

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN
MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH
ALIYAH NEGERI 1 KUBURAYA**



Diusulkan Oleh:

Sabila Oktadiya Putri

NIM 211041053

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PONTIANAK
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2025**

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN
MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH
ALIYAH NEGERI 1 KUBURAYA**

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar

Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak



Diusulkan Oleh:

Sabila Oktadiya Putri

NIM 211041053

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PONTIANAK
JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
TAHUN 2025**

VISI DAN MISI
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES PONTIANAK

VISI

Menjadi Program Studi menghasilkan lulusan sebagai Enterpreneur di bidang Gizi sebagai rujukan nasional Berkualitas Global.

MISI

1. Menyelenggarakan kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika berkualitas global
2. Menyelenggarakan Pendidikan Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, berintelektualitas tinggi, berbudi luhur dan mampu bersaing di tingkat global
3. Mengembangkan tata kelola Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang transparan, akuntabel dan kolaboratif
4. Berperan aktif dalam kerjasama pengembangan dan peningkatan sistem pendidikan Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di tingkat global
5. Menghasilkan lulusan Sarjana Terapan Gizi sebagai Enterpreneur di bidang gizi

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH ALİYAH NEGERI 1 KUBURAYA

Disusun Oleh:

SABILA OKTADIYA PUTRI

NIM 211041053

Telah diperbaiki dan disetujui

Pontianak, 29 Agustus 2025

Pembimbing Utama,



IMAN JALADRI, S.SiT, M.Kes

NIDN. 4028046901

Pembimbing Pendamping,



IR. JONNI SYAH R PURBA, M.Kes

NIDN. 4006086201

Ketua Prodi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



DESI, SKM, M.GIZI
NIP. 1970825200031002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN
MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH
ALYAH NEGERI 1 KUBURAYA

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

SABILA OKTADIYA PUTRI
NIM 211041053

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 29 Agustus 2025

Tim Penguji
Tanda Tangan

1. Ketua : Desi, SKM, M.Gizi
2. Anggota : Nopriantini, SP, M.Pd
3. Anggota : Iman Jaladri, S.SiT, M.Kes
4. Anggota : Ir. Jonni Syah R. Purba, M.Kes

.....
.....
.....
.....



Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi

JURIANTO GAMBIR, S. SiT, M. Kes
NIP. 197001061992031003

Pontianak, tanggal/bulan/tahun
Ketua Prodi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan

.....

DESI, SKM, M.GIZI
NIP. 19770825200031002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Sabila Oktadiya Putri
NIM : 211041053
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Pontianak

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH ALIYAH NEGERI 1 KUBURAYA

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pontianak, 19 Mei 2025



Sabila Oktadiya Putri

NIM 211041053



BIODATA PENULIS

Nama : Sabila Oktadiya Putri
Tempat, tanggal lahir : Ketapang, 02 Oktober 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jl. Kh. Wahid Hasyim (Ketapang)
Nomor HP : 089528240118

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 09 DELTA PAWAN KETAPANG
2. SLTP : MTSN KETAPANG
3. SLTA : SMAN 02 KETAPANG

KESAN DAN PESAN SELAMA MENGIKUTI PENDIDIKAN DI PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN

Selama menempuh pendidikan di Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan, saya mendapatkan banyak ilmu, pengalaman praktik, dan bimbingan dari dosen-dosen yang kompeten. Suasana belajar yang mendukung membuat saya lebih semangat untuk berkembang, baik secara akademik maupun pribadi. Pesan saya, semoga prodi ini terus meningkatkan kualitasnya dan semakin banyak mencetak lulusan yang profesional dan berdedikasi dalam bidang gizi. Terima kasih atas semua ilmu dan pengalaman yang telah diberikan.

**HUBUNGAN PENGETAHUAN SARAPAN DAN PENGETAHUAN
MAKANAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA MADRASAH
ALİYAH NEGERI 1 KUBURAYA**

**Sabila Oktadiya Putri¹⁾, Iman Jaladri, S.iT, M.Kes²⁾, Ir. Jonni Syah R Purba,
M.Kes³⁾**

Jurusan Gizi Politeknik Kemenkes Pontianak, Indonesia

email : abelktp00@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Indonesia masih menghadapi berbagai masalah gizi pada remaja, seperti kekurangan gizi yang menyebabkan stunting. Prevalensi status gizi remaja umur 16-18 tahun di Indonesia berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) menunjukkan bahwa 1,4% remaja tergolong sangat kurus, 6,7% kurus, 9,5% gemuk, dan 4% obesitas. Salah satu penyebab utama dari masalah gizi ini adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya sarapan dan konsumsi makanan jajanan yang sehat. Remaja cenderung mengabaikan sarapan dan memilih jajanan yang tidak sehat karena kurangnya edukasi gizi yang memadai.

