

SKRIPSI
HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD*
DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR



Oleh :

MADE AYU YULIANITA DEWI

NIM. P07131217017

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021

SKRIPSI

**HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD*
DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :

MADE AYU YULIANITA DEWI

NIM. P07131217017

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD*
DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes
NIP.196404171986032023

Pembimbing Pendamping,



I Wawan Ambartana, SKM.,M.Fis
NIP. 196708141991031002

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes.
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL:
HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD*
DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 22 Maret 2021

TIM PENGUJI :

1. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes (Ketua) (.....)
2. I Made Suarjana, SKM., M.Kes (Anggota I) (.....)
3. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes (Anggota II) (.....)

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.

NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Made Ayu Yulianita Dewi

NIM : P07131217017

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2021

Alamat : Jalan Nangka Utara Gang Nusa Indah no.3, Tonja

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Jumlah dan Jenis Konsumsi *Junk Food* dengan Status Gizi dan Usia *Menarche* pada Siswi di SMP Negeri 10 Denpasar adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Maret 2021

Yang membuat pernyataan



Made Ayu Yulianita Dewi
NIM. P07131217017

HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE* PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR

ABSTRAK

Pubertas pada perempuan ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*), Penurunan usia menarche dapat menjadi faktor risiko yang menentukan status gizi. Status Gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor langsung yaitu asupan makanan (konsumsi *junk food*) dan penyakit infeksi sedangkan faktor tidak langsung yaitu ketahanan pangan, pola pengasuhan, pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jenis dan jumlah konsumsi *junk food* dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 10 Denpasar. Jenis penelitian ini adalah observasional dengan desain penelitian yaitu studi potong lintang (*cross sectional*). Responden dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII dan VIII yang sudah mengalami *menarche*. Besar sample sebanyak 106 orang dengan usia 12-15 tahun. Analisis statistik dilakukan dengan uji *Spearman*.

Hasil analisis data menunjukkan ada hubungan antara jenis konsumsi *junk food* dengan status gizi ($r=0,356$, $p=0,000$). Ada hubungan jumlah konsumsi *junk food* dengan status gizi ($r=0,422$, $p=0,000$) disamping itu juga ada hubungan antara Status Gizi dengan Usia *Menarche* ($r=0,398$, $p=0,000$).

Kata Kunci : Jenis Konsumsi *Junk Food*, Jumlah Konsumsi *Junk Food*, Status Gizi, Usia *Menarche*.

RELATIONSHIP OF AMOUNT AND TYPES OF CONSUMPTION JUNK FOOD WITH NUTRITIONAL STATUS AND MENARCHE AGE ON FEMALE LEARNER AT SMP NEGERI 10 DENPASAR

ABSTRACT

Puberty in girls is marked by the first menstruation (menarche), Decreased age menarche can be a risk factor that determines nutritional status. Nutritional status can be obtained by several factors such as direct factors, namely food intake (consumption of junk food) and infectious diseases, while factors cannot be food security, parenting patterns, health services and environmental sanitation. This study aims to see the relationship between the type and consumption of junk food consumption with the nutritional status and age of menarche in SMP Negeri 10 Denpasar students. This type of research is observational with a cross sectional study design. Respondents in this study were students of class VII and VIII who were already menstruating. The sample size was 106 people aged 12-15 years. Statistical analysis was performed using the Spearman test.

The results of data analysis showed that there was a relationship between the type of junk food consumption and nutritional status ($r=0,356$, $p=0,000$). There is a relationship between the amount of junk food consumption and nutritional status ($r=0,422$, $p=0,000$) Besides, there is also a relationship between nutritional status and age of menarche ($r=0,398$, $p=0,000$).

Keywords: *Types of Junk Food Consumption, Amount of Junk Food Consumption, Nutritional Status, Age of Menarche.*

RINGKASAN PENELITIAN
HUBUNGAN JUMLAH DAN JENIS KONSUMSI *JUNK FOOD*
DENGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE*
PADA SISWI SMP NEGERI 10 DENPASAR

Oleh :

Made Ayu Yulianita Dewi (P07131217017)

Pubertas pada perempuan ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*). Penurunan usia *menarche* dapat menjadi faktor risiko yang menentukan status gizi dan kondisi kesehatan saat dewasa. Menurut data riskesdas 2018 mengatakan bahwa Bali termasuk provinsi dengan masalah obesitas sentral yang cukup tinggi pada umur ≥ 15 tahun dan menurut penelitian syarifah, et al menunjukkan bahwa tingkat konsumsi *junk food* tertinggi adalah golongan pelajar yaitu sebesar 83,3%.

