

**ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK,
DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR
SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA
MEDAN TAHUN 2019**

TESIS

OLEH :

**SYAFLENI
1702011084**



**PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2019**

**ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN
TERHADAP STATUS GIZI SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA
MEDAN TAHUN 2019**

TESIS

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memeroleh Gelar Magister Kesehatan Masyarakat (M.K.M)
pada Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat
Minat Studi Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia**

Oleh :

**SYAFLENI
NIM.1702011084**



**PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2019**

HALAMAN PENGESAHAN TESIS

ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS
FISIK DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI
BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA
PHARMACA MEDAN
TAHUN 2019

Disusun dan Diajukan Oleh :

SYAFLENI

Nomor Induk Mahasiswa:1702011084

Menyetujui

Komisi Penasehat,

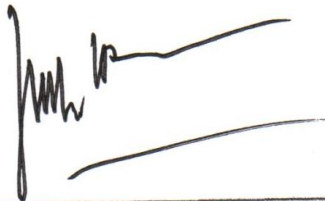


Dr. Asriwati, S.Kep.,Ns.,S.Pd.,M.Kes
Pembimbing I



Dr. Anto, SKM., M.Kes., M.M
Pembimbing II

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat



Iman Muhammad, S.E.,S.Kom.,M.M., M.Kes

Dekan
Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Asriwati, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes

Telah diuji Pada Tanggal: 14 November 2019

PANITIA PENGUJI TESIS

Ketua : 1 Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
Anggota : 2 Dr. Asriwati, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes
3 Dr. Anto, SKM., M.Kes., M.M
4 Ir. Neni Ekowati Januariana, M.P.H

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa ::

Tesis saya ini adalah asli dan belum pernah dijadikan untuk mendapatkan gelar Magister baik di Institut Kesehatan Helvetia maupun di Perguruan Tinggi lain.

Tesis ini adalah murni gagasan, runumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan dosen pembimbing. Dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama dan dicantumkan dalam daftar pustaka

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari dapat penyimpangan sesungguhnya dan ketidakbenaraan dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan atauran yang berlaku.

Medan, Novermber 2019

Yang Menyatakan Pernyataan



(Syafleni)

LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akdemi fakultas kesehatan masyarakat ilmu kesehatan helvetia medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syafleni
Nim : 1702011084
Minat Studi : Promosi Kesehatan
Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Jenis karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada fakultas kesehatan masyarakat **Hak Bebas Royalty Non Eksklusif** atau (**Non Exclusive Royalty Free Right**) atau tesis saya yang berjudul :

“Analisis Dampak Konsumsi Jajanan, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Beserta perangkat yang ada jika diperlukan dengan Hak Bebas Royalty Non Eksklusif Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan berhak menyimpan, mengalih mdia format, megelola dalam bentuk pangkalan data (database) , merawat dan mempublikas tesis saya tanpa meminta ijin dari saya slama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian persyaratan ini saya buat dengan sebernarnya.

Di buat di : Medan
Pada Tanggal, November 2019
Yang Menyatakan



(Syafleni)

ABSTRACT

**ANALYSIS OF CONSUMPTION BEVERAGE, PHYSICAL ACTIVITIES,
AND NUTRITIONAL STATUS IMPACTS OF STUDENT LEARNING
ACHIEVEMENT IN VOCATIONAL PRIVATE SCHOOL
PHARMACA MEDAN IN 2019**

**SYAFLENI
1702011084**

Overweight and obesity are health problems that need serious attention because they are the fifth-largest cause of death in the world. The purpose of this study was to analyze the Impact of Street Food Consumption, Physical Activity, and Nutritional Status on Student Achievement in Vocational Private School in 2019.

This research used quantitative research with a cross-sectional study design. The location of this research was conducted at Vocational Private School Medan. When the research took place from July - October 2019. The population in this study were all students of class XI and XII in Vocational Private School Medan in 2019 with a total of 179 students. The technique used is proportional random sampling. Research data were analyzed using the Chi-Square test and logistic regression.

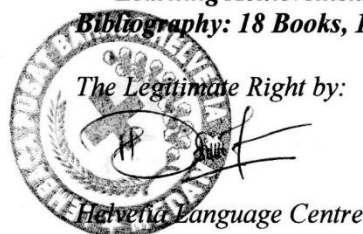
Based on the results of the study note that, consumption of snacks ($p = .004$), physical activity ($p = .048$), nutritional status ($p = .001$), affect student learning achievement in Vocational School Pharmaca Medan in 2019.

Based on the results of the study, it can be concluded that the consumption of snacks, physical activity, nutritional status influences student learning achievement at Vocational Private School Medan in 2019, so that the advice in this study is expected to be used as a material consideration in making policies in conducting counselling about consumption eat snacks.

**Keywords: Street Food Consumption, Physical Activity, Nutrition Status,
Learning Achievement**

Bibliography: 18 Books, 19 Journals, 4 Internet

The Legitimate Right by:



Helvetia Language Centre

**ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN
STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK
SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019**

ABSTRAK

**SYAFLENI
NIM.1702011084**

Overweight dan obesitas merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius, karena merupakan peringkat kelima penyebab kematian terbesar di dunia . Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Dampak Konsumsi Jajanan, Aktifitas Fisik, dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study*. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMK Swasta Pharmaca Medan. Waktu Penelitian berlangsung mulai bulan Juli sampai dengan Oktober 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan kelas XII di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019 dengan jumlah sebanyak 179 orang siswa. Teknik yang digunakan adalah *proportional random sampling*. Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan uji *Chi Square* dan regresi logistik.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, konsumsi jajanan ($p=0,004$), aktifitas fisik ($p=0,048$), status gizi ($p=0,001$), berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa konsumsi jajanan, aktifitas fisik, status gizi berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019, Sehingga adapun saran dalam penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan dalam melakukan penyuluhan tentang konsumsi makan jajanan.

Kata Kunci : Konsumsi Jajanan, Aktifitas Fisik, Status Gizi, Prestasi Belajar

Daftar Pustaka : 18 Buku, 19 Jurnal, 4 Internet

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas berkat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik. Adapun tesis penelitian yang berjudul “**Analisis Dampak Konsumsi Jajanan, Aktifitas Fisik dan Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019**” disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan.

Dalam menyelesaikan tesis penelitian ini, penulis banyak mengalami kesulitan, akan tetapi berkat bimbingan dan arahan berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikan tesis ini sesuai dengan waktu yang ditentukan. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc, M.Kes, selaku ketua pembina Yayasan Helvetia
2. Dr. H. Ismail Efendi, M.Si, selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia.
3. Dr. Asriwati, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia, sekaligus dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan saran selama proses penulisan tesis.
4. Imam Muhammad, S.E., S.Kom., M.M., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia.
5. Dr.Anto, SKM., M.Kes., MM, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan saran selama proses penulisan tesis.
6. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes, selaku dosen penguji I yang telah memberikan kritik dan saran kepada penulis, sehingga penulis dapat memperbaiki tesis ini sesuai dengan yang diharapkan.
7. Ir. Neni Ekowati Januariana, M.P.H, selaku dosen penguji II yang telah memberikan kritik dan saran kepada penulis, sehingga penulis dapat memperbaiki tesis ini sesuai dengan yang diharapkan.

8. Dosen Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama peneliti menempuh pendidikan.
9. Syaifuddin, S.E selaku Datuk Penghulu Desa Sekerak Kanan yang telah banyak memberikan kontribusi selama peneliti melakukan penelitian dan mengumpulkan data di Desa Sekerak Kanan Kabupaten Aceh Tamiang.
10. Syaiful dan Almarhumah Muharni, sebagai ayah dan ibunda tercinta yang telah melahirkan dan membesarkan dari kecil hingga dewasa penuh cinta kasih, do'a dan belaian sayang.
11. Teristimewa untuk selaku anak-anak yang selalu memberikan dukungan baik moril dan materil serta mendoakan dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan tesis ini.
12. Fajar Hayati, M.Syahril, sebagai sahabat satu daerah, Dina, dan seluruh teman-teman di Institut Kesehatan Helvetia yang selalu membantu dalam suka dan duka.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih, semoga bimbingan, dorongan dan bantuan yang diberikan kepada penulis dapat membawa berkah.

Medan, November 2019
Penulis

Syafleni
NIM.1702011084

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Syafleni, lahir Tebing Tinggi tanggal 27 Desember 1980, beragama Islam. Orangtua penulis bernama Syaiful dan Muharni Anak ke- 2 (dua) dari 4 bersaudara, beralamat di Jalan Marelan VII Terusan 2 Gg. Lestari Kecamatan Medan Marelan. Pada tahun 1987-1993 penulis menempuh pendidikan di SD Negeri No. 163099 Tebing Tinggi, tahun 1993-1996 penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Tebing Tinggi, tahun 1996-1999 penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 3 Tebing Tinggi, tahun 1999-2004 penulis melanjutkan Pendidikan di SI Kesehatan Masyarakat USU, tahun Tahun 2017 sampai dengan selesai penulis melanjutkan pendidikan di S2 Magister Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar belakang	1
1.2. Rumusan masalah	7
1.3. Tujuan penelitian	7
1.3.1. Tujuan Umum.....	7
1.3.2. Tujuan Khusus.....	8
1.4. Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoretis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1. Tinjauan Penelitian Terdahulu	10
2.2. Telaah Teori	14
2.2.1 Makanan Jajanan	14
1) Pengertian	14
2) Jenis Makanan Jajanan.....	15
3) Kandungan Gizi Makanan Jajanan	15
4) Kriteria Makanan Jajanan	17
5) Penyebab Makanan Tidak Aman	18
6) Konsumsi Jajanan di Kalangan Siswa	19
7) Pengukuran Konsumsi Jajanan Jajanan	20
8) Dampak Negatif yang ditimbulkan Terhadap Kesehatan Tubuh	20
2.2.2 Aktifitas Fisik	25
1) Pengertian	25
2) Manfaat Aktivitas Fisik.....	26
3) Tingkat Aktifitas Fisik	27
2.2.3 Prestasi Belajar	28
1) Pengertian	28
2) Faktor yang Memengaruhi Prestasi Belajar	29
2.2.4 Status Gizi	33
1) Kebutuhan Gizi Remaja.....	33
2) Faktor Penyebab Masalah Gizi Remaja	36

3)	Penilaian Status Gizi	37
2.3.	Landasan Teori	39
2.3.1	Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Aktifitas Fisik Siswa.....	39
2.3.2	Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Prestasi Belajar	40
2.3.3	Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Status Gizi Siswa.....	42
2.3.4	Kerangka Teori Penelitian	42
2.4	Kerangka Konsep Penelitian	44
2.5	Hipotesis Penelitian.....	44
BAB III	METODE PENELITIAN	45
3.1	Jenis penelitian	45
3.2	Lokasi dan waktu Penelitian	45
3.2.1.	Lokasi Penelitian	45
3.2.2.	Waktu Penelitian	45
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	45
3.3.1.	Populasi	45
3.3.2.	Sampel.....	46
3.4	Metode Pengumpulan Data	47
3.4.1.	Jenis Data	47
3.4.2.	Teknik Pengumpulan Data	48
3.5	Defenisi Operasional dan Aspek Pengukuran Data	48
3.5.1	Defenisi Operasional	48
3.5.2	Aspek Pengukuran	49
3.6	Metode Pengolahan Data	49
3.7	Analisis Data	50
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	52
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	52
4.2	Analisis Data Univariat	52
4.2.1	Distribusi Sampel di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019	52
4.2.1.1	Distribusi Sampel Umur, jenis kelamin, kelas di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	54
4.2.1.2	Distribusi Frekuensi Konsumsi Jajanan di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	55
4.2.1.3	Distribusi Aktifitas Fisik di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	55
4.2.1.4	Distribusi Status Gizi di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	56
4.2.1.5	Distribusi Prestasi Belajar di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	56

4.2 Analisis Data Bivariat	57
4.2.1 Hubungan Konsumsi Jajanan dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	57
4.2.2 Hubungan Aktifitas Fisik dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	58
4.2.3 Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	58
4.3 Analisis Multivariat	59
BAB V PEMBAHASAN	62
5.1 Pengaruh Konsumsi Jajanan Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	62
5.2 Pengaruh Aktifitas Fisik Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	68
5.3 Pengaruh Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	71
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	74
6.1 Kesimpulan	74
6.2 Implikasi Penelitian	75
6.3 Keterbatasan Penelitian.....	75
6.4 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77

DAFTAR TABEL

Tabel	Judul	Halaman
3.1	Aspek Pengukuran.....	48
4.1	Distribusi Sampel Berdasarkan Umur, jenis kelamin, kelas di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019	54
4.2	Distribusi Konsumsi Jajanan di SMK Sasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	55
4.3	Distribusi Aktifitas Fisik di SMK Sasta Pharmaca Medan Tahun 2019	55
4.4	Distribusi Status Gizi di SMK Sasta Pharmaca Medan Tahun 2019	56
4.5	Distribusi Prestasi Belajar di SMK Sasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	56
4.6	Hubungan Konsumsi Jajanan dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	57
4.7	Hubungan Aktifitas Fisik dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.....	58
4.8	Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019	59
4.9	Analisis Multivariat	58
4.10	Seleksi Variabel yang Menajdi Kandidat Model dalam Uji Regresi	60
4.11	Hasil Tahapan Pertama Analisis Regresi Logistik	60
4.12	Hasil Tahapan Pertama Analisis Regresi Logistik	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Judul	Halaman
2.1	Perilaku Teori <i>Precede Procede</i>	37
2.2	Kerangka Teori	41
2.3	Kerangka Konsep	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Judul	Halaman
1	Kuesioner Penelitian.....	80
2	Master Data	85
3	Lampiran SPSS Univariat	87
4	Lampiran SPSS Bivariat	89
5	Lampiran SPSS Multivariat.....	90
6	Dokumentasi	93

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Zaman yang serba modern ini banyak sekali jajanan berupa makanan dan minuman siap saji. Hal itu didukung oleh iklan yang sangat menarik, baik di kalangan anak-anak maupun dewasa, sehingga cepat sekali dalam pemasarannya. Konsumsi makanan siap saji di Indonesia mengalami pertumbuhan pesat, baik itu di perkotaan maupun di pedesaan. Makanan siap saji merupakan alternatif pilihan makanan jajanan untuk orang-orang yang sibuk dan suka berperilaku konsumtif. Dimana orang sibuk bekerja dan orang-orang yang membutuhkan kepraktisan serta tidak suka memasak. Akan tetapi kecenderungan mengonsumsi jajanan dapat menyebabkan *overweight* dan obesitas.

Overweight dan obesitas merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius, karena merupakan peringkat kelima penyebab kematian terbesar di dunia. Berdasarkan data *World Health Organization* Tahun 2018, lebih dari 2,8 juta orang remaja meninggal setiap tahunnya yang disebabkan oleh *overweight* dan obesitas. Prevalensi *overweight* meningkat secara tajam yaitu pada lebih dari 200 juta laki-laki dan 300 juta perempuan (1).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 juga diketahui bahwa dalam kurun waktu 5 tahun, peningkatan prevalensi obesitas pada usia remaja cukup tinggi. Dari 10,9% remaja berusia 13-19 tahun yang menderita obesitas pada tahun 2013, setelah diamati 5 tahun kemudian yakni pada

tahun 2018, prevalensi obesitas meningkat menjadi 21%. Dari yang *overweight* menjadi obesitas sebanyak 10,4%, yang tetap obesitas 9,4% dan hanya 2,1% yang *overweight* menjadi normal (1).

Selain itu, WHO juga mencatat bahwa hampir 102 juta remaja sekolah di seluruh dunia mengalami *overweight* dan obesitas, jumlah ini diperkirakan akan terus bertambah pada tahun 2020. Peningkatan prevalensi obesitas pada remaja tahun 2010 jauh lebih kecil dibandingkan prevalensi obesitas pada remaja tahun 2018 yang mencapai 21 % (1).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 mencatat bahwa, diperkirakan dari 250 juta penduduk di Indonesia, pada tahun 2020 jumlah penduduk yang mengalami *overweight* akan mencapai 76,7 juta (17,5%), dan penderita obesitas berjumlah lebih dari 9,8 juta (4,7%). Tingkat prevalensi obesitas pada anak remaja yang berusia 12-16 akan mencapai 16,2% dan pada umur 17-18 tahun mencapai 11,4%. Kasus obesitas akan banyak ditemukan pada wanita yaitu sebanyak 10,2% bila dibandingkan dengan obesitas pada pria yaitu sebanyak 3,1% (2).

Hasil penelitian Riset Kesehatan Dasar tahun 2017 menunjukkan prevalensi *overweight* pada remaja secara nasional sebesar 8,8% pada tahun 2016-2017 sangat besar bila dibandingkan dengan prevalensi *overweight* di kawasan Asia yaitu 26,4% pada anak laki-laki dan 16,8% pada anak perempuan. Prevalensi remaja berdasarkan status gizi IMT/U untuk umur 16 –18 tahun sebanyak 1,6% mengalami *overweight*. Prevalensi *overweight* naik dari 1,4 persen dari tahun 2016 menjadi 7,3% pada tahun 2017 (3).

Rossner menyebutkan bahwa *overweight* dan obesitas menjadi masalah di seluruh dunia, karena prevalensinya yang meningkat pada orang dewasa maupun remaja, baik di negara maju maupun di negara berkembang (4).

Pola makan remaja akhir-akhir ini sangat dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup. Masalah pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizinya, tetapi lebih banyak untuk sekedar bersosialisasi dengan teman sebayanya, untuk kesenangan dan agar tidak kehilangan status. Remaja lebih mudah menerima pengaruh globalisasi pada pola makan “kebarat-baratan“ yang tinggi lemak, tinggi kalori dan rendah serat yang tentu saja dapat berdampak pada prestasi belajar di sekolah (5).

Prestasi belajar juga sangat dipengaruhi oleh perilaku sehat siswa. Biasanya siswa dengan prestasi belajar rendah sangat suka mengonsumsi jajanan, sambil berkumpul dengan teman-temannya di cafe atau warung jajanan langganan mereka. Jajanan tersebut menyebabkan gangguan kesehatan pada otak. Konsumsi jajanan ternyata berpengaruh besar pada kemampuan kognitif otak dan jika dilakukan dalam waktu yang lama, dapat memengaruhi daya ingat seseorang secara signifikan, sehingga orang tersebut memiliki daya ingat yang lemah dan menjadi seorang pelupa (6).

Konsumsi jajanan juga sangat memengaruhi aktivitas fisik seseorang. Rendahnya frekuensi aktifitas fisik seseorang merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap jumlah lemak seseorang. Hasil Riskesdas tahun 2017 menyatakan bahwa prevalensi kurang aktivitas fisik pada perempuan (54,5%) lebih tinggi dari pada prevalensi pada laki-laki (41,4%), serta prevalensi kurang

aktivitas fisik penduduk perkotaan (57,6%) lebih tinggi di banding pedesaan (42,4%) (7).

Berdasarkan data kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2019, diketahui bahwa berdasarkan jenis makanannya sendiri jajanan mie dan bakso menempati peringkat teratas sebagai makanan yang paling sering dikonsumsi oleh remaja dengan jumlah 71%. Selanjutnya gorengan dan makanan ringan menjadi jajanan kedua yang sering dikonsumsi dengan jumlah 26%. Ketiga adalah makanan kaleng dan *soft drink* (minuman bersoda) dengan jumlah 2% dan terakhir adalah makanan jenis permen dan asinan dengan jumlah 1% (8).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019 dengan melakukan pengukuran pada siswa kelas X dan XI pada bulan Maret 2019 laki-laki dan perempuan, menunjukkan bahwa dari 18 siswa, ada sebanyak 3 siswa laki-laki berusia 18 tahun 2 bulan yang memiliki status gizi obesitas. Sebanyak 4 orang siswa perempuan berusia 18 tahun 3 bulan yang memiliki status gizi obesitas. Sebanyak 4 orang siswa laki-laki berusia 17 tahun 1 bulan yang memiliki status gizi *overweight*. Sebanyak 5 orang siswa perempuan berusia 18 tahun 4 bulan yang memiliki status gizi *overweight*, sebanyak 1 orang siswa laki-laki yang berumur 18 tahun 7 bulan memiliki status gizi kurus dan sebanyak 1 orang siswa perempuan yang berumur 18 tahun 9 bulan memiliki status gizi kurus.

