5 bersaudara. Masuk Sekolah Dasar di SDN 006 Teluk Binjai Kota Dumai dan tamat pada tahun 2013.

Pada tahun 2013 melanjutkan pendidikan ke sekolah lanjutan tingkat pertama di SMPN 4 Dumai dan tamat tahun 2016 di SMPN 4 Dumai. Pada Tahun 2016 penulis melanjutkan pendidikan ke SMAN 2 Dumai dan tamat pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 jalur SBMPTN masuk Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau diterima menjadi mahasiswi pada Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan. Selama masa kuliah penulis pernah meraih juara 3 pada Lomba *Cake Decoration* se-UIN Suska Riau yang diadakan oleh Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial pada Tahun 2019. Pada bulan Juli sampai Agustus tahun 2022. Penulis telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kelurahan Mundam, Kecamatan Medang Kampai Kota Dumai Provinsi Riau.

Pada bulan September sampai November tahun 2022 melaksanakan Praktik Kerja Lapangan (PKL) Gizi Instistusi di Pesantren Al-Mujtahadah Pekanbaru, PKL Dietetik di RSUD DR. RM Pratomo Bagansiap-api, dan PKL Gizi Masyarakat di Puskesmas Simpang Baru Pekanbaru. Melaksanakan penelitian pada Bulan Januari sampai dengan Februari tahun 2023 di SMAN 2 Dumai.

Pada Tanggal 4 Juli 2023 dinyatakan lulus dan berhak menyandang gelar Sarjana Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

sk a Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi *Fast Food* di SMAN 2 Dumai”**. Skripsi disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu drg. Hj. Nur Pelita Sembiring, M.K.M sebagai dosen pembimbing I dan Ibu Novfitri Syuryadi, S.Gz, M.Si sebagai dosen pembimbing II sekaligus penasehat akademik yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi hingga selesainya skripsi ini. Kepada seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, penulis ucapkan terima kasih dan semoga rekan-rekan semua mendapatkan balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua dalam menghadapi masa depan nanti.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk perbaikan skripsi. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua baik untuk masa kini maupun untuk masa yang akan datang.

Pekanbaru, Juli 2023

Penuli

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI FAST FOOD DI SMAN 2 DUMAI

Yana Rizki (11980324521)

Di bawah bimbingan Nur Pelita Sembiring dan Novfitri Syuryadi

### INTISARI

Praktik diet remaja yang salah terjadi akibat kurangnya informasi atau pendidikan gizi dan kesehatan. Pengetahuan gizi seseorang mempengaruhi konsumsi makan yang didapatkan dari keluarga dan pengaruh dari luar rumah. Remaja sangat gemar mengonsumsi *fast food* dan jajanan. Konsumsi *fast food* yang berlebihan akan menimbulkan berbagai gangguan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Februari 2023 di SMAN 2 Dumai. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dan pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling* dengan 87 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan gizi baik sebesar 26,44%, pengetahuan gizi sedang sebesar 72,41% sedangkan responden pengetahuan rendah sebesar 1,15%. Responden dengan kategori sering konsumsi *fast food* 51,7% dan jarang 48,3%. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food*  $p$ -value  $(0,356) > 0,05$ . Kesimpulan penelitian tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

Kata kunci: *fast food*, kebiasaan makan, pengetahuan gizi.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **THE CORRELATION OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND FAST FOOD CONSUMPTION IN SMAN 2 DUMAI**

Yana Rizki (11980324521)

*Under guidance by* Nur Pelita Sembiring dan Novfitri Syuryadi

### **ABSTRACT**

*Adolescent incorrect dietary practices occurs due to a lack of information or education on nutrition and health. A person's nutritional knowledge affects the food consumption ther was obtained from the family and the influence from outside the home. The most popular foods for teenagers are fast food and snacks. Excessive consumption of fast food will cause various health problems. This study aimed to determine the correlation between nutritional knowledge and fast food consumption in SMAN 2 Dumai. The research was conducted from January to February 2023 at SMAN 2 Dumai. This study used a cross sectional design with a research sample of 87 respondents. The results showed that students who had good nutritional knowledge was 26.44% and moderate nutritional knowledge was 72.41% while respondents with low knowledge levels amounted to 1.15%. Respondents who had the fast food consumption were often 51.7% and rarely 48.3%. The Chi-Square test results showed that there was no significant correlation between nutritional knowledge and fast food consumption with a p-value (0.356) >0.05. The results concluded that there was no correlation between nutrition knowledge and fast food consumption in students at SMAN 2 Dumai.*

*Keywords: eating habits, fast food, nutrition knowledge.*

#### **Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

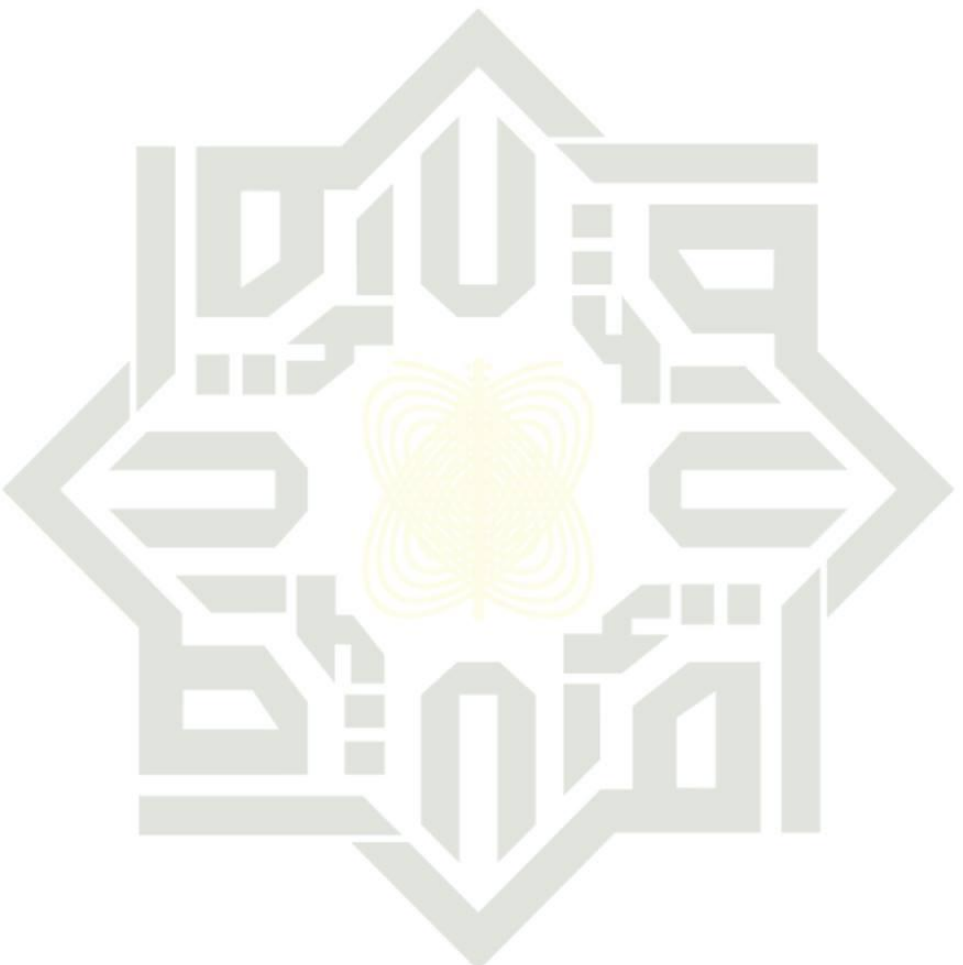
## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
KATA PENGANTAR .....	i
INTISARI .....	ii
ABSTRACT .....	iii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR SINGKATAN .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
I. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tujuan Penelitian .....	5
1.3. Manfaat Penelitian .....	5
1.4. Hipotesis .....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1. Pengetahuan .....	6
2.2. Pengetahuan Gizi .....	6
2.3. Makanan Cepat Saji ( <i>Fast Food</i> ) .....	11
2.4. Remaja .....	12
2.5. Kerangka Pemikiran .....	14
III. METODE PENELITIAN .....	16
3.1. Waktu Dan Tempat .....	16
3.2. Konsep Operasional .....	16
3.3. Instrumen Penelitian .....	18
3.4. Metode Pengambilan Sampel .....	20
3.5. Analisis Data .....	21
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	26
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	26
4.2. Karakteristik Responden .....	27
4.3. Pengetahuan Gizi .....	29
4.4. Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	31
4.5. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	32
V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	34
5.1. Kesimpulan .....	36
5.2. Saran .....	36

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR PUSTAKA .....	37
LAMPIRAN .....	40



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

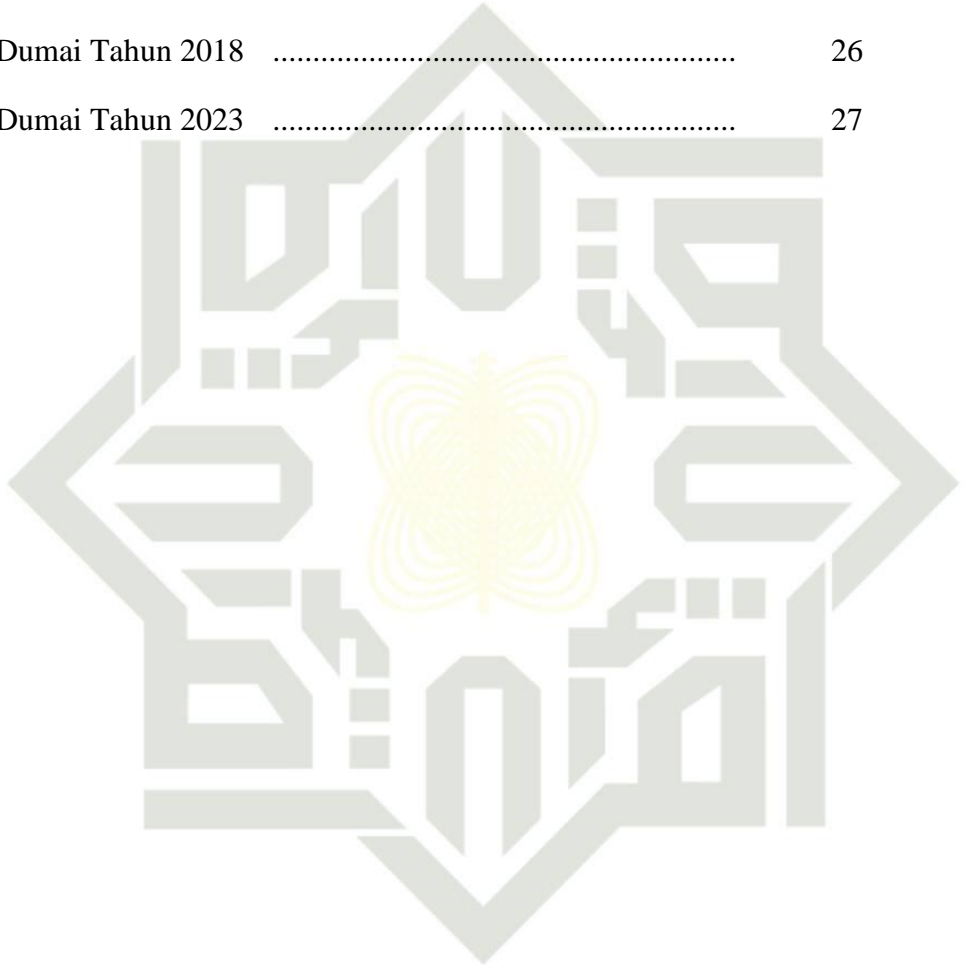
Tabel	Halaman
3.1. Definisi Operasional .....	16
3.2. Hasil Uji Validitas Variabel Instrumen .....	18
3.3. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen .....	19
3.4. <i>Blue Print</i> Variabel Kuesioner Pengetahuan Gizi .....	19
3.5. Jenis dan Cara Memperoleh Data .....	22
3.6. Pengkodean Variabel .....	22
4.1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelas Siswa SMAN 2 Dumai .....	28
4.2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Siswa SMAN 2 Dumai .....	28
4.3. Distribusi Pengetahuan Gizi Siswa SMAN 2 Dumai .....	29
4.4. Distribusi Konsumsi <i>Fast Food</i> Siswa di SMAN 2 Dumai .....	31
4.5. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	33

