

HUBUNGAN UANG SAKU, KONSUMSI *FAST FOOD*, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN OBESITAS SENTRAL REMAJA DI KOTA BOGOR

NADHIFA IZZA NURRA



PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Uang Saku, Konsumsi *Fast Food*, dan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral Remaja di Kota Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Nadhifa Izza Nurra
I1401221104

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

NADHIFA IZZA NURRA. Hubungan Uang Saku, Konsumsi *Fast Food*, dan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral Remaja di Kota Bogor. Dibimbing oleh KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan uang saku, konsumsi *fast food*, dan aktivitas fisik dengan obesitas sentral pada siswa SMA di Kota Bogor. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* pada 123 siswa kelas X dari tiga SMA Negeri di Kota Bogor yang dipilih dengan *cluster random sampling*. Data konsumsi *fast food* dikumpulkan menggunakan *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), aktivitas fisik menggunakan *International Physical Activity Questionnaire Short Form* (IPAQ-SF), dan obesitas sentral diukur berdasarkan rasio lingkaran pinggang-panggul. Analisis dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Sebagian besar subjek memiliki uang saku kategori rendah (37,4%), frekuensi konsumsi *fast food* kategori sedang (49,6%), aktivitas fisik kategori sedang (52,0%), serta tidak mengalami obesitas sentral (75,6%). Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan frekuensi konsumsi *fast food* maupun asupan energi, lemak, gula, dan garam dari *fast food* ($p > 0,05$). Frekuensi konsumsi *fast food*, asupan energi, lemak, gula, dan garam dari *fast food*, serta aktivitas fisik juga tidak berhubungan secara signifikan dengan obesitas sentral ($p > 0,05$). Disimpulkan bahwa uang saku, konsumsi *fast food*, dan aktivitas fisik tidak berhubungan dengan obesitas sentral pada siswa SMA di Kota Bogor.

Kata kunci: aktivitas fisik, *fast food*, obesitas sentral, remaja, uang saku

ABSTRACT

NADHIFA IZZA NURRA. The Association between Pocket Money, Fast Food Consumption, and Physical Activity with Central Obesity among Adolescents in Bogor City. Supervised by KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

This study aimed to analyze the association between pocket money, fast food consumption, physical activity, and central obesity among high school students in Bogor City. A cross-sectional study was conducted among 123 tenth-grade students from three public high schools in Bogor City selected using cluster random sampling. Fast food consumption was assessed using the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), physical activity using the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF), and central obesity was determined by the waist-to-hip ratio. Data were analyzed using Spearman's correlation test. Most participants had low pocket money (37.4%), moderate fast food consumption (49.6%), moderate physical activity (52.0%), and did not have central obesity (75.6%). The results showed no significant association between pocket money and fast food consumption frequency or energy, fat, sugar, and salt intake from fast food ($p > 0.05$). Fast food consumption frequency, energy, fat, sugar, and salt intake from fast food, and physical activity also were not significantly associated with central obesity ($p > 0.05$). It can be concluded that pocket money,

fast food consumption, and physical activity were not associated with central obesity among high school students in Bogor City.

Keywords: adolescents, central obesity, fast food, physical activity, pocket money

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



HUBUNGAN UANG SAKU, KONSUMSI *FAST FOOD*, DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN OBESITAS SENTRAL REMAJA DI KOTA BOGOR

NADHIFA IZZA NURRA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
Resana Dina S.K.M., M. Epid.



Judul Skripsi : Hubungan Uang Saku, Konsumsi *Fast Food*, dan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral Remaja di Kota Bogor

Nama : Nadhifa Izza Nurra

NIM : 11401221104

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidnyani, M.Gizi.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.
NIP 197611162005012001



Tanggal Ujian:
4 Agustus 2026

Tanggal Lulus: 14 Agustus 2026



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Uang Saku, Konsumsi *Fast Food*, dan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral Remaja di Kota Bogor".

