

SKRIPSI

**HUBUNGAN PAPARAN INFORMASI TENTANG MAKANAN DI
MEDIA SOSIAL TERHADAP PILIHAN MAKAN DAN STATUS
GIZI REMAJA PUTRI SMA N 6 PURWOREJO**



Oleh :

HASNA NUR SABRINA

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022**

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

**HUBUNGAN PAPARAN INFORMASI TENTANG MAKANAN DI
MEDIA SOSIAL TERHADAP PILIHAN MAKAN DAN STATUS GIZI
REMAJA PUTRI SMA N 6 PURWOREJO**



Oleh :

HASNA NUR SABRINA
NIM. 101811233068

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
pada tanggal 16 Agustus 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes.
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji:

- a) Prof. Dr. Sri Sumarmi S.K.M., M.Si.
- b) Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes.
- c) Dr. Healthy Hidayanty, S.KM., M.Kes.

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
Program Studi Gizi
Departemen Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh :

HASNA NUR SABRINA
101811233068

Surabaya, 19 Agustus 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Prof. Dr. Sri Sumarmi S.K.M., M.Si.
NIP. 196806251992932002

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

Ketua Departemen,



Lailatul Muniroh SKM., M.Kes.
NIP 198005252005012004



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh SKM., M.Kes
NIP 197505312006042001

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Hasna Nur Sabrina
NIM : 101811233068
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN PAPARAN INFORMASI TENTANG MAKANAN DI MEDIA SOSIAL TERHADAP PILIHAN MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI SMA N 6 PURWOREJO

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 19 Agustus 2022



Hasna Nur Sabrina
NIM. 101811233068

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi dengan judul "Hubungan Paparan Informasi Tentang Makanan Di Media Sosial Terhadap Pilihan Makan Dan Status Gizi Remaja Putri Sma N 6 Purworejo", sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang bagaimana analisis penggunaan media sosial, paparan informasi makan yang diperoleh remaja melalui media sosial, perilaku makan, asupan gizi dan hubungannya dengan status gizi remaja putri. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan kesulitan, namun berkat bimbingan, bantuan, nasihat dan saran serta kerja sama dari berbagai pihak, khususnya orang tua dan dosen pembimbing, segala hambatan akhirnya dapat diatasi dengan baik.

Pada kesempatan ini saya menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Prof. Dr. Sri Sumarmi S.K.M., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya skripsi ini

Terimakasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Siti Rahayu Nadhiroh SKM., M.Kes, selaku Ketua Departemen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
3. Lailatul Muniroh, S.K.M., M.Kes selaku Koordinator Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
4. Bapak dan Ibu tercinta, Slamet Budiyo dan Umiyati, yang telah mencurahkan segenap cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun material. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat, kesehatan, karunia, dan keberkahan di dunia dan di akhirat atas baik budi yang telah diberikan.
5. Kepala Sekolah SMA N 6 Purworejo beserta guru-guru SMA N 6 Purworejo dan adik-adik responden SMA N 6 Purworejo yang sabar dan bersedia membantu serta meluangkan waktu untuk kesuksesan skripsi ini.
6. Teman-teman, sahabat-sahabat saya Nellis, Widi, Sefi, Salma, dan Ayu yang senantiasa ada untuk membantu dan membimbing saya dalam skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 19 Agustus 2022

ABSTRACT

Adequate nutrition in adolescents is very important. At the age of 15-18 years, adolescents are able to make more independent decisions but are still lacking in self-control. Food advertisements seen through social media make teenagers more consumptive. This study aims to analyze the relationship between exposure to information about food on social media to food choices and nutritional status of adolescents at SMA N 6 Purworejo.

This study using cross-sectional design with locations in Purworejo, Central Java. The research sample was 89 school female student who were taken by multistage random sampling. The variables studied were food exposure on social media; physical activity, food selection; nutritional intake; and nutritional status. Data was collected by measuring weight and height, foodrecall 2x24H, interview questionnaire, FFQ, AFHC and PAQ-A. Data analysis using Spearman correlation test.

The results showed that most of respondents were 17 years old and had pocket money of Rp.6661-Rp.13340. Most of respondents use whatsapp/instagram and also access culinary content (93.3%). Respondents have poor eating behavior (66.3%) and consume vegetables and fruit more often than fastfood. Most of respondents had normal nutritional status (68.5%), deficit in nutritionalintake and their physical activity was classified as low(48.3%). Statistical tests showed that there was a significant relationship between the number of culinary accounts followed by the frequency of consumption of fastfood ($p=0.041$); food selection with energy intake ($p=0.034$) and protein ($p=0.012$); and duration of use of social media with physical activity ($p=0.039$).

Based on this research, it can be concluded that there is a relationship between culinary accounts followed by the frequency of consumption of fastfood; food selection with energy and protein intake; and duration of use of social media with physical activity. Therefore, there is a need for counseling about nutrition fulfillment and education to understand culinary content on social media wisely.