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1. Tumpeng Gizi Seimbang .....	9
2.2. Piring Makanku .....	10
2.3. Kerangka Pemikiran .....	15
4.1. SMAN 2 Dumai Tahun 2018 .....	26
4.2. SMAN 2 Dumai Tahun 2023 .....	27



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR SINGKATAN**

<i>Food Frequency Questionnaire</i>
gram
Pedoman Umum Gizi Seimbang
Riset Kesehatan Dasar
Sumber Daya Manusia
<i>Statistical Package for the Social Science</i>
Sekolah Menengah Atas Negeri
Tumpeng Gizi Seimbang
<i>United Nations Children's Emergency Fund</i>
<i>World Health Organization</i>
Waktu Indonesia Barat



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Persetujuan Responden .....	40
2. Karakteristik Responden .....	41
3. Kuesioner Pengetahuan Gizi Remaja .....	41
4. Kuesioner <i>Food Frequency Questionnaire</i> (FFQ) .....	43
5. Surat Izin Riset .....	44
6. Surat Izin Uji Etik .....	45
7. Surat Keterangan Layak Etik ( <i>Ethical Clearance</i> ) .....	46
8. Analisis Data .....	47
9. Dokumentasi Penelitian .....	49
10. Foto Kantin Sekolah .....	50

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## I. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Proses belajar menghasilkan kebiasaan makan yang terjadi seumur hidup sejak lahir sampai menjadi dewasa dan masih terus berlangsung selama hidupnya. Itulah sebabnya mengapa kebiasaan makan dan susunan hidangan sangat kuat bertahan terhadap berbagai pengaruh yang mungkin dapat mengubahnya. Kebiasaan makan seseorang merupakan kebiasaan makan keluarga, karena individu tersebut selama tinggal dalam keluarganya terus mengalami proses belajar seumur hidupnya dari keluarga tersebut (Sediaoetama, 2009). Para ahli antropologi berpendapat bahwa kebiasaan makan keluarga dan susunan hidangan merupakan salah satu manifestasi kebudayaan keluarga, faktor sosial, budaya dan lingkungan hidup tersebut disebut *life style* (Sediaoetama, 2009).

Pelaksanaan dari unit masyarakat terkecil adalah keluarga (*household unit*), sehingga *life style* keluarga merupakan pencerminan dari *lifestyle* suatu masyarakat. Dengan demikian terdapat hubungan yang sangat erat antara *lifestyle* individu, keluarga dan masyarakat, sehingga terdapat pula hubungan erat antara salah satu manifestasinya ialah kebiasaan makan seseorang (Sediaoetama, 2009). Faktor-faktor yang merupakan terbentuknya suatu *lifestyle* keluarga ialah penghasilan, pendidikan, lingkungan hidup kota atau desa, susunan keluarga, pekerjaan, suku bangsa, kepercayaan dan agama, pendapat tentang kesehatan, pengetahuan gizi, produksi pangan, sistem distribusi dan banyak lagi faktor sosiopolitik yang bersangkutan (Sediaoetama, 2009).

Kebiasaan makan remaja umumnya diperoleh dari keluarga, namun pengaruh perilaku di luar rumah cukup besar (Yosephin, 2018). Remaja biasanya mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik, seperti suka melewatkan waktu makan dan makan apa saja yang tersedia ketika lapar walaupun tidak bergizi. Biasanya remaja lebih suka rasa makanan yang menggugah selera, yang lebih manis atau lebih asin. Remaja lebih memilih makanan ringan yang mengandung lemak jenuh dan natrium yang tinggi serta rendah serat. Umumnya remaja memilih makanan ringan dengan tidak mengetahui kandungan gizi yang terdapat

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada makanan ringan tersebut (Fikawati, 2017). Saat ini banyak sekali iklan makanan ditayangkan berupa makanan kaya gula, karbohidrat, lemak di televisi. Hal ini tentu saja berpengaruh besar terhadap pilihan makan remaja dan makanan siap santap yang sangat mudah didapatkan juga memengaruhi kebiasaan makan remaja. Kebiasaan makan yang salah akan terbawa ke masa kehidupan selanjutnya (Yosephin, 2018). Remaja sangat gemar mengonsumsi *fast food* dan jajanan. Mengonsumsi makanan cepat saji bagi remaja yakni gaya hidup, sebagai kesempatan untuk bersosialisasi dengan teman, dan bisa juga untuk merayakan acara khusus (Fikawati, 2017).

Pola konsumsi makanan cepat saji yang tidak berimbang menyebabkan struktur tubuh semakin tidak ideal yaitu pendek dan gemuk (Yosephin, 2018). Kegemukan menambahkan risiko kesehatan untuk remaja dan orang yang lebih tua, serta diabetes umumnya terjadinya pada orang gemuk (Fikawati, 2017). Tingkat *overweight*, kapasitas dan efisiensi kerja menurun, juga daya tahan tubuh menurun, yang tampak pada morbiditas serta mortalitas yang meningkat. Lama hidup orang menderita kegemukan juga lebih pendek, dibandingkan dengan jangka hidup orang yang mempunyai berat badan ideal. Kegemukan menimbulkan penimbunan cadangan zat gizi penuh, sehingga tidak dapat menampung simpanan lagi, dan kelebihan zat gizi yang masih tersisa disimpan di tempat-tempat yang tidak biasa. Terjadi penimbunan lemak di sekitar organ-organ dalam yang vital, seperti jantung, ginjal, dan hati. Keadaan ini akan menghambat fungsi dari organ-organ penting tersebut. Obesitas yang berlebih adalah konsumsi energi total, relative terhadap penggunaan energi tersebut (Sediaoetama, 2010).

Praktik diet remaja yang salah merupakan masalah yang sering terjadi baik di negara maju maupun negara berkembang. Masalah ini umumnya terjadi akibat kurangnya informasi atau pendidikan gizi dan kesehatan remaja untuk mengatasi masalah praktik diet yang salah. Banyak remaja kurang mengetahui pentingnya zat gizi yang terkandung dalam makanan serta fungsinya terhadap tubuh. Remaja kadang tidak peduli terhadap kandungan zat gizi dalam makanan sehingga ia akan kesulitan memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Hal ini dapat menyebabkan kurangnya zat gizi tertentu (Fikawati, 2017).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Makanan cepat saji dalam penelitian adalah seluruh makanan atau jajanan yang mengandung lemak tinggi yang dikonsumsi secara berlebihan yang tidak memberikan manfaat bahkan merugikan kesehatan disebut *junk food*. Walaupun *hamburger*, *pizza* ataupun ayam goreng tersebut dimasak sendiri di rumah, jika dikonsumsi melebihi kebutuhan maka masuk kategori *junk food*. *Junk food* yang dikonsumsi secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan, seperti obesitas, diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker. Diabetes dan hipertensi adalah dua dari sekian banyak penyakit degeneratif yang dialami anak-anak saat ini (Sari, 2008).

Penelitian Harlianti *et al*, (2018) menyebutkan bahwa hubungan positif antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan *overweight* dengan  $p=0,037$  ( $p=0,05$ ) dan koefisien korelasi sebesar 0,423. Penelitian AlMuktadir *et al*, (2019) menyebutkan bahwa remaja yang mengonsumsi *fast food* (2 kali/minggu) lebih cenderung mengalami obesitas. Penelitian Kazi *et al*, (2020) menyatakan bahwa 97% siswa mengonsumsi makanan cepat saji setiap hari, 34% siswa diklasifikasikan sebagai prehipertensi dan 16,4% dari siswa diklasifikasikan sebagai hipertensi.

Mengonsumsi *fast food* yang berlebih serta tidak diimbangi dengan konsumsi makanan yang bergizi seimbang seperti serat akan menyebabkan berbagai masalah gizi seperti *overweight* dan bahkan obesitas, dari hasil Riskesdas tahun 2018 *prevalensi overweight* di Indonesia 13,6% sedangkan *prevalensi* obesitas di Indonesia 21,8%. Riskesdas 2018 *prevalensi* IMT/U remaja usia 16-18 tahun di Riau terdapat *overweight* 7,06% dan di Dumai 10%. *Prevalensi* obesitas dengan IMT/U usia 16-18 tahun di Riau terdapat 4,51% dan *prevalensi* obesitas di Dumai 1,11%. Hasil Riskesdas tahun 2018 untuk obesitas sentral umur  $\geq 15$  tahun di Indonesia adalah 31%, Riau terdapat 32,55% dan di Dumai *prevalensinya* 33,84%.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Firdianty (2020) menunjukkan penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan makan *fast food* ( $p=0,000$ ). Penelitian Ariyana dan Asthiningsih (2020) menghasilkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan nilai  $p\text{-value } 0,0000 < 0,05$  sehingga semakin

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baik pengetahuan maka semakin jarang konsumsi makanan cepat saji. Penelitian yang dilakukan Mardhina (2014) menunjukkan pengetahuan tentang gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* adalah berlawanan, yaitu semakin baik tingkat pengetahuan gizi, maka frekuensi konsumsi *fast food* semakin rendah. Penelitian lain yang dilakukan Priwahyuni (2016) memperoleh hasil uji *chi-square* dengan *p-value* sebesar  $0,000 < \alpha (0,05)$ , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pola makan siap saji (*fast food*) pada mahasiswa.

