

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU DALAM MEMILIH
MAKANAN JAJANAN TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA SISWI
SMA ASSALAM SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

SITI ZULAICHAH

J 310 100 065

PROGRAM STUDI GIZI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU DALAM MEMILIH
MAKANAN JAJANAN TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA SISWI
SMA ASSALAM SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

SITI ZULAICHAH

J 310 100 065

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

2015

NUTRITION FIELD OF STUDY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
RESEARCH PAPER

ABSTRACT

SITI ZULAICHAH J 310 100 065

RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND BEHAVIOR IN CHOOSING SNACK FOODS ON THE INCIDENCE OF OVERWEIGHT IN SMA ASSALAM SURAKARTA

Introduction: Now a days, overweight and obesity being a common problems in the world es pecially women. Overweight and obesity in women due to lifestyle and diet. The results of a preliminary study in Assalam high school showed that the prevalence of young women who were overweight according to 27.4% of the total students. The increasing number of obese today because kids tend to like and choose junk foods. The selection of street food is a form of behavior. Indirectly, the person's behavior is influenced by the attitudes and knowledge.

Purpose: The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge, attitudes and behavior in snack foods preference on the incidence of overweight in high school Assalam Surakarta.

Method: This was an observational study with cross sectional approach. The population in this study was high school students in Assalam, amounting to 253 student. The sample in this study amounted to 64 students. Data analysis using Fisher's exact test and Kolmogorov-Smirnov test.

Results: The results showed that the nutritional status of girls mostly in the normal category with 65.6%. The level of student knowledge in snack food preference mostly have a good knowledge level with 92.19%. Students attitude in snack preference food most have a supportive attitude with 84.4%. Student behavior in choosing a snack food most have poor behavior that is 71.9%.

Conclusion: Over all, there was was no correlation between knowledge, attitudes and behavior a snack food preference on the incidence of overweight ($p = 0.652$, $p = 0.144$ and $p = 0.652$).

Key word: knowledge, attitudes behaviours, this incidence of overweight in girls, street food.

References: 58: 1990 – 2014

ABSTRAK

SITI ZULAICHAH J 310 100 065

HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU DALAM MEMILIH MAKANAN JAJANAN TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA SISWI SMA ASSALAM SURAKARTA

Pendahuluan: Masalah gizi yang seringkali mengganggu dan banyak dialami remaja putri saat ini adalah *overweight* dan obesitas. *Overweight* dan obesitas pada perempuan disebabkan karena gaya hidup dan pola makan yang salah. Hasil survei pendahuluan terhadap siswi SMA Assalam menunjukkan bahwa prevalensi remaja putri yang mengalami *overweight* sebesar 27,4 % dari total siswa yang ada. Meningkatnya jumlah obesitas sekarang ini dikarenakan anak-anak cenderung menyukai dan memilih makanan *junk food*. Pemilihan makanan jajanan tersebut merupakan wujud dari perilaku. Secara tidak langsung perilaku seseorang dipengaruhi oleh sikap dan pengetahuan.

Tujuan: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku dalam memilih makanan jajanan terhadap kejadian *overweight* pada siswi SMA Assalam Surakarta.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini bersifat *observasional* dengan pendekatan *crossectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi di SMA Assalam yang berjumlah 253 siswi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 64 siswi. Analisis data menggunakan uji *Fisher* dan *Kolmogorov-Smirnov*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi siswi sebagian besar dalam kategori normal yaitu 65,6%. Tingkat pengetahuan siswi dalam memilih makanan jajanan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 92,19%. Sikap siswi dalam memilih makanan jajanan sebagian besar memiliki sikap mendukung yaitu 84,4%. Perilaku siswi dalam memilih makanan jajanan sebagian besar memiliki perilaku kurang baik yaitu 71,9%.

Kesimpulan: Berdasarkan analisis data diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku dalam memilih makanan jajanan terhadap kejadian *overweight* (nilai $p=0,652$, $p=0,144$ dan $p=0,652$).

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Kejadian *overweight* Siswi Sekolah, Makanan Jajanan

Kepustakaan: 58: 1990 – 2014.

