

**STUDI KUALITATIF POLA KONSUMSI MIE INSTAN
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 8
SIPORI-PORI TANJUNG BALAI
TAHUN 2018**

TESIS

**SRI EMANINGSIH
1602011073**



**PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2018**

**STUDI KUALITATIF POLA KONSUMSI MIE INSTAN
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 8
SIPORI-PORI TANJUNG BALAI
TAHUN 2018**

TESIS

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Magister Kesehatan Masyarakat (M.K.M)
Pada Program Studi S2 Kesehatan Masyarakat
Minat Studi Gizi Kesehatan Keluarga dan Kesehatan Reproduksi
Institut Kesehatan Helvetia Medan**

Oleh

**SRI EMANINGSIH
1602011073**



**PROGRAM STUDI S2 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
INSTITUT KESEHATAN HELVETIA
MEDAN
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Studi Kualitatif Pola Konsumsi Mie Instan Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 8 Siporipori Tanjungbalai Tahun 2018
Nama Mahasiswa : Sri Emaningsih
Nomor Induk Mahasiswa : 1602011073
Minat Studi : Gizi Kesehatan Keluarga dan Kesehatan Reproduksi

Medan, 28 Agustus 2018

Menyetujui Pembimbing
Komisi Pembimbing:

Pembimbing I

Pembimbing II

(Dr. Ayi Darmana, M.Si)

(Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes)

**Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Institut Kesehatan Helvetia Medan**

(Dr. Ayi Darmana., M.Si)

Telah diuji pada tanggal: Juni 2018

PANITIA PENGUJI TESIS

Ketua : Dr. Ayi Darmana., M.Si

Anggota : 1. Dr., Ir Zuraidah Nasution M.Kes
2. Prof., Dr., Ir Evawany Yunita Aritonang M.Si
3. Jitasari Tarigan Sibero, SST., S.Pd., M.Kes

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Karya tulis saya (Tesis) adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar magister, baik di Intitusi Kesehatan Helvetia maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan masukan tim penelaah/tim penguji.
3. Dalam karya tulis 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 pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku diperguruan tinggi ini.

Medan, Juli 2018
Yang Membuat Pernyataan

Sri Emaningsih
1602011073

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. IDENTITAS DIRI

Nama : Sri Emaningsih
Tempat/Tanggal Lahir : Jalan Golok, 16 April 1974
Agama : Islam
Nama Ayah : Iman Suharno
Nama Ibu : Emiarsih
Alamat :Lingkungan 5 Kelurahan Kapias Pulau Buaya
Kecamatan Teluk Nibung Tanjung Balai

II. PENDIDIKAN

1. SD Negeri 114614, Teluk Pulau Dalam Tahun 1983 – 1988.
2. SMP Alwasliyah, Indrapura Tahun 1988 – 1991.
3. SPK Flora Medan Tahun 1991 – 1994.
4. Program Pendidikan Bidan di SPK Depkes R.I Medan Tahun 1994 – 1995.
5. Akademi Kebidanan Ibtisam Aulia, Kisaran Tahun 2011 – 2013.
6. Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr. Keb) STIKES HELVETIA Medan Tahun 2014 – 2015.
7. Magister Kesehatan Masyarakat di STIKES HELVETIA Medan Tahun 2016 sampai dengan sekarang.

III. RIWAYAT PEKERJAAN

1. Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Puskesmas Pembantu Sipori-pori Tanjungbalai dari tahun 2007 sampai dengan sekarang.

ABSTRAK

Study Kualitatif Pola Konsumsi Mie Instan Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 8 Sipori-Pori Tanjungbalai Tahun 2018

**SRI EMANINGSIH
1602011073**

Program Study S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat

Keadaan gizi remaja umumnya dipengaruhi oleh perilaku konsumsi makanan yang berakibat pada tingkat konsumsi zat gizi. Perilaku konsumsi makanan yang salah pada masa remaja menyebabkan ketidak seimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Pola konsumsi yang keliru akan merugikan kesehatan apabila tidak diarahkan pada pola konsumsi makanan yang sehat. Makanan mie instan pada umumnya mengandung tinggi protein, tinggi kalori (terutama lemak dan gula sederhana), tinggi garam, bumbu masak, zat pengawet dan pewarna serta rendah serat. Jika hal ini dibiasakan akan mengawali terjadinya penyakit degeneratif.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola konsumsi remaja putri dalam memilih makanan mie instan di SMP Negeri 8 Sipori-pori Tanjungbalai Tahun 2018. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 4 orang remaja putri, guru piket dan penjaga kantin. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 8 Sipori-pori Tanjungbalai.