Keywords: female adolescents, food selection, nutritional status, social media exposure

ABSTRAK

Kecukupan gizi pada remaja sangat penting. Pada usia 15-18 tahun, remaja sudah mampu membuat keputusan yang lebih mandiri namun masih kurang dalam pengendalian diri. Iklan makanan yang dilihat melalui media sosial membuat remaja menjadi lebih konsumtif. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan paparan informasi tentang makanan di media sosial terhadap pemilihan makan dan status gizi remaja SMA N 6 Purworejo.

Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang dengan lokasi di Purworejo, Jawa Tengah. Sampel penelitian adalah 89 anak sekolah yang diambil secara multistage random sampling. Variabel yang diteliti yaitu paparan makanan di media sosial; aktivitas fisik, pemilihan makanan; asupan nutrisi; dan status gizi. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan, food recall 2x24jam, kuesioner wawancara, FFQ, AFHC dan PAQ-A. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 17 tahun dan memiliki uang saku Rp6661-Rp13340. Sebagian besar responden menggunakan whatsapp dan instagram serta mengakses konten kuliner (93,3%). Responden memiliki perilaku makan yang buruk (66,3%) serta lebih sering mengonsumsi sayur dan buah dibandingkan fastfood. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (68,5%), mengalami defisit asupan gizi serta aktifitas fisiknya tergolong rendah (48,3%). Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah akun kuliner yang diikuti dengan frekuensi konsumsi makan fastfood ($p=0,041$.); pemilihan makan dengan asupan energi ($p=0,034$) dan protein ($p=0,012$); dan lama penggunaan sosial media dengan aktivitas fisik ($p=0.039$).

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara akun kuliner yang diikuti dengan frekuensi konsumsi fastfood; frekuensi konsumsi fastfood dengan asupan energi dan protein; dan lama penggunaan sosial media dengan aktifitas fisik. Oleh karena itu, perlu adanya penyuluhan tentang pemenuhan gizi dan edukasi untuk memahami konten kuliner di media sosial secara bijak.

Kata Kunci : remaja putri, pemilihan makanan, status gizi, paparan media sosial

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Rumusan Masalah	12
1.4 Tujuan Dan Manfaat Penelitian	13
1.4.1 Tujuan Umum	13
1.4.2 Tujuan Khusus	13
1.4.3 Manfaat Penelitian	14
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Masalah Gizi Remaja Di Indonesia	15
2.1.1 Gizi Kurang (Kurus)	17
2.1.2 Gizi Lebih (Obesitas).....	17
2.2 Remaja	18
2.2.1 Definisi Remaja	18
2.2.2 Kebutuhan Gizi Remaja.....	20
2.2.3 Status Gizi Remaja.....	21
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja	22
2.3 Media Sosial	24
2.3.1 Definisi Media Sosial.....	24
2.3.2 Jenis Media Sosial.....	25
2.4 Pengaruh Paparan Sosial Media Terhadap Pemilihan Makanan.....	26
2.4.1 Paparan Sosial Media.....	27
2.4.2 Pemilihan Makan (Food Selection)	29
2.5 Asupan Gizi	31
2.5.1 Asupan Zat Gizi Makro (Energi dan Protein).....	31
2.5.2 Asupan Zat Gizi Mikro	32
2.6 Pengukuran Pemilihan Makan dan Asupan Gizi (FFQ, AFHC, Dan Food Recall 24h)	32
2.7 Aktivitas Fisik.....	34

2.7.1	Pengertian	34
2.7.2	Pengukuran Tingkat Aktivitas Fisik	35
BAB III	KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	36
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual	37
3.3	Hipotesis Penelitian	38
BAB IV	METODE PENELITIAN	
4.1	Jenis Dan Rancang Bangun Penelitian	39
4.2	Populasi Penelitian	39
4.3	Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan dan Pengambilan Sampel	40
4.3.1	Sampel Penelitian	40
4.3.2	Besar Sampel	40
4.3.3	Cara Penentuan Sampel dan Pengambilan Sampel	41
4.4	Lokasi Dan Waktu Penelitian	41
4.5	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, Dan Skala Data.....	42
4.5.1	Variabel Penelitian.....	42
4.5.2	Definisi Operasional	42
4.6	Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data	47
4.6.1	Jenis Data.....	47
4.6.2	Instrumen Pengumpulan Data.....	48
4.7	Teknik Analisis Data	48
4.7.1	Pengolahan Data	48
4.7.2	Analisis Data.....	48
BAB V	HASIL PENELITIAN	
5.1	Gambaran Umum Tempat Penelitian	50
5.2	Gambaran Umum Responden	51
5.2.1	Distribusi Umur Responden SMA N 6 Purworejo ...	51
5.2.2	Distribusi Uang Saku Per Hari Responden SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	52
5.3	Analisis Univariat.....	53
5.3.1	Penggunaan Media Sosial	53
5.3.2	Keterpaparan Konten Makanan/Minuman di Media Sosial	55
5.3.3	Pemilihan Makan	59
5.3.4	Asupan Gizi (Recall 2x24 jam)	65
5.3.5	Aktifitas Fisik	67
5.3.6	Status Gizi.....	68
5.4	Analisis Bivariat.....	69
5.4.1	Hubungan antara frekuensi paparan sosial media dalam mengakses informasi mengenai makanan dengan pemilihan makan (FFQ)	69