Hasil penelitian Aprianti (2016) dengan hasil uji korelasi Spearman didapatkan nilai  $p=0,869$  dengan  $\alpha=0,05$ , karena  $p > \alpha$  maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan mengonsumsi *fast food* pada remaja SMP Negeri 31 Banjarmasin. Situasi ini disebabkan oleh makanan cepat saji kini telah menjadi tren di kalangan remaja, penyajiannya yang cepat, jenisnya yang dapat menggugah selera sehingga membuat para remaja dengan pengetahuan yang baik tergoda untuk mengonsumsinya meskipun mereka mengetahui dampak negatif dari mengonsumsi makanan cepat saji dan zat gizi apa saja yang terkandung dalam makanan cepat tersebut. Namun, jika pengaruh lingkungan seperti kebiasaan orang tua, kesibukan orang tua dan responden yang tidak sempat menyiapkan makanan di rumah dan pengaruh teman sebaya yang lebih dominan dibandingkan dengan pengetahuan yang mereka miliki maka konsumsi makanan cepat saji akan meningkat.

Penelitian Kinasih (2021) dengan hasil uji rank spearman menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* (0.578) pada mahasiswa program studi ilmu gizi fakultas ilmu kesehatan di universitas muhammadiyah surakarta pada masa pandemi Covid-19, hal ini menunjukkan bahwa tidak semua responden yang memiliki pengetahuan gizi baik dapat melakukan pemilihan bahan makanan untuk dikonsumsi sehari-hari dengan baik pula termasuk dalam mengurangi konsumsi *fast food*.

Penelitian yang dilakukan oleh Imtihani dan Noer (2013) yang meneliti tentang hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di SMA Theresiana 1 Semarang yang mana hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan

gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* dan uang saku lebih menentukan frekuensi konsumsi *fast food*.

Penelitian yang dilakukan Firdianty (2020) menyatakan tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* dapat disebabkan karena frekuensi konsumsi *fast food* tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan gizi saja, tetapi juga terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti tingkat pendapatan orang tua dan uang saku, faktor usia, faktor sosial dan media massa. Berdasarkan uraian tersebut perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* serta menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

## 1.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

## 1.3. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah untuk menambah dan memberikan wawasan mengenai hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

## 1.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan yang mencakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan, yaitu: tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*aplication*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), evaluasi (*evaluation*) (Notoatmodjo, 2014).

Tahu (*know*) diartikan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Memahami (*comprehension*) adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut dengan benar. Aplikasi (*aplication*) merupakan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada suatu kondisi sebenarnya. Analisis (*analysis*) adalah suatu kemampuan menjabarkan materi suatu objek ke dalam komponen-komponen. Sintesis (*synthesis*) adalah kemampuan menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan, evaluasi (*evaluation*) adalah melakukan penilaian terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2014).

### 2.2. Pengetahuan Gizi

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal organ-organ, serta menghasilkan energi (Supriasa, 2013). Zat gizi merupakan komponen yang terdapat dalam bahan pangan yang terurai selama proses pencernaan dalam tubuh. Zat gizi dibutuhkan tubuh dalam jumlah yang memadai untuk pertumbuhan, perkembangan dan kebugaran tubuh. Zat gizi yang dimaksud termasuk di

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalamnya air, karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin (Mustika dan Cakrawati, 2014).

Fungsi zat gizi secara umum adalah sebagai sumber energi, zat pembangun dan pengatur. Fungsi tersebut dapat dipenuhi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari mencakup nasi, ikan, daging, telur, susu, sayuran, buah, gula, margarine, dan lain sebagainya. Setiap kelompok gizi memiliki fungsi masing-masing seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, dan juga air. Serat kini menjadi komponen yang penting dalam komposisi diet makanan sehari-hari (Mustika dan Cakrawati, 2014).

Fungsi utama karbohidrat adalah menyediakan sumber tenaga utama bagi tubuh dalam bentuk energi. 1gram karbohidrat menyediakan energi sejumlah 4 kalori bagi tubuh. Karbohidrat dalam bentuk glukosa merupakan satu-satunya sumber energi bagi otak dan sistem saraf. Protein berfungsi selain menjadi sumber energi, protein merupakan komponen utama protoplasma di dalam sel, serta hormon dan enzim yang berperan penting dalam proses pertumbuhan. Lemak menyumbangkan 60% energi yang diperlukan tubuh selama istirahat dan saat tubuh melakukan latihan olahraga yang cukup intens. Lemak berfungsi untuk membantu penyerapan dan penyimpanan vitamin larut lemak seperti vitamin A, D, E, dan K (Fikawati, 2017).

Vitamin fungsinya secara umum berhubungan erat dengan fungsi enzim, terutama vitamin-vitamin kelompok B. Mineral terbagi menjadi dua yaitu mineral makro dan mineral mikro. Mineral makro berfungsi sebagai bagian dari zat yang aktif dalam metabolisme atau sebagai bagian penting dari struktur sel dan jaringan. Sedangkan mineral mikro berfungsi berhubungan dengan enzim bahkan yodium merupakan bagian dari struktur suatu hormon (Sediaoetama, 2010).

Pendidikan gizi merupakan salah satu unsur yang berperan dalam meningkatkan status gizi masyarakat dalam kaitannya mengatasi permasalahan gizi ganda yaitu gizi kurang dan gizi lebih di Indonesia. Melalui penyampaian pesan-pesan gizi yang praktis akan membentuk suatu pemahaman pada masyarakat sehingga tercipta keseimbangan antara gaya hidup dengan pola konsumsi masyarakat. Pengembangan pedoman gizi seimbang adalah salah satu



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

strategi dalam mencapai perubahan pola konsumsi makanan yang ada di masyarakat yang lebih baik (Mustika dan Cakrawati, 2014).

Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Status gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi essential dan status gizi lebih terjadi apabila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah yang berlebihan sehingga menimbulkan efek yang membahayakan (Almatsier, 2004).

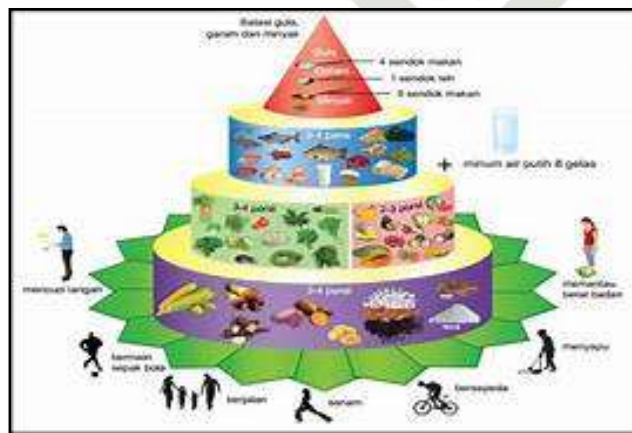
Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan dan pembuatan makanan dan minuman. Keanekaragaman pangan adalah aneka ragam kelompok pangan yang terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, sayuran dan buah-buahan dan air serta beranekaragam dalam setiap kelompok pangan (Kemenkes, 2015).

Berbagai makanan yang dikonsumsi baik antar kelompok pangan (makanan pokok, lauk-pauk, sayur dan buah) maupun dalam setiap kelompok pangan. Masing-masing contoh jenis pangan dari berbagai kelompok pangan adalah sebagai berikut: Makanan pokok antara lain: beras, kentang, singkong, ubi jalar, jagung, talas, sagu, sukun. Lauk-pauk sumber protein antara lain: Ikan, telur, unggas, daging, susu dan kacang-kacangan serta hasil olahannya (tahu dan tempe). Sayuran adalah sayuran hijau dan sayuran berwarna lainnya. Buah-buahan adalah buah yang berwarna. Pesan Umum Gizi Seimbang berlaku untuk seluruh

kalangan masyarakat dalam kondisi sehat dan untuk mempertahankan hidup sehat (Kemenkes, 2015).

Berikut adalah pesan umum gizi seimbang: 1). Syukuri dan nikmati anekaragaman makanan, 2). Banyak makan sayur dan cukup buah-buahan, 3). Biasakan mengonsumsi lauk pauk dengan protein tinggi, 4). Biasakan mengonsumsi anekaragaman makanan pokok, 5). Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak, 6). Biasakan sarapan, 7). Biasakan minum air putih yang cukup dan aman, 8). Biasakan membaca label pada kemasan pangan, 9). Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir, 10). Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan Pertahankan berat badan normal. 11). Hindari minuman beralkohol, 12). Makanlah makanan yang aman bagi kesehatan, 13). Bacalah label pada makanan yang dikemas (Kemenkes, 2015).

Pedoman gizi seimbang mempunyai visual. Visual adalah bentuk atau gambar, di manca negara disebut panduan pangan (*food guide*). Visual gizi seimbang adalah bentuk gizi seimbang yang menggambarkan semua prinsip. Ada dua visual pedoman gizi seimbang yaitu tumpeng gizi seimbang dan piring makanku sajian sekali makan. Tumpeng gizi seimbang (TGS) memiliki empat lapis yang semakin ke atas semakin kecil. Empat lapis artinya mempunyai empat prinsip empat pilar yang merupakan rangkaian upaya menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memantau berat badan secara teratur (Kemenkes, 2015). Tumpeng gizi seimbang dapat dilihat pada Gambar 2.1 berikut.



Gambar 2.1. Tumpeng Gizi Seimbang (Kemenkes, 2015)

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berikut ini merupakan empat pilar tersebut, 1). Mengonsumsi anekaragam pangan, 2). Membiasakan perilaku hidup bersih, 3). Melakukan aktivitas fisik, 4). Memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal. Semakin ke atas ukuran tumpeng gizi seimbang semakin kecil, sehingga perlu dibatasi penggunaannya seperti gula garam dan lemak. Setiap kelompok pangan disebutkan berapa jumlah porsi yang dianjurkan. Misalnya pada kelompok sayuran 3 sampai dengan 4 porsi dalam sehari, artinya sayuran dikonsumsi 3 sampai dengan 4 mangkuk sehari. Satu mangkuk sayur beratnya sekitar 75 g sehingga perlu mengonsumsi 300 g sehari. Sebelah kanan tumpeng terdapat tanda tambah dan visual segelas air putih dengan tulisan 8 (delapan gelas), artinya setiap orang dianjurkan minum delapan gelas perhari. Selain makan dan minuman dalam tumpeng gizi seimbang terdapat pesan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan menggunakan air mengalir; juga terdapat siluet aktivitas fisik dan juga olahraga yang dianjurkan untuk dilakukan tiga kali dalam seminggu dan kegiatan menimbang berat badan minimal sekali dalam sebulan (Kemenkes, 2015). Visual pedoman gizi seimbang yang kedua adalah piring makanku. Piring makanku dapat dilihat pada Gambar 2.2 berikut.