Terima kasih penulis ucapkan kepada dosen pembimbing, Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidnyani, M.Gizi yang telah membimbing, memberi saran dan dukungannya. Disamping itu, penghargaan penulis sampaikan kepada SMA 1, 3, dan 6 Kota Bogor yang telah memberi izin kepada penulis dan tim peneliti untuk dilakukannya penelitian. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada:

1. Ibu Resa Ana Dina S.K.M., M.Epid selaku dosen moderator dan penguji skripsi yang telah memberikan masukan dan saran untuk perbaikan skripsi.
2. Orang tua, serta seluruh keluarga tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan tanpa henti selama proses studi dan penyusunan skripsi ini.
3. Aqilah, Zahra, Dita, Isvie, Ledy, Najma, Najwa, dan Rasha yang telah menjadi teman kuliah yang selalu kebersamaian penulis dalam suka dan duka, memberikan bantuan dan semangat selama masa perkuliahan.
4. Alisha, Aulia, Cynthia, Faisya, Vera, Thalita, Faiz dan Phainon yang dengan setia menemani penulis, menjadi pendengar yang baik, serta memberikan dukungan mental yang sangat berarti.
5. Teman-teman P3 yang telah memberikan dukungan, semangat, dan kebersamaan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2026

Nadhifa Izza Nurra



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Hipotesis	3
1.5 Manfaat	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	7
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	7
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	8
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	9
3.5 Definisi Operasional	12
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	14
4.1 Karakteristik Subjek dan Keluarga	14
4.2 Uang Saku	16
4.3 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i>	16
4.4 Asupan Zat Gizi dari <i>Fast Food</i>	18
4.5 Aktivitas Fisik	21
4.6 Obesitas Sentral	22
4.7 Hubungan Uang Saku dengan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> dan Asupan Energi, Lemak, Gula dan Garam dari <i>Fast Food</i>	23
4.8 Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> dan Asupan Energi, Lemak, Gula dan Garam dari <i>Fast Food</i> dengan Obesitas Sentral	26
4.9 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas Sentral	29
4.10 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian	30
V SIMPULAN DAN SARAN	31
5.1 Simpulan	31
5.2 Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	37
RIWAYAT HIDUP	52



DAFTAR GAMBAR

3.1	Jenis, variabel, dan cara pengumpulan data	9
3.2	Pengategorian data penelitian	11
4.1	Karakteristik subjek dan keluarga	14
4.2	Uang saku subjek	16
4.3	Rata-rata frekuensi konsumsi <i>fast food</i> (kali per minggu)	17
4.4	Frekuensi konsumsi <i>fast food</i>	18
4.5	Asupan energi, lemak, gula dan garam dari <i>fast food</i> per hari	19
4.6	Aktivitas fisik subjek	21
4.7	Status obesitas sentral subjek	22
4.8	Hubungan uang saku dengan frekuensi konsumsi <i>fast food</i>	23
4.9	Hubungan uang saku dengan asupan energi dari <i>fast food</i>	24
4.10	Hubungan uang saku dengan asupan lemak dari <i>fast food</i>	24
4.11	Hubungan uang saku dengan asupan gula dari <i>fast food</i>	25
4.12	Hubungan uang saku dengan asupan garam dari <i>fast food</i>	25
4.13	Hubungan frekuensi konsumsi <i>fast food</i> dengan obesitas sentral	26
4.14	Hubungan asupan energi dari <i>fast food</i> dengan obesitas sentral	27
4.15	Hubungan asupan lemak dari <i>fast food</i> dengan obesitas sentral	27
4.16	Hubungan asupan gula dari <i>fast food</i> dengan obesitas sentral	27
4.17	Hubungan asupan garam dari <i>fast food</i> dengan obesitas sentral	28
4.18	Hubungan aktivitas fisik dengan obesitas sentral	29

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat Kaji Etik	38
2	Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan dan <i>Informed Assent</i>	39
3	Naskah Penjelasan Sebelum Persetujuan dan <i>Informed Consent</i>	43
4	Kuesioner Karakteristik Subjek dan Sosial Ekonomi	47
5	Kuesioner Aktivitas Fisik	49
6	Kuesioner Konsumsi <i>Fast Food</i>	50