Dari 18 siswa tersebut peneliti melakukan wawancara yaitu untuk mengetahui bagaimana pola makan, prestasi belajar, aktifitas fisik, dan status gizi yang berhubungan dengan perilaku sehat mereka. Dari 18 orang siswa tersebut, 12

orang menyatakan bahwa pola makan mereka tidak teratur khususnya pada pagi hari, mereka sering terlambat bangun dan akhirnya tidak sempat sarapan pagi dan untuk mengganti sarapan pagi di rumah mereka membeli mie instan, bakso bakar, bakso kuah dan gorengan yang di jajakan pedagang kaki lima di lingkungan sekolah. Sedangkan 6 orang lainnya mengaku sarapan di rumah dan membawa bekal ke sekolah. Hal tersebut tentu saja sangat berpengaruh terhadap status gizi siswa tersebut.

Selain itu, siswa yang 12 orang tersebut memiliki prestasi belajar yang rendah, hal tersebut terlihat dari nilai Ujian Akhir Sekolah yang rata-rata nilainya hanya sebatas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70. Penggunaan KKM sebagai parameter prestasi belajar siswa dalam penelitian ini adalah berdasarkan Panduan Penilaian Kemendikbud Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pembinaan SMP (9). Rendahnya prestasi belajar siswa tersebut ditengarai akibat seringnya siswa mengonsumsi jajanan yang membuat siswa tersebut cepat lapar dan haus, dan berdampak pada daya konsentrasi yang lemah pada saat proses belajar mengajar berlangsung.

Meskipun demikian, siswa SMK Swasta Pharmaca Medan terus mengonsumsi jajanan yang dengan mudah sekali mereka dapatkan, selain tersedia di sekolah juga mereka dapatkan melalui aplikasi. Dengan kemudahan aplikasi tersebut tersebut, para siswa dapat memesan apa saja yang mereka sukai dan tentu saja yang dipesan tersebut sebagian besar adalah sejenis jajanan

Pola makan yang buruk tersebut juga membuat sebagian siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan memiliki berat badan yang tidak proporsional, dan dari

18 orang yang di wawancarai, sebanyak 14 orang memiliki berat badan yang *overweight*, 1 orang yang obesitas dan hanya 3 orang lainnya memiliki berat badan yang ideal.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2018) menunjukkan prevalensi obesitas pada siswa SMA Negeri 9 Semarang cukup tinggi yaitu 13,6%. Banyaknya macam makanan cepat saji yang dimakan berhubungan dengan naiknya risiko obesitas dengan nilai Odds Ratio atau kemungkinan pengaruh sebesar 6,5-95% dan Interval kepercayaan sebesar 1,4-30,7). Penelitian yang dilakukan Padmiari, dkk (2018) juga menyebutkan bahwa ada sebanyak 43,75% siswa yang memiliki kebiasaan konsumsi *junk food* dengan frekuensi >7 kali/minggu (10).

French et al, melakukan penelitian peningkatan frekuensi konsumsi jajanan dikaitkan dengan peningkatan berat badan akibat timbunan lemak lebih dari 3 tahun secara acak pada remaja perempuan dan menghasilkan konsumsi makanan jajanan berhubungan dengan indeks massa tubuh (11).

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang dampak jajanan terhadap perilaku sehat siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan dengan judul penelitian “**Analisis Dampak Konsumsi Jajanan, Aktifitas Fisik dan Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa Di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019**”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh konsumsi jajanan terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019?
2. Apakah ada pengaruh aktifitas fisik terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019?
3. Apakah ada pengaruh status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019?
4. Variabel apa yang paling dominan berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk menganalisis dampak konsumsi jajanan, aktifitas fisik dan status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis pengaruh konsumsi jajanan terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
2. Untuk menganalisis pengaruh aktifitas fisik terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
3. Untuk menganalisis pengaruh status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
4. Untuk menganalisis variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat secara teoritis maupun secara praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Mahasiswa di Institut Kesehatan Helvetia

Untuk menerapkan teori-teori dan pengetahuan dampak jajanan terhadap perilaku sehat yang merupakan masalah yang sangat serius dan perlu untuk diteliti lebih dalam.

2. Bagi Akademik

Dapat dijadikan sebagai referensi dan perbandingan bagi peneliti lain, yang berminat mengembangkan topik bahasan ini, yaitu tentang perilaku siswa dalam mengonsumsi jajanan dan dampaknya terhadap perilaku sehat siswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Dapat menambah dan meningkatkan wawasan, pengetahuan, keterampilan dalam mengumpulkan, mengolah, menganalisa serta menginformasikan data temuan tentang perilaku masyarakat dalam mengonsumsi jajanan

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi terkait dengan perilaku masyarakat dalam mengatasi perilaku yang merugikan kesehatan.

3. Bagi Petugas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan dalam melakukan penyuluhan tentang konsumsi makan jajanan. Selain itu diharapkan juga dapat menjadi sumber informasi terkait dengan perilaku kesehatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Berikut ini dipaparkan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan judul penelitian, yaitu:

Yurni, dkk (2018) dengan judul penelitian “Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Membawa Bekal Menu Seimbang”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan praktik membawa bekal menu seimbang (BMS). Desain penelitian adalah *quasy experimental design with one group pre and post-test*. Subyek penelitian sebanyak 52 siswa SMA Babakan Dramaga 04, Kabupaten Bogor. Intervensi pendidikan gizi dilakukan sebanyak 2 kali selama 2 minggu. *Post-test* 1 pengetahuan gizi seimbang dilakukan 1 minggu setelah intervensi, sedangkan *post-test* 1 praktik membawa BMS dilaksanakan 2 minggu setelah intervensi. *Post-test* 2 dan *post-test* 3 praktik BMS dilakukan setiap 2 minggu sekali. Pengukuran antropometri yang dilakukan adalah berat badan dan tinggi badan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi seimbang subyek meningkat setelah diberikan intervensi pendidikan gizi. Subyek juga menunjukkan adanya perbaikan praktik membawa bekal menu seimbang setelah intervensi (12).

Bonita, dkk (2017) dengan judul penelitian “Konsumsi *Fast Food* dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Kejadian *Overweight* Pada Remaja *Stunting*”

SMA. Anak stunting pada usia sekolah dapat berisiko 3 kali menjadi remaja obesitas. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko kejadian *overweight* pada remaja stunting SMA. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain case control. Pengambilan sampel dilakukan dengan *consecutive sampling*. Subjek penelitian terdiri dari 23 kelompok kasus (*stunting overweight*) dan 23 kelompok kontrol (*stunting non overweight*). Kriteria *stunting* menggunakan indikator TB/U sedangkan kriteria *overweight* menggunakan indikator IMT/U. Data frekuensi konsumsi makanan, asupan energi, lemak, natrium, dan serat diperoleh melalui formulir FFQ semi kuantitatif dan aktivitas fisik menggunakan kuesioner PAQ-A. Data tinggi badan diukur menggunakan microtoise sedangkan berat badan menggunakan timbangan digital. Hasil: Frekuensi konsumsi *western fast food* (OR= 8,7 (95%CI: 1,9-37,5), total energi *fast food* (OR= 3,5 (95%CI: 1,1-11,8), total lemak *western fast food* (OR= 4,3(95%CI: 1,3-14,7), dan *total natrium fast food* (OR= 3,5 (95%CI: 1,1-11,8) merupakan faktor risiko kejadian *overweight* pada remaja stunting ($p < 0,05$) (13).

Anugrah, dkk (2017) dengan judul penelitian “Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian *Overweight* Pada Remaja Di SMA Katolik Cendrawasih Makassar” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Katolik Cendrawasih Makassar. Hasil penelitian diperoleh variabel yang berhubungan adalah energi ($p=0,000$), lemak ($p=0,000$), karbohidrat (0,000). Sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan kejadian obesitas adalah frekuensi makan *fast*

food($p=0,686$), protein ($p=0,105$) (14).

Junaidi (2016) dengan judul penelitian “Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Obesitas pada siswa SMA Banda Aceh . Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan obesitas pada siswa SMA. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain *Case Control Study*, dengan jumlah sampel sebanyak 64 orang anak di SMA Negeri 67 percontohan banda aceh. Penelitian dilaksanakan tanggal 26-27 Juli 2013, di SMA Negeri 67 Percontohan Banda Aceh. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pengukuran BB dan TB, dan status gizi siswa SMA diambil berdasarkan indeks antropometri IMT/U, kemudian data-data tersebut dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian mayoritas konsumsi fast food sebesar 62,5% pada anak obesitas yaitu sering, dan anak normal jarang mengkonsumsi sebesar 68,7%. Hasil statistik diperoleh p-value (0,024). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kebiasaan konsumsi fast food terhadap kejadian obesitas pada siswa SMA. Saran kepada pihak sekolah, diharapkan agar dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan dengan memberikan konseling gizi, khususnya tentang konsumsi fast food kepada para murid (15).

Afifah (2017) dengan judul penelitian “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji pada obesitas remaja di Theresiana 1 SMA Negeri Semarang 2017. Hasilnya menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang makanan cepat saji

tergolong memadai (48,6%). Sikap responden tentang konsumsi makanan cepat saji tergolong memadai (42,9%). Penghasilan orang tua tergolong sangat tinggi (65,7%). Termohon uang saku digolongkan tinggi (82,9%). Teman-teman dengan usia yang sama adalah diklasifikasikan sebagai tidak berpengaruh (51,4%). Media massa digolongkan tidak berpengaruh (54,3%). Hasil statistik menunjukkan bahwa tidak ada korelasi pengetahuan ($p = 0,166$), sikap ($p = 0,677$), pendapatan orang tua ($p = 0,668$), uang saku ($p = 0,975$), teman-teman dengan usia yang sama ($p = 0,145$), media massa ($p = 0,982$) dengan cepat konsumsi makanan (16).

Armadani (2016) dengan judul penelitian “Hubungan Antara Konsumsi *Fast Food*, Aktivitas Fisik, dan Status”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan serta seberapa besar sumbangan dari hubungan konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, dan status gizi (secara genetik) dengan gizi lebih. Jenis penelitian yang digunakan adalah non eksperimen dengan desain penelitian korelasional (*correlation research*). Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII, VIII, dan IX di MAN Surabaya tahun ajaran 2016/2017 yang berjumlah 110 siswa. Hasil penelitian memperlihatkan hubungan antara konsumsi fast food dengan gizi lebih dapat dijabarkan bahwa dengan menggunakan hasil value sebesar 1,190 dan sig 0,275. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi fast food dengan gizi lebih. Hubungan antara aktivitas fisik dengan gizi lebih dapat dijabarkan bahwa dengan menggunakan hasil value sebesar 23.394 dan sig 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan gizi lebih. Hubungan

antara status gizi (secara genetik) dengan gizi lebih dapat dijabarkan bahwa dengan menggunakan hasil *value* sebesar 0,748 dan sig 0,387 (17).

2.2 Telaah Teori

2.2.1 Makanan Jajanan

1) Pengertian

Makanan jajanan adalah jenis makanan yang dijual di kaki lima, pinggir jalan, stasiun, pasar, tempat lingkungan pemukiman dan lainnya. Makanan jajanan merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan untuk dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan maupun di tempat-tempat keramaian umum, yang dapat langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa proses pengolahan atau persiapan lebih. Mengonsumsi makanan jajanan yang tidak sehat dapat mengakibatkan penurunan status gizi dan meningkatnya angka kesakitan khusus pada anak sekolah. Beragam jenis makanan jajanan di Indonesia berkembang sangat pesat sejalan dengan pesatnya pembangunan. Beberapa keunggulan makanan jajanan adalah harganya yang murah, mudah didapat, cita rasa yang enak dan cocok dengan selera kebanyakan masyarakat (18).

Seorang ahli kesehatan Parengkuan juga menyatakan bahwa jajanan dideskripsikan sebagai makanan yang tidak sehat atau minim kandungan nutrisi. Seperti keripik, permen, semua dessert manis, makanan yang digoreng, dan minuman soda atau minuman berkarbonasi dan lain sebagainya. Bila jumlah ini terlalu banyak didalam tubuh, maka akan menimbulkan banyak penyakit, seperti obesitas, jantung dan kanker (18).

2) Jenis Makanan Jajanan

Menurut Vinsensia (19), jenis *junk food* yang sering jumpai antara lain, yaitu :

- a. Makanan yang berpengawet seperti makanan yang disimpan di dalam kaleng, mie yang dijual dalam kemasan dan kaleng. Hampir dipastikan semua makanan kategori ini membahayakan karena zat pengawetnya.
- b. Makanan yang mengandung kadar garam tinggi dan mengandung MSG seperti makanan ringan. Makanan jenis ini memang cocok dan enak untuk dijadikan cemilan. Namun karena mengandung kadar garam tinggi dan penyedap rasa buatan, mau tidak mau akan berpengaruh terhadap kesehatan seseorang baik dalam jangka pendek maupun dalam jangka panjang.
- c. Makanan yang mengandung lemak tinggi seperti daging dalam burger,
- d. Makanan yang mengandung soda seperti minuman ringan yang bersoda yang banyak dijual. Kulit ayam dalam *fried chicken*, dan lainnya.

3) Kandungan Gizi Makanan Jajanan

Kandungan gizi makanan jajanan meliputi :

a. Energi

Energi merupakan salah satu hasil metabolisme karbohidrat, protein dan lemak, yang berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, dan kegiatan fisik. Kandungan energi pada makanan jajanan berkisar antara 231-1.024 kkal per porsi makanan jajanan.

b. Protein

Protein terdiri dari asam amino. Fungsi dari protein antara lain, yaitu sebagai pengganti jaringan yang rusak, untuk pertumbuhan serta sebagai antibody (kekebalan tubuh). Kandungan protein pada makanan jajanan berkisar antara 0,8-15,6 gram per porsi makanan jajanan.

- c. Lemak Lemak banyak terdapat pada jenis makanan yang bersumber dari hewani dan nabati. Fungsi dari lemak adalah sebagai sumber energi, pelindung organ tubuh, pembentukan sel, sumber asam lemak esensial, memberi rasa kenyang, lezat, dan memelihara suhu tubuh. Kandungan lemak pada makanan jajanan berkisar antara 0,8-19,3 gram per porsi makanan jajanan.

d. Karbohidrat

Karbohidrat adalah komposisi yang terdiri dari elemen karbon, hidrogen, dan oksigen, terdapat dalam tumbuhan seperti beras, jagung, dan umbi-umbian, dan terbentuk melalui proses asimilasi dalam tumbuhan. Fungsi dari karbohidrat antara lain sebagai sumber energi utama yang diperlukan untuk gerak, memberi rasa kenyang, pembentukan cadangan sumber energi. Kelebihan karbohidrat dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan sumber energi yang sewaktu-waktu dapat digunakan. Kandungan karbohidrat pada makanan jajanan berkisar antara 7,4-57,6 gram per porsi makanan jajanan (19).

4) Kriteria Makanan Jajanan

Kriteria makanan jajanan dikelompokkan menjadi dua, yaitu jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Jajanan sehat merupakan jajanan yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut bebas dari lalat, semut, dan kecoa, serta binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit; bebas dari debu dan kotoran; makanan yang dikukus, direbus, atau digoreng menggunakan panas yang cukup, sehingga tidak setengah matang; disajikan dengan menggunakan wadah yang bersih dan sudah dicuci terlebih dahulu sebelum digunakan, kecuali makanan jajanan yang dibungkus dengan plastik atau daun; mengambil makanan jajanan yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpu, atau alat yang bersih lainnya, jangan mengambil dengan menggunakan tangan. Demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat-alat agar selalu tetap bersih. Jajanan sehat juga harus bebas dari bahan kimia berbahaya seperti boraks, formalin, zat pengawet, zat pewarna dan pemanis buatan (20).

Jajanan dikatakan tidak sehat jika menggunakan bahan kimia yang dilarang, seperti pengawet, pengganti rasa manis (sakarín, siklamat), pewarna, bumbu penyedap masakan atau MSG yang berlebihan, air yang dimasak dengan tidak matang, bahan makanan yang sudah busuk dan bahan makanan yang tidak dihalalkan oleh agama.

5) Penyebab Makanan Tidak Aman

Penyebab makanan tidak aman dapat berasal dari 3 (tiga) cemaran, yaitu cemaran fisik, cemaran kimia, dan cemaran biologis :

a. Cemaran Fisik

Cemaran fisik seperti rambut, pasir, batuan lainnya. Cemaran fisik ini dapat mencemari makanan pada tahap proses pemilihan, penyimpanan, persiapan, pemasakan bahan pangan, pengemasan, penyimpanan dan pendistribusian makanan matang serta pada saat makanan dikonsumsi.

b. Cemaran Kimia

Cemaran kimia dapat berasal dari lingkungan yang tercemar limbah industri, radiasi, serta penyalahgunaan bahan berbahaya yang dilarang untuk pangan yang ditambahkan ke dalam pangan, yang bertujuan untuk membuat makanan awet dan lebih enak. Contoh bahan tambahan makanan berbahaya adalah sakarin, rhodamin B, boraks, dan methanil yellow.

c. Cemaran Biologis

Cemaran biologis disebabkan oleh rendahnya kebersihan dan sanitasi. Contoh cemaran diantaranya yaitu:

- 1) Salmonella biasanya dapat ditularkan dari kulit telur yang kotor.
- 2) E.coli pada sayuran mentah dan es batu. Kontaminasi dapat berasal dari kotoran hewan maupun pupuk kandang yang digunakan dalam proses penanaman sayur dan es batu yang airnya tidak di masak terlebih dahulu.

(20).

6) Konsumsi Jajanan di Kalangan Siswa

Remaja dengan aktivitas sosial tinggi, memperlihatkan peran teman sebaya semakin tampak. Di kota besar sering kita lihat sekelompok atau lebih remaja makan bersama di rumah makan yang menyajikan makanan jajanan yang berasal dari Negara barat (18). Di sekolah, makanan perlu disediakan untuk anak dengan tujuan :

- a. Mempertahankan kemampuan berkonsentrasi dan belajar.
- b. Memberi kontribusi bagi asupan diet keseluruhan.
- c. Mengajarkan tentang makanan dan nutrisi, serta aspek sosial dari makanan.

Menurut Barasasi (21), dalam tahun-tahun terakhir ini, anak-anak telah memilih makanan kentang goreng, *burger* dan hidangan utama tinggi lemak lainnya, kue, serta minuman ringan, hanya sedikit yang memilih buah, sayuran, atau salad. Sebagai akibatnya, kualitas gizi makanan di sekolah telah di kritik karena mengandung :

- a. Terlalu banyak lemak, menyuplai 41% dari kandungan energi dalam hidangan tersebut (tingkat yang direkomendasikan adalah 35%).
- b. Terlalu banyak lemak jenuh, menyuplai 14% dari energi (direkomendasikan 11%).
- c. Terlalu banyak gula dari sumber selain susu, menyuplai sebanyak 14% energi (dianjurkan 11%).
- d. Terlalu banyak garam.
- e. Terlalu sedikit buah dan sayuran

7) Pengukuran Konsumsi Jajanan

Menurut Supriasa (22), untuk tujuan penelitian yang ingin mengetahui kebiasaan atau pola konsumsi tingkat individu atau perorangan, maka metode pengukuran makanan yang dapat dilakukan yaitu metode frekuensi makanan (*food frequency*). Metode frekuensi makanan adalah untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu, seperti hari, minggu, bulan atau tahun.

