

SKRIPSI
HUBUNGAN POLA KONSUMSI DAN
PENGETAHUAN *FAST FOOD* DENGAN STATUS
GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 19 KOTA
PALEMBANG



OLEH

NAMA : KHOFIFAH ERISAYANI LUBIS

NIM : 10021381823073

PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025

SKRIPSI
HUBUNGAN POLA KONSUMSI DAN
PENGETAHUAN *FAST FOOD* DENGAN STATUS
GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 19 KOTA
PALEMBANG

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : KHOFIFAH ERISAYANI LUBIS
NIM : 10021381823073

PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, 9 Juli 2025

Khofifah Erisayani Lubis; Dibimbing oleh Desri Maulina Sari, S. Gz., M. Epid

Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan *Fast Food* dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 19 Kota Palembang

xv + 77 halaman, 18 tabel, 4 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah gizi, termasuk gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan zat gizi mikro. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja adalah pola konsumsi makanan, khususnya makanan cepat saji (*fast food*), yang kini semakin populer di kalangan remaja. *Fast food* memiliki kandungan lemak, kalori, dan gula yang tinggi serta serat dan vitamin yang rendah. Pengetahuan remaja mengenai dampak konsumsi *fast food* sangat penting untuk mencegah gizi lebih yang dapat berujung pada berbagai penyakit kronis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *fast food* dengan status gizi remaja di SMA Negeri 19 Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Jumlah responden sebanyak 68 siswa berusia 16 – 18 tahun yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Data diperoleh melalui kuisioner dan pengukuran antropometri, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 26,5% responden memiliki status gizi lebih dan 73,5% berstatus gizi normal. Sebanyak 67,6% responden memiliki pengetahuan *fast food* kategori kurang dan 32,4% kategori baik. Adapun 48,5% responden memiliki kebiasaan sering konsumsi *fast food* dan 51,5% jarang. Hasil uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan *fast food* dengan status gizi ($p = 0,038$), serta terdapat hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi ($p = 0,019$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah pola konsumsi dan pengetahuan *fast food* berhubungan dengan status gizi remaja. Diharapkan siswa dapat meningkatkan kesadaran dan memilih makanan sesuai kebutuhan gizi harian untuk mencegah terjadinya gizi lebih.

Kata Kunci : Remaja, Status Gizi, Pengetahuan, *Fast Food*

Kepustakaan : 70 (2014 – 2024)

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat



Indah Purnama Sari, S.KM.,M.KM
NIP. 198604252014042001

Pembimbing



Desri Maulina Sari, S.Gz.,M.Epid
NIP. 198612112019032009

NUTRITION PROGRAM
FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, 9th July 2025

Khofifah Erisayani Lubis; Supervised by Desri Maulina Sari, S. Gz., M.Epid

***The Relationship between Consumption Patterns and Knowledge of Fast Food
with Nutritional Status of Adolescents at SMA Negeri 19 Palembang City***

xv + 77 Pages, 18 tables, 4 pictures, 7 attachments

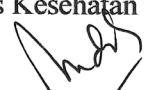
ABSTRACT

Adolescents are a vulnerable age group when it comes to various nutritional issues, including malnutrition, overnutrition, and micronutrient deficiencies. One factor influencing adolescents' nutritional status is their dietary patterns, particularly their consumption of fast food, which is becoming increasingly popular among this age group. Fast food is high in fat, calories, and sugar, while being low in fibre and vitamins. Adolescents' knowledge about the impact of fast food consumption is crucial for preventing obesity, which can lead to various chronic diseases. This study aims to investigate the relationship between dietary patterns and knowledge about fast food with the nutritional status of adolescents at State Senior High School 19 in Palembang City. This study uses a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 68 students aged 16–18 years, selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires and anthropometric measurements, then analysed using univariate and bivariate analysis with the chi-square test. The results showed that 26.5% of respondents were overweight and 73.5% had normal nutritional status. Additionally, 67.6% of respondents had low knowledge about fast food, while 32.4% had good knowledge. Furthermore, 48.5% of respondents had the habit of frequently consuming fast food, while 51.5% rarely did so. The chi-square test results showed a significant association between fast food knowledge and nutritional status ($p = 0.038$), as well as an association between fast food consumption patterns and nutritional status ($p = 0.019$). The conclusion of this study is that fast food consumption patterns and related knowledge are associated with the nutritional status of adolescents. It is hoped that students can increase their awareness and choose foods that meet their daily nutritional needs to prevent malnutrition.

