

**HUBUNGAN KONSUMSI *JUNKFOOD* (MAKANAN SIAP
SAJI) DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA 10 - 12
TAHUN DI SDN DEAH RUNGKOM KAJHU
BAITUSSALAM ACEH BESAR**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kebidanan

oleh

Reska Mahdarina
22215014



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS SAINS TEKNOLOGI DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH**

2026

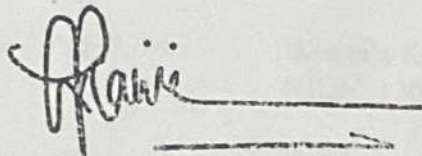
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Reska Mahdarina
NIM : 22215014
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi *Junkfood* (Makanan Siap Saji) Dengan
Status Gizi Pada Anak Usia 10 - 12 Tahun Di Sdn Deah
Rungkom Kajhu Baitussalam Aceh Besar

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi
program sarjana.

Banda Aceh, 12 Maret 2026

Pembimbing I



Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si
NIDN: 0117126801

Pembimbing II



Bd. Rahmisyah S.S.T., M.Kes
NIDN: 0120058301

Mengetahui,
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan



Frisca Fazira, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN: 1308089701

PENGESAHAN TIM PENGUJI

HUBUNGAN KONSUMSI *JUNKFOOD* (MAKANAN SIAP SAJI) DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA 10 - 12 TAHUN DI SDN DEAH RUNGKOM KAJHU BAITUSSALAM ACEH BESAR

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena
Banda Aceh, 10 April 2026

Tanda Tangan

Pembimbing I : Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si
NIDN: : 0117126801

Pembimbing II : Bd. Rahmisyah S.S.T., M.Kes
NIDN: 0120058301

Penguji I : Komala Kartika Sari Nst, SKM., MKM(
NIDN: 1307128601

Penguji II : Bd. Risna Fazlaini, SST., M.Keb
NIDN: 1329018501

Menyetujui
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan



Friska Fazira, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN: 1308089701

Mengetahui,
Dekan Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Ulfy Muzkiy MT
NIDN: 0127027902

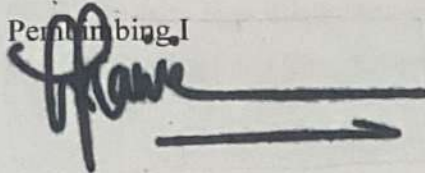
LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN KONSUMSI *JUNKFOOD* (MAKANAN SIAP SAJI) DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA 10 - 12 TAHUN DI SDN DEAH RUNGKOM KAJHU BAITUSSALAM ACEH BESAR

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

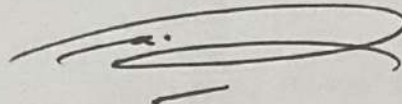
Banda Aceh, 10 April 2026

Pembimbing I



Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si
NIDN: 1308018102

Pembimbing II



Bd. Rahmisyah S.S.T., M.Kes
NIDN: 1329018501

Mengetahui,
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan



Frisca Fazira, S.Tr.Keb., M.Keb
NIDN: 1308089701

Mengetahui,
Dekan Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Uly Mizaki, MT
NIDN: 0127027902

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya beridentitas dibawah ini:

Nama : Reska Mahdarina
Nim : 22215014
Program Studi : Sarjana Kebidanan

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari prodi atau Dekan Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan

Banda Aceh, 10 April 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Reska Mahdarina

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah, SWT, yang telah melimpahkan hidayahnya hingga penulis dapat menyusun penelitian skripsi dengan judul **“Hubungan Konsumsi *Junkfood* (Makanan Siap Saji) Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 10 - 12 Tahun Di Sdn Deah Rungkom, Kajhu, Kec. Baitussalam Kab. Aceh Besar”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Sains, Teknologi, Dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena Aceh. Shalawat dan salam dihantarkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. Mudah-mudahan kita semua mendapatkan safaat-Nya di Yaumul akhir nanti, Amin.