Junk food adalah makanan yang tidak mengandung gizi dan akan berbahaya apabila di konsumsi terus menerus dan banyak. *Junk food* merupakan makanan cepat saji yang mengandung banyak kalori dan lemak namun sedikit serat. (Alio, 2013). Dimana Jumlah dan jenis konsumsi *junk food* yang tinggi akan menyebabkan status gizi berlebih atau biasa disebut obesitas dan akan mempengaruhi usia *menarche* juga, karena *junk food* memiliki kadar lemak yang tinggi yang dapat menyebabkan penumpukkan lemak di jaringan *adipose* sehingga terjadi perubahan usia *menarche* yang dini.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jumlah dan jenis konsumsi *junk food* dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 10.

Jenis rancangan penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang bersifat observasional. Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah studi potong lintang (*cross sectional*). Berdasarkan rumus Lameshow 1997 penelitian ini setidaknya penulis harus mengambil data dari sampel sekurang-kurangnya ditambah 10% dari 96 sejumlah $105,6 = 106$ orang. Pengumpulan data identitas sampel menggunakan *google form*, handphone dan laptop. Berat Badan, Tinggi Badan, usia *menarche*, jenis konsumsi *junk food* dan jumlah konsumsi *junk food*. Setelah data terkumpul, kemudian dilakukan pengolahan data menggunakan software computer *spss* untuk menentukan ada tidaknya hubungan antar variabel. Dari 106 sampel diteliti terdapat 10 sampel (9,45%) mengalami status gizi obesitas, sebanyak 34 sampel (33.08%) mengalami *menarche* dini, sebanyak 83 sampel (78.2%) jenis konsumsi *junk foodnya* berada pada kategori lebih dan 49 sampel (46.22%) jumlah konsumsi *junk food* nya berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan uji Spearman didapatkan hasil analisis data menunjukkan ada hubungan antara jenis konsumsi *junk food* dengan status gizi ($r=0,356$, $p=0,000$). Ada hubungan jumlah konsumsi *junk food* dengan status gizi ($r=0,422$, $p=0,000$) disamping itu juga ada hubungan antara Status Gizi dengan Usia *Menarche* ($r=0,398$, $p=0,000$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan jumlah dan jenis konsumsi *junk food*, dengan status gizi dan usia *menarche* pada siswi di SMP Negeri 10 Denpasar.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa karena atas rahmat dan bimbingan-Nya yang telah memberi kekuatan jasmani maupun rohani sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan Judul “Hubungan Jumlah dan Jenis Konsumsi *Junk Food* dengan Status Gizi dan Usia *Menarche* pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar”. Skripsi ini sebagai tugas akhir dalam Mata Kuliah Skripsi Semester VIII Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar.

Dalam penyusunan Skripsi, penulis banyak mendapatkan dorongan, pengarahan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan yang baik ini penulis menyampaikan rasa hormat dan terimakasih yang tulus kepada:

1. Ibu Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes selaku pembimbing utama dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak I Wayan Ambartana, SKM.,M.Fis selaku pendamping dalam penyusunan skripsi ini
3. Bapak Direktur Polteknik Kesehatan Denpasar dan Ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan penelitian ini.
4. Keluarga, teman-teman serta rekan-rekan yang telah banyak memberikan masukan, saran serta motivasi kepada penulis di dalam pembuatan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Denpasar, Maret 2021

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
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. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II_TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Menarche.....	Error! Bookmark not defined.
B. Status Gizi (IMT/U)	Error! Bookmark not defined.
C. Junk Food.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III_KERANGKA KONSEP	27
A. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
B. Definisi Operasional Variabel.....	Error! Bookmark not defined.
C. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV_METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

E. Instrumen Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
F. Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
G. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil	Error! Bookmark not defined.
B. 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.
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Klasifikasi IMT menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 untuk Anak Usia 5-18 Tahun.....	17
2. Sebaran Umur pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	44
3. Sebaran Kelas pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	44
4. Sebaran Sampel Menurut Status Gizi Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	45
5. Sebaran Sampel Menurut Usia <i>Menarche</i> Pada Ssiswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	46
6. Sebaran Sampel Menurut Jenis Konsumsi <i>Junk Food</i> Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	46
7. Sebaran Sampel Menurut Jumlah Konsumsi <i>Junk Food</i> Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	47
8. Sebaran Sampel Menurut Jenis Konsumsi <i>Junk Food</i> Dengan Status Gizi Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	48
9. Sebaran Sampel Menurut Jumlah Konsumsi <i>Junk Food</i> Dengan Status Gizi Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	49
10. Sebaran Sampel Menurut Status Gizi Dengan Usia <i>Menarche</i> Pada Siswi SMP Negeri 10 Denpasar.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
1. Surat Izin Provinsi Bali.....	60
2. Surat Izin Kota Denpasar.....	61
3. Pernyataan Persetujuan setelah Penjelasan (PSP).....	63
4. Lembar Kuisisioner.....	66
5. Formulir <i>SQ-FFQ</i>	68
6. Ethical Clearance.....	69