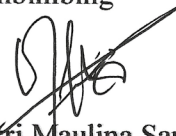
Keywords : Adolescents, Nutrition Status, Knowledge, Fast Food

Bibliography : 70 (2014 – 2024)

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat


Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

Pembimbing


Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid
NIP. 198612112019032009

LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, Agustus 2022

Yang bersangkutan,



Khofifah Erisayani Lubis

NIM. 10021381823073

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN POLA KONSUMSI DAN PENGETAHUAN FAST FOOD DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA NEGERI 19 KOTA PALEMBANG

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

Oleh :

KHOFIFAH ERISAYANI LUBIS

10021381823073

Indralaya, 14 juli 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Pembimbing



**Prof. Dr. Mishaniarti, S.K.M., M.K.M
NIP. 197606092002122001**

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized letters, positioned above the name and NIP of the supervisor.

**Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid
NIP. 198612112019032009**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah skripsi ini dengan judul “Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan *Fast Food* dengan Status Gizi Remaja di SMA Negeri 19 Kota Palembang” telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 9 Juli 2025.

Indralaya, 14 Juli 2025

Tim Penguji Skripsi :

Ketua Penguji :

1. Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH., AIFO
NIP. 199005052023212062

()

Anggota Penguji :

1. Dr. Anita Rahmiwati, S.P., M.Si
NIP. 198305242010122002

()

2. Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid
NIP. 198612112019032009

()

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Ketua Jurusan Gizi



Prof. Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198604252014042001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Khofifah Erisayani Lubis
NIM : 10021381823073
Tempat/Tanggal Lahir : Lubuklinggau, 03 Oktober 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jln. Inspektur Marzuki Lr. Anggrek 2329B
Golongan Darah : B
Email : Khofifahlubis0310@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Sobwan Lubis
Ibu : Mercy Murtiana Siregar
Riwaya Pendidikan :
1. TK Aisyiyah Lubuklinggau 2005 – 2006
2. SD N 49 Lubuklinggau 2006 – 2012
3. SMP N 03 Lubuklinggau 2012 – 2015
4. SMA N 01 Lubuklinggau 2015 – 2018
5. S1 Gizi, Fakultas Kesehatan 2018 – 2025
Masyarakat Universitas Sriwijaya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena rahmat, ridho dan berkat yang telah dilimpahkan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan *Fast Food* dengan Status Gizi Remaja Di SMA N 19 Kota Palembang” adapun tujuan dari penulisan skripsi ini yaitu untuk memenuhi syarat mencapai gelar Serjana Gizi Universitas Sriwijaya.

Selama Proses Penyelesaian Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengungkapkan terima kasih, khususnya mereka sebagaimana penulis kemukakan dibawah ini :

1. Prof. Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing saya dan meluangkan waktu untuk memberikan arahan, serta dukungan dalam pengerjaan skripsi ini.
3. Ibu Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH dan Ibu Dr. Anita Rahmiwati, S.P., M.Si selaku Dosen Penguji dalam penyempurnaan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen dan Staff maupun Civitas Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
5. Kepala Sekolah dan Guru di SMA Negeri 19 Kota Palembang yang sudah memberikan izin untuk saya melakukan penelitian.
6. Seluruh responden SMA Negeri 19 Kota Palembang yang sudah bersedia dan meluangkan waktunya untuk melakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan mengisi kuisisioner penelitian ini.
7. Orang tua saya Ayah Sobwan Lubis dan Mama Mercy Murtiana Siregar yang tiada terhingga atas limpahan kasih sayang dan cinta yang tulus, doa yang tak pernah putus, materi, motivasi, perhatian, pengengorbanan, semangat yang diberikan selalu membuat saya selalu bersyukur telah memiliki keluarga yang luar biasa.

8. Adik saya Muhammad Muchtari Lubis yang selalu memberikan semangat selama proses pengerjaan skripsi ini
9. Keluarga besar saya Makwo, Tulang, Nantulang, Bou, Uwak, Bujing, dan sepupu yang sering memberi semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Orang tua kedua saya Ayah Iswan Surya dan Ibu Juwita Arini yang ikut serta memberikan semangat dan doa untuk saya menyelesaikan skripsi ini dan melihat saya bisa memakai toga.
11. Teman kuliah saya (Delima, Ria, Frizka, Rizta, Qarina, Laras, Inayah) dari awal masuk kuliah yang menjadi patner saya belajar dan bermain.
12. Sahabat SMP saya (Onit, Deak, Sakinah, Elvis, PWS, Nissa, Mira, Isty, zakiah) dan Sahabat SMA saya (Teh Mustika, Wulanth, LANBG Tari) yang menjadi tempat curhat dan memberikan semangat selama proses pengerjaan skripsi ini.
13. Ungkapan Terima kasih saya sampaikan juga terkhusus untuk Bripda Ando Oksa Hidayatullah yang selalu menemani saya di perantauan, memberi saya dukungan dan motivasi sehingga saya mampu untuk berjuang menyelesaikan skripsi ini hingga tuntas.
14. Teruntuk diri saya sendiri terima kasih telah berjuang dan tidak putus asa untuk menyelesaikan skripsi ini. Selalu berpikir positif ketika keadaan sempat tidak berpihak, dan selalu mempercayai diri sendiri, hingga akhirnya saya mampu membuktikan bahwa saya bisa melewati ini semua, mari bekerja sama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi lebih baik dari hari ke hari.