Gambar 2.2. Piring makanku (Kemenkes, 2015)

Piring makanku adalah panduan untuk sekali makan baik makanan dan minuman. Visual isi piring ku menggambarkan anjuran makan sehat dimana separuh (50%) total sekali makan buah dan sayur, dan separuh (50%) lagi makanan pokok dan lauk-pauk. Piring makanku menganjurkan makan sayur lebih banyak dibandingkan buah. Porsi makanan pokok lebih banyak dibandingkan

lauk-pauk. Piring makan ku juga menganjurkan minum setiap kali makan bisa sebelum, ketika maupun sesudah makan. Meskipun gambar gelas hanya satu bisa disesuaikan dengan kebutuhan. Piring makanku juga menganjurkan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Karena piring makanku adalah panduan sekali makan sehingga tidak ada anjuran melakukan aktivitas fisik dan memantau berat badan (Kemenkes, 2015).

### 2.3. Makanan Cepat Saji (*Fast Food*)

Makanan cepat saji adalah makanan yang disiapkan segera dalam waktu cepat, mudah disajikan, praktis, diolah dengan cara sederhana, dan layanan cepat sehingga siap disantap segera. Makanan cepat saji biasanya identik dengan makanan ala barat seperti *burger, hotdog, kentang goreng, fried chicken, milkshake*, minuman soda, minuman kemasan botol, ataupun makanan kemasan supermarket seperti mie instan, nugget, sosis, makanan dan minuman kaleng, sayuran beku, atau macam-macam lauk pauk yang dibekukan (Kemendikbud, 2013). Jenis makanan siap santap (*fast food*) yang berasal dari Negara barat seperti *hotdog, pizza, hamburger, fried chicken, dan french fries*, berbagai makanan yang berupa keripik (*junk food*) sering dianggap lambang atau gimbal kehidupan modern oleh para remaja (Wirjatmadi dan Adriani, 2012).

Sesuai dengan namanya, *fast food* jenis makanan ini memiliki beberapa kelebihan antara lain penyajian cepat sehingga tidak menghabiskan waktu dan dapat dihidangkan kapan dan di mana saja, hiegenis, dianggap sebagai makanan bergensi, makanan modern, makanan gaul, namun dibalik itu terdapat kekurangan yakni komposisi bahan makananya kurang memenuhi standar makanan sehat berimbang, antara lain kandungan lemak jenuh berlebihan karena unsur hewani lebih banyak dibandingkan nabati, kurang serat, kurang vitamin, terlalu banyak sodium. Penyajian *fast food* biasanya dilengkapi dengan minuman ringan (*soft drink*) (Irianto, 2007).

Minuman jenis tersebut dapat menyebabkan peningkatan sekresi asam urat, menyebabkan caries gigi karena kandungan gula. Banyaknya sodium (garam) juga berbahaya bagi penderita hipertensi (Irianto, 2007). Makanan cepat saji (*fast food*) memiliki kandungan gizi yang tinggi natrium, tinggi kalori, tinggi

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

lemak, dan kurangnya kandungan vitamin dan mineral (Kemenkes, 2018). Restoran makanan cepat saji tumbuh pesat dan menjamur di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Adanya restoran makanan cepat saji ini lama-kelamaan mengubah pola kehidupan manusia dan juga mengubah pola makan masyarakat (Kemendikbud, 2013).

Pilihan makanan yang tidak sehat berdampak negatif bagi tubuh dengan mengakibatkan seseorang gemuk, penurunan kesehatan, masalah sosial, termasuk penyakit kronis, penurunan kecerdasan, perhatian berkurang, berkurangnya kesempatan pendidikan dan pekerjaan, dan bahkan meningkat kecanduan narkoba, kekerasan, dan kejahatan. Ilmu pengetahuan modern mengungkapkan bahwa kerusakan yang meluas dan serius pada kesehatan bahkan dapat merusak gen, mengakibatkan kerusakan parah yang diteruskan ke generasi masa depan. Diet tidak sehat berkonspirasi untuk mengubah DNA secara tidak menguntungkan. Makanan tidak sehat mengubah mental dan fisik yang mempengaruhi cara bertindak, dan merusak kesehatan. Semakin banyak makanan berbahaya yang dikonsumsi, semakin tinggi risiko mengembangkan masalah fisik, intelektual, dan emosional yang ditimbulkannya (Fuhrman, 2017).

Ilmu pengetahuan menunjukkan bahwa pola makan dan perilaku gaya hidup berperan lebih besar dalam kesehatan dan fungsi secara keseluruhan, dan genetika berperan lebih kecil. Kesehatan fungsi otak, dan penyakit kronis merupakan hasil dari lingkungan dan gambaran diet, dengan kecenderungan genetik yang relatif kecil, sehingga gizi mendominasi genetika (Fuhrman, 2017). Semua restoran makanan cepat saji hanya ditujukan bagi pekerja yang sibuk sehingga hanya memiliki sedikit waktu untuk istirahat makan. Namun, saat ini konsumen makanan cepat saji tidak hanya diminati pekerja saja, tetapi sudah merambah ke seluruh lapisan masyarakat, baik tua, muda, remaja, anak sekolah maupun anak kecil. Hal ini terutama terjadi di kota-kota besar di berbagai Negara maupun sebagian besar wilayah Indonesia (Kemendikbud, 2013).

#### 2.4. Remaja

Remaja adalah kelompok usia peralihan dari anak-anak menjadi remaja muda sampai dewasa. Kondisi penting yang berpengaruh terhadap kebutuhan zat gizi kelompok ini, pertumbuhan cepat memasuki usia pubertas, kebiasaan jajan,

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menstruasi, dan perhatian terhadap penampilan fisik citra tubuh (*body image*), serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa. Populasi remaja dunia telah mencapai 1200 juta jiwa atau sekitar 19% dari total populasi dunia. Indonesia mempunyai persentase populasi remaja bahkan lebih tinggi, yaitu mencapai 21% dari total populasi penduduk atau sekitar 44 juta jiwa.

Penyuluhan dan bimbingan gizi yang benar dan jelas sangat diperlukan untuk golongan umur remaja, terutama penyuluhan yang dikaitkan dengan bentuk tubuh atau kecantikan akan sangat menarik perhatian para remaja putri, sedangkan para remaja laki-laki akan lebih tertarik bila penyuluhan gizi dikaitkan dengan prestasi berbagai jenis olahraga (Sediaoetama, 2010). Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja yang ditandai dengan banyak perubahan diantaranya penambahan massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Perubahan tersebut mempengaruhi kebutuhan gizi. Selain itu, kebutuhan gizi pada remaja juga dipengaruhi oleh faktor psikologi dan sosial (Supariasa dan Hardinsyah, 2017).

Zat gizi yang ada pada makanan sebaiknya dikonsumsi dalam jumlah yang sesuai dan bervariasi. Misalnya, buah dan sayur mengandung banyak zat bermanfaat di dalamnya. Kandungan vitamin, mineral serta serat yang dapat mencegah kekeringan kulit, rambut, serat dapat membantu proses pembuangan ampas sehingga tidak tersimpan lama di usus besar. Serat juga bisa menurunkan kadar lemak jahat dalam tubuh dengan mengikatnya dan membuangnya bersama kotoran (Yulia, 2016).

Kebiasaan makan yang buruk, berpangkal pada kebiasaan makan keluarga yang tidak baik sudah tertanam sejak kecil akan terus terjadi pada usia remaja. Mereka makan seadanya tanpa mengetahui kebutuhan akan berbagai zat gizi dan dampak tidak dipenuhinya kebutuhan zat gizi tersebut terhadap kesehatan mereka. Usia remaja merupakan usia di mana mereka sangat mudah tertarik pada sesuatu yang baru (Wirjatmadi dan Adriani, 2012). Masa remaja dibagi berdasarkan kondisi perkembangan fisik, psikologi, dan sosial. WHO atau Unicef (2005) membaginya menjadi tiga stase, yaitu remaja awal 10 sampai dengan 14 tahun,

remaja pertengahan 14 sampai dengan 17 tahun, remaja akhir 17 sampai dengan 21 tahun (Supriasa dan Hardinsyah, 2017).

## 2.5. Kerangka Pemikiran

Sistem sosial ekonomi politik, ketersediaan makanan, produksi dan sistem distribusi suatu daerah atau negara merupakan pokok permasalahan yang membentuk gaya hidup (Almatsier dkk, 2019). Gaya hidup mempunyai hubungan yang erat antara masyarakat, keluarga, dan individu (Sediaoetama, 2010). Seorang remaja memiliki gaya hidup yang merupakan manifestasi dari keluarga, sehingga gaya hidup seseorang dipengaruhi oleh unit keluarga, karakteristik keluarga, kebiasaan orangtua dan uang saku yang diterima remaja (Almatsier dkk, 2019). Konsumsi makanan remaja selain dipengaruhi oleh keluarga juga dipengaruhi lingkungan seperti norma, sosial budaya, teman sebaya, dan media massa (Almatsier dkk, 2019).

