



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI,
PERILAKU SEDENTARI, DAN DURASI TIDUR
DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA
DI SMPN 11 PADANG TAHUN 2024**

**Oleh:
FAUZYAH ADILAH
No. BP. 2011222035**

**Pembimbing I : Dr. Fivi Melva Diana, SKM., M. Biomed
Pembimbing II : Dr. Denas Symond, MCN**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2024

Fauzyyah Adilah, No. Bp. 2011222035

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI, PERILAKU
SEDENTARI, DAN DURASI TIDUR DENGAN STATUS GIZI PADA
SISWA DI SMPN 11 PADANG TAHUN 2024**

Xi + 86 halaman, 3 gambar, 18 tabel, 9 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan cepat saji, perilaku sedentari, dan durasi tidur dengan status gizi pada siswa di SMPN 11 Padang.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah siswa-siswi SMPN 11 kelas VII dan VIII dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan melakukan wawancara dan pengisian kuesioner. Analisis data dilakukan dengan cara analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 68,6% responden memiliki status gizi normal, 53,8% responden memiliki konsumsi makanan cepat saji jarang, 72,4% responden memiliki perilaku sedentari tinggi, 58,3% responden memiliki durasi tidur cukup. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji ($p\text{-value}=0,0001$) dan durasi tidur ($p\text{-value}=0,0001$) dengan status gizi. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sedentari ($p\text{-value} = 0,248$) dengan status gizi siswa di SMPN 11 Padang.

Kesimpulan

Konsumsi makanan cepat saji dan durasi tidur memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi. Perilaku sedentari tidak memiliki hubungan dengan status gizi.

Daftar Pustaka : 85 (2014-2024)

Kata Kunci : Durasi tidur, Konsumsi makanan cepat saji, Perilaku sedentari, Status gizi.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, July 2024

Fauzyyah Adilah, No. Bp. 2011222035

**THE RELATIONSHIP OF FAST FOOD CONSUMPTION, SEDENTARY
BEHAVIOR, AND SLEEP DURATION WITH NUTRITIONAL STATUS
IN STUDENTS AT SMPN 11 PADANG 2024**

Xi + 86 pages, 3 figures, 18 tables, 9 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to determine the relationship between fast food consumption, sedentary behavior, and sleep duration with nutritional status among students at SMPN 11 Padang.

Method

This research is a quantitative study with a cross-sectional research design. The sample in this study were students of SMPN 11 class VII and VIII using proportional random sampling techniques. Research data was collected by conducting interviews and filling out questionnaires. Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis. Bivariate analysis was carried out using the chi-square test.

Results

The research results showed that 68.6% of respondents had normal nutritional status, 53.8% of respondents had infrequent fast food consumption, 72.4% of respondents had high sedentary behavior, 58.3% of respondents had sufficient sleep duration. There is a significant relationship between fast food consumption ($p\text{-value}=0.0001$) and sleep duration ($p\text{-value}=0.0001$) with nutritional status. There is no significant relationship between sedentary behavior ($p\text{-value} = 0.248$) and the nutritional status of students at SMPN 11 Padang.

Conclusion

Fast food consumption and sleep duration have a significant relationship with nutritional status. Sedentary behavior does not have a significant relationship with nutritional status.

Bibliography: 85 (2014-2024)

Keywords: Fast food consumption, Nutritional status, Sedentary behavior, Sleep duration.