Indralaya, 9 Juli 2025

Penulis

Khofifah Erisayani lubis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Sriwijaya, saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Khofifah Erisayani Lubis
NIM : 10021381823073
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan *) untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNGAN POLA KONSUMSI DAN PENGETAHUAN *FAST FOOD* DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA N 19 KOTA PALEMBANG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan selamanya

Dibuat : di Indralaya
Pada Tanggal : Juni 2025
Yang Menyatakan,

(Khofifah Erisayani Lubis)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
1.5.1 Tempat Penelitian.....	5
1.5.2 Waktu Penelitian	5
1.5.3 Materi Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Karakteristik Remaja.....	6
2.2 Kebutuhan Gizi Remaja	7
2.3 Pola Konsumsi <i>Fast Food</i>	7
2.3.1 Definisi <i>Fast Food</i>	7
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi <i>Fast Food</i> ..	8

2.3.3 Dampak Konsumsi <i>Fast Food</i>	9
2.4 Pengetahuan <i>Fast Food</i>	9
2.4.1 Pengertian Pengetahuan	9
2.4.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	10
2.4.3 Pengetahuan <i>Fast Food</i>	10
2.4.4 Food Frequency Questionnaire (FFQ)	11
2.5 Status Gizi Remaja	12
2.5.1 Definisi Status Gizi	12
2.5.2 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja	12
2.6 Kerangka Teori.....	15
2.7 Kerangka Konsep	16
2.8 Penelitian Terdahulu	17
2.9 Definisi Operasional.....	19
2.10 Hipotesis Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	22
3.2.1 Populasi Penelitian	22
3.2.2 Sampel Penelitian.....	22
3.2.3 Teknik Sampling	23
3.2.4 Besaran Sampel	23
3.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data	24
3.3.1 Jenis Data	24
3.3.2 Cara Pengumpulan Data.....	25
3.3.3 Alat Pengumpulan Data	25
3.4 Pengolahan Data.....	26
3.5 Validitas dan Reliabilitas Data	28
3.5.1 Validitas Data.....	28
3.5.2 Reliabilitas Data	28
3.6 Analisis dan Penyajian Data.....	29
3.6.1 Analisis Univariat.....	29
3.6.2 Analisis Bivariat.....	29

BAB IV HASIL PENELITIAN.....	30
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	30
4.2 Hasil Penelitian	31
4.2.1 Analisis Univariat.....	31
4.2.2 Analisis Bivariat.....	35
BAB V PEMBAHASAN	38
5.1 Keterbatasan Penelitian	38
5.2 Pembahasan	38
5.2.1 Karakteristik Remaja SMA N 19 Kota Palembang.....	38
5.2.2 Pengetahuan Remaja tentang <i>Fast Food</i>	39
5.2.3 Kebiasaan Pola Konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja SMA Negeri 19 Kota Palembang.....	40
5.2.4 Hubungan Antara Karakteristik Responden (Jenis Kelamin, Uang Jajan, dan Umur) dengan Status Gizi Remaja SMA Negeri 19 Kota Palembang.....	41
5.2.5 Hubungan antara Pengetahuan <i>Fast Food</i> dengan Status Gizi Remaja SMA Negeri 19 Kota Palembang	44
5.2.5 Hubungan antara Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Status Gizi Remaja	45
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
6.1 Kesimpulan.....	48
6.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Angka Kecukupan Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun.....	7
Tabel 2. 2 Penelitian Terdahulu	17
Tabel 2. 3 Definisi Operasional	19
Tabel 3. 1 Perhitungan Sampel	24
Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas Kusioner Pengetahuan.....	28
Tabel 3. 3 Hasil Uji Reabilitas Pengetahuan.....	29
Tabel 4. 1 Karakteristik Remaja.....	31
Tabel 4. 2 Rasio Uang Jajan.....	31
Tabel 4. 3 Status Gizi Remaja.....	32
Tabel 4. 4 Status Gizi berdasarkan IMT/U	32
Tabel 4. 5 Pengetahuan Fast Food	32
Tabel 4. 6 Distribusi Pengetahuan Fast Food.....	33
Tabel 4. 7 Konsumsi Fast Food.....	34
Tabel 4. 8 Hubungan Jenis Kelamin dengan Status Gizi	35
Tabel 4. 9 Hubungan Uang Jajan dengan Status Gizi.....	36
Tabel 4. 11 Hubungan Pengetahuan Fast Food dengan Status Gizi	36
Tabel 4. 12 Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka konsep UNICEF dalam menanggulangi masalah gizi	14
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	15
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	16
Gambar 4. 1 Lokasi Penelitian	30
Gambar 4. 2 Frekuensi Konsumsi Makanan Asin	34
Gambar 4. 3 Frekuensi Konsumsi Makanan Manis	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	58
Lampiran 2. Kuesioner Karakteristik Responden	59
Lampiran 3. Kuesioner FFQ	60
Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan Fast Food	62
Lampiran 5. Hasil SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas	65
Lampiran 6. Pengolahan data univariat hasil SPSS	67
Lampiran 7. Pengolahan data bivariat hasil SPSS	69
Lampiran 8. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian	73
Lampiran 9. Surat kaji etik.....	75