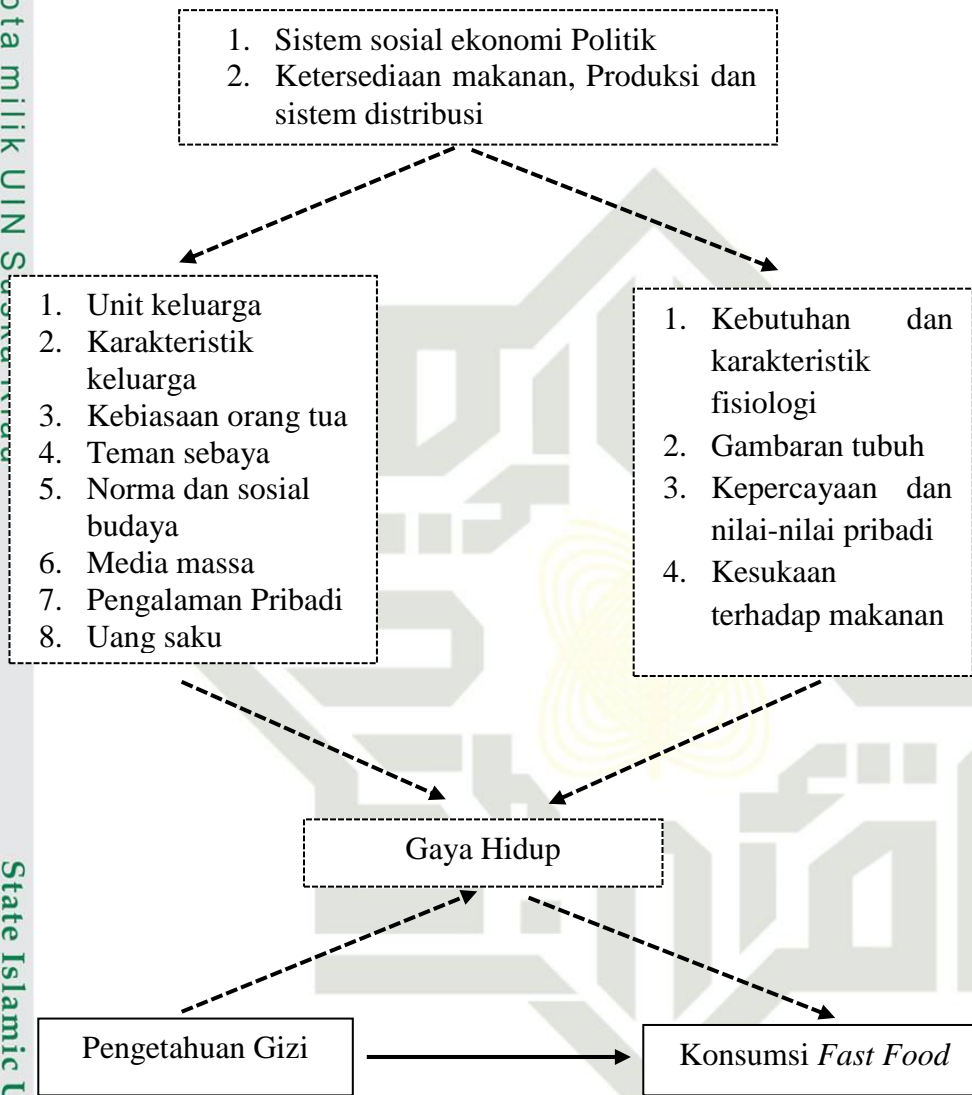
Remaja akan mengalami pertumbuhan yang meningkat dan sangat bervariasi. Remaja dengan kronologis sama mungkin sekali perkembangan karakteristik fisiologis dan kebutuhan gizi remaja berbeda (Almatsier dkk, 2019). Gambaran tubuh saat remaja akan berpengaruh terhadap gaya hidupnya. Remaja yang belum mempunyai gambaran tentang tubuh dewasa akan membatasi asupan makanan. Hal itu juga disebabkan oleh kepercayaan, nilai-nilai pribadi dan kesukaan terhadap makanan (Almatsier dkk, 2019). Pengetahuan tentang gizi dan makanan mempengaruhi konsumsi makanan seseorang agar tetap sehat (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan tentang gizi yang dimiliki seorang remaja tidak dapat secara langsung mengubah perilaku atau konsumsi makannya, hal itu karena remaja tidak dapat mengaitkan pengetahuan yang dimiliki ke konsumsi makanan sehari-hari (Khomsan, 2021).

Konsumsi remaja yang suka melewatkan waktu makan dan makan apa saja yang tersedia walaupun tidak bergizi. Biasanya remaja lebih suka makanan yang menggugah selera, lebih manis atau lebih asin seperti *fast food* dan jajanan (Ikawati, 2017). Kemudahan memperoleh *fast food* akan mempengaruhi konsumsi *fast food* terutama di kota-kota besar seperti pusat berbelanja, pasar swalayan, dan sekolah (Almatsier dkk, 2019). Konsumsi *fast food* yang berlebihan

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada usia remaja pada akhirnya menyebabkan penyakit degeneratif, obesitas, dan *overweight* (Almatsier dkk, 2019). Kerangka pemikiran penelitian dapat dilihat pada Gambar 2.3. berikut.



Keterangan :

- : Variabel yang diteliti
- : Variabel yang tidak diteliti
- : Hubungan yang dianalisis
- .-> : Hubungan yang tidak dianalisis

Gambar 2.3. Kerangka Pemikiran

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### III. METODE PENELITIAN

#### 3.1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan pada Bulan Januari sampai dengan Februari Tahun 2023 di SMAN 2 Dumai. Pemilihan tempat berdasarkan tujuan penelitian dan penelitian belum pernah dilakukan di SMAN 2 Dumai.

#### 3.2. Konsep Operasional

##### 3.2.1. Variabel Penelitian

Variabel mengandung pengertian ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain (Notoatmodjo, 2018). Penelitian menggunakan dua variabel yaitu variabel *independent* dan variabel *dependent*. 1).Variabel bebas (*independent*) merupakan variabel risiko atau sebab, mempengaruhi (Notoatmodjo, 2018). Adapun variabel indenpenden dalam penelitian adalah pengetahuan gizi di SMAN 2 Dumai. 2).Variabel terikat (*dependent*) merupakan variabel akibat atau efek, dipengaruhi (Notoatmodjo, 2018). Adapun variabel dependen pada penelitian adalah konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

##### 3.2.2. Definisi Operasional

Definisi operasional, yaitu mendefinisikan variabel atau konsep serta langkah-langkah yang akan ditempuh dalam mengukur variabel penelitian (Supratiknya, 2015). Definisi operasional penelitian dengan judul pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai. Definisi operasional dapat dilihat pada Tabel 3.1

Tabel 3.1. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Objektif	Data	Alat Ukur
	Pengetahuan	Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.	Benar: 1 Salah : 0 Kategori: 1. Baik >80% 2. Sedang 60%-80% 3. Rendah <60%	Primer	Kuesioner

No	Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Objektif	Data	Alat Ukur
1.		<p>Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2014).</p> <p>Tingkat pengetahuan terkait pengetahuan gizi umum dan pengetahuan gizi terkait <i>fast food</i>.</p>	(Khomsan, 2021)		
2.	Konsumsi	<p>Konsumsi adalah tindakan manusia untuk menghabiskan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang dalam waktu tertentu (KBBI).</p> <p><i>Fast food</i> adalah seluruh makanan atau jajanan yang mengandung lemak tinggi yang dikonsumsi secara berlebihan yang tidak memberikan manfaat bahkan justru merugikan kesehatan (Sari, 2008).</p>	<p>1. Sering: Skor <math>\geq</math> median</p> <p>2. Jarang: Skor <math>&lt;</math> median (Anindyawati, 2016)</p> <p>Kategori:</p> <p>1). <math>&gt;1x</math> sehari</p> <p>2). <math>1x</math> sehari</p> <p>3). <math>3-6x/</math> minggu</p> <p>4). <math>1-2x/</math> minggu</p> <p>5). <math>\leq 2x</math> sebulan</p> <p>6). Tidak pernah (Gibson, 2005)</p> <p>Skor kategori:</p> <p><math>&gt;1x</math> sehari: 50</p> <p><math>1x</math> sehari: 25</p> <p><math>3-6x/</math>minggu: 15</p> <p><math>1-2x/</math>minggu: 10</p> <p><math>\leq 2x</math> sebulan: 5</p> <p>Tidak pernah: 0 (Kemenkes RI, 2018)</p>	Primer	FFQ ( <i>Food Frequency Questionnaire</i> )

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3.3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian ini dapat berupa kuisisioner pengetahuan gizi dan kuisisioner FFQ. Kuisisioner pengetahuan gizi umum dan terkait *fast food*. Kuisisioner FFQ dengan list *fast food* yang sering dikonsumsi responden. Formulir terdiri dari formulir identitas dan formulir persetujuan responden. Kuisisioner penelitian yang diajukan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu sebelum melakukan penelitian (Notoatmodjo, 2018).

#### 3.3.1 Validitas dan Reliabilitas

Menentukan valid dan reliabel kuisisioner penelitian menggunakan bantuan software computer, yaitu SPSS versi 25 dan *microsoft excel* 2010. Syarat valid dari kuisisioner, yaitu: Perbandingan nilai r-hitung dengan r-tabel, jika r-hitung > r-tabel artinya valid. Sedangkan jika r-hitung < r-tabel maka tidak valid. Uji validitas dan reliabilitas akan dilakukan pada remaja berjumlah 30 responden. Hasil uji validitas variabel instrument dapat dilihat pada Tabel 3.2. berikut.

Tabel. 3.2. Hasil Uji Validitas Variabel Instrumen

Variabel	Item	r Hitung	r Tabel	Keterangan
Pengetahuan Gizi	P1	0,4219	0,361	Valid
	P2	0,452	0,361	Valid
	P3	0,4456	0,361	Valid
	P4	0,5622	0,361	Valid
	P5	0,4262	0,361	Valid
	P6	0,3671	0,361	Valid
	P7	0,4767	0,361	Valid
	P8	0,4417	0,361	Valid
	P9	0,3671	0,361	Valid
	P10	0,4964	0,361	Valid
	P11	0,4239	0,361	Valid
	P12	0,2219	0,361	Tidak Valid
	P13	0,4456	0,361	Valid
	P14	0,4219	0,361	Valid
	P15	0,6534	0,361	Valid
	P16	0,502	0,361	Valid
	P17	0,4481	0,361	Valid
	P18	0,5096	0,361	Valid
	P19	0,2788	0,361	Tidak Valid
	P20	0,4778	0,361	Valid
	P21	0,4337	0,361	Valid
	P22	0,4287	0,361	Valid

Variabel	Item	r Hitung	r Tabel	Keterangan
© Hak cipta milik UIN Suska Riau	P23	0,5041	0,361	Valid
	P24	0,0588	0,361	Tidak Valid
	P25	0,3873	0,361	Valid

Berdasarkan Tabel 3.2. dari hasil uji validitas dengan 30 responden menunjukkan dari 25 pertanyaan terdapat 22 pertanyaan yang valid dan 3 pertanyaan tidak valid dengan nilai r hitung sebesar 0,2219 pertanyaan 12, untuk pertanyaan 19 dengan r hitung 0,2788, dan pertanyaan 24 dengan r hitung 0,0588. Kuesioner dengan pertanyaan paling banyak salah adalah pertanyaan no 16, dan pertanyaan paling banyak dijawab benar oleh responden adalah pertanyaan no 16,7,9,14 dan 23.