Penelitian ini diangkat sebagai upaya untuk merealisasikan Ilmu Kebidanan. Penulis tentu banyak mengalami hambatan sehingga tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak dalam penyelesaian proposal skripsi ini. Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si, selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena sekaligus Dosen Pembimbing 1.
2. Bapak Ully Muzakir, ST, MT, selaku Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena.
3. Ibu Fitria, S.ST., M.K.M., M.Keb, selaku wakil Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena

4. Ibu Frisca Fazira, S.Tr.Keb., M.Keb, selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Bangsa Getsempena.
5. Bd. Rahmisyah S.S.T., M.Kes Selaku Dosen pembimbing II Skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan untuk penyempurnaan skripsi ini.
6. Ibu Komala Kartika Sari Nst, SKM., MKM selaku Dosen penguji 1 yang telah memberi arahan dan masukan terhadap perbaikan skripsi ini.
7. Bd. Risna Fazlaini, SST., M.Keb selaku Dosen penguji II yang telah memberikan saran dan masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen dan staf akademik Program Studi S1 kebidanan Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah banyak memberikan bimbingan dan ilmu kepada penulis selama menempuh pendidikan.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

Peneliti menyadari akan segala keterbatasan dan kekurangan dari isi maupun tulisan proposal skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak masih dapat diterima dengan senang hati. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan ilmu kebidanan di masa depan.

Banda Aceh, 20 Februari 2025

Reska Mahdarina
22215014

ABSTRAK

Reska Mahdarina. 2026. Hubungan Konsumsi Junkfood (Makanan Siap Saji) Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di SDN Deah Rungkom Kajhu Baitussalam Aceh Besar. Skripsi, Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Sains Teknologi Dan Ilmu Kesehatan. Pembimbing I Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si., Pembimbing II Bd. Rahmisyah S.S.T., M.Kes.

Permasalahan kekurangan dan kelebihan gizi masih terjadi secara bersamaan di berbagai negara, terutama di Indonesia karena berdampak terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan kemampuan belajar anak. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi status gizi anak adalah pola konsumsi junk food atau makanan siap saji yang banyak mengandung lemak, garam, gula, dan kalori yang tinggi namun rendah nutrisi dan serat. Konsumsi junk food pada anak usia 10–12 tahun cenderung meningkat seiring perubahan gaya hidup dan kemudahan akses makanan cepat saji. Berdasarkan survei awal di SD Negeri Deah Rungkom, Gampong Kajhu, Kecamatan Baitussalam, ditemukan bahwa sebagian besar siswa memiliki pola makan yang kurang sehat dan berisiko terhadap status gizi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi junk food (makanan siap saji) dengan status gizi pada anak usia 10–12 tahun di SDN Deah Rungkom, Kajhu, Kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/siswi kelas IV sampai kelas VI di SDN Deah Rungkom yang berjumlah 55 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data konsumsi junk food diperoleh melalui kuesioner, sedangkan status gizi diukur menggunakan indeks massa tubuh (IMT) berdasarkan umur sesuai standar WHO. Berdasarkan hasil uji Chi-Square antara kategori konsumsi junk food dan status gizi pada 55 responden, diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 29,960 dengan $df = 12$ dan nilai signifikansi (p) = 0,003. Karena nilai p lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi junk food dengan status gizi anak usia 10-12 tahun di SDN Deah Rungkom Kajhu Baitussalam Aceh Besar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan konsumsi junk food dengan status gizi anak usia sekolah serta menjadi dasar dalam upaya peningkatan edukasi gizi dan pencegahan masalah gizi pada anak.

Kata Kunci: Junk food, status gizi

ABSTRACT

Reska Mahdarina. (2026). The Relationship Between Junk Food (Fast Food) Consumption and Nutritional Status Among Children Aged 10–12 Years at SDN Deah Rungkom, Kajhu, Baitussalam, Aceh Besar. Thesis, Bachelor of Midwifery Study Program, Faculty of Science, Technology, and Health Sciences. Supervisor I: Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si., M.Si. Supervisor II: Bd. Rahmisyah, S.S.T., M.Kes.