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kata remaja berasal dari bahasa Inggris “*teenager*” yakni manusia usia 13-19 tahun. Remaja dalam bahasa latin yaitu adolescence yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Ali dalam Fhadila, 2017). Secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi di dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar (Setianingsih, 2015). Menurut Swastika (2021) juga mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, ditandai adanya perubahan yang besar dalam berbagai aspek perkembangan.

Remaja merupakan kelompok usia yang sedang mengalami percepatan pertumbuhan dan perkembangan sehingga memiliki kebutuhan gizi yang tinggi. Namun, di Indonesia remaja saat ini menghadapi fenomena tiga beban gizi yaitu gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan zat gizi mikro (UNICEF, 2021). Sejalan dengan itu, muncul pula masalah gizi ganda, yaitu kondisi ketika dua bentuk gangguan gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi, terjadi secara bersamaan dalam satu individu, keluarga, atau komunitas (WHO, 2020). Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun meningkat secara drastis dari 4% pada tahun 1975 menjadi >18% pada tahun 2016 (WHO, 2021). Prevalensi kegemukan pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia meningkat dari 8,3% pada tahun 2013 menjadi 16% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Prevalensi kegemukan pada remaja usia 13-15 tahun di Palembang meningkat dari 4,7% pada tahun 2013 menjadi 14,44% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Hal ini berbeda dengan masalah gizi kurang di Indonesia maupun di Kota Palembang yaitu mengalami penurunan dari tahun 2013 ke tahun 2018. Prevalensi gizi kurang di Indonesia menurun dari 11,10% menjadi 8,7%, sedangkan di Palembang menurun dari 13,1% menjadi 9,34% (Kementerian Kesehatan RI, 2013, 2019).

Kota Palembang terbagi menjadi dua wilayah utama, yaitu Seberang Ilir dan Seberang Ulu. Masing-masing wilayah memiliki sejumlah satuan pendidikan menengah atas. Di wilayah Seberang Ilir, prevalensi status gizi lebih pada remaja tercatat cukup tinggi. Di SMA Negeri 2 Palembang, prevalensi status gizi lebih mencapai 20,3% (Mutiara, 2018), sementara di SMA Xaverius 1 Palembang memiliki remaja berstatus gizi lebih sebesar 17,5% (Pondojoyo *et al.*, 2017). Di wilayah Seberang Ulu, penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 4 Palembang menunjukkan bahwa sebanyak 11,9% remaja mengalami status gizi lebih (Rotua, 2018). Sementara itu, SMA Negeri 19 Palembang merupakan salah satu sekolah unggulan dan favorit di wilayah Seberang Ulu, serta merupakan satu-satunya SMA berakreditasi A di kawasan tersebut. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh Rahmi (2019), prevalensi status gizi lebih di SMA Negeri 19 Palembang tercatat sebesar 28,03%, yang merupakan angka tertinggi dibandingkan dengan ketiga sekolah lainnya. Meskipun sekolah ini tergolong unggulan, penelitian terkait bidang kesehatan di SMA Negeri 19 masih jarang dilakukan karena letaknya yang cukup jauh dari pusat kota. Namun, lokasi sekolah yang berdekatan dengan pasar, pusat perbelanjaan atau mall, serta banyaknya pedagang makanan di sekitar lingkungan sekolah, berpotensi meningkatkan akses dan frekuensi konsumsi jajanan tinggi. Hal ini diduga menjadi salah satu faktor risiko meningkatnya angka kejadian status gizi lebih di kalangan remaja di sekolah tersebut.

