



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN MINUMAN GULA TINGGI DAN STATUS
GIZI REMAJA DI SMPN 1 CISURUPAN**

MUHAMAD RAUFFAN AL MAULIDA

NIM. P2.06.31.1.22.023

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

**GAMBARAN MINUMAN GULA TINGGI DAN STATUS
GIZI REMAJA DI SMPN 1 CISURUPAN**

MUHAMAD RAUFFAN AL MAULIDA

NIM. P2.06.31.1.22.023

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



HALAMAN PERSETUJUAN

**Laporan Tugas Akhir dengan judul "Gambaran Pengetahuan Minuman
Gula Tinggi Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 1 CISURUPAN "**

Laporan Tugas Akhir ini dipersiapkan dan disusun oleh:

MUHAMAD RAUFFAN AL MAULIDA

NIM. P2.06.31.1.22.023

Telah diperiksa, disetujui dan siap untuk dipertahankan di hadapan Dewan
penguji Seminar Hasil Tugas Akhir Program Studi D III Gizi Tasikmalaya,
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya pada:

Hari : Senin

Waktu : 13.00-14.00

Tanggal : 02 Juni 2025

Pembimbing



Yanita Listianasari, SST, M.Gizi

NIP.19901302019022001

LEMBAR PENGESAHAN
TUGAS AKHIR

**Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Minuman Gula Tinggi
dan Status Gizi Remaja di SMPN 1 Cisurupan “**

Disusun Oleh

Nama : MUHAMAD RAUFFAN AL MAULIDA
NIM : P2.06.31.1.22.023

telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji
Pada tanggal 02 Juni 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Yanita Listianasari, SST, M.Gizi

NIP 19901302019022001

(.....)

Penguji I

Uun Kunaepah, SST, M.Si

NIP 197101091995032002

(.....)

Penguji II

Lin Herlina, S.Gz, RD

NIP 197604062000121003

(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Sumarto, STP, MP

NIP. 198401032012121002



SURAT PERNYATAAN
ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya Mahasiswa Program Studi Diploma III Gizi Tasikmalaya Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Muhamad Rauffan Al Maulida

NIM : P20631122023

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir

Judul : Gambaran Pengetahuan Minuman Gula Tinggi dan Status Gizi Remaja Di SMPN 1 Cisurupan

Pembimbing : Yanita Listianasari, SST, M.Gizi

Tanggal Ujian Sidang : 02 Juni 2025

Menyatakan bahwa Tugas Akhir (TA) yang saya susun adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya termasuk pencabutan gelar vokasi yang telah saya peroleh. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Tasikmalaya, 02 Juni 2025



M Rauffan Al Maulida

NIM. P20631122023

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya,
saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhamad Rauffan Al Maulida

NIM : P20631122023

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan
kepada Jurusan Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Hak Bebas
Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya
berjudul:

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI MINUMAN GULA TINGGI DAN STATUS
GIZI REMAJA DI SMPN 1 CISURUPAN**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non
eksklusif ini jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya berhak menyimpan,
mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*),
merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya selama tetap
mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak
Cipta untuk kepentingan akademis. Demikian pernyataan ini saya buat dengan
sebenarnya.

Dibuat di : Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Pada tanggal : 02 Juni 2025

Yang Menyatakan,



M Rauffan Al Maulida

NIM. P2.06.31.1.22.023

Gambaran Pengetahuan Minuman Gula Tinggi Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 1 CISURUPAN

Muhamad Rauffan Al Maulida

INTISARI

Hasil Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 56,4% remaja rentang usia 12-15 tahun di Indonesia mengonsumsi minuman berpemanis ≥ 1 kali per kemasan/hari. Remaja lebih suka mengonsumsi minuman kemasan berpemanis ternyata memiliki dampak bagi kesehatan tubuh. Dampak tersebut muncul dalam jangka waktu panjang, apabila mengkonsumsinya secara berlebihan seperti obesitas dan kelebihan berat badan. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Minuman Gula Tinggi dan Status Gizi Remaja di SMPN 1 CISURUPAN. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penentuan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *non random sampling* dengan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi yang berjumlah 74 responden di SMPN 1 Cisarupan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuisioner pengetahuan minuman gula tinggi dan pengumpulan data status gizi dilakukan dengan pengukuran tinggi badan dan penimbangan berat badan. Hasil penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Cisarupan yang berjumlah 74 siswa. Sejumlah 64,8% siswa berjenis kelamin laki-laki dan 35,2% siswa berjenis kelamin perempuan. Responden pada penelitian ini adalah siswa yang berusia kisaran 12-14 tahun. Berdasarkan kategori umur yaitu 14% siswa berusia 12 tahun, 85% siswa berusia 13 tahun, dan 1% siswa berusia 14 tahun. Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh bahwa siswa SMPN 1 Cisarupan sebagian besar pengetahuan minuman gula tinggi berada pada kategori baik sebesar 65%, Cukup 35%, dan tidak ada yang berada di kategori kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMPN 1 Cisarupan memiliki status gizi baik 55,6%, gizi lebih 33,7%, obesitas 9,3%, gizi kurang 1,3% dan tidak ada siswa yang memiliki status gizi buruk.

