

KETERKAITAN UANG JAJAN, KEBIASAAN JAJAN, SUMBANGAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DARI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA

NANDANA RAFIF WIRAWAN



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@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 “Keterkaitan Uang Jajan, Kebiasaan Jajan, Sumbangan Energi dan Zat Gizi Makro dari Jajanan dengan Status pada Remaja” 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 laporan akhir ini.

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

Bogor, Agustus 2025

Nandana Rafif Wirawan
I1401211049

- 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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

NANDANA RAFIF WIRAWAN. Keterkaitan Uang Jajan, Kebiasaan Jajan, Sumbangan Energi dan Zat Gizi Makro dari Jajanan dengan Status Gizi pada Remaja. Dibimbing oleh LILIK KUSTIYAH.

Remaja rentan mengalami masalah gizi seperti obesitas akibat pola konsumsi yang tidak sehat salah satunya yaitu pola konsumsi jajanan. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis keterkaitan uang jajan, kebiasaan jajan, sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan dengan status gizi pada remaja. Penelitian dengan desain *comparatif cross sectional* ini melibatkan 210 subjek. Data uang jajan dikumpulkan dengan mengisi kuesioner, kebiasaan jajan dan jenis serta jumlah jajanan untuk memperkirakan kandungan zat gizi makro dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner FFQ dan *food recall* 2x24 jam. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan pengisian kuesioner secara langsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar status gizi subjek tergolong normal (71,4%), uang jajan tergolong sedang (71,4%), kebiasaan jajan tergolong jarang (59,5 %), asupan dan sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan terhadap asupan total sehari dan kebutuhan gizi lebih rendah pada subjek kegemukan. Tidak terdapat perbedaan karakteristik subjek, karakteristik keluarga, uang jajan, kebiasaan jajan, sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan antara subjek *overweight* dan *obese* dengan normal. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan signifikan antara uang jajan dengan kebiasaan jajan ($p < 0,05$), namun tidak terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan jajan sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan dengan status gizi remaja ($p > 0,05$).

Kata kunci : kebiasaan jajan, status gizi, sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan, uang jajan

ABSTRACT

NANDANA RAFIF WIRAWAN. The Relationship between Pocket Money, Snacking Habits, Snack's Energy and Macronutrient Contributions with Nutritional of Adolescents Supervised by LILIK KUSITYAH.

Adolescents are susceptible to nutritional problems such as obesity due to unhealthy consumption patterns, one of which is snack consumption patterns. The purpose of this study was to analyze the relationship between pocket money, snacking habits, snack's energy and macronutrient contributions with nutritional status of adolescents. This *comparatif cross-sectional* study involved 210 subjects. Pocket money data was collected by filling out questionnaire, snacking habits and type and quantity of snacks to estimate its macronutrients contents were collected through interview using FFQ and 2x24 hours food recall questionnaire, respectively. Result showed that most of the subjects' nutritional status was classified as normal (71.4%), pocket money was classified as moderate (71.4%), snacking habits were rare (59.5%) Intake and contribution of energy and macronutrients from snacks to total daily intake and nutritional needs are lower in overweight and obese subjects. There were no significant different in subject characteristics, family characteristics,



pocket money, snacking habits and snack's macronutrient contributions between overweight and obese subjects with normal subjects. There was a significant positive correlation between pocket money and snacking habits ($p < 0.05$), but there was no significant correlation between snacking habits and the contribution of energy and macronutrients from snacks with the nutritional status of adolescents ($p > 0.05$).

Keywords: nutritional status, pocket money, snacking habits, snack's energy and macronutrient contributions

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



@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 milik IPB, tahun 2025
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

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.

KETERKAITAN UANG JAJAN, KEBIASAAN JAJAN, SUMBANGAN ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO DARI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA

NANDANA RAFIF WIRAWAN

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

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1. Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si.



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.



Nama
NIM

@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tanggal Ujian:
11 Agustus 2025

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.