Berdasarkan data *World Health Organisation* tahun 2020 diketahui bahwa 80% remaja di dunia sering mengonsumsi *Fast Food* yang terdiri dari 50% makan siang, 15% makan malam, dan 15% makan pagi. Studi Nilsen melaporkan bahwa 69% masyarakat kota di Indonesia mengonsumsi *Fast Food*, sebanyak 33% mengungkapkan bahwa makan siang di restoran *Fast Food*, 25% untuk makan malam, 9% menyatakan sebagai makanan selingan dan 2% memilih untuk makan pagi. Hal tersebut akan semakin berkembang sesuai dengan meningkatnya tingkat konsumsi makanan *Fast Food* di Indonesia (Yetmi 2021). Konsumsi pangan individu dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi setiap individu meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi makanan setiap hari dengan baik dan

memberikan zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi tubuh yang normal (Almatsier, 2010). Remaja harus memiliki pengetahuan mengenai bahaya yang ditimbulkan dari kebiasaan mengonsumsi *Fast Food* tersebut (Ariyana, 2020).

Fast Food yang berdampak pada gizi lebih akan ikut meningkatkan prevalensi gizi lebih di suatu daerah. Prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun di Palembang mencapai 8,69% yang mana ini menunjukkan bahwa Kota Palembang adalah kota dengan prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tertinggi ke 5 dibandingkan 17 Kota/Kabupaten di Sumatera Selatan (RISKESDAS SUMSEL, 2018). Selain itu, data riskesdas Sumatera Selatan tahun 2018 juga menyebutkan, bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak atau berkolesterol di Kota Palembang mencapai angka 44,37% dengan frekuensi konsumsi ≥ 3 x/minggu dan menyebabkan Kota Palembang sebagai Kabupaten/Kota tertinggi ke 3 dibandingkan 17 Kota/Kabupaten di Sumatera Selatan lainnya. Menurut Hafiza (2020), produk makanan *Fast Food* banyak mengandung lemak, gula bahkan zat aditif.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui “Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan *Fast Food* dengan Status Gizi Remaja di SMA 19 Kota Palembang”. Peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan berdasarkan hasil survei peneliti di SMA 19 Kota Palembang, 10 dari 20 siswa memiliki kebiasaan mengonsumsi *Fast Food* setidaknya 1x dalam seminggu.

1.2 Rumusan Masalah

Kebiasaan konsumsi *Fast Food* remaja di SMA 19 Kota Palembang cukup tinggi dengan frekuensi setidaknya 1x dalam seminggu. Mudahnya akses untuk membeli *Fast Food* menjadi salah satu pemicunya. Pola konsumsi yang kurang sehat ini membuat jadwal makan remaja menjadi tidak teratur. Pola makan yang tidak teratur ini akan berdampak pada status gizi remaja Sehingga berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Bagaimana hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik responden (jenis kelamin, uang jajan, umur) pada remaja di SMA 19 Kota Palembang.
2. Mengetahui status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang
3. Mengetahui gambaran pengetahuan tentang *Fast Food* pada remaja di SMA 19 Kota Palembang.
4. Mengetahui gambaran pola konsumsi *Fast Food* pada remaja di SMA 19 Kota Palembang
5. Menganalisis hubungan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang
6. Menganalisis hubungan pola konsumsi *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan bukti empiris untuk menguatkan teori tentang hubungan pola konsumsi *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang.

1.4.2 Manfaat Praktis

A. Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai perluasan pengetahuan serta pengalaman dalam menganalisis hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang.

B. Bagi Fakultas kesehatan Masyarakat

Sebagai referensi ilmu pengetahuan di bidang gizi khususnya mengenai hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang

C. Kepala Sekolah SMA 19 Kota Palembang.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi untuk pengambilan kebijakan tentang pembatasan pembelian *Fast Food* di lingkungan sekolah.

D. Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan informasi tentang hubungan pola konsumsi dan pengetahuan *Fast Food* dengan status gizi remaja di SMA 19 Kota Palembang

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 19 Kota Palembang

1.5.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan ketika sudah diturunkan surat izin penelitian oleh Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

1.5.3 Materi Penelitian

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola konsumsi dan pengetahuan fast food dengan status gizi remaja di SMA Negeri 19 Kota Palembang. Melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan langsung kepada responden dan mewawancarai kebiasaan konsumsi fast food pada setiap responden. Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data primer dan sekunder, Penelitian dilaksanakan pada bulan september 2023. Peneliti ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional study*