The problem of both undernutrition and overnutrition continues to occur simultaneously in many countries, particularly in Indonesia, as it affects children's growth, development, and learning abilities. One of the factors suspected to influence children's nutritional status is the consumption pattern of junk food or fast food, which is generally high in fat, salt, sugar, and calories but low in nutrients and fiber. Junk food consumption among children aged 10–12 years tends to increase along with lifestyle changes and the ease of access to fast food. Based on a preliminary survey conducted at SD Negeri Deah Rungkom, Gampong Kajhu, Baitussalam Subdistrict, it was found that most students had unhealthy eating patterns that posed risks to their nutritional status. This study aimed to determine the relationship between junk food (fast food) consumption and nutritional status among children aged 10–12 years at SDN Deah Rungkom, Kajhu, Baitussalam Subdistrict, Aceh Besar Regency. This study employed a quantitative method with a descriptive correlational design using a cross-sectional approach. The population of this study consisted of 55 students from grades IV to VI at SDN Deah Rungkom, and the sampling technique used was total sampling. Data on junk food consumption were collected using a questionnaire, while nutritional status was assessed using the Body Mass Index (BMI)-for-age based on WHO standards. The results of the Chi-Square test between categories of junk food consumption and nutritional status among the 55 respondents showed a Pearson Chi-Square value of 29.960 with $df = 12$ and a significance value (p) of 0.003. Since the p -value was less than 0.05, H_0 was rejected and H_1 was accepted, indicating a significant relationship between junk food consumption and the nutritional status of children aged 10–12 years at SDN Deah Rungkom, Kajhu, Baitussalam, Aceh Besar. This study is expected to provide an overview of the relationship between junk food consumption and the nutritional status of school-aged children and to serve as a basis for efforts to improve nutrition education and prevent nutritional problems in children.

Keywords: *Junk food, nutritional status*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	9
1.3. Rumusan Masalah	9
1.4. Tujuan Penelitian.....	10
1.5. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Junkfood (Makanan siap saji).....	14
2.1.1 Definisi Junkfood (Makanan Siap Saji)	14
2.1.2 Klasifikasi Junk Food, Perilaku Konsumsi, dan Dampaknya	18
2.1.3 Status Gizi Anak	22
2.1.4 Indeks massa tubuh	26
2.1.5 Konsumsi Makanan Siap Saji (Junkfood).....	29
2.2 Hubungan Junkfood dengan Status Gizi	33
2.3 Penelitian Terdahulu.....	35
2.4 Kerangka Teori.....	38
2.5 Kerangka Konsep	39
2.6 Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
3.1 Pendekatan Penelitian.....	41
3.2 Populasi dan Sampel	41

3.3.1	Populasi	41
3.3.2	Sampel	41
3.3	Variabel Penelitian	42
3.4	Waktu dan Tempat penelitian	44
3.5	Pengumpulan Data	44
3.5.1	Data Primer	44
3.5.2	Data Sekunder	44
3.5.3	Prosedur Pengumpulan Data	44
3.6	Instrumen Penelitian	45
3.7	Pengolahan dan Analisis Data	48
3.7.1	Pengolahan data	48
3.7.2	Analisa data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHAN		51
4.1	Hasil Penelitian	51
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	51
4.1.2	Visi dan Misi	51
4.1.3	Karakteristik Responden	52
4.1.4	Analisis Univariat	55
4.1.5	Analisis Bivariat	56
4.2	Pembahasan	58
4.2.1	Konsumsi Junk Food (Makanan Siap Saji)	58
4.2.2	Status Gizi Anak Usia 10–12 Tahun	59
4.2.3	Hubungan Konsumsi Junk Food dengan Status Gizi Anak Usia 10–12 Tahun	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		64
5.1	Kesimpulan	64
5.2	Saran	64
DAFTAR PUSTAKA		66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Pengukuran Indeks Massa Tubuh	28
Tabel 2.2 Kategori Status Gizi Berdasarkan IMT	28
Tabel 3.1 Definisi Operasional	42
Tabel 3.2 Pemberian Skor kuesioner	45
Tabel 3.3 Kategori Konsumsi Junkfood	46
Tabel 3.4 Kategori Status Gizi	46
Tabel 3.5 Coding Data	47
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	42
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Batasan IMT	53
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi	54
Tabel 4.5 Frekuensi Konsusi Junkfood pada Anak Usia 10-12 Tahun.....	55
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Hubungan Konsumsi Junkfood dengan (Makanan Siap Saji) dengan Status Gizi pada Anak Usia 10-12 Tahun Tahun	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner

Lampiran 2 Surat Izin Melaksanakan Survei Awal

Lampiran 3 Surat Balasan Permohonan Izin Survei Awal

Lampiran 4 Surat Izin Melaksanakan Penelitian Skripsi

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kabupaten Aceh Besar

Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 7 Data Siswa Siswi Kelas IV s.d VI SD Negeri Deah Rungkom

Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 9 Tabel Standar Indeks Massa Tubuh

Lampiran 10 Hasil Pengolahan Data SPSS

Lampiran 11 Lembar Kegiatan Bimbingan