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU DALAM MEMILIH
MAKANAN JAJANAN TERHADAP KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA SISWI
SMA ASSALAM SURAKARTA**



SITI ZULAICHAH

J 310 100 065

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

2015

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dalam Memilih Makanan Jajanan Terhadap Kejadian *Overweight* Pada Siswi SMA Assalam Surakarta

Nama Mahasiswa : Siti Zulaichah

Nomor Induk Mahasiswa : J310100065

Telah Diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 13 Januari 2015 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, 23 Maret 2015

Menyetujui

Pembimbing I

(Fitriana Mustikaningrum, S.Gz., Msc)

NIK. 200. 1465

Pembimbing II

(Pramudya Kurnia, STP., M.Agr)

NIP. 959

NIDN. 06-1901-7801

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes, PhD

NIK. 744

NIDN. 06-2312-7301

HALAMAN PENGESAHAN

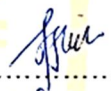
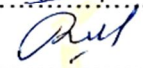
Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dalam Memilih Makanan Jajanan Terhadap Kejadian *Overweight* Pada Siswi SMA Assalam Surakarta

Nama Mahasiswa : Siti Zulaichah

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 065

Telah Diuji di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Tanggal 13 Januari 2015

Surakarta, 23 Maret 2015

Penguji I	: Fitriana Mustikaningrum, S.Gz., Msc	(..... )
Penguji II	: Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi	(..... )
Penguji III	: Rusdin Rauf, STP, MP	(..... )

Mengetahui,
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan



(Dr. Suwadi, M.Kes)

NIP. 195311231983031002

NIDN. 0023115301

PERNYATAAN KEASLIAN

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

Surakarta, 23 Maret 2015

Peneliti



Siti Zulaichah

MOTTO

“Sesungguhnya barangsiapa yang bertaqwa dan bersabar, maka sesungguhnya Allah tidak menyia-nyiakan pahala orang-orang yang berbuat baik.”

(QS. Yusuf: 90)

“Barang siapa menginginkan kehidupan dunia, maka ia harus memiliki ilmu, dan barang siapa yang menginginkan kehidupan akhirat maka itupun harus dengan ilmu, dan barang siapa yang menginginkan kehidupan keduanya maka itupun harus dengan ilmu”

(HR. Thabrani)

“Barang siapa bersungguh-sungguh, sesungguhnya kesungguhannya itu adalah untuk dirinya sendiri.”

(QS : Al-Ankabut [29]: 6)

PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai ungkapan rasa hormat dan terimakasih penulis persembahkan karya sederhana ini kepada :

1. Bapak dan Ibuku tercinta, yang telah mengukir jiwa dan raga dengan penuh kasih sayang serta do'a yang senantiasa mengiringi langkahku, dan semua yang telah dikorbankan untukku
2. Adik-adikku (Lina dan Fauzi) yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Alm. Mbah kakung dan Mbah putri yang telah memberikan dukungan, doa dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Sahabatku yang tercita Wina, Nada, Anisa, Fauyan, Bunga, Deni, Osy, Nining, Nopek dan semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini, semoga kita tetap menjadi sahabat sampai akhir hayat.
5. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2010, terima kasih untuk do'a, motivasi, dan kebersamaannya.
6. Semua yang telah memberi banyak bantuan, do'a dan motivasi sampai terselesaikannya skripsi ini
7. Almamaterku Universitas Muhammadiyah Surakarta

RIWAYAT HIDUP

Nama : Siti Zulaichah

Tempat / Tanggal Lahir : Boyolali, 22 Maret 1992

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Karangkeboh 03/004, Banaran, Boyolali.

Riwayat Pendidikan :1. Lulus TK Kartini III tahun 1998

2. Lulus SD N 9 Boyolali tahun 2004

3. Lulus SMP N 6 Boyolali tahun 2007

4. Lulus SMA N 2 Boyolali tahun 2010

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkat, rahmat dan cinta kasih-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “ Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dalam Memilih Makanan Jajanan Terhadap Kejadian *Overweight* Pada Siswi SMA Assalam Surakarta” sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Persiapan, perencanaan hingga terselenggaranya penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara moril maupun materiil. Tiada sesuatu yang dapat melukiskan kebahagiaan penulis selain rasa syukur yang mendalam. Oleh karena itu dengan kerendahan hati dan ketulusan yang mendalam, penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak DR.Suwadji, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes. Ph.D, selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Fitriana Mustikaningrum, S.Gz., Msc selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Pramudya Kurnia, STP., M.Agr selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Dosen Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah Bapak/Ibu berikan, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.
6. Kepala Sekolah, staf dan guru MAN 2 Surakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis dalam melaksanakan uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini.