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani M, dan Wirjatmadi B, 2016. *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan Cetakan ke 3*. Jakarta : Prenadamedia.
- Almatsier Sunita, 2015. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi edisi ke 9*. PT.Gramedia Pustaka
- Anggraini. (2014). Hubungan Depresi dengan Status Gizi. *Medula Unila*, 2(2), 39–46.
- Anita, W. (2018). Relations Dietary and Gender With Nutritional Status of Children in sman 43 Kota Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, 3 (2), 253. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.2970>
- Arista. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja. Skripsi. Universitas Sriwijaya
- Ariyana, D., & Astiningsih, N. W. W. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1841–1846. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/912/174>
- Ariyana, R. (2020). Pengeruh Pengetahuan dan Konsumsi Fast Food Terhadap Gizi Lebih Pada Remaja. *Jurnal Gizi Masyarakat*, 12(1), pp. 18 – 25
- Asep J Saleh. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 1(2), 2746–2560. <http://jurnal.umitra.ac.id/index.php/JIGZI/article/view/673>
- Asweros, Meirina Sulastri Loaloka, dan Maria Goreti. (2022). Sosio Ekonomi Orang Tua, Uang Saku Dan Media Sosial Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi *Fast Food* Pada Remaja Putri Di Kota Kupang. *Journal Of Nutrition College (JNC)*, 11(4), 303-309. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Bahadoran, Zahra, Parvin Mirmiran, dan Fereidoun Azizi. (2015). *Fast Food pattern and cardiometabolic disorders: a review of current studies. Health Promotion Perspectives*, Vol 5(4): 231-240.
- Bonita, I. A. (2016). Hubungan Konsumsi *Fast Food* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Stunting SMP. *Proposal Penelitian*, 1–87.
- Darni, Joyeti dkk. (2021). Aktivitas Fisik Remaja Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Gizi Prima*. 6(2). 91-96
- Depkes RI. (2019). Laporan Provinsi Sumatera Selatan Riskesdas 2018. *Badan Litbangkes*, 532.

- Emia P Carolina. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap tindakan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*FAST FOOD*) Pada Remaja di SMA Negeri 1 Tiga Panah. *Proposal Penelitian*, hal.23
- Fatimah, S., Sumitro, A., & Erwin, A. (2020). *HUBUNGAN ANTARA SELF-ESTEEM DENGAN BODY IMAGE PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 12 BEKASI*. 17(12).
- Fhadila, K. D. (2017). Menyikapi Perubahan Perilaku Remaja. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(2), 17–23. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi/article/view/220>
- Fikawati, Sandra, dkk. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Ed. 1. Cet. 1. Depok : Rajawali Pers.
- Hafiza, D., Keperawatan, P. S., & Tuah, S. H. (2020). PEKANBARU Program Studi Keperawatan , STIKes Hang Tuah Pekanbaru Abstrak Keywords : Kebiasaan makan , status gizi. *Jurnal Medika Hutama*, 02, 332–342.
- Hartono, S.Gz., M. G. (2017). Status gizi balita dan interaksinya. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Hatta, H. (2019). Hubungan Konsumsi *Fast Food* Dengan Status Gizi Siswa Di SMP Negeri 1 Limboto Barat. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 41–46. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v4i2.60>
- Hidayati, K.B & M Farid. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5 (2). 137-144
- Indartanti, Dea & Apoina. K. (2014). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*. 3 (2). 33-39.
- Irianto, Koes. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi* (Balanced Nutrition in Reproductive Health). Bandung : ALFABETA.
- Izhar, M.Dody & Ruwayda. (2020). Hubungan antara Konsumsi Junk Food, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 1 Jambi. *Skripsi*. Poltekkes Jambi
- Jayanti, Y D., & Elsa Novananda, N. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas Xi Akuntansi 2 (Di Smk Pgri 2 Kota Kediri). *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 100–108. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v6i2.38>
- Kario, A J., Malonda, N. S. H., Joseph, W. B. S., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2015). *STATUS GIZI PADA PELAJAR DI SMA KATOLIK SANTA THERESIA KOTA MANADO*

