

KARYA TULIS ILMIAH

**PREFERENSI DAN JUMLAH KONSUMSI *FAST FOOD* PADA
SISWA DI SMA TELKOM SEKAR KEMUNING
KOTA CIREBON**



**LUVIATIN EKA NOVIARDI
NIM: P2.06.31.2.23.032**

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

KARYA TULIS ILMIAH

**PREFERENSI DAN JUMLAH KONSUMSI *FAST FOOD*
PADA SISWA DI SMA TELKOM SEKAR KEMUNING
KOTA CIREBON**



**LUVIATIN EKA NOVIARDI
NIM. P2.06.31.2.23.032**

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

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penelitian ini dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“Preferensi dan Jumlah Konsumsi *Fast food* pada Siswa di SMA Telkom Sekar Kemuning Kota Cirebon”**

Penyusunan karya tulis ilmiah ini diajukan sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan gelar Ahli Madya Gizi Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam penulisan karya tulis ilmiah ini penulis banyak mendapat bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Wiwit Estuti STP, Msi selaku Kepala Program Studi D-III Gizi Cirebon.
2. Dosen pembimbing karya tulis ilmiah Pak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM. Yang telah memberikan dukungan, bimbingan, motivasi, saran dan solusi dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
3. Dosen Penguji 1 Ibu Dewi Vimala, SST, M.PH dan Dosen Penguji 2 Ibu Dr. Wiwit Estuti STP, Msi terimakasih atas saran dan masukan nya dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
4. Seluruh dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya Prodi D-III Gizi Cirebon yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan kepada penulis.
5. Kesekretariatan program studi D-III Gizi Cirebon yang telah membantu membuatkan surat izin penelitian
6. Kepala Sekolah SMA Telkom Sekar Kemuning Kota Cirebon yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
7. Kedua orangtua tercinta Bapak Sunardi dan Ibu Titin Fatimah, meskipun kita bukan keluarga yang terbiasa berbicara dari hati ke hati, penulis tahu bahwa dibalik keheningan itu tersimpan doa dan harapan yang tak pernah putus untuk penulis, Terima kasih atas segala doa, kasih sayang, kesabaran, pengorbanan yang tak pernah terlihat dan dukungan yang selalu mengiringi setiap langkah penulis.

8. Para sahabat khususnya Birru, Nur Fie, Azzahra, Fitria (bare) serta seluruh teman perjuangan yaitu “anutrition 14” yang senantiasa membantu memberi dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.
9. Sahabat penulis, Amanda dan Pipit yang senantiasa menjadi tempat berbagi cerita, memberi semangat, dan memberikan dukungan selama proses penyusunan proposal ini.
10. Keluarga terimakasih sudah mendo’akan dan memberi kasih sayang dan dukungan di setiap langkah penulis.
11. *Last but not least*, anak perempuan pertama dan harapan orang tuanya, Luviatin Eka Noviardi. Ya, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah diam-diam berjuang tanpa henti. Terima kasih telah bekerja keras dan bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, setiap pagi yang disambut dengan kekhawatiran, namun tetap dijalani dan berhasil dilalui. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas, meski banyak hal yang terjadi di luar prediksi. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat, meski berkali-kali hampir menyerah karena kondisi. Terima kasih kepada raga yang terus melangkah, meski lelah menghadapi tekanan tapi tetap diperjuangkan. Teruslah belajar dan mensyukuri nikmat yang Tuhan berikan. Tetap semangat untuk terus berusaha, berbahagialah dimanapun kamu berada. Penulis berdoa agar langkah kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi orang-orang baik dan hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab. Aamiin.
12. Nadin Amizah, Taylor Swift Sal Priadi, Perunggu dan Tulus yang senantiasa memberikan semangat melalui karya-karyanya yang penulis dengarkan setiap mengerjakan karya tulis ilmiah ini.

Cirebon, Mei 2026



Luviatin Eka Noviardi

Fast Food Preferences and Consumption Frequency Among Students at Telkom Senior High School Sekar Kemuning, Cirebon City

Luviatin Eka Noviardi ¹, Priyo Sulistiyono ²

ABSTRACT

Background: Fast food is practical, easily accessible, and highly favored by adolescents because of its delicious taste, affordable price, and quick serving time. Fast food consumption habits among adolescents continue to increase along with the development of modern lifestyles, peer influence, and digital media. High fast food consumption may lead to unhealthy eating patterns due to its high fat, sugar, and salt content. Senior high school students are a group of adolescents vulnerable to changes in food consumption behavior; therefore, it is important to identify the pattern of fast food preferences and consumption levels within this group.

Objective: This study aimed to determine respondent characteristics, fast food preferences, and the level of fast food consumption among students at SMA Telkom Sekar Kemuning, Cirebon City, in 2026.

Methods: This study employed a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 30 students from grades X and XI selected through total sampling. Data were collected using respondent characteristic questionnaires, fast food preference questionnaires, and fast food consumption questionnaires (semi-FFQ). Data were analyzed univariately using frequency distribution and percentages.

