



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI, KEBIASAAN
KONSUMSI MINUMAN MANIS DALAM KEMASAN DAN
STATUS GIZI PADA REMAJA DI MTS PERSIS 7 CEMPAKA
WARNA KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2024**

Disusun oleh:

KHALISHA NISA SALSABILA
NIM. P2.06.31.1.21.006

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Gizi,
Kebiasaan Konsumsi Minuman Manis Dalam Kemasan dan Status Gizi Pada
Remaja di Mts Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya”**

Disusun Oleh:

KHALISHA NISA SALSABILA

NIM.P2.06.31.1.21.006

Hari : Selasa

Tanggal : 21 Mei 2024

Waktu : 08.00 – 09.00 WIB

Pembimbing



HR. Agus Bachtiar, SP MKes
NIP.195908061984031007

**LEMBAR PENGESAHAN
TUGAS AKHIR**

**Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Gizi,
Kebiasaan Konsumsi Minuman Manis Dalam Kemasan dan Status Gizi Pada
Remaja di Mts Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya”**

Disusun Oleh:

Nama : Khalisha Nisa Salsabila

NIM : P2.06.31.1.21.006

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji
pada tanggal 21 Mei 2024

Susunan Dewan Penguji
Ketua Dewan Penguji

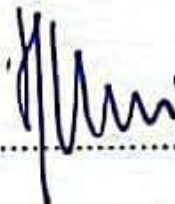
HR. Agus Bachtiar, SP, M.Kes
NIP. 195908061984031007



(.....)

Penguji I

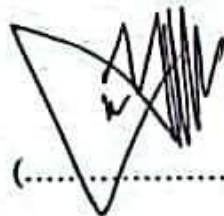
Hj. Ani Radiati R, S.Pd, M.Kes
NIP. 196302181983032001



(.....)

Penguji II

Ima Karimah, M.Si
NIP. 198905052015032006



(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya


Sumarto, S.Pd, MP
NIP. 19840103201212100

Gambaran Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Konsumsi Minuman Manis Dalam Kemasan dan Status Gizi Pada Remaja Di MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya Tahun 2024

Khalisha Nisa Salsabila

INTISARI

Berdasarkan Riskesdas, prevalensi status gizi di Provinsi Jawa Barat berdasarkan (IMT/U) pada kelompok usia 13-15 tahun terdiri dari kurus 9,9%, normal 76,68%, dan gizi lebih mencapai 13,42%. Konsumsi minuman manis yang berlebihan mengakibatkan peningkatan asupan gula tambahan sehingga berdampak pada berat badan berlebih dan risiko terkena penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes melitus, dan penyakit lainnya. Salah satu akibat dari pengetahuan gizi yang rendah pada remaja yaitu mengonsumsi minuman berpemanis yang berdampak buruk terhadap kesehatan. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Konsumsi Minuman Manis Dalam Kemasan dan Status Gizi Pada Remaja di MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i yang berjumlah 30 responden di MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan metode *non random sampling*. Analisis data dilakukan dengan cara analisis univariat. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner pengetahuan dan FFQ, pengukuran tinggi badan dan berat badan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan 77% tingkat pengetahuan baik, 17% tingkat pengetahuan cukup baik, dan 6% tingkat pengetahuan kurang baik. Besar konsumsi minuman manis susu dominan sering 57%, minuman teh berpemanis dominan kadang-kadang 50%, minuman kopi berpemanis dominan kadang-kadang 37%, minuman manis rasa buah dominan kadang-kadang 50%, minuman manis olahraga dominan tidak pernah 50%, minuman manis sachet dominan biasa 37%. Status gizi IMT/U yang memiliki gizi baik 57%, gizi kurang 7%, gizi lebih 13%, dan obesitas 23%. Serta bagi orang tua untuk lebih mengontrol anak agar tidak terlalu sering mengonsumsi minuman manis dan memperbanyak untuk mengonsumsi air mineral.

Kata Kunci : Pengetahuan gizi, Status Gizi, Minuman Manis, Remaja

ABSTRACT

KHALISHA NISA SALSABILA. Description of Nutritional Knowledge, Consumption Habits of Packaged Sweet Drinks and Nutritional Status of Adolescents at MTS Persis 7 Cempaka Warna Tasikmalaya City in 2024. Under Supervision of AGUS BACHTIAR

Based on Riskesdas, the prevalence of nutritional status in West Java Province based on (BMI/U) in the 13-15 year age group consists of underweight 9.9%, normal 76.68%, and over nutrition reaching 13.42%. Excessive consumption of sweet drinks results in increased intake of added sugar, which results in excess body weight and the risk of degenerative diseases such as obesity, diabetes mellitus and other diseases. One of the consequences of low nutritional knowledge in teenagers is consuming sweetened drinks which have a negative impact on health. The aim of this research was to determine the description of nutritional knowledge, consumption habits of packaged sweet drinks and nutritional status among adolescents at MTs Persis 7 Cempaka Warna, Tasikmalaya City. This type of research is descriptive research. The sample in this research was 30 students at MTs Persis 7 Cempaka Warna, Tasikmalaya City. Determination of the research sample was carried out using a non-random sampling method. Data analysis was carried out using univariate analysis. Data collection was carried out by means of interviews using knowledge questionnaires and FFQ, measuring height and weight. The results of the research showed that 77% had good knowledge, 17% had quite good knowledge, and 6% had poor knowledge. The dominant consumption of milk-sweetened drinks is often 57%, dominantly sweetened tea drinks are sometimes 50%, dominantly sweetened coffee drinks are sometimes 37%, fruit-flavored sweetened drinks are dominant sometimes 50%, sweet sports drinks are dominantly never 50%, The usual dominant sachet sweet drink is 37%. The nutritional status of BMI/U is 57% good nutrition, 7% undernutrition, 13% overnutrition, and 23% obesity. As well as for parents to control their children more so that they don't consume sweet drinks too often and consume more mineral water.