8) Dampak Negatif yang Ditimbulkan Makanan Jajanan terhadap Kesehatan Tubuh

Berikut beberapa zat yang terkandung di dalam dan *junk food* yang mengakibatkan bermacam-macam penyakit dapat menyerang tubuh (19).

a. Mengandung natrium yang tinggi

Dampak dari penggunaan natrium menurut laporan *Federation of the American Society for Experimental Biologi* adalah rasa terbakar di bagian leher, mati rasa di bagian belakang leher, stress dan tegang pada kulit wajah, dada terasa sakit, sakit kepala, detak jantung yang cepat, rasa lemah atau cepat lelah dan lain-lain. Memang tidak langsung dirasakan dampak ini ketika mengkonsumsi jajanan yang menggunakan natrium. Tapi, pada ambang batas tertentu karena tubuh tidak sanggup lagi menahan zat ini maka dampak diatas akan menyerang tubuh. 12 gram natrium per hari dapat menimbulkan gangguan lambung, gangguan tidur dan mual-mual. Bahkan beberapa orang ada yang mengalami reaksi alergi berupa gatal, mual dan panas. Tidak hanya itu saja natrium juga dapat memicu

hipertensi, asma, kanker, diabetes, kelumpuhan serta penurunan kecerdasan. Kekurangan kalium akan terjadi apabila asupan natrium berlebihan. Hal ini dapat menyebabkan penurunan fungsi otot jantung dan melambatnya proses penghantaran impuls oleh saraf. Dengan menurunnya fungsi otot jantung resiko serangan jantung pun meningkat. Lambat dalam menanggapi rangsangan dan lambat dalam berpikir dapat terjadi karena melambatnya penghantaran rangsangan saraf.

b. Mengandung kalori yang tinggi.

Jumlah kalori dari jajanan lebih tinggi dari makanan yang dimasak sendiri di rumah. Jumlah kalori yang seharusnya dikonsumsi dalam sehari bisa dipenuhi hanya dengan sekali makan di restoran seperti hamburger: 800kkal, ayam goreng satu porsi: 781kkal, mie hitam: 660kkal, nasi campur: 580kkal, omelet: 520kkal, mie udon: 400kkal, sandwich: 350kkal, kentang goreng: 280kkal, serta minuman bersoda dan makanan penutup seperti es krim, coklat, permen, buah kemasan dan cemilan kemasan. Konsumsi kalori yang sangat tinggi melebihi anjuran konsumsi kalori sebanyak 2000kkal perhari menjadi penimbunan kalori dalam tubuh apabila tidak digunakan.berlebih di dalam tubuh. Karbohidrat dapat menyebabkan beberapa penyakit seperti *diabetes* melitus (DM), intoleran laktosa, karies gigi apabila salah dalam asupan mengkonsumsinya.

Pada penderita intoleran laktosa, intoleransi terjadi karena defisiensi enzim laktase pada *brush border* usus kecil sehingga laktosa tidak dapat dicerna dan diserap, serta menumpuk di dalam saluran pencernaan yang

menjadi media bakteri intestin penghasil gas metan dan bertindak sebagai laksasia (pencabar) hingga dapat menimbulkan diare. Penyakit ini dapat bersifat keturunan sejak bayi atau terjadi saat dewasa karena adaptasi tubuh. o Karies gigi, penyakit ini terjadi karena etiologi yang kompleks. Karies gigi adalah kerusakan email gigi yang parah dan merupakan penyakit kronis yang paling umum terjadi pada anak. Karies ditandai dengan adanya lubang pada jaringan keras gigi dan dapat berwarna cokelat atau hitam. Keterkaitan konsumsi karbohidrat dengan kejadian karies berkaitan dengan pembentukan plak. Plak terjadi karena adanya sisa-sisa makanan terutama dari makanan yang mengandung pati dan gula (indeks glikemik tinggi) yang melekat di gigi yang ditumbuhi bakteri yang mengubah glukosa menjadi asam. Terdapat hubungan antara IG dengan rendahnya pH (keasaman rongga mulut) dan plak, yaitu kebiasaan konsumsi karbohidrat dengan IG tinggi lebih berisiko karies daripada IG rendah. Penurunan keasaman rongga mulut hingga pH 4,5 dapat menyebabkan terlarutnya struktur email gigi, dan jika berlangsung lama, akan dapat menyebabkan kerusakan email gigi hingga akhirnya terjadi karies gigi.

c. Kandungan lemak yang tinggi.

Makanan jajanan banyak mengandung lemak yang berlebihan. Lemak dalam makanan tersebut mencakup lemak jenuh dan lemak trans. Jika di dalam tubuh terdapat banyak lemak jenuh, maka pembuluh darah akan menyempit dan jalan aliran darah akan terhambat. Salah satu pembuluh

darah yang dapat disumbat akibat lemak jenuh adalah pembuluh darah arteri koroner pada jantung. Jika arteri ini tersumbat maka dapat menyebabkan penyakit jantung koroner.

Menurut anjuran pedoman gizi seimbang, konsumsi lemak yang baik adalah 25% dari kebutuhan. Konsumsi lemak berlebih berkaitan dengan peningkatan berat badan menjadi obesitas dan berisiko terhadap terjadinya penyakit tidak menular (PTM). Obesitas merupakan penyakit kronis dengan ciri-ciri timbunan lemak tubuh yang berlebih, dengan tingkat kelebihan berat badan lebih dari 20% berat normal. Obesitas (obesitas sentral) dapat juga dinilai dengan lingkar perut, 90 cm pada laki-laki dan 80 cm pada perempuan.

Kelebihan berat badan dan obesitas disebabkan adanya ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan kebutuhan. Konsumsi energi yang berlebihan disimpan dalam bentuk jaringan lemak yang disimpan di dalam jaringan subkutan maupun jaringan tirai usus. Obesitas juga merupakan indikator risiko terhadap beberapa penyakit (morbiditas) dan kematian (mortalitas). Selain meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas serta harapan hidup lebih pendek, penderita obesitas lebih berisiko menderita beberapa penyakit metabolisme seperti kardiovaskular, hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung (22).

Infeksi adalah salah satu faktor selain asupan energi dan zat gizi yang memengaruhi status gizi seorang anak. Masih tingginya angka kematian anak dan stunting di Indonesia dipengaruhi juga oleh tingginya

prevalensi penyakit infeksi, misalnya infeksi saluran pernafasan atas, TBC, dan diare. Kemampuan tubuh melawan penyakit infeksi bergantung dengan kemampuan tubuh menghasilkan antibodi yang akan memerangi mikroorganisme yang menyebabkan infeksi.

Antibodi adalah protein yang mengikat partikel-partikel asing berbahaya yang memasuki tubuh manusia, misalnya virus dan bakteri untuk melindungi tubuh dari pengaruh yang membahayakan kesehatan. Sebagai contoh adalah imunoglobulin G yang merupakan antibodi yang beredar di dalam darah dan mendeteksi partikel asing yang membahayakan kesehatan manusia (23).

Di dalam makanan jajanan, Protein hewannya yang berlebihan bisa menyebabkan terhambatnya penyerapan kalsium di dalam tubuh. Sumber kalsium paling baik terdapat pada susu dan hasil olahannya, sedangkan sumber lain terdapat pada ikan, kacang-kacangan, dan sayuran hijau. Asupan kalsium yang tidak adekuat menyebabkan puncak massa tulang kurang sehingga meningkatkan risiko osteoporosis. Sementara itu, asupan kalsium berlebih menyebabkan batu ginjal, klasifikasi jaringan lunak, dan konstipasi (24).

d. Kurangnya kandungan vitamin.

Vitamin merupakan zat gizi yang terdapat dalam makanan, yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia. Walaupun dibutuhkan dalam jumlah kecil, peranan vitamin sangat vital bagi pertumbuhan dan perkembangan, pencegahan penyakit, dan mencapai kehidupan yang sehat dan optimal. Vitamin sebagai zat gizi mikro tidak dapat diproduksi oleh tubuh sehingga harus (24).

2.2.2 Aktifitas Fisik

1) Pengertian

Aktivitas fisik adalah gerakan fisik yang dilakukan oleh tubuh dan sistem penunjangnya. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari misalnya bekerja (*occupational*), olah raga, merawat (*conditioning*), melakukan pekerjaan rumah, atau aktivitas lain. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global (25).

Menurut WHO, aktivitas fisik dibagi atas tiga tingkatan yakni aktivitas fisik ringan, sedang dan berat. 1) Aktivitas fisik ringan adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan menggerakkan tubuh, misalnya berjalan kaki, tenis meja, golf, mengetik, membersihkan kamar, dan berbelanja. 2) Aktivitas fisik sedang adalah pergerakan tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang cukup besar sehingga menyebabkan nafas sedikit lebih cepat dari biasanya, misalnya bersepeda, ski, menari, tenis, dan menaiki tangga. 3) Sedangkan aktivitas fisik berat adalah pergerakan tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga cukup banyak (pembakaran kalori) sehingga nafas jauh lebih cepat dari biasanya, misalnya basket, sepak bola, berenang, dan angkat besi (25).

2) Manfaat Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik merupakan kunci utama mengeluarkan energi, sehingga merupakan dasar yang harus dilakukan untuk menjaga keseimbangan energi dan mengontrol berat badan. Jika dilakukan secara teratur, aktivitas fisik sangat bermanfaat untuk menghindari berbagai penyakit seperti menurunkan resiko menderita penyakit jantung koroner dan stroke, diabetes, hipertensi, kanker kolon, kanker payudara, depresi, serta menjaga kesehatan fungsional tubuh dan mencegah jatuh pada (25).

Selain itu, kebugaran tubuh atau kesanggupan dan kemampuan untuk melakukan kerja atau aktivitas fisik engan mempetinggi daya kerja tanpa mengalami kelelahan yang berate atau berlebihan pun juga akan terjaga. Untuk mendapatkan hasil maksimal, aktivitas fisik harus dilakukan dalam porsi intensitas yang tepat yang dapat diukur dengan menghitung denyut nadi saat beraktivitas. Rumus yang digunakan ialah denyut nadi maksimum adalah $220 - \text{usia}$ (dalam tahun). Setiap melakukan aktivitas fisik harus mencapai 72% -87% dari denyut nadi maksimum dan dipertahankan selama paling sedikit 25 menit. Bila aktivitas fisik yang dilakukan kurang dari 70% denyut nadi maksimum, maka manfaatnya akan kurang terasa maksimal. Namun bila melakukan aktivitas dengan intensitas melebihi 85% maka dapat menimbulkan kerugian pada tubuh. Untuk frekuensi yang dianjurkan adalah minimal tiga kali dalam seminggu atau lebih bila memungkinkan. Memaksakan diri dalam melakukan aktivitas fisik dapat menyebabkan kelelahan dan berdampak kurang baik bagi kesehatan.

3) Tingkat Aktivitas Fisik

Aktivitas adalah gerakan yang dilakukan oleh otot tubuhandan sistem penunjangnya. Selama melakukan aktivitas fisik, otot membutuhkan energi di luar metabolisme untuk bergerak, sedangkan jantung dan paru-paru memerlukan tambahan energi untuk mengantarkan zat-zat gizi dan oksigen ke seluruh tubuh dan untuk mengeluarkan sisa-sisa dari tubuh. Banyaknya energi yang dibutuhkan bergantung pada beberapa banyak otot yang bergerak, berapa lama dan berapa berat pekerjaan yang dilakukan (25).

Pengukuran aktivitas fisik dilakukan terhadap jenis aktivitas yang dilakukan subyek dan lama waktu melakukan aktivitas dalam sehari. WHO/FAO menyatakan bahwa aktivitas fisik adalah variable utama setelah angka metabolisme basal dalam perhitungan pengeluaran energi. Berdasarkan WHO/FAO, besarnya aktivitas fisik yang dilakukanseseorang selama 24 jam dinyatakan dalam *Physical Activity Level* (PAL) atau tingkat aktivitas fisik. PAL merupakan besarnya energi yang dikeluarkan (kkal) per kilogram berat badan dalam 24 jam. Nilai *Physical Activity Rate* (PAR) untuk berbagai jenis aktivitas dan tingkat aktivitas fisik menurut WHO/FAO. PAL ditentukan dengan rumus sebagai berikut: (25).

$$PAL = \frac{\sum (PAR_i) \times W_i}{24 \text{ jam}}$$

Keterangan :

PAL : *Physical activity level* (tingkat aktivitas fisik)

PARi : *Physical activity rate* dari masing-masing aktivitas yang dilakukan untuk tiap jenis aktivitas per jam)

Wi: Alokasi waktu tiap aktivitas

Perhitungan di atas dapat dijelaskan dengan contoh kasus sebagai berikut:

Seorang wanita memiliki 8 jam waktu tidur ($8 \times 1,0=8$), 4 jam waktu melakukan pekerjaan rumah tangga ($4 \times 1,7= 6,8$), 4 jam waktu menonton televisi ($4 \times 1,4=5.6$), dan waktu bekerja ($8 \times 1,5=12$). Total PAL selama 24 jam diperoleh dengan menjumlahkan seluruh hasil perkalian waktu (jam) dan PAR sehingga diperoleh nilai PAL selama 24 jam adalah 32,4 kkal. Rata-rata nilai PAL selama 24 jam adalah 1,40 kkal/jam. Hal ini berarti wanita tersebut memiliki tingkat aktivitas fisik ringan. Kategori tingkat aktivitas fisik berdasarkan nilai PAL:

- a) Ringan (*sedentary lifestyle*) 1.40-1.69;
- b) Sedang (*active or moderately active life style*) 1.70-1.99
- c) Berat (*vigorous or vigorously active life style*) 2.00-2.40

2.2.3 Prestasi Belajar

1) Pengertian

Belajar adalah suatu adaptasi atau proses penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif. Belajar merupakan suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Prestasi merupakan hasil belajar yang berasal dari informasi yang telah diperoleh pada tahap proses belajar sebelumnya. Prestasi dapat berupa keterampilan mengerjakan sesuatu,

kemampuan menjawab soal, dan mampu mengerjakan tugas. Prestasi belajar merupakan hasil evaluasi pendidikan yang dicapai oleh siswa setelah menjalani proses pendidikan secara formal dalam jangka waktu tertentu dan hasil belajar tersebut berupa angka-angka (26).

2) Faktor yang Memengaruhi Prestasi Belajar

Secara garis besarnya faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar dapat dikelompokkan atas (26):

a. Faktor Internal

Faktor yang menyangkut seluruh pribadi termasuk kondisi fisik maupun mental atau psikis. Faktor internal ini sering disebut faktor instrinsik yang meliputi kondisi fisiologi dan kondisi psikologis yang mencakup minat, kecerdasan, bakat, motivasi, dan lain-lain.

1) Kondisi Fisiologis Secara Umum

Kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap keberhasilan belajar seseorang. Orang yang ada dalam keadaan segar jasmaninya akan berlainan belajarnya dari orang yang ada dalam keadaan lelah. Anak-anak yang kekurangan gizi ternyata kemampuannya berada dibawah anak-anak yang tidak kekurangan gizi. Anak-anak yang kurang gizi mudah lelah, mudah mengantuk, dan tidak mudah menerima pelajaran.

2) Kondisi Psikologis

Belajar pada hakikatnya adalah proses psikologi. Oleh karena itu semua keadaan dan fungsi psikologis tentu saja mempengaruhi belajar

seseorang. Itu berarti belajar bukanlah berdiri sendiri, terlepas dari faktor lain seperti faktor dari luar dan faktor dari dalam. Faktor psikologis sebagai faktor dari dalam tentu saja merupakan hal yang utama dalam menentukan intensitas belajar seorang anak. Meski faktor luar mendukung, tetapi faktor psikologis tidak mendukung maka faktor luar itu akan kurang signifikan. Oleh karena itu minat, kecerdasan, bakat, motivasi, dan kemampuan-kemampuan kognitif adalah faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses dan hasil belajar mahasiswa (26).

3) Kondisi Panca Indera

Disamping kondisi fisiologis umum, hal yang tak kalah pentingnya adalah kondisi panca indera terutama penglihatan dan pendengaran. Sebagian besar yang dipelajari manusia dipelajari menggunakan penglihatan dan pendengaran. Orang belajar dengan membaca, melihat contoh atau model, melakukan observasi, mengamati hasil eksperimen, mendengarkan keterangan guru dan orang lain, mendengarkan ceramah, dan lain sebagainya.

4) Intelegensi/Kecerdasan

Intelegensi adalah suatu kemampuan umum dari seseorang untuk belajar dan memecahkan suatu permasalahan. Jika intelegensi seseorang rendah bagaimanapun usaha yang dilakukan dalam kegiatan belajar, jika tidak ada bantuan orang tua atau pendidik niscaya usaha belajar tidak akan berhasil.

5) Bakat

Bakat merupakan kemampuan yang menonjol disuatu bidang tertentu misalnya bidang studi matematika atau bahasa asing. Bakat adalah suatu yang dibentuk dalam kurun waktu, sejumlah lahan dan merupakan perpaduan taraf intelegensi. Pada umumnya komponen intelegensi tertentu dipengaruhi oleh pendidikan dalam kelas, sekolah, dan minat subyek itu sendiri. Bakat yang dimiliki seseorang akan tetap tersembunyi bahkan lama-kelamaan akan menghilang apabila tidak mendapat kesempatan untuk berkembang.

6) Motivasi

Motivasi memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat, dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar. Mahasiswa yang mempunyai motivasi tinggi sangat sedikit yang tertinggal dalam belajarnya. Kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi keberhasilan belajar. Karena itu motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berasal dari dalam diri (motivasi intrinsik) dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus untuk mencapai cita-cita. Senantiasa memasang tekat bulat dan selalu optimis bahwa cita-cita dapat dicapai dengan belajar.. Bila ada mahasiswa yang kurang memiliki motivasi instrinsik diperlukan dorongan dari luar yaitu motivasi ekstrinsik agar mahasiswa termotivasi untuk belajar (27).

b. Faktor Eksternal

Faktor yang bersumber dari luar diri individu yang bersangkutan. Faktor ini sering disebut dengan faktor ekstrinsik yang meliputi segala sesuatu yang berasal dari luar diri individu yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya baik itu di lingkungan sosial maupun lingkungan lain (27) :

1) Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu:

a) Lingkungan Alami

Lingkungan alami seperti keadaan suhu, kelembaban udara berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar. Belajar pada keadaan udara yang segar akan lebih baik hasilnya daripada belajar pada suhu udara yang lebih panas dan pengap.

b) Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial, baik yang berwujud manusia dan representasinya (wakilnya), walaupun yang berwujud hal yang lain langsung berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar. Seseorang yang sedang belajar memecahkan soal akan terganggu bila ada orang lain yang mondar-mandir di dekatnya atau keluar masuk kamar. Representasi manusia misalnya memotret, tulisan, dan rekaman suara juga berpengaruh terhadap hasil belajar.

2) Faktor Instrumental

Faktor-faktor instrumental adalah yang penggunaannya dirancang sesuai dengan hasil belajar yang diharapkan. Faktor-faktor ini diharapkan dapat berfungsi sebagai sarana untuk tercapainya tujuan yang telah dirancang. Faktor-faktor ini dapat berupa :

- a) Perangkat keras /*hard ware* misalnya gedung, perlengkapan belajar, alat-alat praktikum, dan sebagainya.
- b) Perangkat lunak seperti kurikulum, program, dan pedoman belajar lainnya.

2.2.4 Status Gizi

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh status keseimbangan antara jumlah asupan (intake) zat gizi dan jumlah yang dibutuhkan (requirement) oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis (pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan, dan lainnya). Status gizi dapat pula diartikan sebagai gambaran kondisi fisik seseorang sebagai refleksi dari keseimbangan energy yang masuk dan yang dikeluarkan oleh tubuh (28).

1) Kebutuhan Gizi Remaja

Berbeda dengan usia sebelumnya, memasuki usia remaja otomatis angka kecukupan gizi (AKG) harian anak akan semakin meningkat. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia selanjutnya disingkat AKG adalah suatu kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktifitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal (28).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 75 Tahun 2013 adapun kegunaan AKG Yaitu sebagai berikut:

1. Acuan dalam menilai kecukupan gizi;
2. acuan dalam menyusun makanan sehari-hari termasuk perencanaan makanan di institusi;
3. acuan perhitungan dalam perencanaan penyediaan pangan tingkat regional maupun nasional;
4. acuan pendidikan gizi; dan
5. acuan label pangan yang mencantumkan informasi nilai gizi (28).

Oleh karena sedang menjalani perkembangan fisik, psikologis, serta seksual yang pesat, pemenuhan gizi harian remaja merupakan hal mutlak yang harus dilakukan. Sebab, kekurangan berbagai zat gizi tertentu di masa remaja, bisa menimbulkan dampak buruk bahkan sampai anak beranjak dewasa. Banyak perubahan yang terjadi di masa remaja, entah itu dari segi fisik maupun psikis. Perkembangan massa tulang, lemak tubuh, tinggi badan, berat badan, hingga organ reproduksi remaja tampak sangat pesat sebagai masa transisi sebelum menjadi dewasa seutuhnya.