Hasil penelitian diketahui bahwa pola konsumsi remaja terhadap mie instan yaitu siswi mengkonsumsi mie instan sebanyak 5 kali dalam seminggu di sekolah, lain halnya di luar sekolah. Faktor penyebab remaja putrid mengkonsumsi mie instan yaitu faktor rasa yang enak dan gurih, penyajian yang praktis dan cepat, serta harga murah dan mengenyangkan. tidak sempat sarapan serta faktor iklan atau sponsor. Orangtua dan guru melakukan kontrol terhadap pola konsumsi remaja dalam memilih makanan mie instan melalui anjuran membiasakan sarapan pagi serta nasihat mengurangi jajan di SMP Negeri 8 Sipori-pori Tanjungbalai Tahun 2018.

Disarankan kepada siswi di SMP Negeri 8 Sipori-pori Tanjungbalai untuk lebih selektif dalam memilih dan mengkonsumsi makanan. Kepada pihak sekolah diharapkan dapat memberikan siswi berbagai informasi mengenai makanan sehat dan bergizi bagi siswi dan dalam pengolahan mie instan agar mencampurkan mie instan dengan penambahan sayur dan sumber protein. Serta kepada orangtua perlu adanya kontrol orangtua dilakukan melalui anjuran membiasakan sarapan pagi dan nasihat mengurangi jajan serta menyediakan bekal ke sekolah.

Kata Kunci : Pola Konsumsi, Remaja Putri, Makanan Mie Instan

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang mana telah memberikan rahmat dan karunia-Nya yang begitu besar sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tesis ini dengan judul: Studi Kualitatif Pola Konsumsi Mie Instan Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 8 Sipori-pori Tanjungbalai Tahun 2018.

Tesis ini disusun untuk melengkapi tugas-tugas dalam memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Pendidikan S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat di Institut Kesehatan Helvetia. Peneliti menyadari bahwa Tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, namun demikian besar harapan saya kiranya Tesis ini dapat menambah masukan serta ilmu pengetahuan dan dalam hal ini peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan Penelitian Tesis ini.

Keberhasilan peneliti tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan moril dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. dr. Hj. Razia Begum Suroyo, M.Sc, M.Kes selaku Pembina Yayasan Helvetia Medan
2. Iman Muhammad, S.E., S.Kom., M.M., M.Kes selaku Ketua Yayasan Helvetia Medan
3. Dr. dr. H. Ismail Effendy, M.Si selaku Rektor Institut Kesehatan Helvetia Medan

4. Dr. Ayi Darmana, M.Si selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Sekaligus sebagai ketua penguji yang telah banyak memberikan masukan yang berarti demi kesempurnaan dalam penyusunan Tesis ini.
5. Anto, SKM., M.Kes., M.M selaku Ketua Program Studi S-2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia.
6. Dr., Ir Zuraidah Nasution M.Kes sebagai dosen penguji II yang telah banyak memberikan masukan yang berarti demi kesempurnaan dalam penyusunan Tesis ini.
7. Prof., Dr., Ir Evawany Yunita Aritonang M.Si selaku penguji III yang telah memberikan banyak waktu, ilmu, pikiran serta serta memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan penyusunan Tesis ini.
8. Jitasari Tarigan Sibero, SST., S.Pd., M.Kes selaku penguji IV yang telah memberikan banyak waktu, ilmu, pikiran serta serta memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan penyusunan Tesis ini.
9. Seluruh dosen dan staff pengajar Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada peneliti selama mengikuti pendidikan.
10. Teman-teman mahasiswa Program Studi S2 Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia

Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu, semoga Tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, September
2018

Peneliti,

Sri Emaningsih

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1. Faktor yang mempengaruhi status gizi menurut Call dan Levinson, 2012.....	2
5	
Gambar 4.1. Peta Denah SMP Negeri 8 Tanjungbalai	3
3	
Gambar 4.2. Siswi sedang menuju kelas dengan membawa sekaligus mengkonsumsi makanan mie instan	5
8	
Gambar 4.3. Siswi Nampak sedang berkumpul di depan kelas pada jam istirahat dan sedang mengkonsumsi makanan mie instan	5
8	
Gambar 4.4. Siswi berada di kelas pada jam istirahat sedang mengkonsumsi makanan mie instan	5
8	
Gambar 4.5. Siswi berada di samping kelas sedang mengkonsumsi makanan mie instan	5
9	

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 2.1. Kecukupan gizi yang dianjurkan untuk remaja dan dewasa awal	1 4
Tabel 2.2. Jumlah porsi makanan yang dianjurkan pada usia 12–16 tahun	2 2
Tabel 2.3. Angka kecukupan gizi rata-rata yang dianjurkan (per orang per hari)	2 3
Tabel 2.4. Anjuran makanan rata-rata satu hari usia remaja 12–16 tahun	2 6
Tabel 2.5. Anjuran makanan rata-rata satu hari usia dewasa 26-35 tahun	2 6
Tabel 4.1. Data Siswa SMP Negeri 8 Tanjungbalai	3 5
Tabel 4.2. Data tenaga pengajar SMP Negeri 8 Tanjungbalai	3 6

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 5. Hasil Wawancara