

ABSTRAK

Putri Septiana Eka Salfa

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD* PADA SISWA SMPN 1 SEMANDING, TUBAN TAHUN 2026

1x + 115 halaman + 15 tabel + 12 lampiran

Masa pubertas menempati posisi krusial sebagai fase yang rentan terhadap beragam gangguan status gizi, yang lazimnya dipicu oleh transformasi kebiasaan makan serta corak hidup remaja masa kini. Salah satu variabel penentu yang menonjol adalah meningkatnya intensitas konsumsi hidangan siap saji (*junk food*), yang memiliki kandungan energi dan lemak tinggi disertai kadar natrium berlebih, tetapi minim serat maupun zat gizi mikro yang dibutuhkan tubuh. Tingkat pemahaman atau wawasan gizi menjadi unsur mendasar yang turut membentuk kecenderungan perilaku makan individu. Telaah ini bertujuan mengungkap keterkaitan antara derajat pengetahuan gizi dengan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji pada pelajar di SMPN 1 Semanding, Kabupaten Tuban. Rancangan yang diterapkan mengacu pada pendekatan observasional analitik dengan skema potong lintang (*cross-sectional*). Data variabel wawasan gizi dihimpun melalui kuesioner, sedangkan keseringan konsumsi makanan cepat saji diukur menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Pengujian keterhubungan antarvariabel dilakukan melalui uji Chi-Square. Temuan memperlihatkan bahwa proporsi terbesar responden memiliki wawasan gizi kategori sedang sebesar 48,3%, sedangkan pola konsumsi makanan cepat saji paling banyak berada pada klasifikasi jarang atau sesekali sebesar 44,8%. Pengujian statistik mengonfirmasi keterkaitan signifikan antara tingkat literasi gizi dan kecenderungan mengonsumsi makanan cepat saji ($p < 0,05$).

Kata kunci: pengetahuan gizi, pola konsumsi, fast food, remaja

Daftar Bacaan : 40 buku (2020-2026)

ABSTRACT

PUTRI SEPTIANA EKA SALFA

RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND FAST FOOD CONSUMPTION PATTERNS AMONG STUDENTS AT SMPN 1 SEMANDING, TUBAN IN 2026

1x + 115 pages + 15 tables + 12 appendices

Adolescents are particularly vulnerable to nutritional disorders resulting from evolving dietary and lifestyle paradigms, most notably the increased consumption of fast foods that are energy-dense and high in lipids and sodium, yet lacking in essential micronutrients and dietary fiber. Given that nutritional literacy is a critical determinant of dietary decision-making, this study aimed to investigate the association between nutritional knowledge and fast-food consumption among students at SMPN 1 Semanding, Tuban. An analytical observational study employing a cross-sectional design was conducted. Nutritional knowledge was assessed using a structured questionnaire, while fast-food intake frequency was evaluated employing a Food Frequency Questionnaire (FFQ). The empirical data were analyzed using the chi-square test. The findings demonstrated that the largest proportion of participants possessed a moderate level of nutritional knowledge (48.3%) and engaged in occasional fast-food consumption (44.8%). Statistical analysis identified a significant correlation between nutritional knowledge and fast-food dietary patterns ($p < 0.05$). Consequently, it can be concluded that nutritional literacy significantly influences the fast-food consumption behaviors of the examined student cohort. These results highlight the critical need to enhance nutritional education programs across both school and home environments to promote optimal dietary habits.

Keywords: nutritional knowledge, consumption patterns, fast food, adolescents

References: 40 books (2020–2026)