



**HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* MELALUI PEMESANAN
MAKANAN ONLINE, AKTIVITAS DENGAN KEJADIAN OBESITAS
MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID 19**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz)

Oleh :

BI ISNI SAHIRAH

060117A009

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGARAN
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul

**HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* MELALUI PEMESANAN
MAKANAN ONLINE, AKTIVITAS DENGAN KEJADIAN OBESITAS
MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID 19**

Oleh :

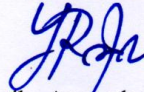
**BI ISNI SAHIRAH
060117A009**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
Diperkenankan untuk diseminarkan

Ungaran, 1 Agustus 2022

Pembimbing



Riva Mustika Anugrah, S.Gz, M.Gizi
NIDN. 0627038602

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:
**HUBUNGAN KONSUMSI *FAST FOOD* MELALUI PEMESANAN
MAKANAN ONLINE, AKTIVITAS DENGAN KEJADIAN OBESITAS
MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID 19**

Oleh :

BI ISNI SAHIRAH

060117A009

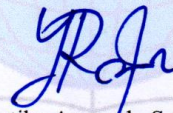
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin

Tanggal : 8 Agustus 2022

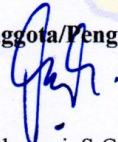
Tim Penguji:

Ketua/Pembimbing Utama



Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

Anggota/Penguji I



Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

Anggota/Penguji II



Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0618098601

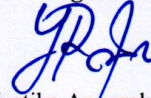
Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

Ketua Program Studi S1Gizi



Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0627038602

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Bi Isnı Sahirah

NIM : 060117A009

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi
Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“Hubungan Konsumsi Fast Food Melalui Pemesanan Makanan Online, Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid 19”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber
3. Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi lain akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M. Gizi
NIDN. 0627038602

Ungaran, 8 Agustus 2022

Yang Membuat Pernyataan



Bi Isnı Sahirah
060117A009

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bi Isni Sahirah
NIM : 060117A009
Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “**Hubungan Konsumsi *Fast Food* Melalui Pemesanan Makanan Online, Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid 19**” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Juli 2022

Yang membuat Pernyataan,



Bi Isni Sahirah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Bi Isnı Sahırh
Tempat, Tanggal Lahir : Tg. Balai Karımun, 05 Febrıarı 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Batu Lipai Rt 002 Rw 001 Kel. Baran Timur Kec.
Meral Kab. Karımun Kep. Riau

Riwayat Pendidikan :

1. TK Bustanul : 2004 - 2005
2. SD Negeri 001 Kapling : 2005 – 2011
3. SMP Negeri 1 Tebing : 2011 – 2014
4. SMA Negeri 1 Karımun : 2014 – 2017
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2017 – 2022

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juli 2022
Bi Isni Sahirah
060117A009

HUBUNGAN KONSUMSI FASTFOOD MELALUI PEMESANAN MAKANAN ONLINE DENGAN KEJADIAN OBESITAS MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID 19

ABSTRAK

Latar Belakang Pandemi covid-19 membuat aktivitas masyarakat menjadi terbatas, karena penyebaran virus corona begitu cepat sehingga membutuhkan penanganan yang tepat baik dari pemerintah maupun masyarakat. Mahasiswa juga terkena dampak dari pandemic covid 19 terutama pada dunia pendidikan dan dikeluarkan nya Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020 Tentang belajar online dan bekerja dari Rumah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik, konsumsi *fast food* melalui pemesanan makan online dengan status gizi mahasiswa dimasa pandemic covid 19.

Metode penelitian Desain penelitian ini ialah *Cross sectional* dengan teknik proportional random sampling terdapat 71 responden, instrument penelitian yang digunakan kuesioner untuk mengetahui status gizi, frekuensi fastfood dan aktivitas fisik mahasiswa serta Uji digunakan Chi-square.

Hasil Penelitian menunjukkan rata-rata umur responden 20 tahun dengan jumlah responden 27 responden (38,0%), frekuensi konsumsi fast food sebagian besar berada pada kategori sering sejumlah 38 (53,5%). aktivitas fisik sebagian besar berada pada kategori ringan sejumlah 41 (57,7%). bahwa mahasiswa yang berada dalam kategori obesitas sejumlah 32 (45,1%), kemudian dalam kategori tidak obesitas sejumlah 39 (54,9%). tidak ada hubungan frekuensi konsumsi fast food dengan kejadian obesitas $p=(0,474)$ dan ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas $p=(0,002)$. Uji dikatakan bermakna jika nilai $P<0,05$ antara satu independen terhadap variabel dependen.

Kesimpulan Tidak ada hubungan konsumsi fastfood melalui pemesanan makanan online, dan Ada Hubungan Aktivitas Fisi dengan Kejadian obesitas mahasiswa dimasa pandemi covid 19.