Uji reliabilitas digunakan untuk menunjukkan suatu hasil pengukuran *relative* konsisten apabila dilakukan secara berulang. Uji reliabilitas dapat dikatakan reliabilitas apabila hasil *cronbach's alpha* 0,6. Hasil uji reliabilitas kuesioner pengetahuan gizi dapat dilihat pada Tabel 3.3 berikut:

Tabel 3.3. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Instrument.

Reliabilitas Statistik	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,809	25

Berdasarkan Tabel 3.3. diketahui hasil uji reliabilitas dari kuesioner pengetahuan gizi dengan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,809. Hal ini menunjukkan kuesioner pengetahuan gizi termasuk dalam kategori reliabel.

### 3.3.2 Blue Print Variabel Kuesioner Pengetahuan Gizi

*Blue print* kuesioner memuat uraian jumlah setiap komponen-komponen yang dibuat pada item kuesioner pengetahuan. *Blue print* dari kuesioner 25 item pengetahuan gizi dapat dilihat pada Tabel 3.4. berikut.

Tabel 3.4. *Blue Print* Variabel Kuesioner Pengetahuan Gizi

No	Aspek	Item Kuesioner	Jumlah
1	Pengetahuan gizi umum	1,2,3,4,5,6,10,12,13,14,16,19,24,25	14
2	Dampak mengonsumsi <i>fast food</i>	11,17,20,21	4
3	Contoh makanan cepat saji	7,8,9,22	4
4	<i>Fast food</i>	15,18,23	3

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan Tabel 3.4. menunjukkan jumlah item kuesioner untuk pengetahuan gizi umum terdapat 14 soal, item dampak mengonsumsi *fast food* berjumlah 4 soal. Jumlah item contoh makanan cepat saji sebanyak 4 soal, dan jumlah item soal *fast food* sebanyak 3 soal.

### 3.4. Metode Pengambilan Sampel

#### 3.4.1 Desain Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan *survey cross sectional* ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat. Artinya, tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap satu karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian membahas mengenai hubungan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai.

#### 3.4.2 Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Pengambilan populasi menggunakan metode *purposive*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa dan siswi kelas XI SMAN 2 Dumai. Adapun alasan penarikan populasi kelas XI, yaitu: 1). Kelas XI sudah bukan siswa baru sehingga mempunyai pertemanan antar siswa yang cukup lama, dan sudah beradaptasi di lingkungan sekolah dan tuntunan dari kewajiban program sekolah, 2). Kelas XI merupakan tingkatan kelas tengah yang sedang tidak fokus untuk menghadapi berbagai ujian, seperti ujian masuk universitas dan ujian sekolah sehingga penelitian tidak mengganggu program sekolah.

Sampel merupakan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Metode pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, metode pengambilan sampel adalah setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel. Pengambilan sampel dengan metode *simple random sampling* dibedakan menjadi dua cara, yaitu dengan mengundi anggota populasi atau teknik undian, dan dengan menggunakan tabel bilangan atau angka acak (Notoatmodjo, 2018).

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kriteria inklusi penelitian, yaitu: 1) Siswa dan siswi SMAN 2 Dumai, 2). Bersedia mengikuti ketentuan sebagai *informed consent*, 3) Responden berusia 16 sampai dengan 18 tahun, 4) Responden sedang tidak menjalani program diet. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMA kelas XI sebanyak 79 orang ditambahkan dengan estimasi DO 10% didapatkan 8 orang maka jumlah sampel yang dibutuhkan sebanyak 87 orang dengan menggunakan perhitungan menurut Notoatmodjo, 2018 dengan rumus slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{383}{1+383(0,1)^2}$$

$$n = 79,29 \sim 79 \text{ orang}$$

Jumlah sampel ditambahkan dengan estimasi DO 10% = 8 orang maka 79 orang + 8 orang = 87 orang.

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Jumlah populasi

d = Tingkat kepercayaan atau ketepatan yang diinginkan (0,1)

### 3. Analisis Data

#### 3.1 Jenis Data yang Dikumpulkan

Jenis data yang dikumpulkan berupa data primer. Data primer didapatkan dengan menggunakan kuesioner pada siswa SMAN 2 Dumai yang meliputi: 1). Karakteristik responden seperti nama, kelas, usia, jenis kelamin, 2). Pengetahuan gizi terkait *fast food* menggunakan kuesioner untuk menggambarkan pengetahuan gizi remaja SMAN 2 Dumai, 3). Konsumsi *fast food* menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dengan daftar *fast food* yang sering dikonsumsi remaja SMAN 2 Dumai. Data sekunder diperoleh dari pihak sekolah untuk mendapatkan informasi tentang jumlah siswa kelas XI di SMAN 2 Dumai. Jenis data dan cara pengumpulan data primer dan sekunder disajikan pada Tabel 3.5 berikut.

Tabel 3.5. Jenis dan Cara Memperoleh Data

Variabel	Jenis Data	Cara Pengumpulan
Karakteristik sampel	Primer	Pengisian kuesioner
Pengetahuan gizi	Primer	Pengisian kuesioner
Konsumsi <i>fast food</i>	Primer	Pengisian FFQ
Jumlah siswa	Sekunder	Data dari sekolah

Berdasarkan Tabel 3.5 menunjukkan bahwa karakteristik sampel, pengetahuan gizi, konsumsi *fast food* merupakan jenis data primer. Data Primer adalah data dalam bentuk verbal atau kata-kata yang diucapkan secara lisan, gerak-gerik atau perilaku yang dilakukan oleh subjek yang dapat dipercaya, dalam hal ini adalah subjek penelitian yang berkenaan dengan variabel yang diteliti. Jumlah siswa merupakan data sekunder diperoleh dari dokumen-dokumen dari pihak sekolah dan dapat memperkaya data primer (Siyoto, 2015).

### 3.5.2 Pengolahan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian kemudian diolah dan dianalisa menggunakan SPSS versi 25 *for windows* dan *microsoft excel* 2010. Menurut Notoatmodjo (2018) proses pengolahan data melalui tahap-tahap sebagai berikut:

- a. *Editing*, tahapan data yang sudah dikumpulkan dari hasil penelitian kuesioner disunting kelengkapan jawabannya, jika pada tahapan penyuntingan ternyata ditemukan ketidaklengkapan dalam pengisian jawaban, maka harus melakukan data ulang.
- b. *Coding*, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. pemberian kode sangat berguna dalam memasukkan data. Peneliti memberikan kode terhadap setiap variabel yang diteliti termasuk memberikan kode untuk karakteristik setiap responden. Pengkodean dapat dilihat pada Tabel 3.6 berikut:

Tabel 3.6. Pengkodean Variabel

No	Variabel	Kode	
1	Jenis kelamin	Laki-laki	1
		Perempuan	2
2	Umur responden	16 tahun	1
		17 tahun	2
		18 tahun	3
3	Pengetahuan gizi	Baik >80%	1
		Sedang 60-80%	2
		Rendah < 60%	3

No	Variabel	Kode
4	Konsumsi <i>fast food</i>	1 2

Berdasarkan Tabel 3.6 menunjukkan pengkodean jenis kelamin untuk laki-laki kodenya 1 dan perempuan kodenya 2. Umur responden untuk 16 tahun kodenya 1, umur 17 tahun kodenya 2, dan umur 18 tahun kodenya 3. Variabel pengetahuan gizi dengan kategori baik diberikan kode 1, kategori sedang kodenya 2, kategori rendah kodenya 3. Variabel konsumsi *fast food* untuk konsumsi sering diberikan kode 1 dan konsumsi jarang diberikan kode 2.

*Entry*, yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode dimasukkan ke dalam program atau software komputer. Salah satu paket program yang paling sering digunakan untuk “*entri data*” penelitian adalah program *SPSS 25 for windows* dan *microsoft excel 2010*. Variabel pengetahuan gizi yang telah diisi oleh setiap responden dilakukan penjumlahan seluruh jawaban yang benar lalu jumlah benar dibagi dengan seluruh jumlah pertanyaan pengetahuan gizi, contohnya responden dengan jawaban benar 20 pertanyaan lalu  $(20/25) \times 100 = 80\%$ . Variabel konsumsi *fast food* menggunakan formulir FFQ dengan 30 item list *fast food* dengan kategori waktu <1x/hari, 1x/hari, 3-6x/minggu, 1-2x/minggu, <2x/bulan dan tidak pernah. Responden yang jumlah jawaban setiap item dengan kategori hari akan dikalikan dengan tiap-tiap skor waktu, yaitu waktu <1x/hari=50 point, 1x/hari=25 point, 3-6x/minggu=15 point, 1-2x/minggu= 10 point, ≤2x/bulan= 5 point, dan tidak pernah=0 point. Jumlahkan seluruh total skor point setiap responden, lalu bandingkan dengan nilai median penelitian setelah mengurutkan dari terkecil (180) hingga terbesar (980) seluruh total skor responden sehingga didapatkan nilai median sebesar 345. Penelitian menggunakan median relatif atau median dari jumlah total seluruh point semua responden. Adapun alasan menggunakan median relatif karena median kuesioner (median mutlak) tidak dapat digunakan pada setiap jawaban responden. Apabila total seluruh skor point responden ≥ median total seluruh skor point seluruh responden maka dikategorikan konsumsi *fast food* sering, sedangkan apabila total seluruh skor point responden < median total skor

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

point seluruh responden maka dikategorikan konsumsi *fast food* jarang. Contohnya responden dengan jumlah list *fast food* dari 30 item menjawab 5 item untuk >1x/hari maka skornya 5x50 point= 250 point, 3 item 1x/hari maka skornya 3x25 point=75 point, 12 item 3-6x/minggu maka 12x15 point= 180 point, 5 item 1-2x/minggu maka 5x10 point=50 point, 5 item untuk ≤2x/bulan maka 5x5= 25 point, dan 0 item untuk tidak pernah maka 0x0=0 point. Perhitungan FFQ dari responden dijumlahkan seluruh total menurut waktu pada kuesioner, yaitu sebesar 580. Jumlah seluruh total skor point dibandingkan dengan nilai median dari jumlah seluruh total skor point setiap responden. Jumlah total skor pointnya 580 ≥ median (345), disimpulkan konsumsi *fast food* dalam kategori sering.

*Tabulating*, adalah pengelompokan data setelah melalui editing dan coding ke dalam suatu tabel tertentu menurut sifat-sifat yang dimilikinya, sesuai dengan tujuan penelitian. Variabel pengetahuan gizi dikelompokkan menjadi pengetahuan gizi baik, sedang, dan rendah. Variabel konsumsi *fast food* dikelompokkan menjadi sering dan jarang.