Judul Skripsi : Keterkaitan Uang Jajan, Kebiasaan Jajan, Sumbangan Energi dan
Zat Gizi Makro dari Jajanan dengan Status Gizi pada Remaja
Nama : Nandana Rafif Wirawan
NIM : I1401211049

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. Lilik Kustiyah, M.Si.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP. 197102011999032001



Tanggal Lulus: 15 AUG 2025



@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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Keterkaitan Uang Jajan, Kebiasaan Jajan, Sumbangan Energi dan Zat Gizi Makro dari Jajanan dengan Status Gizi pada Remaja” ini berhasil diselesaikan. Selama penyusunan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. Ir. Lilik Kustiyah, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi juga dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, saran, dan motivasi sejak awal penulisan proposal hingga penulisan skripsi ini selesai.
2. Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si. selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, saran, serta masukannya dalam penyempurnaan penulisan skripsi.
3. Kepala sekolah, guru, dan siswa SMA Kosgoro, Kota Bogor atas pemberian izin, sarana, dan waktu untuk dilaksanakannya penelitian ini.
4. Seluruh dosen Departemen Gizi Masyarakat yang telah memberikan ilmu dan membimbing penulis selama berkuliah.
5. Bapak Sudiyanto, Ibu Sumiyati, Raissa Paramesthi Azarine beserta keluarga besar yang selalu mendukung dan percaya kepada saya serta memberikan doa yang tulus.
6. Daffa Dwi Faza Mahardhika, Raden Muhammad Bismi Saliansyah, Timothy Thedosius Yesha selaku sahabat penulis yang selalu memberikan motivasi, semangat, serta menjadi tempat berbagi suka dan duka bagi penulis dalam menyusun skripsi ini.
7. Teman seperbimbingan, Arzu Namora Hanum, Anggi Fuji Herawati, Dian Veronika Sinaga yang telah membantu dan memberikan motivasi selama penyusunan skripsi.
8. Nur Khalishah Nabila yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta menemani penulis dalam penyusunan skripsi.
9. Teman-teman Gizi Masyarakat angkatan 58, staff Program Studi Sarjana Ilmu Gizi atas bantuan dan dukungannya selama proses penyusunan skripsi

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan, tetapi penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada banyak pihak.

Bogor, Agustus 2025

Nandana Rafif Wirawan



@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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Hipotesis	3
1.5 Manfaat	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	11
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	13
4.1 Karakteristik Keluarga	13
4.2 Karakteristik Subjek	15
4.3 Uang Jajan	16
4.4 Kebiasaan Jajan	16
4.5 Sumbangan Energi dan Zat Gizi Makro dari jajanan	20
4.6 Status Gizi Remaja	21
4.7 Hubungan Uang Jajan dengan Kebiasaan Jajan	22
4.8 Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi	22
4.9 Hubungan Sumbangan Energi dan Zat Gizi Makro dari Jajanan dengan Status Gizi	22
V SIMPULAN DAN SARAN	24
5.1 Simpulan	24
5.2 Saran	24
DAFTAR PUSTAKA	25
LAMPIRAN	29
RIWAYAT HIDUP	41



DAFTAR TABEL

1	Jenis dan cara pengumpulan data	7
2	Kategori variabel penelitian	8
3	Sebaran subjek berdasarkan kategori karakteristik keluarga dan status gizi	13
4	Sebaran subjek berdasarkan kategori karakteristik subjek dan status gizi	15
5	Sebaran subjek berdasarkan kategori uang jajan dan status gizi	16
6	Sebaran subjek berdasarkan kategori frekuensi jajan dan status gizi	17
7	Rata-rata frekuensi jajanan berdasarkan jenis jajanan dan status gizi	17
8	Rata-rata konsumsi makanan sepinggan berdasarkan status gizi	18
9	Rata-rata konsumsi cemilan berdasarkan status gizi	18
10	Rata-rata konsumsi minuman berdasarkan status gizi	19
11	Rata-rata konsumsi buah berdasarkan status gizi	19
12	Rata-rata asupan energi dan zat gizi makro dari jajanan, sumbangan energi dan zat gizi makro dari jajanan terhadap asupan sehari dan kebutuhan gizi berdasarkan status gizi	20
13	Sebaran subjek berdasarkan kategori status gizi	21

DAFTAR LAMPIRAN

1	Surat keterangan lolos kaji etik	30
2	Penjelasan sebelum persetujuan (PSP)	31
3	<i>Inform Assent</i>	32
4	<i>Inform Consent</i>	33
5	Kuesioner Penelitian	34