

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI  
*BEVERAGES TREND* TERHADAP STATUS GIZI PADA  
REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK**



**NANA AFRIYANI  
NIM 211041041**

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

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI  
BEVERAGES TREND TERHADAP STATUS GIZI PADA  
REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK**

**Skripsi**

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak



**NANA AFRIYANI  
NIM 211041041**

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

## **VISI DAN MISI**

### **PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES PONTIANAK**

#### **VISI**

Menjadi Program Studi menghasilkan lulusan sebagai Enterpreneur dibidang Gizi sebagai rujukan nasional yang 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**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI  
BEVERAGES TREND TERHADAP STATUS GIZI PADA  
REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK**

**Diusulkan Oleh**

**NANA AFRIYANI  
NIM 211041041**

Telah diperbaiki dan disetujui  
Pontianak, 6 Oktober 2025

Pembimbing Utama,



**WIDYANA LAKSHMI PUSPITA, SKM, MPH  
NIDN. 4030106901**

Pembimbing Pendamping,



**Ir. JONNI SYAH R. PURBA, M.Kes  
NIDN. 4006086201**

Ketua Prodi Gizi dan Dietetika  
Program Sarjana Terapan



**DESI, SKM, M.Gizi  
NIP. 197708252000031002**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI  
*BEVERAGES TREND* TERHADAP STATUS GIZI PADA  
REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

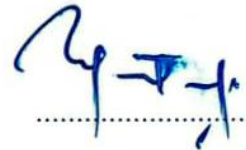
NANA AFRIYANI  
NIM 211041041

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji  
Pada tanggal, 24 September 2025

Tim Penguji

1. Ketua : Nopriantini, SP, M.Pd
2. Anggota : Mulyanita, ST, M.T.P
3. Anggota : Widyana Lakshmi Puspita, SKM, MPH
4. Anggota : Ir. Jonni Syah R. Purba, M.Kes

Tanda Tangan



Pontianak, 24 September 2025

Ketua Prodi Gizi dan Dietetika  
Program Sarjana Terapan



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



**DESI, SKM, M.Gizi**  
NIP. 197708252000031002

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Nana Afriyani  
NIM : 211041041  
Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan  
Jurusan : Gizi  
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Pontianak

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

### **HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI *BEVERAGES TREND* TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK**

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, 6 Maret 2025

Penulis,



**NANA AFRIYANI  
NIM 211041041**



### **BIODATA PENULIS**

Nama : Nana Afriyani  
Tempat, tanggal lahir : Rentong, 29 April 2002  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Kristen Protestan  
Alamat rumah : Desa Sungai Bugau, Kec. Ketungau Hulu, Kab. Sintang  
Nomor HP : 081255142863

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

SD : SD Negeri 6 Rentong, Kabupaten Sintang  
SLTP : SMP Negeri 7 Ketungau Hulu, Kabupaten Sintang  
SLTA : SMK Negeri 1 Ketungau Tengah, Kabupaten Sintang

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

#### **KESAN**

Selama belajar di Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan, saya mendapatkan banyak ilmu dan pengalaman yang bermanfaat. Dosen-dosen selalu membimbing dengan baik dan suasana belajar terasa menyenangkan.

#### **PESAN**

Semoga Prodi Gizi dan Dietetika terus berkembang, meningkatkan kualitas pembelajaran, dan menghasilkan lulusan yang siap bersaing di dunia kerja.

## ABSTRAK

### HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN FREKUENSI KONSUMSI *BEVERAGES TREND* TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PONTIANAK

Nana Afriyani<sup>1)</sup>, Widyana Lakshmi Puspita<sup>2)</sup>, Jonni Syah R.Purba<sup>3)</sup>  
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia  
Email: [nanaafriyani6@gmail.com](mailto:nanaafriyani6@gmail.com)

**Latar Belakang:** Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi, yang dapat berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, dan produktivitas di masa depan. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap masalah gizi pada remaja adalah meningkatnya konsumsi *beverages trend* atau minuman kekinian yang tinggi kadar gula dan kalori. Selain itu, pengetahuan gizi yang rendah juga dapat memengaruhi pola konsumsi yang tidak sehat.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pengetahuan dan frekuensi konsumsi *beverages trend* terhadap status gizi pada remaja di SMA Negeri 5 Pontianak.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 40 siswa kelas X yang dipilih dengan teknik *simple random sampling*. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner, frekuensi konsumsi *beverages trend* menggunakan *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), dan status gizi menggunakan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji *chi-square*.

**Hasil:** Hasil menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan status gizi ( $p=0,073$ ) maupun antara konsumsi *beverages trend* dengan status gizi ( $p=0,477$ ).

**Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan frekuensi konsumsi *beverages trend* dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 5 Pontianak.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, konsumsi *beverages trend*, status gizi, remaja

**Keterangan:** Peneliti Utama<sup>1)</sup>, Pembimbing Utama<sup>2)</sup>, Pembimbing Pendamping<sup>3)</sup>

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND FREQUENCY OF TRENDY BEVERAGE CONSUMPTION AND NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 5 PONTIANAK

Nana Afriyani<sup>1)</sup>, Widyana Lakshmi Puspita<sup>2)</sup>, Jonni Syah R.Purba<sup>3)</sup>  
Departmen of nutrition, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia  
Email: [nanaafriyani6@gmail.com](mailto:nanaafriyani6@gmail.com)

**Background:** Adolescents are an age group vulnerable to nutritional problems, both undernutrition and overnutrition, which can impact future growth, development, and productivity. One factor contributing to nutritional problems in adolescents is the increased consumption of trendy beverages, or contemporary drinks, high in sugar and calories. Furthermore, low nutritional knowledge can also influence unhealthy consumption patterns.