Kata kunci : Remaja, Pengetahuan minuman gula tinggi, Status Gizi

ABSTRACT

MUHAMAD RAUFFAN AL MAULIDA. OVERVIEW OF KNOWLEDGE ABOUT HIGH SUGAR DRINKS AND NUTRITIONAL STATUS OF ADOLECENT CHILDREN AT SMPN 1 CISURUPAN. Under supervision of YANITA LISTIANASARI

The 2018 Riskesdas results show that as many as 56.4% of teenagers aged 12-15 years in Indonesia consume sweetened drinks ≥ 1 time per package/day. Teenagers who prefer to consume sweetened packaged drinks have an impact on their health. These impacts appear in the long term, if consumed excessively, such as obesity and overweight. The aim of this research was to determine the description of knowledge of high sugar drinks and the nutritional status of school children at SMPN 1 CISURUPAN. This type of research is descriptive research. Determination of the sample in this study used non-random sampling with the sample used in this study being 74 students at SMPN 1 Cisarupan. Data collection was carried out by means of interviews using a questionnaire on knowledge of high sugar drinks and data collection on nutritional status was carried out by measuring body height and weighing. The results of this study were 74 students of SMPN 1 Cisarupan. A total of 64.8% of students were male and 35.2% of students were female. Respondents in this study were students aged 12-14 years. Based on the age category, 14% of students were 12 years old, 85% of students were 13 years old, and 1% of students were 14 years old. Based on the results of this study, it was found that most students of SMPN 1 Cisarupan had knowledge of high sugar drinks in the good category of 65%, Enough 35%, and none were in the less category. The results of this study indicate that most students of SMPN 1 Cisarupan have good nutritional status 55.6%, overweight 33.7%, obesity 9.3%, underweight 1.3% and no students have poor nutritional status.

Keywords: *Adolescents, Knowledge of high sugar drinks, Nutritional Status*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Minuman Gula Tinggi Dan Status Gizi Remaja Di SMPN 1 CISURUPAN” 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, STP, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Yanita Listianasari, S.ST, M.Gizi.selaku Dosen Pembimbing Tercinta yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyusun Laporan Tugas Akhir.
4. Ibu Ai Sumiati tercinta yang telah memberikan banyak kekuatan, doa, semangat serta dorongan moril maupun materil.
5. Seluruh teman-teman dan orang terdekat yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat agar tidak pantang menyerah

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 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
<u>A. Latar Belakang</u>	<u>1</u>
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
1. Bagi Peneliti	3
2. Bagi Institusi.....	3
3. Bagi Masyarakat.....	3
BAB II	4
TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Tinjauan Teori	4
B. Kerangka teori	10
BAB III METODE PENELITIAN	11
A. Jenis Penelitian	11
B. Waktu dan Tempat Penelitian	11
C. Populasi dan Sampel	11

D. Variabel dan Definisi Operasional	13
E. Teknik Pengambilan Data	13
F. Pengolahan dan Analisis Data	15
G. Jalannya Penelitian	16
BAB IV HASIL PEMBAHASAN	18
A. Hasil Penelitian	18
B. Pembahasan	20
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	23
A. Simpulan.....	23
B. Saran.....	23
DAFTAR PUSTAKA.....	25

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Minuman gula tinggi	6
Tabel 2. Klasifikasi Status Gizi menurut IMT/UI	9
Tabel 3. Definisi Operasional	15
Tabel 4. Instrumen Penelitian	15
Tabel 5 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	18
Tabel 6 karakteristik responden berdasarkan usia	18
Tabel 7 Pengetahuan Minuman Gula Tinggi siswa SMPN 1 Cisurupan	19
Tabel 8 Status Gizi Siswa SMPN 1 Cisurupan	19
Tabel 9 Pengetahuan dan Status Gizi Siswa SMPN 1 Cisurupan	20

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	10
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Realisasi Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

Lampiran 4. Informed Consent (IC) dan Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)

Lampiran 5. Kuisioner Identitas dan Status Gizi

Lampiran 6. Pengetahuan Minuman Gula Tinggi