Itulah mengapa kebutuhan energi dan zat gizi remaja secara keseluruhan, biasanya akan lebih tinggi guna mendukung tumbuh kembangnya di masa ini. Bahkan, total kebutuhan gizi kelompok remaja bisa dikatakan paling tinggi ketimbang kelompok usia lainnya. Maka itu, dibutuhkan beragam sumber makanan agar asupan nutrisi harian remaja senantiasa tercukupi dan tidak kekurangan.

Kebutuhan gizi remaja relatif besar, karena remaja masih mengalami masa pertumbuhan. Remaja umumnya melakukan aktivitas fisik lebih tinggi dibandingkan dengan usia lainnya, sehingga diperlukan zat yang lebih banyak. Secara biologis kebutuhan gizi remaja selaras dengan aktivitas. Remaja membutuhkan lebih banyak protein, vitamin, dan mineral. Secara sosial dan psikologis, remaja sendiri menyakini bahwa mereka tidak terlalu memerhatikan faktor kesehatan dalam menjatuhkan pilihan makanannya, melainkan lebih memerhatikan faktor lain seperti orang dewasa, lingkungan sosial, dan faktor lain yang sangat mempengaruhinya. Supaya lebih tercukupi dengan baik, Kementerian Kesehatan RI menyarankan pemenuhan gizi untuk anak remaja sebagai berikut: (29).

Tabel 2.1 Angka Kecukupan Energi rata-rata yang Dianjurkan (Perorang perhari)

No	Jenis Kelamin	Umur	Kecukupan Energi
1	Laki-laki	- 13-18	2400 kkal
		- 16-19	2500 kkal
2	Perempuan	- 13-18	2100 kkal
		- 16-19	2000 kkal

Mengutip dari IDAI, pemberian nutrisi dari sumber makanan di masa remaja sebaiknya bisa mencukupi beberapa hal, meliputi: (30).

1. Mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta reproduksi.
2. Memberikan cukup cadangan bila anak remaja sakit dan hamil nantinya.
3. Mencegah serangan berbagai penyakit yang bisa disebabkan oleh makanan seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, osteoporosis dan kanker.
4. Mendorong agar anak mau menerapkan kebiasaan makan dan gaya hidup

2) Faktor Penyebab Masalah Gizi Remaja (31).

a. Kebiasaan Makan yang Buruk

Kebiasaan makan yang buruk, berpangkal pada kebiasaan makan keluarga yang tidak baik sudah tertanam sejak kecil akan terus menerus terjadi pada usia remaja. Remaja makan seadanya tanpa mengetahui kebutuhan akan berbagai zat gizi dan dampak tidak dipenuhinya kebutuhan zat gizi tersebut terhadap kesehatan

b. Pemahaman gizi yang keliru

Tubuh yang langsing sering menjadi idaman bagi setiap para remaja terutama wanita remaja hal ini sering menjadi penyebab masalah, karena untuk memelihara kelangsingan tubuh mereka menerapkan pembatasan makanan secara keliru. Sehingga kebutuhan gizi mereka tidak terpenuhi. Hanya makan sekali sehari atau makan-makanan seadanya, tidak makan nasi merupakan penerapan prinsip pemeliharaan gizi yang keliru dan mendorong terjadinya gangguan gizi

c. Kesukaan yang Berlebihan Terhadap Makanan Tertentu

Kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu saja menyebabkan kebutuhan gizi tidak terpenuhi. Keadaan seperti ini biasanya terkait dengan “mode” yang tengah marak dikalangan remaja.

d. Promosi yang Berlebihan Melalui Media Massa

Usia remaja merupakan usia di mana mereka sangat mudah tertarik pada sesuatu yang baru. Kondisi ini dimanfaatkan oleh pengusaha makanan dengan mempermosikan produk makanan mereka, dengan cara yang sangat

memengaruhi pada remaja. Apalagi film yang menjadi idola mereka.

e. Masuknya Produk-Produk Makanan Baru

Produk makanan baru yang berasal dari negara lain secara besar membawa pengaruh terhadap kebiasaan makan para remaja. Seperti jenis makanan siap saji (fast food) yang berasal dari Negara barat seperti hot dog, pizza, hamburger, fried chicken, dan french fries, berbagai makanan yang berupa kripik (junk food) sering dianggap lambing kehidupan modern oleh para remaja (31).

3) Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi dapat dilakukan melalui metode pengukuran, tergantung pada jenis kekurangan gizi. Hasil penilaian status gizi dapat menggambarkan berbagai tingkat kekurangan gizi. Adapun penilaian status gizi secara langsung dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu (29) :

1. Indeks Massa Tubuh (IMT)

Antropometri telah menjadi alat praktis untuk mengevaluasi status gizi suatu populasi. Antropometri banyak digunakan khususnya pada anak-anak di negara berkembang. Status gizi merupakan indikator terbaik dari kesejahteraan global anak (29) :

Pengukuran antropometri dilakukan dengan cara mengukur tinggi badan, berat badan, lingkar lengan atas, tebal lemak tubuh (triceps, biceps, subscapula dan suprailiac). Pengukuran antropometri bertujuan untuk mengetahui status gizi berdasarkan satu ukuran menurut ukuran lainnya, misalnya berat badan dan tinggi badan menurut umur, berat badan menurut tinggi badan, lingkar lengan atas

menurut umur, dan lingkaran lengan atas menurut tinggi badan, pengukuran status gizi secara antropometri merupakan cara yang paling sering digunakan karena memiliki beberapa kelebihan, yaitu : alat mudah diperoleh, pengukuran mudah dilakukan, biaya murah, hasil pengukuran mudah disimpulkan, dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, dan dapat mendeteksi riwayat gizi masa lalu ujuan yang hendak didapatkan dalam pemeriksaan antropometris adalah besaran komposisi tubuh yang dapat dijadikan isyarat dini perubahan status gizi. Tujuan ini dapat dikelompokkan menjadi 3 yaitu untuk penapisan status gizi, survei status gizi dan pemantauan status gizi. Penapisan diarahkan pada per orang untuk keperluan khusus. Survei ditujukan untuk memperoleh gambaran status gizi padamasyarakat pada saat tertentu, serta faktor-faktor yang berkaitan dengan status gizi masyarakat. Pemantauan bermanfaat sebagai pemberi gambaran perubahan status gizi dari waktu ke waktu (32).

Tabel 2.1. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Menurut Kementerian Kesehatan Tahun 2010 (32).

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas/ Zscore
IMT/U	Sangat kurus	<-3SD
Anak usia 5-18 tahun	Kurus	-3SD hingga <-2SD
	Normal	-2SD hingga 1SD
	Gemuk	>1SD hingga 2SD
	Obesitas	>2SD

Penilaian status gizi berdasarkan antropometri dapat diukur menggunakan parameter tunggal seperti umur, berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran kepala, lingkaran dada, lingkaran pinggul dan tebal lemak di bawah kulit. Pada umumnya, penilaian status gizi menggunakan parameter gabungan seperti: Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), Berat

badan menurut Tinggi Badan (BB/TB) dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur(IMT/U). Penilaian status gizi untuk umur 5-18 tahun menggunakan parameter IMT/U.

Untuk mengetahui nilai IMT ini, dapat dihitung dengan rumus berikut:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)} \times \text{Tinggi Badan (m)}}$$

Batas ambang IMT ditentukan dengan merujuk ketentuan Kemenkes RI tahun 2010, yang membedakan batas ambang untuk laki-laki dan perempuan. Disebutkan bahwa batas ambang normal untuk laki-laki adalah: 20,1–25,0; dan untuk perempuan adalah : 18,7-23,8. Untuk kepentingan pemantauan dan tingkat defisiensi kalori ataupun tingkat kegemukan, lebih lanjut Kemenkes RI tahun 2010 menyarankan menggunakan satu batas ambang antara laki-laki dan perempuan. Ketentuan yang digunakan adalah menggunakan ambang batas laki-laki untuk kategori kurus tingkat berat dan menggunakan ambang batas pada perempuan untuk kategorigemuk tingkat berat. Untuk kepentingan Indonesia, batas ambang dimodifikasi lagi berdasarkan pengalam klinis dan hasil penelitian di beberapa negara berkembang.

2.3 Landasan Teori

2.3.1 Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Aktifitas Fisik Siswa

Remaja cenderung mengalami penurunan aktivitas fisik. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan yang sering dilakukan responden yaitu hanya duduk-duduk selama jam sekolah, setelah pulang sekolah dan malam hari tidak pernah melakukan olahraga ataupun kegiatan yang tergolong aktif. Kegiatan yang cukup

panjang di sekolah mengakibatkan mereka menjadi malas melakukan aktivitas yang berat seperti berolahraga. Anak sekolah yang tidak memiliki kegiatan di luar rumah cenderung menghabiskan waktu di rumah dengan bermain gadget durasi yang lama. Anak sekolah dengan aktivitas fisik yang tergolong ringan memiliki risiko 3 kali untuk menjadi obesitas dibandingkan dengan anak sekolah yang memiliki aktivitas fisik bervariasi setiap harinya.

Penelitian Rosen et al. juga mengungkapkan remaja obesitas memiliki tingkat aktivitas yang ringan yaitu duduk selama belajar di sekolah, sedikit olahraga saat sekolah, terlalu lama menggunakan perangkat elektronik seperti smartphone, laptop, dan video game, dan kurangnya waktu bermain di luar.

Remaja yang kecanduan smartphone cenderung memiliki aktivitas fisik yang kurang. Remaja menjadi sedikit berjalan setiap harinya. Anak-anak hingga orang dewasa tidak bisa terlepas dari penggunaan smartphone dalam kehidupan sehari-hari. Seiring berjalannya waktu, penggunaan smartphone menjadi sebuah gaya hidup yang dapat merugikan kesehatan karena akan mengakibatkan seseorang menjadi kurang gerak. Proverawati dan Rahmawati menyatakan semakin banyak seseorang melakukan aktivitas fisik maka semakin banyak pula manfaat yang didupatkannya. Sebaliknya, kurangnya aktivitas fisik akan mengakibatkan kerugian kesehatan pada seseorang, salah satunya obesitas (26).

2.3.2 Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Prestasi Belajar Siswa

Pengaruh konsumsi jajanan dengan prestasi belajar siswa dapat disebabkan oleh faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi. Salah satu faktor tersebut yaitu asupan protein. Kurang energi protein berhubungan dengan struktur dan

fungsi pada otak yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif pada anak-anak usia lebih dari lima tahun. Protein berfungsi untuk pertumbuhan sel dan fungsi otak. Asam amino berperan untuk mengatur pembentukan senyawa serotonin yang terlibat di dalam sistem saraf yang penting untuk daya ingat. Serotonin mempengaruhi pengendalian diri, konsentrasi, emosi dan perilaku anak.

Protein juga diperlukan dalam pembentukan myelin, sinaps, neurotransmitter, jumlah reseptor dan jumlah pengangkutan neurotransmitter. Oleh karena itu protein penting untuk perkembangan otak berkaitan dengan fungsi kognitif. Kurangnya asupan protein mengakibatkan pembentukan zat pengantar rangsang (neurotransmitter) yang digunakan untuk komunikasi antar sel otak menjadi tidak optimal, sehingga mempengaruhi memori otak yang berdampak pada penurunan daya ingat, konsentrasi belajar dan kognitif.

Protein juga berperan sebagai sistem transportasi yang mengangkut glukosa sebagai energi utama bagi otak. Kekurangan protein menyebabkan pengangkutan glukosa ke otak mengalami gangguan karena asam amino yang bertugas mengangkut glukosa ke otak tidak tercukupi, akibatnya otak kekurangan glukosa yang dapat mempengaruhi konsentrasi.

Ilmu gizi merupakan cabang ilmu pengetahuan yang membahas sifat-sifat nutrisi yang terkandung dalam makanan, pengaruh metaboliknya serta akibat yang timbul bila terdapat kekurangan –kelebihan zat gizi. Makanan yang baik akan memberi dampak kesehatan yang baik pula bagi tubuh karena salah satu fungsi makanan yaitu sebagai penunjang tumbuh kembang atau disebut dengan status gizi. Status gizi yang tidak optimal dapat menyebabkan kurangnya

kemampuan belajar bagi anak sekolah yang ditandai dengan sukar dalam menerima pelajaran di sekolah sehingga prestasi belajar menjadikurang baik (26).

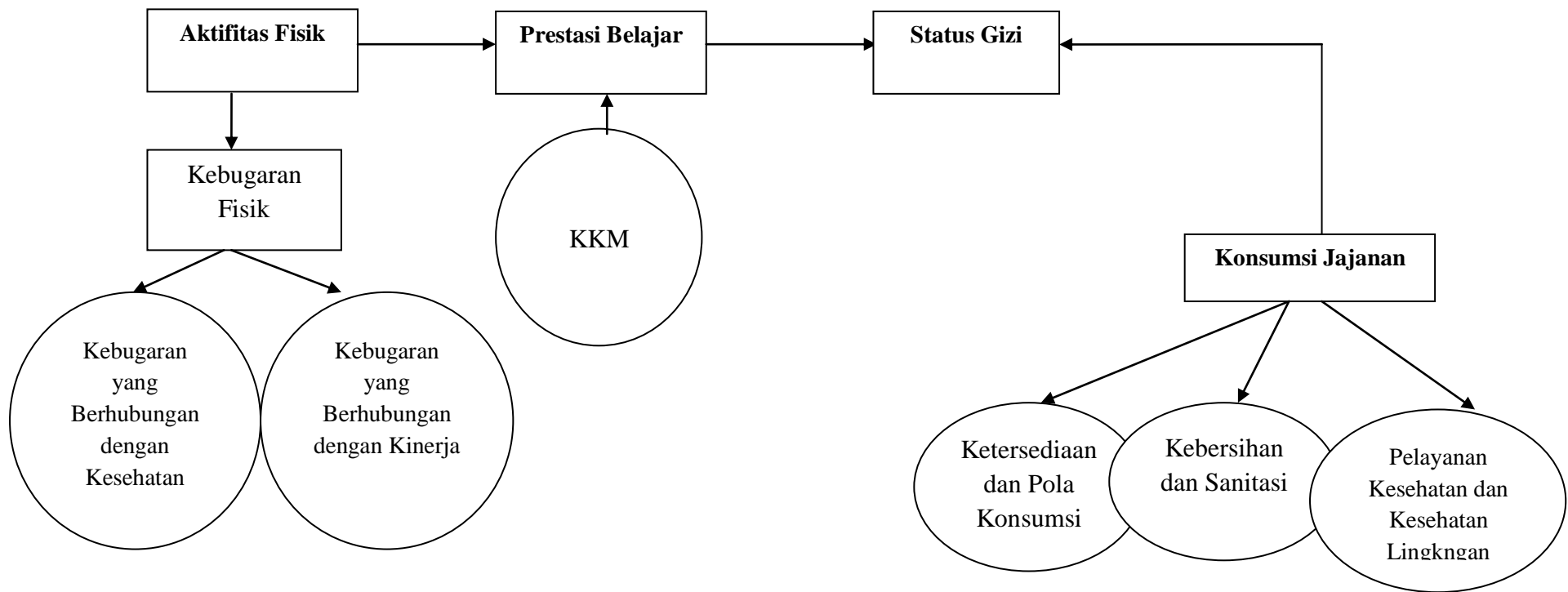
2.3.3 Pengaruh Konsumsi Jajanan terhadap Status Gizi Siswa

Pengaruh konsumsi jajanan makanan jajanan dengan status gizi dapat dilihat pada penjelasan sebelumnya. Dalam penjelasan tersebut menyatakan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan mengenai makanan jajanan yang baik maka memiliki status gizi yang baik. Karena dengan pengetahuan yang baik, siswa tersebut dapat memilih makanan apa saja yang baik untuk dikonsumsi. Selain itu, siswa juga mengetahui dampak apa saja yang mungkin terjadi. Dengan begitu akan membuat siswa akan membeli atau mengkonsumsi makanan apa saja yang baik untuk tubuhnya. Konsumsi tersebut yang terus menerus akan menjadi sebuah kebiasaan dan menjadi pola konsumsi jajanannya (26).

Pola konsumsi jajanan siswa dalam penelitian ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kegemaran mengkonsumsi makanan ringan atau snack kemasan yang diproduksi pabrik. Konsumsi makanan jajanan seperti itu memang tidak baik untuk tumbuh kembangnya. Namun dengan pengetahuan yang baik siswa tersebut mengimbangi dengan konsumsi sayuran dan buah dalam bentuk buah potongan atau dalam bentuk jus. Sehingga status gizi siswa tersebut tetap terjaga dengan baik.

2.3.4 Kerangka Teori Penelitian

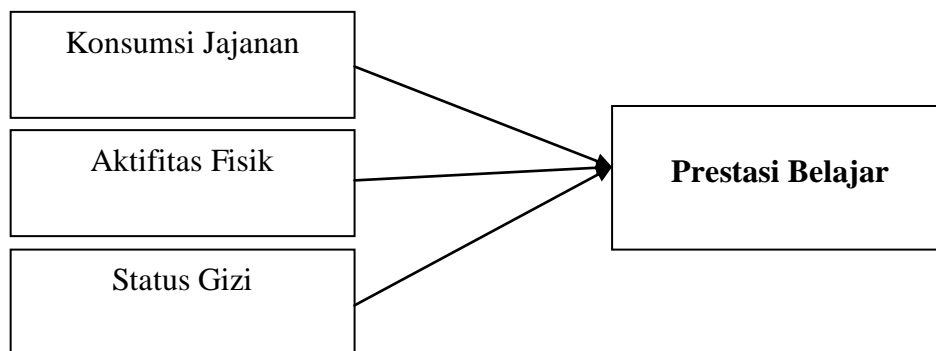
Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian Modifikasi Teori Michael J. Gibney, dkk; Unicef dan Kemenkes RI dan Kemendikbud

2.4 Kerangka Konsep Penelitian

Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

2.5 Hipotesis Penelitian

Adapun hipotesis penelitian ini yaitu, sebagai berikut:

1. Ada pengaruh konsumsi jajanan terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
2. Ada pengaruh aktifitas fisik terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
3. Ada pengaruh status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.
4. Ada variabel yang paling dominan berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik dengan rancangan *cross sectional study* yang bertujuan untuk menganalisis dampak jajanan terhadap perilaku sehat siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019 dengan model pendekatan kuantitatif (33).

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan karena banyak ditemukan siswa yang mengalami obesitas.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan September 2019.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan kelas XII di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019 dengan jumlah sebanyak 179 orang siswa.

3.3.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian siswa kelas XI dan kelas XII di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019. Adapun sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus slovin yaitu *stratified random sampling* (34).

$$n = \frac{N}{1 + (N \times e^2)}$$

n : Besar sampel

N : Jumlah populasi

e : error level (tingkat kesalahan) (catatan: umumnya digunakan 1 % atau 0,01, 5 % atau 0,05, dan 10 % atau 0,1)

Dengan menggunakan rumus di atas, maka perhitungan sampel adalah:

$$n = \frac{179}{1 + (179 \times 0,1^2)}$$

$$n = \frac{179}{2,79}$$

$$n = 64,1 = 64$$

Teknik pengambilan sampel secara *stratified random sampling* dengan kriteria sebagai berikut:

1. Bersedia jadi sampel.
2. Siswa kelas XI sampai kelas XII.

Tabel 3.1 Perhitungan Jumlah sampel

No	Kelas	Perhitungan	Jumlah Siswa
1	X	$\frac{64}{179} \times 97$	35
2	XI	$\frac{64}{179} \times 82$	29
Total			64

3.4 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan kegiatan penelitian untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tehnik observasi yaitu suatu prosedur berencana, yang antara lain :melihat, mendengar dan mencatat sejumlah dan taraf aktivitas tertentu yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti (35).

Adapun instrumen atau alat pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data penelitian yaitu dengan menggunakan lembar kuesioner. Pada kuesioner tersebut peneliti memberikan 11 pertanyaan dalam bentuk pernyataan sesuai dengan jumlah variabel penelitian, yaitu prestasi belajar dan aktifitas fisik.

