

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI TENTANG MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) PADA REMAJA SMP N 25
PEKANBARU**

**RARA DWI ANANDA
P03221341111**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN RIAU
JURUSAN GIZI
2025**

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI TENTANG MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) PADA REMAJA SMP N 25
PEKANBARU**

**RARA DWI ANANDA
P03221341111**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN RIAU
JURUSAN GIZI
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa proposal yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi Tentang Makanan Cepat Saji (*fast food*) Pada Remaja SMP N 25 Pekanbaru” adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, Mei 2025


METERAI
TEMPEL
F76AMX451488257

Rara Dwi Ananda
P032213411111

HALAMAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Pengetahuan Gizi Tentang Makanan Cepat Saji (*fast food*) Pada Remaja SMP N 25 Pekanbaru” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal dan dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian karya tulis.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, Mei 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rara Dwi Ananda' with a stylized flourish at the end.

Rara Dwi Ananda
P032213411111

**GAMBARAN PENGETAHUAN GIZI TENTANG MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) PADA REMAJA SMP N 25
PEKANBARU**

**RARA DWI ANANDA
P032213411111**

Tugas Akhir

Sebagai salah satu untuk memperoleh gelar
Ahli Madya pada program Studi Gizi

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN RIAU
JURUSAN GIZI
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Pengetahuan Gizi Tentang Makanan Cepat Saji
(*fast food*) Pada Remaja SMP N 25 Kota Pekanbaru

Nama : Rara Dwi Ananda

NIM : P032213411111

Telah berhasil dipertahankan di hadapan dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Gizi Poltekkes Kemenkes Riau.

Pembimbing :
Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si



Penguji 1
Roziana, SST, M.Gizi



Penguji 2
Yessi Marlina, S.Gz, MPH



Diketahui oleh :
Ketua Jurusan
Sri Mulyani, STP, M.Si
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 3 Juni 2025

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Gizi Tentang Makanan Cepat Saji (*fast food*) Pada Remaja SMP N 25 Pekanbaru” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyuluhan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST,M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau.
3. Ibu Rahimatul Uthia, S.Farm, M.Si selaku pembimbing yang selalu bersedia meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman. dan motivasi kepada penulis laporan Tugas Akhir Ini dapat di selesaikan dengan baik.
4. Ibu Roziana, SST, M.Gizi selaku penguji 1 yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini.
5. Ibu Yessi Marlina, S.Gz, MPH selaku penguji 2 yang telah memberikan waktu, arahan, saran, dan petunjuk kepada penulis dalam perbaikan laporan Tugas Akhir.
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah memebantu dalam pelayanan dan adminitrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir.
7. Para guru dan staf SMP Negeri 25 Pekanbaru yang telah membatu penulis dalam melakukan penelitian.
8. Kepada orang tua tercinta, Ayah Suhandi dan Ibu Erzayati, yang telah menjadi sosok panutan dan sumber kekuatan dalam setiap langkah hidup penulis. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan atas

kasih sayang yang tulus, doa yang tiada henti, serta segala bentuk dukungan baik moral, motivasi, maupun materi yang telah diberikan selama ini. Tanpa keikhlasan, kesabaran, dan pengorbanan yang luar biasa dari Ayah dan Ibu, penulis tidak akan mampu mencapai titik ini.

9. Kepada abangku Arya Zanetti Sandy, SE dan adik adikku Agung Tri Suhando, Gilang Surya Ramadhan yang telah memberikan motivasi dan semangat penulis untuk segera menyelesaikan Tugas Akhir ini.
10. Kepada Pak usu Heri Susandi, SE., MM dan ibu Milla Agustina Ekasari, SE yang tak pernah lelah memberikan arahan dan motivasi agar penulis segera menyelesaikan Tugas Akhir ini.
11. Kepada kakak dan abangku Marissa Indriani, Se. Ak, Novira Indrianti, S. Psi, Rifki widianti, Amd. Kep, M. Khuzairi Akbar, S.P, Alisa wahyuni, ST , Azni Nirma Saputri, M. Alef Nurahman, Andre Pratama, julio Dwi Tamma, Roza Aulia, Resti Alfia Rahmi, Zunisa Tri Rahmania, yang selalu tak kenal lelah menanyakan “kapan nyusul? udah sampai mana TA-nya? Kapan Wisuda?” akhirnya yang dinanti selesai.
12. Kepada teman sejawat saya Mery Syafira, yang telah menjadi lebih dari sekadar sahabat selama masa kuliah. Thank you yaaaa telah kebersamaan penulis dalam suka dan duka, menjadi tempat bersandar saat lelah, tempat berbagi tawa dan air mata, serta pelipur lara saat dunia terasa berat. Kita sampai di akhir perjuangan ini, lulus bersama.

Penulis menyadari bahwa penyusun laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik dari semua pihak merupakan masukan yang sangat berguna bagi penulis.

Pekanbaru, Mei 2025



Rara Dwi Ananda
P032213411111

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Manfaat	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Makanan Cepat Saji (<i>fast food</i>)	4
2.2 Pengetahuan Gizi.....	9
2.3 Remaja	16
BAB III KERANGKA KONSEP	18
3.1 Kerangka Konsep	18
3.2 Definisi Operasional.....	18
BAB IV METODE PENELITIAN	19
4.1 Jenis Dan Desain Penelitian.....	19
4.2 Waktu Dan Tempat	19
4.3 Populasi Dan Sampel.....	19
4.4 Jenis Dan Pengumpulan Data	19
4.5 Pengolahan Data.....	20
4.6 Analisis Data	21
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	22
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	22
5.2 Analisis Univariat.....	22
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	26
6.1 Kesimpulan	26
6.2 Saran	26
DAFTAR PUSTAKA.....	27

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional	18
Tabel 2. Karakteristik Responden	22
Tabel 3. Kategori Pengetahuan Gizi.....	23
Tabel 4. Distribusi Sebaran Jawaban.....	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Tumpeng Gizi seimbang (Kemneks 2015).....	13
<i>Gambar 2: Pembagian Kuesioner Pengetahuan Gizi.....</i>	34
<i>Gambar 3: pengisian Kuesioner Pengetahuan Gizi.....</i>	34
<i>Gambar 4: Pengumpulan Kuesioner Pengetahuan Gizi.....</i>	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Koesioner	31
Lampiran 2: Surat Izin Penelitian	33
Lampiran 3: Dokumentasi.....	34
Lampiran 4: Data Excel.....	35
Lampiran 5: Analisis Data.....	45

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



1. Nama : RARA DWI ANANDA
2. Tempat, Tanggal Lahir : Perawang, 18 November 2003
3. Agama : Islam
4. Alamat : Dusun Langgam Muara
5. Nama Ibu : Erzayati
6. Nama Ayah : Suhandi

7. Riwayat Pendidikan :

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Pendidikan
1	Tk Aisyah 2 Perawang	Perawang	2009-2010
2	SDN 47 Teluk latak	Bengkalis	2010-2017
3	SMPN 7 Bengkalis	Bengkalis	2017-2020
4	SMAN 3 Bengkalis	Bengkalis	2020-2022
5	POLTEKKES KEMENKES RIAU	Pekanbaru	2022-2025