Results: Most respondents were male (56.7%) and from grade X (56.7%). Fried chicken was the most preferred fast food among respondents (100%), followed by french fries (80%), nuggets (73.3%), donuts (73.3%), and spaghetti (70%) in the like and strongly like categories. Overall, fast food preference was dominated by the like category (44.4%). Based on consumption level, most respondents were in the moderate consumption category (56.7%), followed by the high category (33.3%). Fried chicken was also the most frequently consumed type of fast food, while hamburgers, hotdogs, and sandwiches were the least consumed.

Conclusion: The majority of students at SMA Telkom Sekar Kemuning had a high preference for fast food, particularly fried chicken, with consumption levels predominantly in the moderate category. This suggests that fast food has become an integral part of adolescents' eating habits; therefore, nutrition education is necessary to improve awareness of the importance of consuming healthy and balanced foods.

Keywords: fast food preference, fast food consumption level, adolescents, senior high school students.

¹ Student of the Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon Campus, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

² Lecturer of the Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon Campus, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Preferensi dan Jumlah Konsumsi *Fast food* pada Siswa di SMA Telkom Sekar Kemuning Kota Cirebon

Luviatin Eka Noviardi ¹, Priyo Sulistiyono ²

ABSTRAK

Latar Belakang: *Fast food* merupakan makanan yang praktis, mudah diperoleh, dan banyak diminati remaja karena cita rasa yang lezat, harga terjangkau, serta penyajian yang cepat. Kebiasaan konsumsi *fast food* pada remaja meningkat seiring perkembangan gaya hidup modern dan dapat berdampak pada pola makan tidak sehat. Oleh karena itu, perlu diketahui gambaran preferensi dan jumlah konsumsi *fast food* pada remaja.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengetahui karakteristik responden, preferensi, dan jumlah konsumsi *fast food* pada siswa di SMA Telkom Sekar Kemuning Kota Cirebon Tahun 2026.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 siswa kelas X dan XI yang dipilih menggunakan total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner karakteristik responden, preferensi *fast food*, dan jumlah konsumsi *fast food* (*semi-FFQ*). Analisis data dilakukan secara univariat berupa distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil: Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki (56,7%) dan berasal dari kelas X (56,7%). Preferensi *fast food* secara umum didominasi kategori suka (44,4%), dengan *fried chicken* sebagai jenis *fast food* yang paling disukai. Berdasarkan jumlah konsumsi, sebagian besar responden berada pada kategori sedang (56,7%), diikuti kategori tinggi (33,3%).

Kesimpulan: Sebagian besar siswa memiliki preferensi tinggi terhadap *fast food* dengan tingkat konsumsi dominan pada kategori sedang. Diperlukan edukasi gizi untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan sehat dan seimbang.

Kata Kunci: preferensi *fast food*, jumlah konsumsi *fast food*, remaja, siswa SMA.

¹ Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

² Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KARYA TULIS ILMIAH	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Remaja	7
2. Pengertian <i>Fast food</i>	8
3. Jumlah Konsumsi <i>Fast food</i>	9
4. Preferensi <i>Fast food</i>	11
5. Jenis <i>Fast food</i>	12
6. Dampak <i>Fast food</i>	14
7. Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi <i>Fast food</i>	16
B. Kerangka Teori	19
C. Kerangka Konsep	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
1. Waktu Penelitian	21
2. Tempat Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel	22
D. Variable dan Definisi Operasional	22
1. Variabel Bebas	22
2. Variabel Terikat	23
3. Definisi Operasional	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25

1. Jenis Data.....	25
2. Cara Pengumpulan Data	25
3. Instrumen Penelitian	26
F. Pengolahan dan Analisis Data	29
1. Teknik Pengolahan Data	29
2. Teknik Analisis Data.....	31
G. Jalannya Penelitian.....	32
1. Tahap Persiapan	32
2. Tahap Pelaksanaan.....	32
3. Tahap Akhir	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Hasil Penelitian	34
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	34
2. Karakteristik Responden.....	35
3. Preferensi <i>Fast food</i>	35
4. Jumlah Konsumsi <i>Fast food</i>	36
B. Pembahasan.....	37
1. Preferensi <i>Fast food</i>	37
2. Jumlah Konsumsi <i>Fast food</i>	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR TABEL

Table 1. Variabel dan Definisi Operasional.....	24
Table 2. Karakteristik Responden Penelitian	35
Table 3. Preferensi menurut Jenis <i>Fast food</i>	36
Table 4. Proporsi Tingkat Preferensi <i>Fast food</i>	36
Table 5. Jumlah Konsumsi <i>Fast Food</i>	37
Table 6. Total Jumlah Konsumsi	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	19
Gambar 2. Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat perizinan data awal.....	48
Lampiran 2. Naskah penjelasan penelitian.....	49
Lampiran 3. Pernyataan kesediaan menjadi responden (<i>infrom concent</i>).....	50
Lampiran 4. Formulir data responden.....	51
Lampiran 5. Kuesioner jumlah konsumsi	52
Lampiran 6. Kuesioner preferensi <i>fast food</i>	53
Lampiran 7. Output Olah Data SPSS.....	54
Lampiran 8. Jenis <i>fast food</i>	60
Lampiran 9. Dokumentasi.....	61