3.4.1 Jenis Data

Adapun jenis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan data yaitu :

1. Data primer merupakan data yang diperoleh dari responden langsung melalui kuesioner yang telah disiapkan dengan jumlah 11 pertanyaan pertanyaan tentang prestasi belajar dan aktifitas fisik sedangkan status gizi siswa SMK Swasta Pharmaca Medan di ukur dengan IMT.

2. Data sekunder merupakan metode pengumpulan data yang diperoleh atau data-data yang telah ada di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019
3. Data tertier adalah data riset yang sudah dipublikasikan secara resmi seperti jurnal dan laporan penelitian (*report*).

3.4.2 Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti mendapatkan rekomendasi dari Institut Kesehatan Helvetia, selanjutnya surat izin tersebut diberikan kepada kepala sekolah SMK Swasta Pharmaca Medan, agar diberikan izin untuk mengumpulkan data. Setelah itu peneliti mendatangi responden untuk menjelaskan tujuan penelitian dan meminta responden untuk menandatangani *informet consent* dengan jumlah responden 64 orang. Dengan ditandatanganinya *informen consent* tersebut maka siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019 telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Selanjutnya peneliti mengumpulkannya kembali dan disimpan sebagai bukti persetujuan responden dan telah melakukan penelitian.

3.5 Variabel dan Definisi Operasional

3.5.1 Variabel Penelitian

Variabel dalm penelitian ini ada dua, yaitu variabel dependen dan variabel independen.

3.5.2 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan semua variabel dan istilah yang akan digunakan dalam penelitian secara operasional sehingga akhirnya mempermudah pembaca dalam mengartikan makna penelitian (35).

- 1 Konsumsi Jajanan : Frekuensi makanan jajanan yang di konsumsi siswa
- 2 Aktifitas Fisik : Gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot skeletal dan mengakibatkan pengeluaran energi.
- 3 Status Gizi : Ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan
- 4 Prestasi belajar : Dampak jajanan terhadap prestasi belajar siswa yang di ukur berdasarkan nilai raport siswa dengan standar KKM

3.6 Metode Pengukuran

Metode pengukuran variabel penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Aspek Pengukuran

Variabel Independen	Jumlah Pertanyaan	Cara dan Alat Ukur	Skala Pengukuran	Kategori/ Bobot nilai	Skala Ukur
Konsumsi Jajanan		Food Frequency	51-100 0-50	Sering (3-6 kali dalam seminggu) (1) Tidak Sering (1-2 kali dalam seminggu) (0)	Nominal
Aktifitas Fisik	16	Kuisisioner (skor min=0, skor max=100)	1.40-1.69 1.70-1.99 2.00-2.40	Ringan (2) Sedang (1) Berat (0)	Ordinal

Status Gizi	-	IMT (dengan cara melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan)	-	Normal (1) Tidak Normal (0)	Ordinal
Variabel Dependen					
Prestasi Belajar	5	Kuisisioner (skor min=1, skor max=5)	Skor 4-5 Skor 0-3	KKM =7 (1) Tidak KKM < 7 (0)	Ordinal

3.7 Metode Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul, dilakukan analisis data kembali dengan memeriksa semua lembar *checklist* apakah jawaban sudah lengkap dan benar. Menurut Iman (35), data yang terkumpul diolah dengan cara komputerisasi dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) *Collecting*

Mengumpulkan data yang berasal dari lembar *checklist*

2) *Checking*

Dilakukan dengan memeriksa kelengkapan pengisian lembar *checklist* dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel, dan terhindar dari bias.

3) *Coding*

Pada langkah ini penulis melakukan pemberian kode pada variable-variabel yang diteliti, nama responden dirubah menjadi nomor.

4) *Entering*

Data entry yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang masih dalam bentuk kode dimasukkan ke dalam program komputer yang digunakan peneliti yaitu SPSS.

5) *Data Processing*

Semua data yang telah diinput ke dalam aplikasi komputer akan diolah sesuai dengan kebutuhan. Setelah dilakukan pengolahan data seperti yang telah diuraikan di atas, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data.

3.8 Analisis Data

Adapun jenis-jenis dalam menganalisis data adalah pada penelitian ini sebagai berikut (35):

1. Analisis Univariat

Analisis univariat menggambarkan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel bebas dan variabel terikat, sehingga dapat gambaran variabel penelitian.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen. Uji yang digunakan pada analisis bivariat ini adalah uji *chi-square* dengan menggunakan derajat kepercayaan 95%. Uji *chi-Square* dapat digunakan untuk melihat hubungan. Dalam uji ini kemaknaan hubungan dapat diketahui, pada dasarnya uji *chi-square* digunakan untuk melihat antara frekuensi yang diamati (*observed*) dengan frekuensi yang diharapkan (*expected*)

3. Multivariat

Analisis ini digunakan untuk melihat hubungan faktor-faktor beberapa variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Pada penelitian ini untuk variabel independen terdapat delapan variabel yang berjenis *numeric/kontiniu*, sedangkan variabel dependennya berjenis kategorik. Berdasarkan hal tersebut, maka analisis multivariat yang tepat untuk menganalisa data tersebut adalah menggunakan uji *regresi logistik*

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

SMK Swasta Pharmaca Medan didirikan pada tahun 1970 di atas tanah dengan luas bangunan 1.465 m², yang beralamat di jalan Tinta Nomor 45 Kelurahan Sei Putih Barat Kecamatan Medan Petisah Kota Medan. SMK Swasta Pharmaca Medan memiliki 9 ruangan kelas, 1 unit kantin, 1 laboratorium farmasi, 1 laboratorium kimia, 1 laboratorium bahasa, 1 laboratorium komputer, 1 laboratorium farmakognosi, dan 1 perpustakaan. Adapun jumlah siswa per November 2019 adalah sebanyak 218 siswa.

Adapun Visi SMK Swasta Pharmaca Medan yaitu sebagai lembaga pendidikan yang unggul dibidang kesehatan yang terampil dalam farmasi dan misi SMK Swasta Pharmaca Medan ada 4 yaitu sebagai berikut :

1. Meningkatkan penerapan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan pada seluruh aktifitas sekolah.
2. Membantu pemerintah memajukan pendidikan pada umumnya terutama pendidikan kesehatan.
3. Memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada pemuda WNI untuk menuntut ilmu pengetahuan pada bidang kesehatan/farmasi.

4. Membantu dan bekerja sama dengan institusi pemerintah, badan dan lembaga-lembaga lainnya dalam usaha mempertinggi dan memperluas berkembangnya ilmu pengetahuan dan pendidikan/khususnya dibidang farmasi.

4.2 Analisis Data Univariat

Pada penelitian ini analisis data univariat dilakukan untuk mendistribusikan analisis dampak konsumsi jajanan, aktifitas fisik dan status gizi Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

4.2.1 Distribusi Sampel di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Distribusi Sampel dalam penelitian ini meliputi : umur, jenis kelamin, kelas, konsumsi jajanan, aktifitas fisik, status gizi, prestasi belajar. Distribusi Sampel tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

4.2.1.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Kelas di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Adapun distribusi Sampel berdasarkan umur, jenis kelamin, kelas di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dapat dilihat pada gambar tabel di bawah ini

Tabel 4.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Kelas di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Umur	n	%
16 Tahun	19	29,69
17 Tahun	32	50,00
18 Tahun	13	20,31
Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	23	35,94
Perempuan	41	64,06
Kelas	n	%
XI	29	45,31
XII	35	54,69
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden berumur 17 tahun yaitu sebanyak 32 (50,00%) responden, sedangkan responden lainnya berumur 16 tahun yaitu sebanyak 19 (29,69%) responden, umur 18 tahun sebanyak 13 (20,31) responden.

Dari 64 responden diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 41 (64,06%) responden sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 (35,94%) responden.

Dari 64 responden diketahui bahwa sebagian besar responden merupakan kelas XII yaitu sebanyak 35 (54,69%) responden, dan kelas XI sebanyak 29 (45,31%) responden.

4.2.1.2 Distribusi Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Adapun distribusi frekuensi berdasarkan jawaban responden pada lembar kuesioner konsumsi jajanan di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dapat dilihat pada gambar tabel di bawah ini :

Tabel 4.2 Distribusi Konsumsi Jajanan Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Konsumsi Jajanan	n	%
Sering	44	68,75
Tidak sering	20	31,25
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden sering mengonsumsi jajanan yaitu sebanyak 44 (68,75%) responden, sedangkan responden lainnya tidak sering mengonsumsi jajanan yaitu 20 (31,25%).

4.2.1.3 Distribusi Aktifitas Fisik Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Adapun distribusi frekuensi berdasarkan jawaban responden pada lembar kuesioner aktifitas fisik di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dapat dilihat pada gambar tabel di bawah ini :

Tabel 4.3 Distribusi Aktifitas Fisik Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Aktifitas Fisik	n	%
Ringan	48	75,00
Berat	16	25,00
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden melakukan aktifitas fisik ringan yaitu sebanyak 48 (75,00%) responden, sedangkan responden lainnya melakukan aktifitas fisik berat yaitu sebanyak 16 (25,00 %) responden.

4.2.1.4 Distribusi Status Gizi Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Adapun distribusi frekuensi responden status gizi di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dapat dilihat pada gambar tabel di bawah ini :

Tabel 4.4 Distribusi Status Gizi Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Status Gizi	n	%
Tidak normal	37	57,81
Normal	27	42,19
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden memiliki status gizi tidak normal yaitu sebanyak 37 (57,81%) responden, sedangkan responden lainnya memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 21 (42,19%) responden.

4.2.1.5 Distribusi Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Adapun distribusi frekuensi berdasarkan prestasi belajar di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dapat dilihat pada gambar tabel di bawah ini :

Tabel 4.5 Distribusi Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Prestasi Belajar	n	%
Kurang	39	60,94
Baik	25	39,06
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden memiliki prestasi belajar Kurang yaitu sebanyak 39

(60,94%) responden, sedangkan responden lainnya memiliki prestasi belajar baik yaitu sebanyak 25 (39,06%) responden.

4.2. Analisis Data Bivariat

4.2.1 Hubungan Konsumsi Jajanan Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Untuk mengetahui Hubungan konsumsi jajanan Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019, dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.6 Hubungan Konsumsi Jajanan Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Konsumsi Jajanan	Prestasi Belajar						p value
	Kurang		Baik		Jumlah		
	n	%	n	%	n	%	
Sering	32	72,73	12	27,27	44	100	0,004
Tidak sering	7	35,00	13	65,00	20	100	
Jumlah	39	60,94	25	39,06	64	100	

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden sering mengonsumsi jajanan sebanyak 44 (68,75%) responden. Dari 44 (68,75%) responden tersebut, ada sebanyak 32 (50,00%) responden sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 12 (31,25%) responden yang sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai p signficancy yaitu $0,004 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan konsumsi jajanan Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

4.2.2 Hubungan Aktifitas fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Untuk mengetahui Hubungan aktifitas fisik Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019, dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

4.7 Hubungan Aktifitas fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Aktifitas Fisik	Prestasi Belajar						p value
	Kurang		Baik		Jumlah		
	n	%	n	%	n	%	
Ringan	31	64,58	17	35,42	48	100	0,048
Berat	8	50,00	8	50,00	16	100	
Jumlah	39	60,94	25	39,06	64	100	

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.11 diketahui bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden melakukan aktifitas ringan sebanyak 48 (75,00%) responden. Dari 48 (75,00%) responden tersebut, ada sebanyak 31 (48,44%) responden melakukan aktifitas ringan dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 17 (26,56%) responden melakukan aktifitas ringan dan memiliki prestasi KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai *p* signficancy yaitu $0,048 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan aktifitas fisik Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

4.2.3 Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Untuk mengetahui Hubungan status gizi Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019, dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.8 Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Status Gizi	Prestasi Belajar				Jumlah		p value
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Tidak normal	29	78,38	8	21,62	37	100	0,001
Normal	10	37,04	17	62,96	27	100	
Jumlah	39	60,94	25	39,06	64	100	

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden memiliki status gizi tidak normal sebanyak 37 (57,81%) responden. Dari 37 (57,81%) responden tersebut, ada sebanyak 29 (45,31%) responden memiliki status gizi tidak normal dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 8 (12,50%) responden memiliki status gizi tidak normal dan memiliki prestasi KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai *p* signficancy yaitu $0,001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan status gizi Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

4.3 Analisis Multivariat

Analisis multavariat menyeleksi variabel yang *p value* $< 0,25$ pada uji bivariat (*chi-square*) dimasukkan secara bersamaan dalam uji multivariat. Kemudian setelah tahap pertama selesai maka variabel yang nilai *p value* $< 0,25$ akan dimasukkan dalam uji multivariat selanjutnya yang bertujuan untuk mengetahui variable mana yang paling berHubungan Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

Tabel 4.10 Seleksi Variabel yang Menjadi Kandidat Model Dalam Uji Regresi Logistik Berdasarkan Analisis Bivariat

Variabel	<i>p value</i>	Seleksi
Konsumsi jajanan	0,004	Kandidat
Aktifitas fisik	0,048	Kandidat
Status gizi	0,001	Kandidat

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan 4.9 diatas dapat diketahui bahwa semua variabel yakni 3 (tiga) variabel menjadi kandidat model dalam uji regresi logistik dimana *p value* < 0,25. Hasil analisis regresi logistik dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.10 Hasil Tahapan Pertama Analisis Regresi Logistik

Variabel	B	<i>p value</i>	Exp(B)OR	95%CI for Exp(B)
Konsumsi jajanan	1,635	0,026	5,131	1,217 - 21,629
Aktifitas fisik	-0,908	0,229	0,403	0,073 - 2,240
Status gizi	1,764	0,005	5,834	1,684 – 20,203

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.10 di atas dapat dilihat bahwa analisis regresi logistik dari variabel bivariat yang dimasukkan dalam analisis regresi logistik hanya 2 (dua) variabel. Selanjutnya kedua variabel tersebut dianalisis kembali untuk melihat variabel mana yang lebih dominan berhubungan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019. Hasil analisis tahap terakhir regresi logistik dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.11 Hasil Tahapan Akhir Analisis Regresi Logistik

Variabel	B	P value	Exp(B)OR	95%CI for Exp(B)
Konsumsi jajanan	1,259	0,043	3,522	1,042 – 11,909
Status gizi	1,570	0,008	4,804	1,515 – 15,233

Sumber: Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.11 diatas dapat dilihat bahwa analisis regresi logistik menghasilkan 1 (1) variabel yang paling dominan Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dengan $p\ value < 0,05$, yaitu variabel status gizi signifikan 0,008 ($p\ value < 0,05$), OR = 4,804 (95% CI = 1,515 – 15,233) artinya responden yang memiliki status gizi tidak normal mempunyai peluang 4,804 kali Dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 dibandingkan dengan responden yang memiliki status gizi normal dengan nilai koefisien B yaitu 1,570 bernilai positif, maka semakin tidak normal status gizi siswa maka semakin tidak KKM prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Hubungan Konsumsi Jajanan terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Prestasi belajar menggambarkan penilaian seseorang dalam memahami materi pelajaran yang diperoleh selama mengikuti pelajaran disekolah. Prestasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu status gizi. Anak dengan status gizi normal memiliki nutrisi yang cukup di dalam tubuh yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, salah satunya yaitu perkembangan otak.

Di usia remaja, anak sangat membutuhkan energi, protein, dan vitamin dalam jumlah besar, khususnya vitamin A, B, dan C, juga mineral (khususnya zat besi dan kalsium), sebab pertumbuhan mereka berlangsung dengan cepat. Angka kecukupan energi individu pada remaja berbeda pada tingkatan usia dan jenis kelamin, hal ini disebabkan kebutuhan zat gizi antara pria dan wanita berdasarkan pada pengeluaran energi (26)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden sering mengonsumsi jajanan sebanyak 44 (68,75%) responden. Dari 44 (68,75%) responden tersebut, ada sebanyak 32 (50,00%) responden sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 12 (31,25%) responden yang sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai p significancy yaitu $0,004 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan

konsumsi jajanan dengan prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

Berdasarkan hasil penelitian di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 diketahui bahwa kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, media massa, jenis jajanan. Berdasarkan hasil kuesioner untuk jenis jajanan diketahui bahwa dari 64 orang siswa sebanyak 23 orang siswa menyatakan sebanyak 4 sampai dengan 6 kali dalam seminggu makan nasi goreng, sebanyak 11 orang siswa yang menyatakan sebanyak 1 kali sehari makan nasi goreng, sebanyak 5 orang siswa yang menyatakan tidak pernah makan nasi goreng, karena tidak menyukai nasi goreng.

Selain itu, siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 juga sering mengonsumsi makanan jajanan berupa lontong, sosis goreng, sosis panggang, hamburger, donat, ayam goreng, roti bakar dan lainnya, Sedangkan minuman jajanan yang sering dikonsumsi oleh siswa tersebut yaitu pop ice, aneka coffee, jus, dan lain-lain

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa siswa yang sering mengonsumsi jajanan, diketahui bahwa pada saat mereka banyak mengonsumsi makanan jajanan di sekolah mereka sering merasakan dampaknya yaitu mudah mengantuk dan sulit berkonsentrasi saat guru sedang mengajar, dan sesampainya di rumah masing-masing, remaja siswa tersebut sering langsung tidur karena mengaku kelelahan, sehingga pekerjaan rumah yang diberikan guru tidak sempat dikerjakan oleh siswa dan juga mereka jarang mengulang pekerjaan rumah (PR).

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hubungan konsumsi jajanan dengan prestasi belajar pada penelitian ini adalah siswa mengonsumsi makanan jajanan yang mengandung zat aditif, maka siswa akan mudah mengantuk dan tidak konsentrasi dalam belajar dan tidak memiliki motivasi belajar di rumah yang diakibatkan oleh rasa lelah akibat zat aditif di dalam makanan jajanan tersebut. Sedangkan adapun siswa yang jarang mengonsumsi makanan jajanan dan memiliki prestasi belajar rendah disebabkan oleh kurangnya motivasi siswa itu sendiri dan kurangnya dukungan keluarga.

Kebiasaan siswa SMK Swasta Pharmaca Medan dalam mengonsumsi jajanan sangat dipengaruhi oleh lingkungan yang menyediakan jajanan yang beraneka ragam sehingga dengan banyaknya pilihan jajanan yang tersedia akan memengaruhi keinginan siswa untuk membeli jajanan tersebut. Selain itu, teman sebaya juga berpengaruh pada kebiasaan konsumsi jajanan anak, hal ini dikarenakan teman sebaya sering mengajak untuk membeli makanan jajanan yang tersedia di lingkungan sekolah. Sedangkan orang tua berperan penting dalam membentuk kebiasaan jajanan siswa, salah satu faktornya adalah kebiasaan orang tua memberikan uang saku kepada anak untuk membeli jajanan di sekolah.

Adanya pengaruh antara konsumsi jajanan dengan prestasi belajar pada penelitian ini dapat disebabkan oleh faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi. Salah satu faktor tersebut yaitu asupan protein. Kurang energi protein berhubungan dengan struktur dan fungsi pada otak yang dapat memengaruhi perkembangan kognitif (26)

Protein berfungsi untuk pertumbuhan sel dan fungsi otak. Asam amino berperan untuk mengatur pembentukan senyawa serotonin yang terlibat di dalam sistem saraf yang penting untuk daya ingat. Serotonin mempengaruhi pengendalian diri, konsentrasi, emosi dan perilaku anak. Protein juga diperlukan dalam pembentukan myelin, sinaps, neurotransmitter, jumlah reseptor dan jumlah pengangkutan neurotransmitter. Oleh karena itu protein penting untuk perkembangan otak berkaitan dengan fungsi kognitif (36)

Kurangnya asupan protein mengakibatkan pembentukan zat pengantar rangsang (neurotransmitter) yang digunakan untuk komunikasi antar sel otak menjadi tidak optimal, sehingga mempengaruhi memori otak yang berdampak pada penurunan daya ingat, konsentrasi belajar dan kognitif. Protein juga berperan sebagai sistem transportasi yang mengangkut glukosa sebagai energi utama bagi otak. Kekurangan protein menyebabkan pengangkutan glukosa ke otak mengalami gangguan karena asam amino yang bertugas mengangkut glukosa ke otak tidak tercukupi, akibatnya otak kekurangan glukosa yang dapat mempengaruhi konsentrasi (37).