- Karolina, Sri. (2018). Hubungan Pengetahuan dan pola Makan *Fast Food* terhadap Status Gizi pada Anak SMP Muhammadiyah Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang. *Skripsi*. Poltekkes Medan.
- Kemenkes. 2017. Penilaian Status Gizi. Bahan Ajar Gizi
- Kementrian Kesehatan RI. 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniagustina, R. (2018). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Konsumsi *Fast Food* Dengan Obesitas Siswa Kelas V SDN 01 Kalisari Jakarta Timur Tahun 2018. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binawa Jakarta*, 041411023.
- Laksono, R. A., Mukti, N. D., & Nurhamidah, D. (2022). Dampak Makanan Cepat Saji Terhadap Kesehatan pada Mahasiswa Program Studi “X” Perguruan Tinggi “Y.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 35–39. <https://doi.org/10.52022/jikm.v14i1.282>
- Lestari, P. (2020). Hubungan pengetahuan gizi, asupan makanan dengan status gizi siswi Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, Vol.2 No.2.
- Lestari, Peka Yani., Lensi Natalia, & Rizki Muji. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika (JSM)* , 8(1), 65-69. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm>
- Marianingrum, Dyah. (2020). Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi Pada Siswa SMP Kartini II Batam Tahun 2019. *Zona Kedokteran*, 9(20). 35-43
- Munasiroh, D., Nurawali, D. O., Rahmah, D. A., Suhailah, F., & Yusup, I. R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Pada Mahasiswa. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2). <https://doi.org/10.31602/ann.v6i2.2681>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Noviani, D. (2016). Pengaruh *Fast Food* tidak berpengaruh terhadap status gizi di SMA X Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4(3), 45 – 51
- Noviani, K., Afifah., & Astiti, D. (2016) Kebiasaan Jajan Dan Pola Makan Serta Hubungannya Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(2), 97. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4\(2\).97-104](https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4(2).97-104)
- Nurhaedar, J. (2012). Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja. *Thesis*. Universitas Hassanudin. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM)*. 4(4). 2256 – 2259. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/download/14284/13816>

- Nurlita, M. (2017). Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*), Status Gizi Dan Kenaikan Berat Badan Pada Mahasiswa FIK Dan FT Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Strategi Optimasi Tumbuh Kembang Anak*, 0–13.
- Nurul, H. M. Zen., R. Aruben. (2016). Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Kabupaten Pemasang.
- Nurwulan, E., Furqan, M., & Safitri, D. (2017). Hubungan Asupan Zat Gizi, Pola Makan, Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Santri Di Pondok Pesantren Yatim At-Thayyibah Sukabumi. *Argipa*, Vol 2, No 2, 65-74.
- Nuzrina, R. (2016). Analisis perbedaan pola konsumsi makanan dan asupan zat gizi makro masyarakat wilayah pulau Sumatera dan Jawa. *Nutrire Diaita*, 8(2). pp. 114-125.
- Pamelia, I. (2018). Perilaku Konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *Jurnal IKESMA*, Vol. 14 No. 2.
- Pamungkas, Uki Lutfi. (2017). Hubungan Kebiasaan Jajan Anak – Anak Pada Usia Sekolah di SDN Bibis Kasihan Bantul. Skripsi
- Pantaleon, M. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *Journal of Chemical Infomation and Modeling*, 53(9), 1689-1699
- Peraturan Menteri Kesehatan. (2020). Standar Antropometri Anak.
- Piani, N. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (*Fast Food*) pada siswa/siswi kelas XI dan XII di SMA Negeri 8 Banda Aceh Tahun 2019. *Skripsi*: Universitas Muhammadiyah Aceh.
- Priwahyuni, Yuyun. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Siap Saji (*Fast Food*) Pada Mahasiswa Program Studi Ilmun Kesehatan Masyarakat STikes Hangtuah Pekanbaru. *Al-Tammi Kesmas*. 5(2). 102-110
- Pujiati,., Arneliawati & Siti R. (2015). *Hubungan antara Perilaku Makan dengan Status gizi Pada Remaja Putri*. JOM. 2(2). 1345-1352
- Rachmayani, A. (2018) *Indonesia Journal of Human Nutrition. Indonesia Journal of Human Nutrition*, 5(2), 125 – 130. https://www.researchgate.net/profile/Fajar_Ari_Nugroho/publication/314713055_Kadar_NF_Kb_Pankreas_Tikus_Model_Type_2_Diabetes_Mellitus_dengan_Pemberian_Tepung_Susu_Sapi/links/5b4dbf09aca27217ff9b6fcb/Kadar-NF-Kb-Pankreas-Tikus-Model-Type-2-Diabetes-Melli

