KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU KONSUMSI MINUMAN MANIS DI LINGKUNGAN SEKOLAH PADA SISWA KELAS V SDN PAMITRAN

HANA WITRI LUKMANDA
NIM. P2.06.31.2.23.022

PROGRAM STUDI DIII GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, penulis panjatkan puja dan puji syukur atas kehadirat-Nya, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada saya. Dengan izin-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul "Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Minuman Manis di Lingkungan Sekolah pada Siswa Kelas V SDN Pamitran"

Penulisan karya tulis ilmiah ini disusun dengan sebaik-baiknya guna mencapai derajat ahli madya gizi, dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak pihak yang telah memperlancar dan mempermudah. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M. Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas kesempatan, dukungan, serta fasilitas yang diberikan selama penulis menempuh pendidikan dan menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Ibu Dr.Hj.Wiwit Estuti, STP, M.Si selaku Ketua Program Studi DIII Gizi Cirebon yang memberikan motivasi dan dukungan sehingga mampu membuat mahasiswa tingkat akhir memiliki semangat dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.
3. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM selaku pembimbing yang mengarahkan, membantu dan memberikan revisi-revisinya sehingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.
4. Ibu Diyah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM, M.Pd dan Ibu Uun Kunaepah, S.ST, MSi sebagai penguji 1 dan 2 yang telah memberikan dukungan dan masukan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik.
5. Seluruh Dosen, Staff, serta seluruh civitas akademika Program Studi DIII Gizi Cirebon yang telah mendukung berjalannya perkuliahan penulis.
6. Sekolah Dasar Negeri Pamitran yang telah mengizinkan saya untuk mengambil data dasar dan kemudian dilanjutkan dengan penelitian.

7. Kedua orang tua dan kakak dari penulis terima kasih yang sedalam-dalamnya atas doa, dukungan, pengorbanan, dan kasih sayang yang tiada henti selama penyusunan karya tulis ilmiah ini. Kesabaran dan motivasi yang diberikan menjadi kekuatan penulis untuk terus berjuang demi mencapai cita-citanya.
8. Keluarga besar yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.
9. Sahabat-sahabat terutama Oktafiana Farhani dan "Calon Istri Sholehah" (Andina Melya Putri, Eva Nurkholizah, Fitria Aulia Humayra, Shala Aurelia Amatullah Hermawan) beserta teman-teman semua yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan motivasi penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Serta kepada semua pihak yang tidak penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa keterbatasan kemampuan dan pengalaman mungkin menyebabkan adanya kesalahan atau kekeliruan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun agar lebih baik dalam menyusun karya tulis ilmiah penelitian di masa yang akan datang.

Penulis berharap karya tulis ilmiah ini dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman yang bermanfaat bagi para pembaca. Apabila terdapat kesalahan dan kekurangan, penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan bimbingan dan kemudahan dalam setiap langkah.

Cirebon, 01 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS ..... **iv**
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **viii**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
ABSTRACT ..... **xiv**
ABSTRAK ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
1. Tujuan Umum 6
2. Tujuan Khusus 7
D. Manfaat Penelitian 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**
A. Tinjauan Teori 10
1. Pengetahuan 10
a. Pengertian Pengetahuan 10
b. Pengetahuan Gizi 11
c. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan 12
d. Pengukuran Pengetahuan 13
2. Perilaku 14
a. Pengertian Perilaku 14
b. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Perilaku 14
c. Pengukuran Perilaku 19
3. Tindakan 19

4. Minuman Manis dan Nilai Gizinya 20
a. Minuman Manis Kemasan 20
b. Minuman Manis Non-Kemasan 21
5. Perilaku Konsumsi Minuman Manis 22
6. Lingkungan Sekolah 23
7. Pengaruh Teman Sebaya terhadap Perilaku Konsumsi 24
B. Kerangka Teori 25
C. Kerangka Konsep 26
BAB III METODE PENELITIAN 27
A. Jenis Penelitian 27
B. Waktu dan Tempat Penelitian 27
1. Waktu Penelitian 27
2. Tempat Penelitian 27
C. Populasi dan Sampel 27
1. Populasi 27
2. Sampel 28
D. Variabel dan Definisi Operasional 29
E. Teknik Pengumpulan Data 32
1. Jenis Data 32
2. Cara Pengumpulan Data 32
3. Instrumen Penelitian 34
F. Pengolahan dan Analisis Data 36
1. Teknik Pengelolaan Data 36
2. Teknik Analisis Data 39
G. Jalannya Penelitian 42
1. Tahap Persiapan 42
2. Tahap Pelaksanaan 43
3. Tahap Akhir 44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 45
A. Hasil Penelitian 45
1. Gambaran Umum Sekolah 45
2. Karakteristik Responden 46
3. Tingkat Pengetahuan Responden tentang Minuman Manis 47
4. Perilaku Konsumsi Minuman Manis pada Responden 47