Kata kunci: Fastfood, aktivitas fisik, Obesitas, mahasiswa

Ngudi Waluyo University
Nutrition Study Program
Faculty of Health Sciences
Thesis, July 2022
Bi isni sahirah
060117A009

THE CORRELATION FASTFOOD CONSUMPTION THROUGH ONLINE FOOD ORDERING, PHYSICAL ACTIVITY WITH THE OBESITY STATUS OF STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

Background The COVID-19 pandemic has limited public activities, because the spread of the corona virus is so fast that it requires proper handling from both the government and the community. Students are also affected by the COVID-19 pandemic in the world of education and a Circular Letter from the Minister of Education and Culture Number: 36962/MPK.A has been issued. /HK/2020 About online learning and working from Home. The purpose of this study was to determine the relationship between physical activity, consumption of *fast food* through online meal ordering with the nutritional status of students during the covid 19 pandemic.

Research method The design of this research is cross sectional with proportional random sampling technique there are 71 respondents, the research instrument used is a questionnaire to determine nutritional status, fast food frequency and student physical activity and Chi-square test is used.

Results Research shows the average age of respondents is 20 years with a total of 27 respondents (38.0%), the frequency of fast food consumption is mostly in the frequent category of 38 (53.5%). physical activity was mostly in the light category of 41 (57.7%). Whereas students who were in the obese category were 32 (45.1%), then in the non-obese category were 39 (54.9%). there is no relationship between the frequency of consumption of fast food with the incidence of obesity $p = (0.474)$ and there is a relationship between physical activity and the incidence of obesity $p = (0.002)$. The test is said to be significant if the P value <0.005 between one independent and the dependent variable.

Conclusion There is no relationship between fast food consumption through online food ordering, and there is a relationship between physical activity and student obesity during the covid 19 pandemic.

Keywords: Fastfood, physical activity, Obesity, students

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadirat Allah yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal berjudul “Hubungan Aktivitas fisik, Konsumsi *fast food* Melalui Pemesanan Online Dengan Status Gizi Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid 19”

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan Tugas Akhir berjudul “Hubungan Aktivitas fisik, Konsumsi *Fast Food* Melalui Pemesanan Online Dengan Status Gizi Mahasiswa Dimasa Pandemi Covid 19” ini tidak lepas dari bimbingan, pengarahan, dan dukungan dari pihak-pihak lain. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo S.Kep., Ns., M.kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Bapak Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan serta masukan selama perkuliahan di Universitas Ngudi Waluyo.
5. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan proposal penelitian ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Gizi Universitas Ngudi Waluyo yang telah membimbing dan memotivasi saya untuk dapat menyusun proposal penelitian ini.

7. Kedua orang tua penulis, Asmayadi dan Sri Susanti yang senantiasa memberikan banyak dukungan baik itu do'a, motivasi, semangat dan materi kepada penulis dalam menuntut ilmu dan menyelesaikan proposal penelitian ini.
8. Adik penulis tercinta, Bima Aryo Pangestu dan Ramadhani Aufa Nessya terima kasih atas doa dan dukungannya.
9. Ibu Venny Mulyani, S.Psi, M.Psi, Psikolog terima kasih telah membantu saya dan senantiasa memberikan motivasi.
10. Orang yang paling penulis kasihi, Faridh Surya Pratama yang selalu memberikan dukungan, semangat, kepada penulis serta menjadi motivasi terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan di Universitas Ngudi Waluyo, terima kasih untuk selalu setia, selalu sabar dan selalu mengerti.
11. Teman saya titin, lisa vita, dan fanny yang selalu mendukung dan memberikan motivasi, saran dan masukan kepada penulis.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu dalam penyusunan penelitian ini.

Tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna karena adanya keterbatasan kemampuan, pengetahuan, dan pengalaman yang penulis miliki. Untuk itu penulis menerima saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak agar bisa menjadi bahan pertimbangan dan penyempurnaan pada kesempatan yang akan datang. Harapan penulis semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan pembaca yang budiman.

Ungaran, Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

COVER LUAR	Error! Bookmark not defined.
COVER DALAM	1
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	5
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	6
ABSTRAK	7
ABSTRACT.....	8
KATA PENGANTAR	9
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR GAMBAR	13
DAFTAR TABEL.....	14
DAFTAR LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teoretis.....	Error! Bookmark not defined.
1. Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) ...	Error! Bookmark not defined.
2. Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
3. Obesitas	Error! Bookmark not defined.
4. Pemesanan Makanan Online	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teoretis	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III <u>M</u> ETODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.

A. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Subyek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
E. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
G. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV_HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil dan Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V_PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Definisi Operasional.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.2 Coding**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Umur di Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin di Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Konsumsi Fastfood di Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Aktivitas Fisik di Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Mahasiswa Berdasarkan Status Gizi di Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi fast food dengan kejadian obesitas Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo**Error! Bookmark not defined.**