



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN MANIS, KONSUMSI MAKANAN
CEPAT SAJI, DAN PERILAKU SEDENTARI DENGAN STATUS GIZI
PADA MAHASISWA S1 GIZI UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2026**

Oleh:

FATHIA IZZATURRAHMI

NIM. 2211223041

Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2026

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, 18 Juli 2026

FATHIA IZZATURRAHMI, NIM. 2211223041

**HUBUNGAN KONSUMSI MINUMAN MANIS, KONSUMSI MAKANAN
CEPAT SAJI, DAN PERILAKU SEDENTARI DENGAN STATUS GIZI PADA
MAHASISWA S1 GIZI UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2026**

ix + 78 halaman, 17 tabel, 2 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Konsumsi Minuman Manis, Konsumsi Makanan Cepat Saji, Dan Perilaku Sedentari Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa S1 Gizi Universitas Andalas Tahun 2026.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Sampel berjumlah 83 mahasiswa yang dipilih menggunakan metode *propotional random sampling*. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner FFQ untuk menilai konsumsi minuman manis dan makanan cepat saji, kuesioner SBQ untuk menilai perilaku sedentari, serta pengukuran antropometri. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*.

Hasil

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan konsumsi minuman manis sering sebesar 53%, konsumsi makanan cepat saji sering 50.6%, perilaku sedentari tinggi 97.6%, serta 41% responden dengan status gizi lebih. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi minuman manis ($p\text{-value} = 0.045$) dan konsumsi makanan cepat saji ($p\text{-value} = 0.005$) dengan status gizi. Sementara itu, hubungan antara perilaku sedentari dan status gizi tidak dapat dianalisis secara statistik karena tidak memenuhi asumsi uji.

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara konsumsi minuman manis dan konsumsi makanan cepat saji dengan status gizi. Sementara itu, hubungan antara perilaku sedentari dengan status gizi tidak dapat disimpulkan secara statistik karena tidak memenuhi asumsi uji.

Daftar Pustaka

: 93 (2017-2026)

Kata kunci

: Mahasiswa, makanan cepat saji, minuman manis, perilaku sedentari, status gizi

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
UNIVERSITAS ANDALAS**

Undergraduate Thesis, 18th July 2026

FATHIA IZZATURRAHMI, NIM. 2211223041

THE RELATIONSHIP BETWEEN CONSUMPTION OF SUGAR-SWEETENED BEVERAGES, CONSUMPTION OF FAST FOOD, AND SEDENTARY BEHAVIOR WITH NUTRITIONAL STATUS AMONG UNDERGRADUATE NUTRITION STUDENTS AT ANDALAS UNIVERSITY IN 2026

ix + 78 pages, 17 tables, 2 figures, 9 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aimed to determine the relationship between the consumption of sugar-sweetened beverages, the consumption of fast food, and sedentary behavior with nutritional status among undergraduate nutrition students at Andalas University in 2026.

Method

This study used a quantitative approach with a cross-sectional study design. The sample included 83 students who were selected using proportional random sampling. Data were collected through using the FFQ questionnaire to assess sugar-sweetened beverage and fast food consumption, the SBQ questionnaire to assess sedentary behavior, and anthropometric measurements. Data were analyzed univariately and bivariate using chi-square test.

Result

This study showed that 53% of respondents frequently consumed sugar-sweetened beverages, those who frequently eat fast food account for 50.6%, 97.6% showed high sedentary behavior, and 41% of respondents had overnutrition status. Statistical test results showed that there is a significant relationship between sugar-sweetened beverage consumption (p-value = 0.045) and fast food consumption (p-value=0.005) with nutritional status. Meanwhile, the relationship between sedentary behavior and nutritional status could not be analyzed statistically because it did not meet the test assumptions.

Conclusion

There were a statistically significant relationship between the consumption of sugary drinks and fast food with nutritional status. Meanwhile, the relationship between sedentary behavior and nutritional status could not be concluded statistically because it does not meet the test assumptions.

References : 93 (2017-2026)

Keywords : College students, fast food, nutritional status, sedentary behavior, sugary drinks