



**HUBUNGAN PENGETAHUAN MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN
KEBIASAAN MENGKONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA
PELAJAR SMA GALAJUARA**

SKRIPSI

**AULIA MOURYNINGTYAS
201802008**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MITRA KELUARGA
BEKASI
2022**

HUBUNGAN PENGETAHUAN MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KEBIASAAN MENGKONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA PELAJAR SMA GALAJUARA

Oleh :
Aulia Mouryningtyas
NIM.201802008

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan banyak perubahan, diantaranya penambahan massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Perubahan pada remaja meliputi perubahan biologis, sosial, psikologi dan pengetahuan. Pengetahuan pada remaja mempengaruhi sikap dan perilaku terhadap pemilihan makanan. Hal ini berguna untuk menghambat peningkatan angka kejadian penyakit *degenerative*. Pola pikir remaja dipengaruhi oleh lingkungan dan perubahan gaya hidup. Salah satu perubahan gaya hidup remaja adalah konsumsi makanan cepat saji. Makanan cepat saji adalah makanan dengan penyajian dalam waktu singkat dan disukai banyak orang. Makanan yang disajikan pada restoran cepat saji mempunyai kelebihan yaitu harga yang terjangkau, pelayanan cepat dan jenis makanan memenuhi selera. Makanan cepat saji lebih mengutamakan cita rasa dibandingkan dengan kandungan gizi. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji pada pelajar SMA Galajuaru. Metode penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Consecutive Sampling*. Analisis hubungan pengetahuan makanan cepat saji dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji menggunakan uji *Chi – Square* didapatkan hasil *p-value* 0,501. Maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan makanan cepat saji dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji.

Kata kunci: Makanan Cepat Saji, Remaja dan Pengetahuan Makanan Cepat Saji

ABSTRACT

Puberty is a period of transition from children to adults which is marked by many changes, including the increase in muscle mass, body fat tissue, and hormonal changes. Changes in puberty include changes in biological, social, psychological and knowledge. Knowledge in puberty affects attitudes and behavior towards food choices. This is useful for inhibiting the increase in the incidence of degenerative diseases. The mindset of teenagers is influenced by the environment and lifestyle changes. One of the changes in Puberty lifestyle is the consumption of fast food. Fast food is food that is served in a short time and is liked by many people. Food served at fast food restaurants has advantages, namely affordable prices, fast service and the type of food that meets tastes. Fast food prioritizes taste over nutritional content. This study aims to analyze the relationship between knowledge and the habit of consuming fast food in Galajuará High School students. The research method used a cross sectional design. The sampling technique in this study used Consecutive Sampling. Analysis of the relationship between knowledge of fast food and consumption habits of fast food using the Chi-Square test results in a p-value of 0.501. So it can be concluded that there is no significant relationship between fast food knowledge and fast food consumption habits.

Keywords: Fast Food, Teenagers and Fast Food Knowledge