Selain itu, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi nilai ulangan harian siswa. Persiapan mental, psikologis dan materi pelajaran sangat menentukan keberhasilan anak dalam mengerjakan soal-soal, yang akan mempengaruhi konsentrasi belajar dan kecerdasan. Faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa secara garis besar ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: 1) faktor psikologis (bersifat rohaniah) meliputi motivasi dan kecerdasan, motivasi adalah fase pertama dalam proses

belajar, 2) faktor fisiologis (bersifat jasmaniah) diantaranya yaitu status gizi yang juga dipengaruhi oleh kebiasaan sarapan pagi, persediaan pangan keluarga, pola konsumsi makanan keluarga, zat gizi dalam makanan serta pendapatan keluarga, nutrisi memegang peranan penting untuk meningkatkan kemampuan belajar (38)

Hasil ini menunjukkan bahwa asupan protein dari makanan jajanan yang dikonsumsi oleh responden masih tergolong kurang karena masih jauh dibawah nilai kebutuhan sehari. Kurangnya asupan protein yang dikonsumsi responden disebabkan jenis jajanan yang sebagian besar dikonsumsi responden bukanlah jajanan yang berbahan dasar protein, melainkan minuman serbuk, nasi goreng, es teh, tempe goreng, mie gelas, chiki dan mie goreng yang kandungan akan zat gizi protein tergolong rendah.

Siswa lebih menyukai mengonsumsi jajan karena makanan jajanan siswa sekolah yang murah, mudah didapat, menarik, bervariasi dan harganya terjangkau. Selain itu mereka lebih menyukai membeli makanan jajanan pada pedagang kaki lima daripada membawa bekal dari rumah. Hal ini sesuai dengan teori bahwa jajanan banyak dijumpai di lingkungan sekitar sekolah dan rutin dikonsumsi sebagian besar siswa sekolah. Bahkan berapapun uang jajan dihabiskan untuk membeli makanan yang kurang memenuhi standar gizi ini (26)

Kebiasaan konsumsi jajan pada siswa terjadi karena siswa menghabiskan seperempat waktu mereka di sekolah, di mana sekolah menyediakan beragam jenis makanan jajanan yang menarik. *Street food* menurut definisi *Food and Agricultural Organization* (FAO) adalah makanan dan minuman yang dijual oleh

pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (39)

Irianto menyebutkan bahwa dampak pada kebiasaan konsumsi jajan siswa akan menyebabkan gangguan gizi, siswa bisa cacangan, anemia, obesitas. Makanan jajanan juga hampir merusak semua organ, hati terjadi sirosis hati, gagal ginjal dan organ metabolik lain, hingga kanker dan menyebabkan siswa cepat merasa lelah, mudah mengantuk. Sedangkan jajanan yang mengandung virus atau bakteri bisa menyebabkan diare, muntah-muntah hingga keracunan dan ini juga termasuk dampak pada jangka pendek (40)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariza (2013) dengan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan jajan dengan status gizi lebih pada anak dengan hasil uji statistik menunjukkan hasil p-value $0,001 < 0,05$. Namun hasil penelitian ini berbeda dengan hasil yang didapatkan oleh Noviani (2016) yang mendapatkan hasil tidak ada hubungan antara kebiasaan jajandengan status gizi dengan hasil penelitian $p = 0,781$ ($p > 0,005$). Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor di antaranya pengaruh dari orang tua, budaya/adat, pengaruh teman sebaya, harga, merek, pengetahuan, sikap (41)

Anak usia sekolah beresiko mengalami masalah gizi terhadap keterkaitannya dengan kebiasaan jajan. Banyak sedikitnya makanan jajanan yang dikonsumsi anak akan memberikan kontribusi atau sumbangan zat gizi pada status gizi seseorang. Kecenderungan anak sekolah mengalami masalah gizi

dikarenakan kebiasaan jajan yang tidak tepat. Hal tersebut didukung oleh beberapa pendapat antara lain yaitu masalah gizi yang diakibatkan karena kebiasaan jajanyang tidak tepat atau karena berlebihan ketika makan. Status gizi pada anak sekolah dipengaruhi oleh kebiasaan jajan anak, anak yang biasa jajan memiliki risiko sebesar 7 kali lebih besar terhadap terjadinya status gizi lebih.

Menurut asumsi peneliti, kebiasaan jajan anak juga memberikan sumbangan yang cukup berarti dalam pemenuhan gizi anak dan sebagai alternatif pemenuhan gizi harian anak, namun anak harus selektif dalam memilih jajan yang akan dimakan, jajanan yang dianjurkan untuk dimakan adalah jajanan yang bersih/higienis, sehat dan memiliki nilai gizi.

5.2 Hubungan Aktifitas fisik terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden melakukan aktifitas ringan sebanyak 48 (75,00%) responden. Dari 48 (75,00%) responden tersebut, ada sebanyak 31 (48,44%) responden melakukan aktifitas ringan dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 17 (26,56%) responden melakukan aktifitas ringan dan memiliki prestasi yang sesuai KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai p significancy yaitu $0,048 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh aktifitas fisik terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di SMK Swasta Pharmaca Medan diketahui bahwa siswa lebih sering melakukan aktifitas fisik ringan, seperti

berjalan dari pagar depan sekolah menuju ruang kelas, dan di rumah hanya main *game*, nonton TV atau menggunakan sosial media sambil rebahan di kamar tidur dan hampir setiap hari siswa datang ke sekolah dengan menggunakan aplikasi kendaraan *online*. Rendahnya aktifitas fisik tersebut membuat siswa jarang berkeringat sehingga zat-zat dari makanan yang dikonsumsi siswa tersebut mengendap dan membuat siswa mengalami kenaikan berat badan. Dengan bertambahnya berat badan siswa tersebut maka siswa menjadi malas bergerak dan kurang aktif dalam proses pembelajaran.

Hasil ini sesuai dengan teori menyatakan bahwa kebiasaan jajan dapat meningkatkan asupan energi sehingga berlebih dibandingkan dengan energi yang keluar (*energy expenditure*) dan kebiasaan jajan dapat meningkatkan total energi yang berasal dari asupan lemak sehingga memicu kenaikan berat badan bila tidak sesuai dengan energi yang keluar, sehingga dapat mempengaruhi status gizi seseorang (26)

Hasil penelitian di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 diketahui bahwa sebanyak 26 responden rutin melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi (olahraga) berintensitas tinggi yang menyebabkan peningkatan besar pada pernapasan atau detak jantung seperti (lari atau sepak bola) selama setidaknya 10 menit secara terus menerus, sebanyak 17 orang menyatakan bahwa sebanyak 3 kali melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi yang berintensitas tinggi, ada yang 2 kali seminggu namun ada juga yang tidak pernah melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi yang berintensitas tinggi.

Dari 64 responden, diketahui bahwa sebanyak 19 orang yang melakukan olahraga 1 jam 20 menit 2 hari untuk menghabiskan dan melakukan olahraga intensitas tinggi, kebugaran atau kegiatan rekreasi pada hari-hari biasa. Sebanyak 3 orang yang menggunakan sepeda (siklus pedal) selama setidaknya 10 menit terus menerus untuk menuju dan dari tempat, sebanyak 49 orang berjalan atau bersepeda selama setidaknya 10 menit terus menerus untuk menuju dan dari tempat, sebanyak 37 orang untuk berjalan atau bersepeda untuk melakukan perjalanan pada hari-hari bias.

Menurut Jus'at dan Jahari, bermain dan berolahraga termasuk kedalam aktivitas fisik yang membutuhkan energi yang lebih besar dibandingkan kegiatan-kegiatan yang lain, sehingga jika anak lebih banyak bermain atau berolahraga bukan lagi merupakan untuk anak tetapi menyebabkan kelelahan fisik anak, yang pada akhirnya mengurangi motivasi anak untuk belajar dan menurunkan prestasinya. Selain itu, aktivitas lain yang berhubungan dengan prestasi belajar anak adalah tidur malam (42)

Menurut asumsi peneliti, diketahui bahwa semakin tinggi waktu yang dihabiskan untuk tidur di malam hari, maka nilai prestasi belajar anak semakin rendah. Semakin tinggi proporsi waktu untuk tidur, maka proporsi waktu untuk belajar di rumah menjadi semakin berkurang. Semakin banyak waktu yang digunakan untuk belajar maka alokasi waktu yang dihabiskan untuk tidur menjadi berkurang. Semakin banyak waktu yang digunakan untuk belajar, maka akan semakin baik prestasi belajar yang dicapai.

5.3 Pengaruh Status Gizi terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2019

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (absorpsi), dan utilisasi zat gizi makanan. Status gizi anak sangat ditentukan oleh konsumsi pangan dan pola pengasuhan yang didapatnya. Semakin baik kondisi pangan yang dikonsumsi, baik secara kualitas maupun kuantitas, dan semakin baik pola pengasuhan yang didapat, maka semakin baik status gizi anak. Pada masa kanak-kanak, status gizi secara langsung berpengaruh terhadap imunitas, perkembangan kognitif, pertumbuhan, dan stamina tubuh. Pada masa dewasa, status gizi erat kaitannya dengan kesehatan, stamina, dan kapasitas kerja yang maksimal (22)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden memiliki status gizi tidak normal jajan sebanyak 37 (57,81%) responden. Dari 37 (57,81%) responden tersebut, ada sebanyak 29 (45,31%) responden memiliki status gizi tidak normal dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 8 (12,50%) responden memiliki status gizi tidak normal dan memiliki prestasi KKM. Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik diperoleh nilai p signficancy yaitu $0,001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.

Asupan gizi yang baik sering tidak bisa dipenuhi oleh seorang anak karena faktor dari luar dan dalam. Faktor luar diakibatkan keterbatasan ekonomi keluarga, sedangkan faktor internal ada dalam diri anak yang secara psikologis muncul sebagai problema makan anak. Sedikitnya makanan yang masuk kedalam

perut anak dapat menjadi indikasi bahwa anak mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi. Indikator status gizi kurang dicerminkan oleh berat badan atau tinggi badan anak dibawah standar.

Anak yang cerdas cenderung lebih tinggi dan lebih berat dibandingkan anak yang kecerdasannya rata-rata atau dibawah rata-rata. Anak yang berbakat mungkin berasal dari keluarga yang semua anaknya berstatus gizi lebih dan tumbuh besar karena adanya gizi dan perawatan yang lebih baik (26)

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019, diketahui bahwa siswa sering mengonsumsi makanan berat yang banyak mengandung lemak dan karbohidrat, misalnya lontong, sosis goreng, sosis panggang, hamburger, donat, ayam goreng, roti bakar dan lainnya. Dengan seringnya siswa mengonsumsi makanan jajanan maka akan membuka peluang siswa tersebut mengalami kenaikan berat badan. Biasanya siswa yang memiliki status gizi obesitas mudah merasa lelah dan kurang bergairah pada saat proses belajar mengajar berlangsung. Karena tipe remaja seperti ini mudah merasa lapar, haus dan tidak betah duduk dalam waktu yang cukup lama atau duduk dengan posisi yang sama selama lebih dari 1 jam. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi kurang dengan prestasi belajar rendah siswa. Disisi lain ada siswa yang status gizinya tidak normal akan tetapi prestasi belajarnya tinggi, hal ini disebabkan oleh adanya motivasi atau dukungan dari lingkungan tempat tinggal dan adanya keinginan yang kuat dari remaja itu sendiri.

Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam jangka waktu cukup lama pada masa lalu. Menurut Sudiarti & Utari.

seseorang yang kekurangan salah satu atau lebih zat gizi dapat menyebabkan penyakit defisiensi. Kekurangan yang hanya ringan dapat menimbulkan menurunnya kemampuan fungsi meskipun kadang-kadang tidak disadari (43)

Daya tahan tubuh yang menurun diduga dapat mempengaruhi konsentrasi seseorang dalam belajar. Kekurangan zat gizi dapat menurunkan prestasi belajar, kemampuan bekerja, dan kekebalan menurun. Prestasi yang semakin meningkat dapat terjadi karena dengan status gizi yang baik maka anak dapat berkonsentrasi dengan baik dalam mengikuti pelajaran sehingga semua yang dipelajari dapat diterima dengan baik. Siswa yang kurang sehat atau kurang gizi, daya tangkapnya terhadap pelajaran dan kemampuan belajarnya akan lebih rendah. Oleh karena itu, status gizi sebagian besar siswa, baik siswa akselerasi atau pun reguler, yang tergolong normal diduga akan mempengaruhi peningkatan prestasi belajar siswa.

Menurut asumsi peneliti, salah satu aktivitas yang mendukung prestasi adalah belajar, baik belajar di sekolah, di tempat les, atau pun di rumah. Alokasi waktu siswa untuk belajar di rumah, mungkin berbeda-beda tergantung kebiasaan siswa di rumah. Semakin tinggi waktu yang dihabiskan untuk berolahraga maka nilai prestasi belajar anak semakin rendah. Setelah anak banyak melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga, maka anak menjadi lelah dan tidak belajar sehingga waktu untuk belajar di rumah menjadi berkurang bahkan tidak ada.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti maka penelitian ini menghasilkan beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan konsumsi jajanan terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 ($p=0,004$).
2. Ada hubungan aktifitas fisik terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 ($p=0,048$).
3. Ada hubungan status gizi terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 ($p=0,001$).
4. Adapun variabel yang paling dominan terhadap prestasi belajar siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019 ($p=0,008$).

6.2 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu: Adanya keterbatasan penelitian dengan menggunakan lembar kuesioner yaitu terkadang jawaban yang diberikan oleh sampel tidak menunjukkan keadaan sesungguhnya dan jenis makanan jajanan hanya dilihat dari jenis makanan jajanan yang hanya dilihat dari makanan yang sering dikonsumsi, dan juga aktifitas fisik yang dilakukan ditinjau dari aktifitas yang sering dilakukan oleh siswa.

6.3 Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada 3 variabel berhubungan dengan prestasi belajar siswa. Hal ini mengandung implikasi agar kedepannya pihak-pihak terkait, seperti orangtua, guru dan teman sebaya mampu dapat memperhatikan faktor-faktor yang dapat memengaruhi prestasi belajar rendah, seperti mengonsumsi makanan jajanan sembarangan yang mengandung zat aditif, sering mengajak remaja melakukan aktifitas fisik sedang dan secara khusus tenaga kesehatan yang terkait agar semakin meningkatkan promosi kesehatan terkait faktor-faktor yang dapat memengaruhi prestasi belajar rendah.

6.4 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka saran dalam penelitian ini yaitu :

1. Orangtua Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi terkait dengan perilaku remaja yang merugikan kesehatan misalnya dengan membiasakan anak sarapan pagi di rumah, memberikan uang saku secukupnya, dan mendidik anak agar tidak jajan sembarangan.

2. Petugas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan dalam melakukan penyuluhan tentang konsumsi makan jajanan.

3. Siswa

Agar dapat membatasi konsumsi jajanan di sekolah, dan harus sering melakukan aktifitas fisik sedang.

4. SMK Swasta Pharmaca Medan

Untuk dapat membuat peraturan mengenai jenis jajanan yang boleh di jual di kantin sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Organization. WH. Overweight and Obesity. 2018;
2. Kementerian Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia. 2018;
3. Riset Kesehatan Dasar Indonesia. Prevalensi Overweight Pada Remaja Secara Nasional. 2017.
4. Rossner. Overweight Dan Obesitas. 2009;
5. Janah IC. Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Yogyakarta. 2016.
6. Slameto. Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhi. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
7. Agustini, CC., Malonda, NSH., Purba, RB. Hubungan antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak Kelas 4 Dan 5 Sekolah Dasar di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting Kota Manado. Jurnal Poltekes Kemenkes, 1-7;2013.
8. Utara. DKPS. Jenis Makanan S Junk Food Mie dan Bakso Menempati Peringkat Teratas Sebagai Makanan Yang Paling Sering Dikonsumsi Di Sumatera Utara. 2019;
9. RI KP dan K. Panduan Penilaian Oleh Pendidik Dan Satuan Pendidikan SMP. 2017;
10. Oktaviani WD. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja Dan Orang Tua Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Studi Kasus Pada Siswa SMA Negeri 9 Semarang Tahun 2012). Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. 2012;1(2).
11. French SA, Story M, Neumark-Sztainer D, Fulkerson JA, Hannan P. Fast Food Restaurant Use Among Adolescents: Associations with Nutrient Intake, Food Choices and Behavioral and Psychosocial Variables. International Journal Obesity. 2001;25(12):1823.

12. Yurni AF, Sinaga T. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Membawa Bekal Menu Seimbang Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*. 2018;12(2):183–90.
13. Bonita IA, Fitranti DY. Konsumsi Fast Food Dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Kejadian Overweight Pada Remaja Stunting SMP. Diponegoro University; 2017.
14. Anugrah. Hubungan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di SMA Katolik Cendrawasih Makassar. 2017.
15. Junaidi J, Noviyanda N. Kebiasaan Konsumsi Fast Food Terhadap Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh. *Action Aceh Nutrition Journal* 2016;1(2):78–82.
16. Afifah LP, Suyatno S, Aruben R, Kartini A. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Fast Food Pada Remaja Obesitas Di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2017;5(4):706–13.
17. Armadani Dwi. Hubungan Antara Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi (Secara Genetik) Dengan Gizi Lebih (Studi Pada Siswa Kelas VII, VIII, Dan IX Di Mts. Budi Dharma, Wonokromo, Surabaya). *Jurnal Pendidik Olahraga dan Kesehatan*. 2017;5(3).
18. Devi, Nirmala. *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara; 2012
19. Vinsensia. Dampak Negatif Menfkonsumsi Junk Food. *Jurnal Teknologi Dan Indonesia*. 2011;: <http://index.php/jkti>
20. Adriani M, Wirjatmadi B. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Cetakan ke-1. Jakarta: Penerbit Kencana Prenada Media Group; 2012.
21. Barasasi ME. *At a Glance Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga. 2007;102–3.
22. Supariasa IGN, Bakri B, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta. Penerbit EGC; 2008.
23. Sudiono PD Janti. *Sistem Kekebalan Tubuh*. Juwono D lilia., editor. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2014. viii-86.

24. Mitayani & Sartika W. Buku Saku Ilmu Gizi. Jakarta: Trans Info Media; 2010. 139 p.
25. WHO. Physical Activity In Guide to Community Preventive Service;2010
26. Azhar. Definisi, Pengertian dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar;2012
27. Paterson DH, Jones GR, Rice CL. Ageing And Physical Activity: Evidence To Develop Exercise Recommendations For Older Adults. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 32:S69–S108;2007
28. Gibney, M.J., dkk. Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC;2007
29. Kemenkes RI. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta;2010
30. Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). Kumpulan Tips Pediatrik. Jakarta: Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia;2011
31. Khomsan,A. Pangan dan gizi untuk kesehatan.Jakarta: PT RajaGrafindoPersada;2010
32. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013
33. Sugiyono. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta; 2010.
34. Sugianto DS, Sunaryanto LT, Oetomo DS. Teknik sampling. Gramedia Pustaka Utama Jakarta. 2013;
35. Muhammad I. Pemanfaatan SPSS Dalam Penelitian Sosial dan Kesehatan. Bandung: Citapustaka Media Perintis; 2016;
36. Wirahadikusumah, Muhammad. Biokimia Metabolisme Energi. Bandung :ITB;2001
37. Soekirman. Ilmu Gizi dan Aplikasinya. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional : Jakarta;2002
38. Ahmad Dahlan. (2014). Definisi Prestasi Belajar dan Faktor-Faktor Prestasi Belajar. Diakses dari laman web tanggal 17 Juli 2017 dari:<http://www.eurek>
39. [FAO] Food and Agriculture Organization. 2008. Fisheries and Aquaculture Circular No. 1034: A Review On Culture, Production and Use of Spirulina as Food For Humans and Feeds For Domestic Animals and Fish. Rome : ISBN 978-92-5-106106-0.
40. Irianto,danKoes. Mikrobiologi Medis (Medical Microbiology), pp. 71-3, Penerbit Alfabeta, Bandung;2013
41. Udjianti, W. Keperawatan Kardiovaskuler. Jakarta. Salemba Medika. Widaninggar, W. 2003. Pola Hidup Sehat dan Segar. Depdiknas Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani, Jakarta;2011

42. Jahari A. Penilaian Status Gizi Berdasarkan Antropometri. Bogor: Puslitbang Gizi dan Makanan;2004
43. Sudiarti, T. dan Utari, D.M. Kecukupan Gizi dan Zat Gizi Jakarta: Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM UI;2013

KUESIONER PENELITIAN
ANALISIS DAMPAK JAJANAN TERHADAP PERILAKU
SEHAT SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN
TAHUN 2019

A. Identitas Responden

Nama :
Jenis Kelamin :
Tanggal Lahir :
Kelas :

B. Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan tepat dan benar, kemudian pilih jawaban menurut anda benar.
2. Jawaban yang menurut anda benar berikan tanda silang (x)
3. Mohon dijawab dengan jujur dan benar .
4. Jika ingin mengganti jawaban, coret yang salah dan beri tanda pada jawaban yang ganti.
5. Setiap jawaban akan di jaga kerahasiaan nya.