5. Perilaku Konsumsi Minuman Manis berdasarkan Tingkat Pengetahuan Siswa/i 49
B. Pembahasan 50
1. Karakteristik Responden 50
2. Tingkat Pengetahuan Responden 51
3. Perilaku Konsumsi Minuman Manis pada Responden 53
4. Perilaku Konsumsi Minuman Manis Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Siswa/i 55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 57
A. Simpulan 57
B. Saran 58
DAFTAR PUSTAKA 61
LAMPIRAN 65

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Jenis Minuman dan Kandungan Gizi 21
Tabel 2 Jenis Minuman 21
Tabel 3 Definisi Operasional 31
Tabel 4 Karakteristik Responden 39
Tabel 5 Pengetahuan 40
Tabel 6 Frekuensi Konsumsi 41
Tabel 7 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia 46
Tabel 8 Kategori Pengetahuan Responden tentang Minuman Manis 47
Tabel 9 Jenis Minuman Manis yang Dikonsumsi Responden 48
Tabel 10 Frekuensi Konsumsi Minuman Manis 48
Tabel 11 Perilaku Konsumsi Minuman Manis berdasarkan Tingkat Pengetahuan Siswa/i 49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori..... 25
Gambar 2 Kerangka Konsep 26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Perizinan Data Awal 66
Lampiran 2 Keterangan Layak Etik 67
Lampiran 3 Naskah Penjelasan Penelitian (Responden) 68
Lampiran 4 Lampiran Persetujuan menjadi Responden 69
Lampiran 5 Kuesioner Pengetahuan 70
Lampiran 6 Kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) 74
Lampiran 7 Distribusi Pengetahuan Konsumsi Minuman Manis 75
Lampiran 8 Distribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Manis 76
Lampiran 9 Output SPSS 77
Lampiran 10 Dokumentasi Daftar Hadir Responden 79
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan Penelitian 80

DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF CONSUMING SWEET DRINKS IN THE SCHOOL ENVIRONMENT AMONG FIFTH GRADE STUDENTS OF SDN PAMITRAN

Hana Witri Lukmanda[1], Priyo Sulistiyono[2]

ABSTRACT

Sugary beverage consumption among elementary school-aged children remains a nutritional issue that requires attention because it can increase the risk of obesity, dental caries, and other health problems. This study aims to describe the level of knowledge and behavior of sugary beverage consumption in the school environment among fifth-grade students of Pamitran Elementary School.

This was a quantitative descriptive study with a cross-sectional design. The sample size was 25 fifth-grade students of Pamitran Elementary School who met the inclusion criteria using a total sampling technique. Data were collected using a knowledge questionnaire and a Food Frequency Questionnaire (FFQ) to assess the type and frequency of sugary beverage consumption. Data were analyzed using univariate and bivariate methods.

The results showed that those with a high frequency of sugary beverage consumption tended to have a low level of knowledge (100%). High frequency of consumption tended to decrease with increasing levels of knowledge. More intensive nutrition education, school environmental supervision, and parental support are needed to reduce sugary beverage consumption among elementary school students.

Keywords: Knowledge, consumption behavior, sugary beverages, elementary school students, school environment.

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU KONSUMSI MINUMAN MANIS DI LINGKUNGAN SEKOLAH PADA SISWA KELAS V SDN PAMITRAN

Hana Witri Lukmanda[1], Priyo Sulistiyono[2]

ABSTRAK

Konsumsi minuman manis pada anak usia sekolah dasar masih menjadi masalah gizi yang perlu diperhatikan karena dapat meningkatkan risiko obesitas, karies gigi, dan gangguan kesehatan lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku konsumsi minuman manis di lingkungan sekolah pada siswa kelas V SDN Pamitran.

Penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 25 siswa kelas V SDN Pamitran yang memenuhi kriteria inklusi dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk menilai jenis serta frekuensi konsumsi minuman manis. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Frekuensi Konsumsi minuman manis dengan kategori tinggi cenderung memiliki pengetahuan dengan kategori kurang (100%). Frekuensi konsumsi dengan kategori tinggi cenderung menurun seiring dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik. Edukasi gizi yang lebih intensif, pengawasan lingkungan sekolah, serta dukungan orang tua, diperlukan untuk menekan kebiasaan konsumsi minuman manis pada siswa sekolah dasar.

Kata Kunci: Pengetahuan, perilaku konsumsi, minuman manis, siswa sekolah dasar, lingkungan sekolah.