**Objective:** To determine the relationship between knowledge and frequency of trendy beverage consumption and nutritional status in adolescents at *SMA Negeri 5 Pontianak*.

**Methods:** This study used a cross-sectional design. The sample consisted of 40 tenth-grade students selected using a simple random sampling technique. Knowledge was measured using a questionnaire, frequency of beverage consumption using the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), and nutritional status using anthropometric measurements. Data were analysed using the chi-square test.

**Results:** The results showed no significant relationship between knowledge and nutritional status ( $p=0.073$ ) or between beverage consumption and nutritional status ( $p=0.477$ ).

**Conclusion:** This study concluded that there was no significant relationship between knowledge and frequency of beverage consumption and nutritional status among adolescents at *SMA Negeri 5 Pontianak*.

**Keywords:** Knowledge, beverage consumption, nutritional status, adolescents

**Description:** Principal researcher<sup>1)</sup>, principal supervisor<sup>2)</sup>, assistant supervisor<sup>3)</sup>

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi *Beverages Trend* Terhadap Status Gizi Pada Remaja di SMA Negeri 5 Pontianak” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada Ibu Widyana Lakshmi Puspita, SKM, MPH selaku pembimbing utama dan Bapak Ir. Jonni Syah R.Purba, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

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

1. Bapak Prof. Dr. Kelana Kusuma Dharma, S,Kp.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak.
2. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak
3. Bapak Desi, SKM, M.Gizi selaku Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Pontianak
4. Seluruh dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kepada orang tua tercinta yang telah memberikan doa, semangat serta kasih sayang, terimakasih telah memberikan dukungan dan fasilitas kepada saya selama saya menyelesaikan pendidikan ini.
6. Kepada teman-teman yang tercinta, yang selalu membantu saya dalam susah maupun senang dan memberikan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Dan terakhir kepada diri sendiri terimakasih telah kuat sampai detik ini, yang tidak menyerah sesulit apapun rintangan kuliah ataupun proses penyusunan skripsi ini. Dibalik lembar demi lembar yang tersusun, terdapat perjuangan, keraguan, dan perjuangan diam-diam yang tidak semua orang tahu, saya

bangga telah melewatinya. Terimakasih diriku semoga tetap selalu rendah hati, ini baru awal dari permulaan hidup tetap semangat kamu pasti bisa.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak yang perlu diperbaiki. Untuk itu saran serta masukan dari pembaca sangat diharapkan penulis untuk perbaikannya. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkannya.

Pontianak, 6 Maret 2025

Nana Afriyani

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>VISI DAN MISI</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>BIODATA PENULIS</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Remaja.....	7
B. Pengetahuan.....	9
C. Status Gizi.....	13
D. <i>Beverages Trend</i> (Minuman Kekinian).....	19
E. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi.....	27
F. Hubungan Konsumsi <i>Beverages Trend</i> dengan status gizi.....	27
G. Kerangka Teoritis.....	29
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL</b> .....	<b>30</b>
A. Kerangka Konsep.....	30
B. Hipotesis.....	30
C. Definisi Operasional.....	30
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	<b>32</b>
A. Desain Penelitian.....	32
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
D. Jenis Data.....	35
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Pengolahan dan Analisis data.....	37
G. Penyajian Data.....	39
H. Etika Penelitian.....	39
I. Alur Penelitian.....	40
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>41</b>
A. Hasil.....	41
B. Pembahasan.....	45
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>47</b>
A. Kesimpulan.....	47

B. Saran.....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Angka Kecukupan Zat Gizi Makro..... 10
Tabel 2	Kategori Status Gizi IMT..... 17
Tabel 3	Jumlah populasi dan sampel..... 37
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Usia Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Pontianak Tahun 2025..... 45
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Pontianak Tahun 2025..... 45
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Pontianak tahun 2025..... 46
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Beverages Trend</i> Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Pontianak Tahun 2025..... 46
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Status Gizi (IMT) Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Pontianak Tahun 2025..... 46
Tabel 9	Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi di SMA Negeri 5 Pontianak tahun 2025..... 47
Tabel 10	Hubungan Konsumsi <i>Beverages Trend</i> dengan Status Gizi di SMA Negeri 5 Pontianak tahun 2025..... 47

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teoritis.....	29
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	30
Gambar 3. Alur Penelitian.....	40
Gambar 4 Denah Lokasi Penelitian.....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Dari Poltekkes Kemenkes Pontianak .....	53
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dari SMA Negeri 5 Pontianak.....	54
Lampiran 3 Kuesioner Pengetahuan Dan SQ-FFQ .....	55
Lampiran 4 Master Data.....	60
Lampiran 5 Hasil Output SPSS.....	61
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	68