



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD*, PAPARAN MEDIA SOSIAL  
DAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH  
PADA REMAJA DI SMAS ADABIAH PADANG**

**TAHUN 2024**

**Oleh:**

**RAHMI AZKIAH**

**No. BP. 2011223011**

**Pembimbing I : Ice Yolanda Puri, S.Si.T, M.Kes, Ph.D**

**Pembimbing II : Nadia Chalida Nur, SKM, MPH**

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Oktober 2024  
Rahmi Azkiah, No. BP. 2011223011**

**HUBUNGAN KONSUMSI *JUNK FOOD*, PAPARAN MEDIA SOSIAL DAN  
PENGETAHUAN GIZI DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA REMAJA  
DI SMAS ADABIAH PADANG TAHUN 2024**

**xi + 88 halaman, 16 tabel, 3 gambar, 10 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi *junk food*, paparan media sosial dan pengetahuan gizi dengan kejadian gizi lebih pada remaja di SMAS Adabiah Padang tahun 2024.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 141 remaja kelas XI dan XII di SMAS Adabiah yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan cara pengukuran antropometri, wawancara dan pengisian kuesioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Hubungan variabel diuji menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ).

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan 25,5% remaja memiliki status gizi lebih, 50,4% remaja sering mengonsumsi *junk food*, 91,5% remaja terpapar media sosial, dan 83,7% remaja memiliki pengetahuan gizi yang kurang. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi *junk food* dengan kejadian gizi lebih pada remaja ( $p=0,001$ ), hubungan paparan media sosial dengan kejadian gizi lebih pada remaja tidak dapat dilihat secara statistik karena terdapat data yang bernilai nol, dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian gizi lebih pada remaja ( $p=0,846$ ).

**Kesimpulan**

Konsumsi *junk food* memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi lebih pada remaja. Semua remaja yang terpapar media sosial mengalami gizi lebih. Pengetahuan gizi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gizi lebih pada remaja. Diharapkan remaja lebih aktif dalam mencari informasi terkait gizi seimbang dari berbagai sumber untuk meningkatkan pengetahuan sehingga lebih selektif dalam menentukan pilihan makanan serta dapat menjaga status gizi dalam keadaan normal.

**Daftar Pustaka** : 79 (2005 - 2024)

**Kata Kunci** : Gizi Lebih, *Junk Food*, Paparan Media Sosial,  
Pengetahuan Gizi

FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY

Undergraduate Thesis, Oktober 2024  
Rahmi Azkiah, No. BP. 2011223011

**THE RELATIONSHIP BETWEEN *JUNK FOOD* CONSUMPTION, SOCIAL MEDIA EXPOSURE AND NUTRITIONAL KNOWLEDGE WITH THE INCIDENCE OF OVERNUTRITION IN ADOLESCENTS AT SMAS ADABIAH PADANG IN 2024**

**xi + 88 Pages, 16 tables, 3 pictures, 10 appendices**

**ABSTRACT**

**Objective**

This study aims to determine the relationship between junk food consumption, social media exposure and nutritional knowledge with the incidence of overweight in adolescents at Adabiah Padang High School in 2024.

**Method**

This study used a *cross-sectional* research design. The sample consisted of 141 adolescents in grades XI and XII at Adabiah High School, selected using a simple random sampling technique. Research data were collected through anthropometric measurements, interviews, and questionnaires. Data were analyzed univariately and bivariately. The relationship between variables was tested using the chi-square test with a 95% confidence level ( $\alpha = 0.05$ ).

**Result**

The research results showed that 25.5% of adolescents had overweight status, 50.4% of adolescents often consumed *junk food*, 91.5% of adolescents were exposed to social media, and 83.7% of adolescents had insufficient nutritional knowledge. There was a significant relationship between *junk food* consumption and the incidence of overnutrition in adolescents ( $p=0.001$ ). The relationship between social media exposure and the incidence of overnutrition in adolescents could not be analyzed statistically due to zero-value data, and there was no significant relationship between nutritional knowledge and the incidence of overnutrition in adolescents ( $p=0.846$ ).

**Conclusion**

*Junk food* consumption had a significant association with the incidence of overnutrition in adolescents. All adolescents exposed to social media were overnourished. Nutritional knowledge did not have a significant relationship with the incidence of overnutrition in adolescents. It was expected that adolescents would be more active in seeking information related to balanced nutrition from various sources to increase knowledge, enabling them to be more selective in making food choices and to maintain their nutritional status in a normal state.

**Bibliography** : 79 (2005 - 2024)

**Keyword** : Over Nutrition, *Junk Food*, Social Media  
Exposure, Nutrition Knowledge