Tujuan : untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan sarapan dan pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Sampel pada penelitian ini adalah siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik random sampling, yaitu pengambilan sampel dengan kondisi tertentu sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Uji yang digunakan adalah uji *Chi-Square* untuk melihat ada hubungan yang bermakna hubungan antara pengetahuan sarapan dan pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya.

Hasil : Hasil menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan sarapan ($p = 0,008$) dan pengetahuan tentang makanan jajanan ($p = 0,000$) dengan status gizi remaja di Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya.

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara pengetahuan sarapan dan pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya.

Kata Kunci : Pengetahuan, Status Gizi, Remaja

Keterangan : 1) Peneliti Utama, 2) Pembimbing Utama, 3) Pembimbing Pendamping

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE OF BREAKFAST AND SNACK FOOD KNOWLEDGE WITH THE NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS AT STATE HIGH SCHOOL 1 KUBURAYA

**Sabila Oktadiya Putri¹⁾, Iman Jaladri, S.iT, M.Kes²⁾, Ir. Jonni Syah R Purba,
M.Kes³⁾**

Jurusan Gizi Politeknik Kemenkes Pontianak, Indonesia

email : abelktp00@gmail.com

ABSTRACT

Background: Indonesia still faces various nutritional problems in adolescents, such as malnutrition that causes stunting. The prevalence of nutritional status of adolescents aged 16-18 years in Indonesia based on the Body Mass Index for Age (BMI/A) shows that 1.4% of adolescents are classified as very thin, 6.7% are thin, 9.5% are overweight, and 4% are obese. One of the main causes of nutritional problems is the lack of knowledge about the importance of breakfast and the consumption of healthy snacks. Adolescents tend to skip breakfast and choose unhealthy snacks due to insufficient nutrition education.

Objective: To analyze the relationship between breakfast knowledge and snack food knowledge with nutritional status among students at State Senior High School 1 Kuburaya.

Method: This study used a cross-sectional design. The sample in this study were students at State Senior High School 1 Kuburaya. The sampling method used a random sampling technique, namely sampling under certain conditions according to inclusion and exclusion criteria. The Chi-Square test was used to determine a significant relationship between breakfast knowledge and snack food knowledge with nutritional status among students at State Senior High School 1 Kuburaya.

Results: The results showed a significant relationship between breakfast knowledge (p 0.008) and snack food knowledge (p 0.000) with the nutritional status of adolescents at State Senior High School 1 Kuburaya.

Conclusion: There is a relationship between breakfast knowledge and snack food knowledge with nutritional status among students at State Senior High School 1 Kuburaya.

Keywords : Knowledge, Nutritional Statues, Adolescents

Descreption : 1) Principal Investigator, 2) Main Supervisor, 3) Co Supervisor

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Sarapan dan Pengetahuan Makanan Jajan Dengan Status Gizi Remaja Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya” dapat diselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada bapak Iman Jaladri, S.SiT, M.Kes selaku pembimbing utama dan bapak Ir. Jonni Syah R Purba selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya tugas skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Kelana Kusuma Dharma, S.Kp, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak.
2. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Pontianak.
3. Bapak Desi, SKM, M.Gizi selaku Ketua Prodi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak.
4. Orang tua tercinta yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Penulis tetap megharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Pontianak,

Penulis

DAFTAR ISI

VISI DAN MISI.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
BIODATA PENULIS	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Keaslian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
B. Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
C. Sarapan.....	Error! Bookmark not defined.
D. Jajan.....	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
B. Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
C. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
D. Jenis Data	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
defined.	
F. Alur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori Status Gizi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. Distribusi Frekuensi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. Distribusi Frekuensi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 . Distribusi Frekuensi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 5. Hubungan Pengetahuan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6. Hubungan Pengetahuan	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. Peta Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Surat Izin Sekolah.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Pernyataan Kesedian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Master Tabel	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Hasil Uji Statistik.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Dokumentasi.....	Error! Bookmark not defined.