5.4.2 Hubungan antara frekuensi paparan sosial media dalam mengakses informasi mengenai makanan dengan asupan gizi	71
5.4.3 Hubungan antara frekuensi paparan sosial media dalam mengakses informasi mengenai makanan dan asupan gizi dengan status gizi	72
5.4.4 Hubungan antara frekuensi paparan sosial media dalam mengakses informasi mengenai makanan dengan aktifitas fisik dan status gizi	73
BAB VI PEMBAHASAN	
6.1 Karakteristik Responden	75
6.2 Status Gizi Responden	76
6.3 Hubungan Antara Frekuensi Paparan Sosial Media Dalam Mengakses Informasi Mengenai Makanan Dengan Pemilihan Makan	77
6.4 Hubungan Antara Frekuensi Paparan Sosial Media Dalam Mengakses Informasi Mengenai Makanan Dengan Asupan Gizi	81
6.5 Hubungan Antara Frekuensi Paparan Sosial Media Dalam Mengakses Informasi Mengenai Makanan Dengan Aktifitas Fisik Dan Status Gizi	83
6.6 Keterbatasan Peneliti	85
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	
7.1 Kesimpulan	86
7.2 Saran	87
7.2.1 Bagi Responden	87
7.2.2 Bagi Sekolah	88
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.1	Angka Kecukupan Gizi Remaja Usia 13-18 Tahun	17
2.1	Skor penilaian pengisian kuesioner PAQ-A	36
3.1	Variabel dan Definisi Operasional	43
4.1	Distribusi Umur Responden SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	53
5.1	Distribusi Uang Saku Responden SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	54
5.2	Distribusi Kategori Total Uang Saku per Hari Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	55
5.3.1	Distribusi Responden Berdasarkan Penggunaan Media Sosial Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	56
5.3.2	Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Penggunaan Media Sosial Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	57
5.4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Paparan Konten Informasi Makanan/Minuman di Media Sosial Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	58
5.4.2	Distribusi Responden Berdasarkan Paparan Konten Informasi Makanan/Minuman di Media Sosial Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	59
5.4.3	Distribusi Responden Berdasarkan Pemilihan Makan Berdasarkan Keterpaparan Konten (Skala Likert) Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	60
5.5.1	Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Makan Menurut Skor AFHC Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	61
5.5.2	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Pangan Sayur Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	62
5.5.3	Rata-Rata Frekuensi Konsumsi Pangan Sayur-Sayuran Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	63
5.5.4	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Pangan Buah Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	64
5.5.5	Rata-Rata Frekuensi Konsumsi Pangan Buah-Buahan Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	64
5.5.6	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Pangan <i>Fast Food</i> Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	65
5.5.7	Rata-Rata Frekuensi Konsumsi Pangan <i>Fast Food</i> Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	66
5.6	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Gizi Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	67
5.7	Distribusi Responden Berdasarkan Aktifitas Fisik Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	69
5.8	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Siswi SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	70

6.1	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Pemilihan Makan (FFQ) pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022.....	71
6.2	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Perilaku Makan AFHC pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	72
6.3	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Asupan Gizi pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	73
6.4	Hubungan Pemilihan Makan (FFQ) dengan Asupan Gizi pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	73
6.5	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	74
6.6	Hubungan Asupan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	75
6.7	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Aktifitas Fisik dan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	75
6.8	Hubungan Paparan Konten Makanan dengan Aktifitas Fisik pada Remaja Putri di SMA N 6 Purworejo Tahun 2022	76

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.1	Kerangka Konsep Penelitian	29

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Lembar Informed Consent.....	55
2.	Karakteristik Responden	56
3.	Lembar Kuisisioner Penggunaan Media Sosial	57
4.	Lembar Kuisisioner Paparan Konten Makanan di Media Sosial ..	58
5.	Lembar Kuisisioner Kebiasaan Makan menggunakan <i>AFHC</i>	60
6.	Kuisisioner FFQ	61
7.	Recall 24 Jam	64
8.	Kuesisioner PAQ-A	65

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

&	= dan
>	= lebih dari
<	= kurang dari
$\geq$	= lebih dari sama dengan
$\leq$	= kurang dari sama dengan
%	= persen
$\pm$	= kurang lebih
N	= total populasi
n	= number
α	= Alpha

Daftar Singkatan

r	= correlation coefficient
p	= probabilitas
cc	= contingency coefficient
Kkal	= kilo kalori
Kal	= kalori
g	= gram
kg	= kilogram
cm	= centimeter
SD	= standar deviasi
BB	= Berat badan
FFQ	= Food Frequency Questionnaire
AFHC	= Adolescent Food Habits Checklist
PAQ-A	= Physical Activity Questionnaire for Adolescent
IMT/U	= Indeks Masa Tubuh Menurut Umur
SMA	= Sekolah Menengah Atas
AKG	= Angka Kecukupan Gizi
WHO	= World Health Organization
APJII	= Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia

Daftar Istilah

et al.,	= and other
dkk	= dan kawan kawan