- Rafiony A, Sulistyorini, Kumorowulan S. 2015. Hubungan Uang Saku dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Gizi Indonesia*; 4(2) 107 – 112
- Rahman, Julia (2021). Hubungan Peer Group Support, Uang Saku dan Pola Konsumsi Pangan dengan Status Gizi Lebih pada Remaja. *Aceh Nutrition Journal*. 6(11) : 65-74.
- Rahmawati, T., & Dewi, M. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Profesi*, 14 (1), 72-76.
- Rahmi (2019). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMA Negeri 19 Kota Palembang. Rakyat: Jakarta.
- Ramonda, D. A., Yudanari, Y. G., Choiriyah, Z., Keperawatan, P. S., Keperawatan, F., Ngudi, U., & Ungaran, W. (2019). *Hubungan Antara Body Image dan Jenis Kelamin terhadap Pola the Correlation Between Body Image and Gender To Food Pattern in Adolescence*. 2(1), 109-114
- Reski, Nur Annisa., Haniarti & Usman. (2019). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Asupan Energi dengan Kejadian Obestias pada Mahasiswa yang Tinggal di Sekitar Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia & Kesehatan*. 2(3). 322-333.
- Rohmah, M. H., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan Dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(1), 39. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.155>
- Rosyita Julia. R. (2022). Hubungan *peer group*, uang jajan dan pola konsumsi *Fast Food* dengan status gizi pada remaja. *Aceh Nutrition Journal*. 6(1). 65-74. <https://dx.doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rutnia Cahyo. W., Komalyna, I. N. T., & Suwita, I. K. (2022). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Konsumsi *Fast Food* terhadap Kejadian Gizi Lebih pada Remaja. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 123. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v2i2.54283>
- Saleh, A. J., Suminah., & Astuti, D. W. (2020). Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, Vol. 1 No. 2.
- Samingan, dan zalita Azwalika Oktaviani. (2021). Determinan Perilaku Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fast Food*) Pada Siswa SMA Negeri X Jakarta Timur Tahun 2020. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, Vol. 11 No. 2
- Sayogo, Savitri. (2016). *Gizi Remaja Putri*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Sediaoetama, Ahmad Djaeni. 2006. *Ilmu Gizi. Jilid 1*. Cetakan keenam. Dian
- Sekar, Devi Wangi. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Konsumsi Junk Food Dengan Status Gizi Pada Siswa Kelas XI SMK Ketintang Surabaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi (JIG)*, Vol. 2 No. 2.
- Septikasari, Majestika. 2018. *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. UNY Press : Yogyakarta [on line] diakses pada 9 Agustus 2022 dari <https://books.google.co.id/books?id=gjxsDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Setianingsih, D. N. (2015). Comparison of Adolescent Self-Concept Who Have Single Parents Men and Women in SMA 76 Jakarta. *Jurnal FamilyEdu. 1*(2), 74–90.
- Simidi. (2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan Strategi Pembelajaran Student Team Heroik Leadership terhadap kreativitas belajar pada siswa. *EduTech, 1*(1), 42691.
- Sinaga, Lediana. (2016). Pengaruh Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji terhadap Kadar Kolesterol Siswa kelas XI SMA Negeri * dan SMA Pangudi Luhur Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Sugiono, 2017. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Suharsa, H. (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor – Faktor Lain yang Berhubungan Pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Jurnal Lingkar Widayaiswara, 3*(1), 53-76. [www. Juliwi.com](http://www.juliwi.com)
- Suswanti, I. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2012. *Skripsi, 1*–181. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25931/1/IKA_SUSWANTI-fkik.pdf
- Sutrio. (2017). Status Gizi Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Holistik, 11*(1), 1-4. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/122/67>
- Swastika, G. M., & Prastuti, E. (2021). *Perbedaan Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin dan Rentang Usia pada Remaja dengan Orangtua Bercerai The Differences of Emotional Regulation Based on Gender and Age Range in Adolescents with Divorced Parents. 26, 19–34.* <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art2>
- Takumansang, S. A. (2017). Hubungan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Obesitas Remaja di Smp Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, 1*–10. http://digilib.unisayogya.ac.id/2595/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf

- UNICEF (2020). The application of UNICEF'S 2020 conceptual framework of maternal and child nutrition in Indonesia. *Seameo Recfon*, 1(1).
- UNICEF, I. (2017). Children in Indonesia. *Unicef.Org/Indonesia*, 1. unicef.org/indonesia/children-in-indonesia
- United Nation Children's Fund. (2021). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*. 1–66. Utama, Jakarta.
- Vhalery, R., Leksono, A. W., & Irvan, M. (2019). Pengaruh Literasi Keuangan, Usia, Dan Bimbingan Orang Tua Terhadap Pengelolaan Uang Saku Mahasiswa Unindra. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 12(1), 10–17.
- Wandansari, D. N. (2015). Hubungan Antara Konsumsi *Fast Food*, Kebiasaan Olahraga, Faktor Genetik Dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja. In *Skripsi Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember*. <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/68371>
- Widnatusifah, Eszha., dkk (2020). Gambaran Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition Vol. 9 No. 1, 2020*. 9(1), 17–29.
- Widyastuti, D. A. (2018). Pengaruh kebiasaan konsumsi junk food terhadap kejadian obesitas remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 1, No. 2.
- World Health Organization. 2020. WHO Child Growth Standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development.
- Yetmi, F., Harahap, F. S. D., & Lestari, W. (2021). Analisis Faktor yang Memengaruhi Konsumsi *Fast Food* pada Siswa di SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa*, 6(1), 25–47.