

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN,
KONSUMSI CAMILAN DAN
OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS
NEGERI 1 SUMBER
KABUPATEN CIREBON**



**Dinda Dwi Wijaya
NIM. P2.06.31.2.23.064**

**PRODI D-III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN,
KONSUMSI CAMILAN DAN
OBESITAS SENTRAL PADA REMAJA
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS
NEGERI 1 SUMBER
KABUPATEN CIREBON**



**Dinda Dwi Wijaya
NIM. P2.06.31.2.23.064**

**PRODI D-III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal tugas akhir yang berjudul **“Gambaran Pengetahuan Konsumsi Camilan dan Obesitas Sentral pada Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sumber Kabupaten Cirebon”** tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada banyak pihak yang telah membantu dan membimbing dalam penulisan serta proses penyusunan proposal penelitian ini, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan penghargaan sebesar-besarnya kepada:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep
2. Ketua Jurusan Program Studi Gizi Bapak Sumarto, STP, MP
3. Ketua Program Studi DIII Gizi Cirebon Ibu Dr. Hj. Wiwit Estuti, STP, M.Si
4. Ibu Diyah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM, Mpd, pembimbing tugas akhir yang telah banyak memberikan saran dan masukan dalam penyusunan proposal penelitian tugas akhir ini.
5. Ibu Alina Hizni, SKM, MPH, dosen penguji 1 yang telah membantu memberikan saran dalam penyusunan proposal tugas akhir ini.
6. Bapak Samuel, SKM, M.Gizi, dosen penguji 2 yang telah membantu memberikan saran dalam penyusunan proposal tugas akhir ini.

7. Kepada pihak bk SMA Negeri 1 Sumber Ibu Fatma yang sudah memberikan izin dan mengarahkan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon yang telah memberikan dukungan dan ilmu yang bermanfaat dalam perjalanan studi penulis.
9. Kepada kedua orang tua mamah dan papah penulis yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang, dan semangat. Terima kasih atas segala pengorbanan dan motivasi yang menjadi sumber kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan proposal ini. Semoga ini menjadi langkah awal mamah dan papah bahagia, sehat selalu, panjang umur karena mamah dan papah harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian penulis.
10. Kepada Aa Reza Maulana sebagai kakak penulis yang penulis sayangi. Dengan penuh rasa syukur penulis ingin mengucapkan terimakasih telah menjadi panutan penulis, memberikan kasih sayang, selalu memberikan doa, menjaga penulis, memberikan dukungan penuh di momen-momen tersulit bagi penulis serta pengorbanan dan motivasi untuk penulis tetap semangat.
11. Kepada Hari Kusuma yang tidak kalah penting kehadirannya, Terima kasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis dalam menyusun tugas akhir, berkontribusi baik tenaga maupun materi, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah, menyaksikan setiap tangisan dan meyakinkan penulis untuk selalu semangat.
12. Kepada sahabat tercinta penulis Putri Amelia yang menemani penulis, Eki laura sebagai *partner* setia penulis, Azzah, Kyau, Adel, Audrey, Friska, Himmah, Caca, Wida, Pinamo dan Anggi Terimakasih atas waktu dan kebahagiaan yang selalu kalian luangkan kepada penulis.
13. Kepada Yusi akhilia terimakasih selalu menemani penulis sejak SMP bahkan

dipertemukan kembali di dunia perkuliahan ini, kebersamaan sejak mengikuti seleksi perkuliahan sampai sekarang. Mendukung dan membantu penulis selama perkuliahan ini.

14. Kepada sahabat seperjuangan penulis Yulistia, Sherley, Mutiara yala, Yusi, akak, Cantantya, Dita, Siska dan Terimakasih sudah mewarnai hari-hari penulis dan membuat perjalanan kuliah ini terasa lebih menyenangkan dan mudah, sukses selalu kita semua.
15. Terakhir, saya berterima kasih kepada seorang gadis yang selama ini berjuang tanpa henti, bertahan dan tetap untuk hidup dan selalu semangat untuk mencoba hal baru yaitu diriku sendiri.

Sebagai manusia, penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu, penulis memohon maaf atas segala kekurangan dalam penulisan proposal penelitian ini serta dengan lapang hati menerima kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan proposal ini.

Cirebon, 3 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Pengetahuan Gizi	6
2. Konsumsi Camilan.....	8
3. Obesitas Sentral	11
B. Kerangka Teori	15
C. Kerangka Konsep.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
A. Jenis Penelitian.....	17
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	17

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	15
Gambar 2. Kerangka Konsep	16

DAFTAR TABEL

Tabel 1.Kategori Pengetahuan Gizi	8
Tabel 2. Parameter Lingkar Perut	14
Tabel 3.Jumlah Siswa dan Siswi per Kelas X di SMAN 1 Sumber	18
Tabel 4.Jumlah Sampel per Kelas X di SMAN 1	20
Tabel 5.Definisi Operasional	22
Tabel 6. Parameter Lingkar Perut	25
Tabel 7.Karakteristik Responden Menurut Usia dan Jenis Kelamin pada Remaja di SMA Negeri 1 Sumber	33
Tabel 8. Pengetahuan Siswa dan Siswi Kelas X SMA Negeri 1 Sumber Kabupaten Cirebon.....	34
Tabel 9.Gambaran Jenis dan Frekuensi Konsumsi Camilan Siswi Kelas X SMA Negeri 1 Sumber Kabupaten Cirebon	34
Tabel 10.Gambaran Obesitas Sentral Siswa dan Siswi Kelas X SMA Negeri 1 Sumber Kabupaten Cirebon	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian	50
Lampiran 2. Naskah Penjelasan Penelitian	52
Lampiran 3. Inform Consent	53
Lampiran 4. Instrumen Penelitian Obesitas Sentral	54
Lampiran 5. Formulir Konsumsi Camilan	55
Lampiran 6. Kuesioner Pengetahuan Gizi	56
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian	59
Lampiran 8. Hasil Pengolahan Data	60