AKTIFITAS FISIK

1. PEKERJAAN

2. Apakah Anda melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi (olahraga) berintensitas tinggi yang menyebabkan peningkatan besar pada pernapasan atau detak jantung seperti [lari atau sepak bola] selama setidaknya 10 menit secara terus menerus?

Ya/Tidak

3. Dalam minggu biasa, berapa hari Anda melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi yang berintensitas tinggi?

hari

4. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan olahraga intensitas tinggi, kebugaran atau kegiatan rekreasi pada hari-hari biasa?

hari Jam Menit

5. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan aktivitas olahraga, kebugaran, atau rekreasi (intensitas) intensitas sedang pada hari-hari biasa?

Hari Jam Menit

6. Dalam minggu biasa, berapa hari Anda melakukan intensitas olahraga, kebugaran atau kegiatan rekreasi ?

Hari Jam Menit

2. BEPERGIAN DARI SATU TEMPAT KE TEMPAT YANG LAIN

7. Apakah Anda berjalan atau menggunakan sepeda (siklus pedal) selama setidaknya 10 menit terus menerus untuk menuju dan dari tempat?

Ya/Tidak

8. Dalam minggu biasa, pada berapa hari Anda berjalan atau bersepeda selama setidaknya 10 menit terus menerus untuk menuju dan dari tempat?

Hari

9. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk berjalan atau bersepeda untuk melakukan perjalanan pada hari-hari bias

hari Jam Menit

3. KEGIATAN REKREASI

10. Apakah anda melakukan kegiatan olahraga, kebugaran, atau rekreasi (intensitas) berintensitas tinggi yang menyebabkan peningkatan besar pada pernapasan atau detak jantung seperti [lari atau sepak bola] selama setidaknya 10 menit terus menerus?

Ya/Tidak

11. Dalam minggu biasa, pada berapa hari Anda melakukan olahraga intensitas tinggi, kebugaran atau kegiatan rekreasi (rekreasi)?

Hari

12. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan olahraga intensitas tinggi, kebugaran atau kegiatan rekreasi pada hari-hari biasa?

hari Jam Menit

13. Apakah Anda melakukan olahraga intensitas sedang, kebugaran, atau rekreasi (rekreasi) yang menyebabkan sedikit peningkatan pernapasan atau detak jantung seperti jalan cepat, [bersepeda, berenang, bola voli] selama setidaknya 10 menit terus menerus?

hari Jam Menit

14. Dalam minggu biasa, berapa hari Anda melakukan moderat intensitas olahraga, kebugaran atau kegiatan rekreasi (rekreasi)?

hari Jam Menit

15. Berapa banyak waktu yang Anda habiskan untuk melakukan kegiatan olahraga, kebugaran, atau rekreasi (intensitas) intensitas sedang pada hari-hari biasa?

hari Jam Menit

16. Berapa banyak waktu yang biasanya Anda habiskan untuk duduk atau berbaring pada hari-hari biasa?

hari Jam Menit

PRESTASI BELAJAR

1. Apakah anda mengalami kesulitan dalam belajar?
 - a. ya, karena saya sering mengantuk di dalam kelas
 - b. ya, karena saya sering merasa lapar dan haus sehingga saya tidak dapat berkonsentrasi
 - c. Tidak, karena saya senang belajar sesuatu yang baru

2. Apakah nilai anda berada di bawah KKM?
 - a. ada sebagian di bawah KKM
 - b. Hampir seluruhnya di bawah KKM
 - c. Semua nilai sesuai dengan nilai KKM dan sebagian di atas KKM

3. Apakah anda mendapat peringkat dikelas?
 - a. Tidak
 - b. Ya
 - c. Pernah

4. Apakah anda pernah mengikuti perlombaan SAINS yang di adakan di luar sekolah ?
 - a. tidak pernah, karena saya memiliki nilai rapor yang buruk
 - b. hanya sekali, sewaktu masih menduduki peringkat ke tiga di kelas\
 - c. Selalu, apabila ada event perlombaan

5. Apakah anda selalu mendapat peringatan di sekolah?
 - a. ya, karena nilai saya selalu rendah
 - b. ya, karena saya selalu ketiduran di dalam kelas
 - c. tidak pernah sama sekali

Medan, Oktober 2019
Responden

(.....)

FORMULIR KUESIONER FREKUENSI MAKANAN JAJANAN

Nama :

Kelas :

Berilah tanda check list (√) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan kamu dalam mengonsumsi makanan dalam 1 bulan terakhir

No	Makanan dan Minuman Jajanan	> 1 Kali/Hari	1 Kali/Hari	4 S/D 6 Kali / Minggu	1 S/D 3 Kali / Minggu	1 S/D 3 Kali / Minggu	Tidak Pernah
1	Nasi Goreng						
2	Lontong						
3	Sosis Goreng						
4	Sosis panggang						
5	Hamburger						
6	Donat						
7	Fried Chicken						
8	Roti Bakar						
9	Siomay						
10	French Fries						
11	Batagor						
12	Bakso Goreng						
13	Bakso Kuah						
14	Pempek						
15	Cake						
16	Gorengan						
17	Mie Goreng						
18	Mie Rebus						
19	Lainnya						
20	Coca-cola						
21	Sprite						
22	Pepsi						
23	Pop Ice						
24	aneka Coffee						
25	Lainnya						

TABEL PERHITUNGAN PAL SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN

NO	Umur	JK	Kelas	Aktifitas Fisik (menit)																Jumlah	PAL	Kategori
				P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16			
1	18	1	1	35	170	170	135	270	90	35	288	192	63	210	220	393	240	288	480	54,650	2,28	0
2	18	1	1	105	90	90	70	140	47	105	192	240	127	200	190	295	192	288	600	49,511	2,06	0
3	18	2	1	52	80	80	60	270	90	52	288	240	127	190	240	210	240	240	600	50,983	2,12	0
4	18	2	1	80	90	90	60	120	40	80	120	120	65	150	195	120	90	120	360	31,667	1,32	2
5	18	1	1	270	250	250	120	240	80	270	192	228	63	200	190	190	288	192	480	58,383	2,43	0
6	18	1	1	120	90	90	90	180	60	120	240	288	127	190	240	190	192	240	480	48,950	2,04	0
7	18	1	1	52	60	60	80	160	53	80	192	192	60	120	190	150	210	160	360	36,317	1,51	2
8	18	2	1	60	60	90	80	90	30	90	192	192	65	190	160	160	150	228	540	39,617	1,65	2
9	18	2	1	80	90	90	80	90	30	80	120	192	90	160	195	120	240	192	540	39,817	1,66	2
10	18	2	1	85	90	90	85	170	57	85	240	240	130	190	190	190	228	240	600	48,494	2,02	0
11	18	2	1	95	90	90	95	190	63	95	192	228	130	190	190	200	288	192	600	48,806	2,03	0
12	18	1	1	155	170	170	100	200	67	155	240	288	63	190	240	190	192	240	540	53,328	2,22	0
13	18	1	1	235	170	170	120	240	80	235	228	192	127	210	220	190	240	228	480	56,083	2,34	0
14	17	1	1	80	90	90	85	170	57	90	190	120	63	120	135	140	228	192	480	38,828	1,62	2
15	17	1	1	120	90	90	90	120	40	120	192	192	63	120	195	140	192	192	480	40,600	1,69	2
16	17	1	1	160	80	80	85	170	57	160	240	192	127	190	190	200	240	240	540	49,178	2,05	0
17	17	2	1	90	90	90	60	90	30	90	192	120	130	190	220	150	192	192	480	40,100	1,67	2
18	17	2	1	120	170	170	95	190	63	120	240	228	65	210	190	190	192	240	480	49,389	2,06	0
19	17	2	1	80	90	90	85	170	57	80	192	120	65	200	190	190	150	192	480	40,511	1,69	2
20	17	1	1	270	90	90	95	190	63	270	288	192	63	190	195	210	192	288	540	53,772	2,24	0
21	17	1	1	240	80	80	110	220	73	240	192	240	127	190	190	200	240	192	540	52,572	2,19	0
22	17	1	1	90	170	170	105	210	70	90	240	192	127	200	240	190	288	240	600	53,700	2,24	0
23	17	1	1	120	175	175	85	170	57	120	288	240	127	190	220	190	192	288	600	53,944	2,25	0
24	17	1	1	120	175	90	60	120	40	80	192	120	63	120	190	150	192	192	480	39,733	1,66	2
25	17	1	1	85	90	90	85	170	57	85	240	120	60	120	190	150	210	160	480	39,861	1,66	2
26	17	1	1	180	80	80	85	170	57	90	190	120	63	120	135	190	192	192	480	40,394	1,68	2
27	17	1	1	120	80	90	85	170	57	90	190	120	63	120	135	140	228	192	480	39,328	1,64	2
28	17	2	1	80	90	90	120	90	30	80	190	120	63	120	135	140	192	192	600	38,867	1,62	2
29	17	2	2	90	90	90	80	160	53	90	190	120	63	120	135	140	228	192	480	38,689	1,61	2
30	17	2	2	80	175	90	60	90	30	90	192	192	63	120	195	140	192	192	540	40,683	1,7	2

31	17	2	2	90	90	90	85	90	30	80	192	129	60	190	220	150	192	288	360	38,933	1,62	2
32	17	2	2	80	90	90	85	170	57	80	192	120	63	120	190	150	220	240	480	40,444	1,69	2
33	17	2	2	80	80	80	85	170	57	85	192	120	60	120	135	190	192	190	540	39,594	1,65	2
34	17	1	2	240	80	90	85	160	53	90	190	120	63	90	135	140	192	192	480	40,006	1,67	2
35	17	1	2	210	90	90	120	90	30	90	190	120	63	120	150	150	150	192	540	39,917	1,66	2
36	17	1	2	90	90	90	80	90	30	80	190	120	63	120	195	210	192	288	480	40,133	1,67	2
37	17	1	2	120	175	90	60	120	40	85	240	120	65	90	195	120	150	228	480	39,633	1,65	2
38	17	1	2	90	170	170	80	90	30	120	192	192	63	90	135	140	150	192	480	39,733	1,66	2
39	17	2	2	80	90	90	80	160	53	80	192	120	127	120	240	120	192	192	360	38,272	1,59	2
40	17	2	2	120	90	90	80	90	30	120	192	120	60	120	190	150	150	240	480	38,700	1,61	2
41	17	2	2	240	90	90	120	240	80	240	288	192	65	190	160	160	192	288	480	51,917	2,16	0
42	17	2	2	90	81	81	80	90	30	90	192	192	90	160	195	120	150	192	360	36,550	1,52	2
43	17	2	2	90	80	90	90	90	30	90	190	192	130	90	150	120	288	192	480	39,867	1,66	2
44	17	2	2	90	90	80	85	120	40	80	192	192	65	90	190	190	192	192	480	39,467	1,64	2
45	17	2	2	80	90	90	85	170	53	80	192	192	60	120	190	150	210	160	480	40,033	1,67	2
46	16	2	2	80	90	90	85	170	57	85	192	120	65	120	160	160	150	228	540	39,861	1,66	2
47	16	2	2	95	80	80	85	150	50	90	190	120	63	90	190	150	220	240	540	40,550	1,69	2
48	16	2	2	80	80	90	85	170	57	90	192	120	60	120	135	140	192	190	600	40,011	1,67	2
49	16	2	2	120	90	90	80	160	53	90	190	120	63	90	135	140	192	192	480	38,089	1,59	2
50	16	2	2	80	90	60	120	170	57	85	192	192	130	90	135	120	192	192	480	39,744	1,66	2
51	16	2	2	90	90	90	90	180	60	90	240	120	63	90	135	140	192	192	480	39,033	1,63	2
52	16	2	2	80	90	90	105	210	70	80	288	120	63	120	150	150	150	160	480	40,100	1,67	2
53	16	2	2	80	90	60	90	180	60	90	192	120	63	120	195	140	150	160	600	39,833	1,66	2
54	16	2	2	120	90	90	80	160	53	120	228	120	65	90	195	120	150	228	480	39,822	1,66	2
55	16	2	2	80	90	90	80	160	53	80	288	192	63	90	135	140	150	192	540	40,389	1,68	2
56	16	2	2	90	90	90	85	170	57	90	192	120	127	120	240	120	192	192	480	40,911	1,7	2
57	16	2	2	90	90	90	95	190	63	90	240	120	63	120	150	150	150	160	480	39,022	1,63	2
58	16	2	2	80	90	90	85	170	57	80	288	120	63	120	195	140	150	160	480	39,461	1,64	2
59	16	2	2	80	90	90	85	170	57	80	192	120	65	90	195	120	150	228	540	39,194	1,63	2
60	16	2	2	95	80	80	85	170	57	120	240	120	65	90	135	140	192	192	540	40,011	1,67	2
61	16	2	2	80	80	90	85	170	57	0	288	192	65	120	150	150	150	160	540	39,611	1,65	2
62	16	2	2	90	175	175	80	160	53	90	192	120	65	90	195	120	150	160	480	39,922	1,66	2
63	16	2	2	90	175	175	80	150	50	90	192	120	130	90	135	120	120	160	540	40,283	1,68	2
64	16	2	2	80	90	90	90	180	60	80	192	120	65	90	135	140	150	192	480	37,233	1,55	2

OUTPUT SPSS**Frequencies**

		Notes	
Output Created			20-OCT-2019 21:18:46
Comments			
Input	Active Dataset		DataSet2
	Filter		<none>
	Weight		<none>
	Split File		<none>
	N of Rows in Working Data File		64
Missing Value Handling	Definition of Missing		User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used		Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax			FREQUENCIES VARIABLES=Konsumsi_Jajana n Aktifitas_Fisik Status_Gizi Prestasi_Belajar /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time		00:00:00.02
	Elapsed Time		00:00:00.01

[DataSet2]

		Statistics			
		Konsumsi_Jajana	Aktifitas_Fisik	Status_Gizi	Prestasi_Belajar
		n			
N	Valid	64	64	64	64
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

Konsumsi_Jajanan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sering	44	68.8	68.8	68.8
Valid Tidak Sering	20	31.3	31.3	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Aktifitas_Fisik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ringan	48	75.0	75.0	75.0
Valid Berat	16	25.0	25.0	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Status_Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Normal	37	57.8	57.8	57.8
Valid Normal	27	42.2	42.2	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Prestasi_Belajar

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak KKM	39	60.9	60.9	60.9
Valid KKM	25	39.1	39.1	100.0
Total	64	100.0	100.0	

Crosstabs

Notes	
Output Created	20-OCT-2019 21:20:10
Comments	
Input	Active Dataset DataSet2 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data File 64 Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table. CROSSTABS /TABLES=Konsumsi_Jajanan Aktifitas_Fisik Status_Gizi BY Prestasi_Belajar /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ RISK /CELLS=COUNT EXPECTED ROW COLUMN TOTAL /COUNT ROUND CELL.
Syntax	
Resources	Processor Time 00:00:00.02 Elapsed Time 00:00:00.06 Dimensions Requested 2 Cells Available 174762

[DataSet2]

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Konsumsi_Jajanan * Prestasi_Belajar	64	100.0%	0	0.0%	64	100.0%
Aktifitas_Fisik * Prestasi_Belajar	64	100.0%	0	0.0%	64	100.0%
Status_Gizi * Prestasi_Belajar	64	100.0%	0	0.0%	64	100.0%

Konsumsi_Jajanan * Prestasi_Belajar

Crosstab

		Prestasi_Belajar		Total	
		Tidak KKM	KKM		
Konsumsi _Jajanan	Count	32	12	44	
	Expected Count	26.8	17.2	44.0	
	Sering	% within Konsumsi_Jajanan	72.7%	27.3%	100.0%
	% within Prestasi_Belajar	82.1%	48.0%	68.8%	
	% of Total	50.0%	18.8%	68.8%	
	Count	7	13	20	
	Expected Count	12.2	7.8	20.0	
	Tidak Sering	% within Konsumsi_Jajanan	35.0%	65.0%	100.0%
	% within Prestasi_Belajar	17.9%	52.0%	31.2%	
	% of Total	10.9%	20.3%	31.2%	
Total	Count	39	25	64	
	Expected Count	39.0	25.0	64.0	
	% within Konsumsi_Jajanan	60.9%	39.1%	100.0%	
	% within Prestasi_Belajar	100.0%	100.0%	100.0%	
% of Total	60.9%	39.1%	100.0%		

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	8.222 ^a	1	.004		
Continuity Correction ^b	6.713	1	.010		
Likelihood Ratio	8.174	1	.004		
Fisher's Exact Test				.006	.005
Linear-by-Linear Association	8.093	1	.004		
N of Valid Cases	64				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.81.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Konsumsi_Jajanan (Sering / Tidak Sering)	4.952	1.594	15.382
For cohort Prestasi_Belajar = Tidak KKM	2.078	1.113	3.878
For cohort Prestasi_Belajar = KKM	.420	.235	.749
N of Valid Cases	64		

Aktifitas Fisik * Prestasi_Belajar

Crosstab

		Prestasi_Belajar		Total	
		Tidak KKM	KKM		
Aktifitas_Fisik	Ringan	Count	31	17	48
		Expected Count	29.3	18.8	48.0
		% within	64.6%	35.4%	100.0%
		Aktifitas_Fisik			
		% within	79.5%	68.0%	75.0%
		Prestasi_Belajar			
	% of Total	48.4%	26.6%	75.0%	
	Berat	Count	8	8	16
		Expected Count	9.8	6.3	16.0
		% within	50.0%	50.0%	100.0%
		Aktifitas_Fisik			
		% within	20.5%	32.0%	25.0%
Prestasi_Belajar					
% of Total	12.5%	12.5%	25.0%		
Total	Count	39	25	64	
	Expected Count	39.0	25.0	64.0	
	% within	60.9%	39.1%	100.0%	
	Aktifitas_Fisik				
	% within	100.0%	100.0%	100.0%	
	Prestasi_Belajar				
% of Total	60.9%	39.1%	100.0%		

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	1.072 ^a	1	.046		
Continuity Correction ^b	.547	1	.043		
Likelihood Ratio	1.056	1	.042		
Fisher's Exact Test				.379	.229
Linear-by-Linear Association	1.055	1	.304		
N of Valid Cases	64				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.25.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Aktifitas_Fisik (Ringan / Berat)	1.824	.580	5.728
For cohort Prestasi_Belajar = Tidak KKM	1.292	.758	2.201
For cohort Prestasi_Belajar = KKM	.708	.381	1.318
N of Valid Cases	64		

Status Gizi * Prestasi Belajar

Crosstab

		Prestasi_Belajar		Total
		Tidak KKM	KKM	
Status_Gizi	Count	29	8	37
	Expected Count	22.5	14.5	37.0
	Tidak			
	Normal			
	% within Status_Gizi	78.4%	21.6%	100.0%
	% within Prestasi_Belajar	74.4%	32.0%	57.8%
	% of Total	45.3%	12.5%	57.8%
	Count	10	17	27
	Expected Count	16.5	10.5	27.0
	Normal			
% within Status_Gizi	37.0%	63.0%	100.0%	
% within Prestasi_Belajar	25.6%	68.0%	42.2%	
% of Total	15.6%	26.6%	42.2%	
Total	Count	39	25	64
	Expected Count	39.0	25.0	64.0
	% within Status_Gizi	60.9%	39.1%	100.0%
	% within Prestasi_Belajar	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	60.9%	39.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.208 ^a	1	.001		
Continuity Correction ^b	9.538	1	.002		
Likelihood Ratio	11.407	1	.001		
Fisher's Exact Test				.002	.001
Linear-by-Linear Association	11.032	1	.001		
N of Valid Cases	64				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.55.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Status_Gizi (Tidak Normal / Normal)	6.163	2.039	18.621
For cohort Prestasi_Belajar = Tidak KKM	2.116	1.258	3.560
For cohort Prestasi_Belajar = KKM	.343	.174	.677
N of Valid Cases	64		

```
LOGISTIC REGRESSION VARIABLES Prestasi_Belajar
  /METHOD=ENTER Konsumsi_Jajanan Aktifitas_Fisik Status_Gizi
  /PRINT=CI(95)
  /CRITERIA=PIN(0.05) POUT(0.10) ITERATE(20) CUT(0.5).
```

Logistic Regression

Notes

Output Created		20-OCT-2019 21:25:32
Comments		
	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	64
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing
		LOGISTIC REGRESSION
		VARIABLES Prestasi_Belajar
		/METHOD=ENTER
		Konsumsi_Jajanan
		Aktifitas_Fisik Status_Gizi
Syntax		/PRINT=CI(95)
		/CRITERIA=PIN(0.05)
		POUT(0.10) ITERATE(20)
		CUT(0.5).
Resources	Processor Time	00:00:00.03
	Elapsed Time	00:00:00.03

[DataSet2]

Case Processing Summary

Unweighted Cases ^a		N	Percent
	Included in Analysis	64	100.0
Selected Cases	Missing Cases	0	.0
	Total	64	100.0
Unselected Cases		0	.0
Total		64	100.0

a. If weight is in effect, see classification table for the total number of cases.