7. Kepala Sekolah, staf, dan guru SMA Assalam Surakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis dalam melaksanakan survey pendahuluan dan penelitian.
8. Adik-adik MAN 2 Surakarta dan adik-adik SMA Assalam yang telah berpartisipasi membantu dalam penelitian ini.
9. Keluarga besarku atas dukungan moral, spiritual maupun material.
10. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2010, terimakasih untuk dukungan dan semangat yang telah diberikan.
11. Semua pihak yang telah membantu selama penelitian dan selama penyusunan skripsi ini.

Tiada gading yang tak retak, demikian ini juga dengan skripsi ini, tentu masih banyak kekurangan yang perlu dibenahi. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi sempurnanya karya ini. Penulis berharap semoga karya kecil ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, 23 Maret 2015

Penulis



Siti Zulaichah

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
ABSTRACT	iii
ABSTRAK	iv
HALAMAN JUDUL	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
PERNYATAAN KEASLIAN	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN	x
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Peneliti	5
2. Bagi Siswi	5
3. Bagi Institusi Pendidikan	5
4. Bagi Peneliti Lain	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja Putri	6
1. Pengertian	6
2. Kebutuhan Gizi	7
3. Pola Konsumsi	7
4. Masalah Gizi	9
B. <i>Overweight</i>	10
1. Pengertian	10
2. Faktor yang Mempengaruhi	11
3. Klasifikasi	13
C. Makanan Jajanan	13
1. Pengertian	13
2. Manfaat	14
3. Makanan Jajanan yang Aman dan Sehat	15
4. Kebiasaan Jajan Pada Remaja	16
D. Pengetahuan	16
1. Pengertian	16
2. Faktor yang Mempengaruhi	17
3. Pengetahuan Makanan Jajanan	17
E. Sikap	18
1. Pengertian	18
2. Faktor yang Mempengaruhi	20
3. Sikap Memilih Makanan Jajanan	20
F. Perilaku	20
1. Pengertian	20
2. Faktor yang Mempengaruhi	22
3. Perilaku Memilih Makanan Jajanan	24
G. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap	25
H. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku	25
I. Hubungan Sikap dengan Perilaku	25
J. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku dengan Kejadian <i>Overweight</i>	26
K. Pandangan Islam Tentang Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dalam Memilih Makanan	26
L. Kerangka Teori	29
M. Kerangka Konsep	30
N. Hipotesis Penelitian	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	31
1. Lokasi Penelitian	31
2. Waktu Penelitian	31

C. Populasi dan Sampel	31
1. Populasi	31
2. Sampel	32
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional	33
F. Instrumen Penelitian dan Alat	35
G. Pengumpulan Data	36
H. Langkah-langkah Penelitian	37
I. Pengolahan dan Analisis Data	40

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah	44
B. Kegiatan Siswi	45
C. Gambaran Umum Responden	46
D. Hasil Analisis Statistik	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	63
B. Saran	64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel

1. AKG yang dianjurkan untuk remaja putri (per orang per hari)	7
2. Kategori status gizi berdasarkan Z Skor (IMT/U)	13
3. Definisi Operasional	34
4. Kerangka Pertanyaan	38
5. Kerangka Pertanyaan yang Tidak Lolos Uji Validitas dan Reliabelitas	39
6. Jadwal Kegiatan Harian Santri	45
7. Distribusi responden berdasarkan BB, TB, U, Z Skor (IMT/U)	46
8. Distribusi responden berdasarkan pengetahuan makanan jajanan	47
9. Distribusi responden berdasarkan sikap memilih makanan jajanan	49
10. Distribusi responden berdasarkan perilaku memilih makanan jajanan	50
11. Hubungan antara Pengetahuan dengan Sikap	51
12. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku	53
13. Hubungan Sikap dengan Perilaku	55
14. Hubungan pengetahuan dengan kejadian <i>overweight</i>	56
15. Hubungan sikap dengan kejadian <i>overweight</i>	58
16. Hubungan antara perilaku dengan kejadian <i>overweight</i>	60

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Teori	29
2. Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

1. Formulir Kuesioner Data Karakteristik Responden
2. Formulir Kuesioner Pengetahuan
3. Formulir Kuesioner Sikap
4. Formulir Kuesioner Perilaku
5. Kunci Jawaban
6. Surat Keterangan Telah Melakukan Uji Coba Kuesioner
7. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
8. Uji Validitas dan Reliabelitas Instrumen
9. Hasil Uji Validitas dan Reliabelitas Kuesioner
10. Hasil Pengolahan Data