### 3.5.3 Analisis Data

Analisis data yang dilakukan adalah analisis *univariat* dan analisis *bivariat*. Analisis *univariat* digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Data yang terkumpul disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis *univariat* menggambarkan karakteristik responden, pengetahuan gizi, dan konsumsi *fast food* (Notoatmodjo, 2018). Analisis *bivariat* yaitu analisis yang digunakan untuk menghubungkan antara dua variabel, variabel bebas dengan variabel terikat dalam hal ini peneliti mencari adanya hubungan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai. Uji statistik yang digunakan adalah Uji *Chi Square* (Notoatmodjo, 2018). Rumus *Chi-Square*:

$$x^2 = \frac{(fo - fh)^2}{fh}$$

Keterangan:

- $\chi^2$  : *Chi-square*  
 $f_o$  : Frekuensi yang diobservasi  
 $f_e$  : Frekuensi yang diharapkan

Jika *p-value* < 0,05 berarti ada hubungan antara hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food*. *P-value* > 0,05 maka tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dan konsumsi *fast food*.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Hasil deskriptif penelitian pengetahuan gizi diperoleh 72,41% dengan kategori sedang, dan responden yang tingkat pengetahuan kategori rendah sebesar 15%. Responden dengan kategori sering mengonsumsi *fast food* sebesar 57,70%. Hasil analisis uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi *fast food* di SMAN 2 Dumai dengan nilai signifikansi *p-value*  $(0,356) > 0,05$ .

### 5.2 Saran

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel status gizi responden. Hal ini untuk mengetahui apakah dampak mengonsumsi *fast food* dalam jangka waktu yang lama mempengaruhi status gizi siswa yang tidak normal. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel yang merupakan faktor yang mempengaruhi konsumsi *fast food* yaitu pendapatan atau uang saku, tempat tinggal, faktor sosial, teman sebaya, dan media massa. Berkaitan dengan hasil penelitian diharapkan responden untuk meningkatkan kesadaran dan mengurangi konsumsi *fast food* yang berlebihan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amatsier, S. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 384 hal
- Amatsier, S., Soetardjo, S. dan Soekatri, M. 2019. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 463 hal
- Muktadir, M. H., M. A., Amin, M. N., Ghosh, S., Siddiqui, S. A., Debnath, D., and Sultana, F. 2019. Nutrition transition-Pattern IV: Leads Bangladesh youth to the increasing prevalence of overweight and obesity. *Diabetes & Metabolic syndrome: Clinical Research & Reviews*, 13(3), 1943-1947.
- Anindyawati, D.D., 2016. Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Tingkat Pendidikan Orang Tua dengan Kejadian Gizi Lebih pada Anak SD. *Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Anshari, Z. 2019. Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Pelajar Tentang Makanan Cepat Saji (Fast Food) di MTS Al-Manar Medan. *Best Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 2(1), 46-52
- Aprianti, A., 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Anak Smp Negeri 31 Banjarmasin. *Jurnal Al'ulum*, 56(2).
- Ariani. P. A. 2017. *Ilmu Gizi*. Nuha Medika. Yogyakarta. 360 hal.
- Ariyana, D., Asthiningsih, N.W.W. 2020. Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI SMA Negeri Samarinda. *Jurnal Borneo Student Research (BSR)*. 1(3), 1841-1846.
- Effita, N. 2019. Pengetahuan Gizi, Sikap, Dan Konsumsi *Fast Food* Serta Serat Pada Mahasiswa Non Gizi IPB. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor
- Ekawati. S, Syafiq. A, Veratamala. A. 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. PT Raja Grafindo. Depok. 347 hal.
- Erdianty, A. N. E., Soviana, E. 2020. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Surakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ferhman. J., Philips. B. R. 2017. *Fast Food Genocide*. Harper Collin. United States. 291 p.
- Gibson, R. S. 2005. *Principles of nutritional assessment*. Oxford University Press, USA. 908 p

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Harlianti, L. Pratiwi, W. Nauphar, D. and Suhaeni, E. 2018. Effect Of Physical Activity And Fast Food Consumption Frequency On Overweight Level Among High School Adolescent. *In Proceedings Of The International Conference On Applied Science And Health*, 3:274-278.

Imtihani, T.R. and Noer, E.R., 2013. Hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group dengan frekuensi konsumsi makanan cepata saji pada remaja putri. *Journal of nutrition college*, 2(1), pp.162-169.

Irianto. D. K. 2007. *Panduan gizi lengkap keluarga dan olahragawan*. Andi. Yogyakarta. 184 hal.

Kartospaoetra. G., Marsetyo. 2008. *Ilmu Gizi Korelasi Gizi, Kesehatan dan produktivitas kerja*. Rineka Cipta. Jakarta. 123 hal

Kazi, R. N.A., El-Kashif, M. M. L and Ahsan, S. M. 2020. Prevalence of salt rich fast food consumption: A focus on physical activity and incidence of hpertention among female students of saudia Arabia. *Saudi Journal of Biologica sciences*, 27(10), 2669-2673.

Kemendikbud. 2013. *Prakarya Pengolahan Pangan Makanan Cepat Saji Yang Sehat dari Buah dan Sayuran*. Jakarta. 234 Hal

Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Buku Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta. 118 hal.

Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riskesmas Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 482 hal.

Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Survey Konsumsi Pangan*. Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Jakarta. 381 hal.

Khomsan. A. 2021. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Rumah Tangga. Fakultas Pertanian, IPB. 73 hal

Kinasih, P. 2021. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Mardhina, S. 2014. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Body Image Dengan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Remaja Putri Di SMK N 4 Surakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Mustika. C. D. 2014. *Bahan Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Alfabeta. Bandung. 234 hal.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Notoatmodjo. S. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 248 hal.
- Notoatmodjo. S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta. 243 hal.
- Priwahyuni. Y. 2016. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola makan siap saji (*fast food*) pada mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKES Hangtuh Pekanbaru. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 5(2), pp.102-110
- Sari, R.W. 2008. *Dangerous Junk Food: Bahaya Makanan Cepat Saji dan Gaya Hidup Sehat*. Niaga Swadaya. Yogyakarta. 163 hal.
- Sediaoetama. A. D. 2009. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. PT. Dian Rakyat. Jakarta. 246 hal.
- Sediaoetama. A. D. 2010. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. PT. Dian Rakyat. Jakarta. 318 hal.
- Shusman, Sabarella, Komalasari. B.W., Manurung. M., Supriyati. Y., Rinawati., Seran. K., Saida. N. D. M., Firmansyah.R., Amara. D. V. 2022. *Analisis Ketahanan Pangan Tahun 2022*. Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian Kementerian Pertanian. Jakarta. 85 hal.
- Siyoto. S., Sodik. A. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing. Yogyakarta. 108 hal.
- Supariasa. N. D. I, Bakri. B, Fajar I. 2013. *Penilaian Status Gizi*. EGC: Jakarta. 333 hal
- Supariasa. N. D., Hardinsyah. 2017. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. EGC. Jakarta. 621 hal.
- Supratiknya, A., 2015. *Metodologi penelitian kuantitatif & kualitatif dalam psikologi*. universitas Sanata Dharma. 167 hal.
- Syafiq. M, Nurkhopipah A. 2022. Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kebiasaan Makan. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan Kuningan*. 18;2(1):36-41.
- Wirjatmadi. B., Adriani. M. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta. 484 hal.
- Yosephin. B. 2018. *Tuntunan Praktis Menghitung Kebutuhan Gizi*. CV Andi Offset. Bengkulu. 202 hal
- Yulia. N. R. 2016. *Diet Remaja*. PT Mustika Pustaka Negeri. Jakarta. 113 hal.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden

#### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : .....

Kelas : .....

Alamat : .....

No Hp : .....

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Yana Rizki (NIM 11980324521) Mahasiswa Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul penelitian “Hubungan Pengetahuan Gizi dan Konsumsi *Fast Food* di SMAN 2 Dumai”. Data yang dapat digunakan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan kiranya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dumai, .....2023

UIN SUSKA RIAU

(.....)

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 2. Karakteristik Responden

**KUESIONER PENELITIAN**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI  
FAST FOOD DI SMAN 2 DUMAI**

**Karakteristik subjek**

1. Nama :
2. Tempat dan tanggal lahir :
3. Usia :
4. Jenis kelamin :

Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Gizi

NO	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Umbi-umbian merupakan contoh makanan tinggi karbohidrat	√	
	Roti tawar merupakan makanan yang rendah karbohidrat		√
	Singkong rebus merupakan makanan yang rendah karbohidrat		√
	Serat pangan merupakan bagian dari makanan yang dapat dimakan	√	
	Ikan merupakan makanan tinggi lemak		√
	Ayam goreng merupakan makanan tinggi lemak	√	
	Kebab merupakan makanan tinggi lemak	√	
	Burger merupakan makanan rendah lemak		√
	Burger mengandung rendah serat	√	
	Sayur-sayuran merupakan makanan tinggi serat	√	
	Gangguan kegemukan dapat terjadi pada balita, remaja, dan dewasa	√	
	Ayam goreng merupakan makanan yang mengandung tinggi serat dan vitamin		√

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



3.	Buah-buahan dan sayuran merupakan bahan makanan sumber utama yang mengandung vitamin dan mineral	√	
4.	Tahu merupakan sumber protein nabati	√	
5.	<i>Fast food</i> merupakan makanan yang disajikan secara instan	√	
6.	Nasi merupakan makanan yang dikonsumsi sebagai sumber utama pengatur		√
7.	Penyebab terjadinya kegemukan karena kelebihan karbohidrat dan lemak	√	
8.	<i>Fast food</i> memiliki kandungan gizi seimbang		√
9.	Wortel merupakan bahan makanan yang tinggi serat	√	
10.	Resiko penyakit jantung dapat disebabkan karena kebiasaan mengonsumsi makanan secara berlebihan	√	
11.	Kegemukan yang berlangsung lama dapat memicu terjadinya penyakit degenerative (penyakit tidak menular)	√	
12.	Batagor termasuk sebagai <i>fast food</i>	√	
13.	<i>Fast food</i> mengandung rendah serat dan tinggi lemak	√	
14.	Makanan yang mengandung lemak tinggi dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam tubuh	√	
15.	Buah-buahan yang berwarna merah merupakan sumber utama vitamin A	√	

Sumber: Firdianty, 2020

Catatan: kuesioner telah dimodifikasi oleh peneliti

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 4. Kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