Dependent Variable Encoding

Original Value	Internal Value
Tidak KKM	0
KKM	1

Block 0: Beginning Block**Classification Table^{a,b}**

Observed		Predicted			
		Prestasi_Belajar		Percentage Correct	
		Tidak KKM	KKM		
Step 0	Prestasi_Belajar	Tidak KKM	39	0	100.0
		KKM	25	0	.0
Overall Percentage					60.9

a. Constant is included in the model.

b. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step 0	Constant	-.445	.256	3.013	1	.083	.641

Variables not in the Equation

			Score	df	Sig.
Step 0	Variables	Konsumsi_Jajanan	8.222	1	.004
		Aktifitas_Fisik	1.072	1	.300
		Status_Gizi	11.208	1	.001
	Overall Statistics	15.649	3	.001	

Block 1: Method = Enter**Omnibus Tests of Model Coefficients**

		Chi-square	df	Sig.
Step		16.750	3	.001
Step 1	Block	16.750	3	.001
	Model	16.750	3	.001

Model Summary

Step	-2 Log likelihood	Cox & Snell R Square	Nagelkerke R Square
1	68.885 ^a	.230	.312

a. Estimation terminated at iteration number 4 because parameter estimates changed by less than .001.

Classification Table^a

	Observed	Predicted		
		Prestasi_Belajar		Percentage Correct
		Tidak KKM	KKM	
Step 1	Tidak KKM	27	12	69.2
	KKM	5	20	80.0
Overall Percentage				73.4

a. The cut value is .500

Variables in the Equation

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% C.I. for EXP(B)	
							Lower	Upper
Step 1 ^a								
Konsumsi_Jajanan	1.635	.734	4.963	1	.026	5.131	1.217	21.629
Aktifitas_Fisik	-.908	.875	1.078	1	.299	.403	.073	2.240
Status_Gizi	1.764	.634	7.744	1	.005	5.834	1.684	20.203
Constant	-4.094	1.214	11.362	1	.001	.017		

a. Variable(s) entered on step 1: Konsumsi_Jajanan, Aktifitas_Fisik, Status_Gizi.

Logistic Regression

Case Processing Summary

Unweighted Cases ^a		N	Percent
Included in Analysis		64	100.0
Selected Cases	Missing Cases	0	.0
	Total	64	100.0
Unselected Cases		0	.0
Total		64	100.0

a. If weight is in effect, see classification table for the total number of cases.

Dependent Variable Encoding

Original Value	Internal Value
Tidak KKM	0
KKM	1

Block 0: Beginning Block**Classification Table^{a,b}**

	Observed	Predicted			
		Prestasi_Belajar		Percentage Correct	
		Tidak KKM	KKM		
Step 0	Prestasi_Belajar	Tidak KKM	39	0	100.0
		KKM	25	0	.0
	Overall Percentage				60.9

a. Constant is included in the model.

b. The cut value is .500

Variables in the Equation

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step 0	Constant	-.445	.256	3.013	1	.083	.641

Variables not in the Equation

			Score	df	Sig.
Step 0	Variables	Konsumsi_Jajanan	8.222	1	.004
		Status_Gizi	11.208	1	.001
	Overall Statistics		14.895	2	.001

Block 1: Method = Enter**Omnibus Tests of Model Coefficients**

		Chi-square	df	Sig.
Step		15.579	2	.000
Step 1	Block	15.579	2	.000
	Model	15.579	2	.000

Model Summary

Step	-2 Log likelihood	Cox & Snell R Square	Nagelkerke R Square
1	70.057 ^a	.216	.293

a. Estimation terminated at iteration number 4 because parameter estimates changed by less than .001.

Classification Table^a

	Observed	Predicted		
		Prestasi_Belajar		Percentage Correct
		Tidak KKM	KKM	
Step 1	Tidak KKM	35	4	89.7
	KKM	16	9	36.0
	Overall Percentage			68.8

a. The cut value is .500

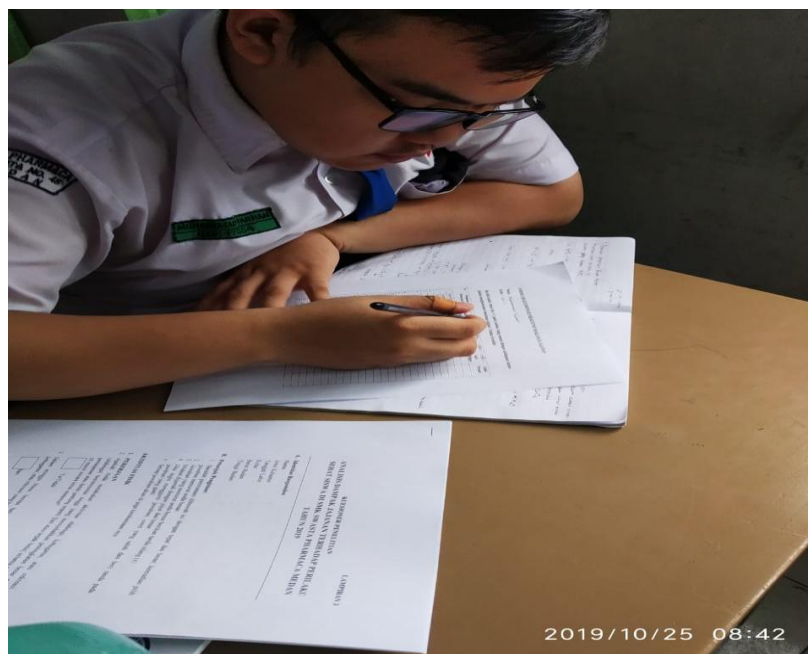
Variables in the Equation

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% C.I. for EXP(B)		
							Lower	Upper	
Step 1 ^a	Konsumsi_Jajanan	1.259	.622	4.103	1	.043	3.522	1.042	11.909
	Status_Gizi	1.570	.589	7.106	1	.008	4.804	1.515	15.233
	Constant	-4.420	1.179	14.063	1	.000	.012		

a. Variable(s) entered on step 1: Konsumsi_Jajanan, Status_Gizi.

DOKUMENTASI PENELITIAN

**ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN
STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR
SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA
MEDAN TAHUN 2019**









INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

PERMOHONAN PENGAJUAN JUDUL THESIS

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul yang telah di setujui :

DAMPAK JUNK FOOD TERHADAP PERILAKU SEHAT SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2018

Diketahui,

Ketua Program Studi
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ANTO, SKM., M.Kes., M.M.)

Pemohon

(SYAFLENI)

diteruskan kepada Dosen Pembimbing

1. Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes. (0910027302) (No.HP : 0813-4206-2007)
2. ANTO, SKM., M.Kes., M.M. (0911118202) (No.HP : 0852-4287-7376)

Catatan Penting bagi Dosen Pembimbing:

1. Pembimbing-I dan Pembimbing-II wajib melakukan koordinasi agar tercapai kesepakatan.
2. Diminta kepada dosen pembimbing untuk tidak mengganti topik yang sudah disetujui.
3. Berilah kesempatan kepada mahasiswa untuk mengeksplorasi permasalahan penelitian.
4. Mohon tidak menerima segala bentuk gratifikasi yang diberikan oleh mahasiswa.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 162/EXT/DKN/FKM/KH/VI/2019

Lampiran :

Hal : Permohonan Survei Awal

Kepada Yth,
Pimpinan di SMK Swasta Pharmaca Medan
di-Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama : SYAFLENI
NPM : 1702011084

Yang bermaksud akan mengadakan survei/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Tesis dengan judul:

DAMPAK JUNK FOOD TERHADAP PERILAKU SEHAT SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2018

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Tesis yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 26/10/2019

Hormat Kami,
DEKAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.
NIDN. (0910027302)

Tembusan :
1. Arsip



SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN PHARMACA
PROGRAM KEAHLIAN FARMASI
YAYASAN SMF PHARMACA MEDAN
 Jalan Tinta No. 45 Telp. (061) 4562383 Fax. (061) 4567852
 MEDAN, 2018

No. : 60A/10/SMKF/Ph/VI/2019

Hal : Izin Mengadakan Survei Awal

Kepada Yth. :

Direktur / Dekan Institut Kesehatan Helvetia

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Di

Medan

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat No. 162/EXT/DKN/FKM/IKH/VI/2019 yang kami terima tertanggal 20 Juni 2019, dengan ini dapat kami izinkan untuk Mengadakan Survei Awal.
2. Dengan ini kami sampaikan, bahwa Mahasiswa Program Studi S-2 Ilmu Kesehatan Masyarakat di Institut Kesehatan Helvetia Medan benar telah mengadakan / melaksanakan Survei Awal disekolah ini.
 Nama : Syafleni
 Tanggal : 22 Juni 2019
 Nama Sekolah : SMK Swasta Pharmaca Medan
 Judul Penelitian : Dampak Junk Food Terhadap Perilaku Sehat Siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan Tahun 2018
3. Demikian surat ini kami perbuat, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Medan, 25 Juni 2019

.....
 a n Kepala Sekolah,



Juliana Effrida, S.Pd
 Wakil Kepala Sekolah



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

Nomor : 580 / EXT / DKM / FKM / IKH / X / 2019
Lampiran :
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth,
Pimpinan di SMK Swasta Pharmaca Medan
di-Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini datang menghadap, mahasiswa Program Studi S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT di
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA:

Nama : SYAFLENI
NPM : 1702011084

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian/ wawancara/ menyebar angket/ observasi, dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas dalam melakukan/ menyelesaikan studi pada Program Studi S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT di INSTITUT KESEHATAN HELVETIA.

Sehubungan dengan ini kami sangat mengharapkan bantuannya, agar dapat memberikan keterangan-keterangan, brosur-brosur, buku-buku, dan penjelasan lainnya yang akan digunakan dalam rangka menyusun Tesis dengan judul:

ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN TERHADAP AKTIFITAS FISIK, PRESTASI BELAJAR, DAN STATUS GIZI SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan tidak akan diumumkan atau diberitahukan pada pihak lain. Selanjutnya setelah mahasiswa bersangkutan yang akan menyelesaikan peninjauan/ riset/ wawancara, kami akan menyerahkan 1 (satu) eksemplar Tesis yang dibuat mahasiswa kami.

Atas bantuan dan kerja sama yang baik, Kami ucapkan terima kasih.

Medan, 15/10/2019

Hormat Kami,
DEKAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Dr. ASRIWATI S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.
NIDN (0910027302)

Tembusan :
- Arsip



SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN PHARMACA
PROGRAM KEAHLIAN FARMASI
YAYASAN SMF PHARMACA MEDAN
 Jalan Tinta No. 45 Telp. (061) 4562383 Fax. (061) 4567852
 MEDAN, 20118

No. : 94/10/SMKF/Ph/XI/2019
 Hal : Izin Mengadakan Penelitian

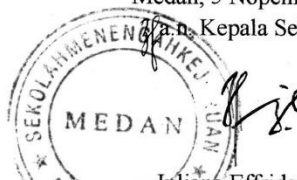
Kepada Yth. :
 Direktur / Dekan Institut Kesehatan Helvetia
 Fakultas Kesehatan Masyarakat
 Di
Medan

Dengan hormat,

1. Sehubungan dengan surat No. 580/EXT/DKN/FKM/IKM/X/2019 yang kami terima tertanggal 15 Oktober 2019, dengan ini dapat kami izinkan untuk Mengadakan Penelitian.
2. Dengan ini kami sampaikan, bahwa Mahasiswa Program Studi S-2 Ilmu Kesehatan Masyarakat di Institut Kesehatan Helvetia Medan benar telah mengadakan / melaksanakan Penelitian tersebut di sekolah ini.
 Nama : Syafleni
 Tanggal : 16 - 23 Oktober 2019
 Nama Sekolah : SMK Swasta Pharmaca Medan
 Judul Penelitian : Analisis dampak konsumsi jajanan terhadap aktifitas fisik, prestasi belajar, dan status gizi siswa di SMK Swasta Pharmaca Medan tahun 2019.
3. Demikian surat ini kami perbuat, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Medan, 5 Nopember 2019

_____, Kepala Sekolah,





INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

Identitas Mahasiswa :

Nama : SYAFLENI
NIM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019
Tanggal Ujian Sebelumnya :

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/UJIAN TESIS/JILID LUX*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.	14 - 10 - 2019	
2.	WANDA LESTARI, STP, M.Gizi	14 - 10 - 2019	

Medan, 14 Oktober 2019



Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

Catatan:

- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda *) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangani oleh pembimbing bila disetujui.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

Identitas Mahasiswa :

Nama : SYAFLENI
NIM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019
Tanggal Ujian Sebelumnya : 8 NOVEMBER 2019

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/UJIAN TESIS/JILID LUX*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.	11-11-2019	
2.	Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.	9/11/2019	

Medan,

KAPRODI
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

Catatan:

- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda *) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangani oleh pembimbing bila disetujui.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR PERSETUJUAN PERBAIKAN (REVISI)

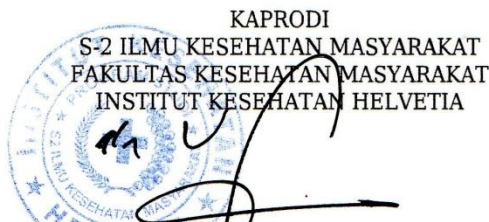
Identitas Mahasiswa :

Nama : SYAFLENI
NIM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019
Tanggal Ujian Sebelumnya :

Telah dilakukan perbaikan oleh mahasiswa sesuai dengan saran dosen pembimbing. Oleh karenanya mahasiswa tersebut diatas diperkenankan untuk melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu: PENELITIAN/UJIAN TESIS/JILID LUX*) Coret yang tidak perlu.

No	Nama Pembimbing 1 dan 2	Tanggal Disetujui	Tandatangan
1.	Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.	20-11-2019	
2.	Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.	16-11-2019	

Medan, 06/12/19.....



IMAN MUHAMMAD, S.E., S.Kom., M.M., M.Kes.

Catatan:

- Lembar persetujuan revisi dibawa setiap konsul revisi.
- Print warna menggunakan kertas A4 (Rangkap 1).
- Tanda *) silahkan dicoret yang tidak perlu.
- Isi tanggal ujian, tanggal disetujui, dan ditandatangani oleh pembimbing bila disetujui.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul : DAMPAK JUNK FOOD TERHADAP PERILAKU SEHAT SISWA DI SMK
SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2018
Nama Pembimbing 1 : Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	Sabtu/25-5-2019	- Acc judul	Sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan	4.
2		- Bab I		4.
3	Selasa/28-5-2019	Bab I, II, III, dan kuesioner	Perbaikan landasan teori	4.
4				4.
5	Selasa/18-6-2019	Defenisi Operasional	disesuaikan dengan teori	4.
6			nee / diujika	4.
7				
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ANTO, SKM., M.Kes., M.M.)

Medan, 25/01/2019
Pembimbing 1 (Satu)

Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd.,
M.Kes.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul : DAMPAK JUNK FOOD TERHADAP PERILAKU SEHAT SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2018

Nama Pembimbing 2 : ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	Sabtu /25-5-2019	- Acc judul	Sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan	f.
2		- Bab I		f.
3	Selasa /28-5-2019	Bab I, II, III, dan kuesioner	Perbaiki lautan teori	f.
4				
5	Selasa /18-6-2019	Defenisi Operasional	diseuaikan dengan teori ace & diujika	f.
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(ANTO, SKM., M.Kes., M.M.)

Medan, 18/06/2019
Pembimbing 2 (Dua)

ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019

Nama Pembimbing 1 : Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	8/11 - 2019	Abstrak	Revisi	f.
2				
3	4/11 - 2019	Lampiran 3 tesis		f.
4				
5			see above	f
6				
7				
8				

Diketahui,
Ketua Program Studi
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.)

Medan, 11/11/2019
Pembimbing 1 (Satu)

Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd.,
M.Kes.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019

Nama Pembimbing 2 : Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1		ABSTRAK		
2		MANUSKRIP JURNAL		
3		LAMPIRAN-LAMPIRAN		
4		TESIS		
5				
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi
S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.)

Medan, 11/11/2019

Pembimbing 2 (Dua)

Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan



Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019

Nama Pembimbing 2 : Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	12/11-2019	perbaikan		
2	13/11-2019	perbaikan		
3	16/11-2019	perbaikan.		
4				
5				
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi

S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

(IMAN MUHAMMAD, S.E., S.Kom., M.M., M.Kes.)

Medan, 17/11/2019

Pembimbing 2 (Dua)

Dr. ANTO, SKM., M.Kes., M.M.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.



INSTITUT KESEHATAN HELVETIA

Fakultas Kesehatan Masyarakat

WORLD CLASS UNIVERSITY (ACCREDITED BY: WEBOMETRICS - SPAIN) <http://helvetia.ac.id>
Tel: (061) 42084606 | e-mail: info@helvetia.ac.id | Wa: 08126025000 | Line id: instituthelvetia

LEMBAR BIMBINGAN TESIS

Nama Mahasiswa/i : SYAFLENI
NPM : 1702011084
Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT / S-2
Peminatan : Promosi Kesehatan (Promkes)



Judul : ANALISIS DAMPAK KONSUMSI JAJANAN, AKTIFITAS FISIK, DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMK SWASTA PHARMACA MEDAN TAHUN 2019 MEDAN TAHUN 2019

Nama Pembimbing 1 : Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd., M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Saran	Paraf
1	16/11-2019		perbaikan	f
2	18/11-2019		perbaikan	f
3	20/11-2019		perbaikan	f
4				
5			see %	f
6				
7				
8				

Diketahui,

Ketua Program Studi

S-2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA



(IMAN MUHAMMAD, S.E., S.Kom., M.M., M.Kes.)

Medan, 27/11/2019

Pembimbing 1 (Satu)

Dr. ASRIWATI, S.Kep., Ns., S.Pd.,
M.Kes.

KETENTUAN:

1. Lembar Konsultasi diprint warna pada kertas A4 rangkap 2 (dua).
2. Satu (1) lembar untuk Prodi.
3. Satu (1) lembar untuk Administrasi Sidang (Wajib dikumpulkan sebelum sidang).
4. Lembar Konsultasi WAJIB DIISI Sebelum ditandatangani Dosen Pembimbing.
5. Mahasiswa DILARANG MEMBERIKAN segala bentuk GRATIFIKASI/Suap terhadap Dosen.
6. Dosen DILARANG MENERIMA segala bentuk GRATIFIKASI/Pemberian dari Mahasiswa.
7. Pelanggaran ketentuan No 5 dan 6 berakibat PEMBATALAN HASIL UJIAN & Penggantian Dosen.