Keywords: *Nutritional knowledge, Nutritional Status, Sweet Drinks, Teenagers*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Konsumsi Minuman Manis Dalam Kemasan dan Status Gizi Pada Remaja di MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya 2024“ dapat diselesaikan dengan baik.

Laporan Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M. Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak HR. Agus Bachtiar, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyusun Laporan Tugas Akhir.
4. Orang tua dan keluarga besar yang telah memberikan banyak kekuatan, doa, semangat serta dorongan moril maupun materil.
5. Seluruh teman-teman mahasiswa/i Program Studi D III Gizi Tasikmalaya yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat.

Penulis menyadari dalam pembuatan Laporan tugas akhir ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dalam hal isi maupun sistematika dan teknik penulisannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran yang membangun demi kesempurnaan Laporan Tugas Akhir ini. Penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi penulis dan umumnya bagi yang berkepentingan dan atau pembaca.

Tasikmalaya, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
INTISARI	iii
ABSTRACK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat.....	5
1. Bagi Peneliti.....	5
2. Bagi Institusi.....	5
3. Bagi Responden.....	5
BAB II	6
A. Tinjauan Teori	6
1. Pengetahuan Gizi	6
2. Minuman Manis Dalam Kemasan	7
3. Status Gizi.....	10
4. Remaja	12
B. Kerangka Teori	15
BAB III.....	16
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Waktu dan Tempat Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	16
1. Populasi dan Sampel	16
2. Besar Sampel.....	16
3. Teknik Sampling	17

D. Variabel dan Definisi Operasional.....	18
E. Teknik Pengumpulan Data	19
1. Jenis Data	19
2. Cara Pengumpulan Data	20
3. Instrumen Penelitian.....	20
F. Pengolahan dan Analisis Data	20
1. Teknik Pengolahan Data	20
a. Mengedit Data (<i>Editing</i>).....	20
b. Mengkode Data (<i>Coding</i>)	21
c. Memasukan Data (<i>Entry</i>)	21
d. Membersihkan Data (<i>Cleaning</i>)	21
2. Analisis Data.....	21
G. Jalannya Penelitian	22
1. Tahap persiapan.....	22
2. Tahap Pelaksanaan	22
3. Tahap Akhir	23
BAB IV	24
HASIL DAN PEMBAHASAN	24
A. Hasil Penelitian.....	24
B. Pembahasan.....	34
BAB V.....	39
SIMPULAN DAN SARAN	39
DAFTAR PUSTAKA	1
LAMPIRAN.....	4

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
Tabel 1.	Klasifikasi Status Gizi menurut IMT/U	12
Tabel 2.	Variabel dan Definisi Operasional.....	18
Tabel 3.	Instrumen Penelitian	20
Tabel 4.	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	24
Tabel 5.	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	24
Tabel 6.	Pengetahuan Gizi Siswa MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya.....	25
Tabel 7.	Minuman Manis Susu Dengan Rasa	25
Tabel 8.	Minuman Teh Berpemanis.....	26
Tabel 9.	Minuman Kopi Berpemanis	26
Tabel 10.	Minuman Manis Rasa Buah.....	27
Tabel 11.	Minuman Manis Olahraga	27
Tabel 12.	Minuman Manis Susu Dengan Rasa	28
Tabel 13.	Status Gizi Siswa di MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya	28
Tabel 14.	Pengetahuan dan Status Gizi Siswa MTs Persis 7 Cempaka Warna Kota Tasikmalaya	29
Tabel 15.	Minuman Manis Susu dengan Rasa dan Status Gizi.....	29
Tabel 16.	Minuman Teh Berpemanis dan Status Gizi	30
Tabel 17.	Minuman Kopi Berpemanis dan Status Gizi.....	31
Tabel 18.	Minuman Kopi Berpemanis dan Status Gizi.....	31
Tabel 19.	Minuman Olahraga dan Status Gizi	32
Tabel 20.	Minuman Manis Sachet dan Status Gizi	33
Tabel 21.	Konsumsi Minuman Manis.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Tabel	Halaman
Lampiran 1.	Jadwal Penelitian	
Lampiran 2.	Anggaran Biaya Penelitian	
Lampiran 3.	Surat Izin Penelitian	
Lampiran 4.	Informed Consent (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)	
Lampiran 5.	Kuesioner Ideintitas dan Status Gizi	
Lampiran 6.	Kuesioner Pengetahuan Gizi	
Lampiran 7.	Lembar FFQ	
Lampiran 8.	Master Tabel Penelitian	
Lampiran 9.	Uji Validitas	

DAFTAR GAMBAR

No	Judul Tabel	Halaman
Gambar 1.	Kerangka Teori	
Gambar 2.	Dokumentasi Penelitian	