No	Nama Makanan	>1x / hari	1x /hari	3-6 x/ minggu	1-2x/ minggu	≤2x/ bulan	Tidak pernah
1	Ayam goreng tepung/KFC						
2	Donat						
3	Bakso goreng/bakar						
4	<i>Sandwich</i>						
5	<i>Chicken nugget</i>						
6	Sosis						
7	<i>French fries</i>						
8	<i>Pizza</i>						
9	<i>Creps</i>						
10	<i>Spagheti</i>						
11	<i>Hamburger</i>						
12	Kebab						
13	Tempe goreng						
14	Bakwan						
15	Pisang goreng						
16	Pisang coklat						
17	Tahu isi						
18	Risol						
19	Mie goreng instan						
20	Batagor						
21	Siomay						
22	Seblak						
23	Mie rebus instan						
24	Lontong						
25	Nasi goreng						
26	Mie ayam						
27	Sosis kentang						
28	Bakso cup						
29	Dadar guling						
30	Nasi uduk						

Sumber: Gibson, 2005

Catatan: Tabel formulir FFQ bersumber dari Gibson, 2015 dan list *fast food* berasal dari peneliti.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 5 Surat Izin Riset

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN

كلية علوم الزراعة والحيوان

FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po Box 1400  
Telp (0761) 562051 Fax. (0761) 262051,562052 Website : <https://fpp.uin-suska.ac.id>

Nomor : B.7386/F.VIII/PP.00.9/12/2022 Pekanbaru, 23 Desember 2022  
Sifat : Penting 29 Jumadil Awal 1444  
Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth:  
**Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Dumai**  
di Tempat

**Assalamu'alaikum Wr.Wb,**

Bersama ini disampaikan kepada Saudara bahwa, Mahasiswa yang namanya di bawah ini :

Nama : Yana Rizki  
NIM : 11980324521  
Semester : VII (Tujuh)  
Prodi : Gizi  
Fakultas : Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau

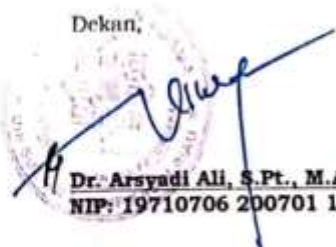
Akan melakukan penelitian, dalam rangka penulisan Skripsi Tingkat Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul: **"Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Makan Fast Food di SMAN 2 Dumai"**.

Kepada saudara agar berkenan memberikan izin serta rekomendasi untuk pengambilan data di SMA Negeri 2 Dumai Jl. Putri Tujuh Kel. Teluk Binjai Kec. Dumai Timur Kota Dumai 28826, sebagaimana dengan penelitian yang dimaksud.

Demikian surat permohonan izin riset ini disampaikan. Atas kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb**

Dekan,

  
**Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc**  
NIP: 19710706 200701 1 031

Lampiran 6. Surat Izin Uji Etik



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN  
PROGRAM STUDI GIZI

Jl. HR Soebrantas Km 15,5 Tuah Madani Tampan Kota Pekanbaru Riau, 28293

Nomor : 011/F.VIII/PP.00.9/GIZ.1/01/2023

Perihal : Izin Uji Etik

Pekanbaru, 04 Januari 2023

Kepada Yth,  
**Bapak/Ibu Ketua Komite Etik**  
STIKes Payung Negeri Pekanbaru  
di-  
Pekanbaru

Dengan hormat,

Semoga Bapak/Ibu selalu diberikan kekuatan dan kesehatan oleh Tuhan yang Maha Esa dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa/I Program Studi Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu Ketua Komite Etik agar dapat memberikan izin untuk melakukan Uji Etik Penelitian sebagai berikut :

Nama : Yana Rizki  
NIM : 11980324521  
Prodi : Gizi Fakultas Pertanian dan Peternakan UIN Suska Riau  
Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Makan Fast Food di SMA Negeri 2 Dumai

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Prodi Gizi



**drg. Nur Pelita Sembiring, MKM**  
NIP. 196909181999032002

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran 7. Surat Keterangan Layak Etik (*Ethical Clearance*)



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU  
COLLEGE OF HEALTH PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Jl. Tantulara No. 6 Labuh Batu - Pekanbaru, Riau Telp. (0761) 885214 Website: [www.payungnegeri.ac.id](http://www.payungnegeri.ac.id) Email: [info@payungnegeri.ac.id](mailto:info@payungnegeri.ac.id)

KETERANGAN LAYAK ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION  
"ETHICAL EXEMPTION"

No.025/STIKES PN/KEPK/II/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

**Peneliti utama** : Yana Rizki  
*Principal In Investigator*

**Nama Institusi** : UIN SUSKA RIAU  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KEBIASAAN MAKAN FAST FOOD DI SMA NEGERI 2 DUMAI"**

*"THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE WITH FAST FOOD EATING HABITS IN PUBLIC HIGH SCHOOL 2 DUMAI"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 28 Februari 2023 sampai dengan tanggal 28 Februari 2024.

*This declaration of ethics applies during the period February 28, 2023 until February 28, 2024.*



February 28, 2023  
Professor and Chairperson,

Dr. Ezalina, Skep, Ns, Mkes

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran 8. Analisis Data

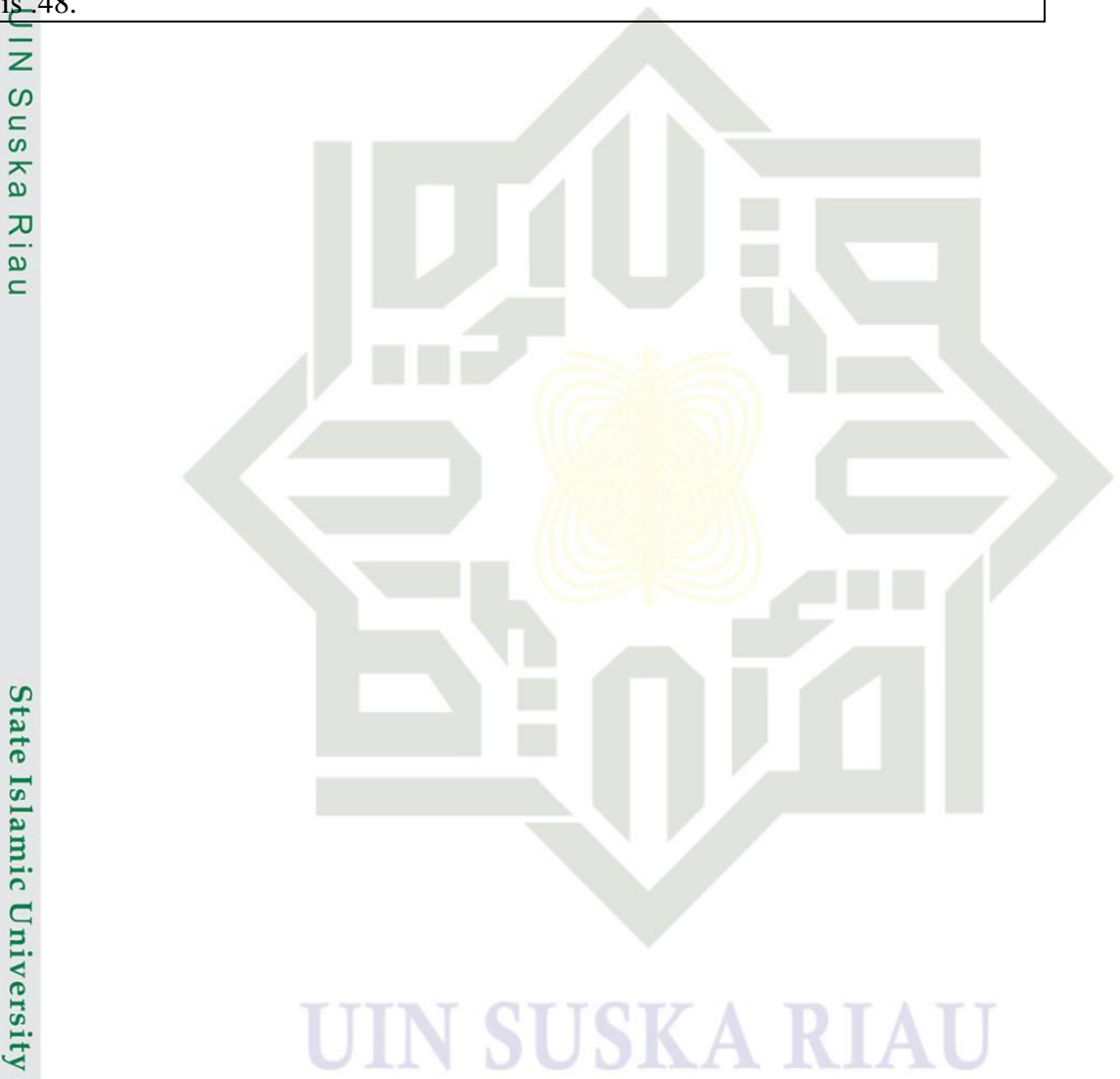
Pengetahuan Gizi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	23	26,4	26,4	26,4
	Sedang	63	72,4	72,4	98,9
	Rendah	1	1,1	1,1	100,0
	Total	87	100,0	100,0	

Konsumsi Fast Food					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	45	51.7	51.7	51.7
	Jarang	42	48.3	48.3	100.0
	Total	87	100.0	100.0	

Pengetahuan Gizi * Konsumsi Fast Food Crosstabulation					
		Konsumsi Fast Food		Total	
		Sering	Jarang		
Pengetahuan Gizi	Baik	Count	10	13	23
		% within Pengetahuan Gizi	22,2%	31%	27.4%
		% within Konsumsi Fast Food	43.5%	56.5%	100.0%
	Sedang	Count	35	28	63
		% within Pengetahuan Gizi	77.8%	66.7%	72.4%
		% within Konsumsi Fast Food	55.6%	44.4%	100.0%
	Rendah	Count	0	1	1
		% within Pengetahuan Gizi	0.0%	2.4%	1.1%
		% within Konsumsi Fast Food	0.0%	100.0%	100.0%
Total	Count	45	42	87	
	% within Pengetahuan Gizi	26.4%	72.4%	100.0%	
	% within Konsumsi Fast Food	100.0%	100.0%	100.0%	

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.068 <sup>a</sup>	2	.356
Likelihood Ratio	2.455	2	.293
Linear-by-Linear Association	.409	1	.523
N of Valid Cases	87		
a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .48.			



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Catatan: Penjelasan kuesioner penelitian kepada responden dan pengisian kuesioner penelitian.



## Lampiran 10. Foto Kantin Sekolah



Catatan: Kantin yang menyediakan makanan cepat saji (*fast food*)

- Hak Cipta Diilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Riau



Catatan: Kantin yang menyediakan makanan cepat saji (*fast food*)

UIN SUSKA RIAU

University of Sultan Syarif Kasim Riau