



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

Jl. Limau II, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12130
Telp./Fax. (021) 7256157, <http://fikes.uhamka.ac.id>, <http://uhamka.ac.id>

KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
Nomor : 357 /A.32.03/2025

TENTANG
PENGANGKATAN PENGUJI SIDANG PROPOSAL SKRIPSI DAN SIDANG SKRIPSI
PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Bismillahirrahmanirrahim,
DEKAN FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
PROF. DR. HAMKA :

- Menimbang : a. bahwa Mahasiswa Program Studi Gizi yang telah menyusun proposal skripsi dan skripsi sesuai kurikulum operasional, maka dipandang perlu melaksanakan sidang proposal skripsi dan sidang skripsi.
b. bahwa untuk kelancaran kegiatan sidang proposal skripsi dan sidang skripsi sebagaimana dimaksud konsideran a, maka dianggap perlu mengangkat penguji sidang proposal skripsi dan sidang skripsi dengan surat Keputusan Dekan.
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tanggal 8 Juli 2003, tentang sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 tanggal 10 Agustus 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 tanggal 30 Januari 2014, Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
4. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomer 3 Tahun 2020 tanggal 24 Januari 2020, tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
5. Keputusan Dirjen Dikti Depdikbud Republik Indonesia Nomor 138/DIKTI/Kep/1997 tanggal 30 Mei 1997, tentang perubahan bentuk Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Jakarta (IKIP) menjadi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA;
6. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/1.0/B/2012 tanggal 16 April 2012, tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah;
7. Keputusan Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Nomor 1077/A.01.01/2021 tanggal 14 Rabi'ul Awwal 1443 H./21 Oktober 2021 M. tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Masa Jabatan 2021 - 2025;
8. Satuta Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun 2013;

Memperhatikan : 1. Kurikulum Operasional Program Studi Gizi
2. Hasil Rapat Pimpinan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan tanggal 16 Januari 2025

MEMUTUSKAN

Menetapkan :

- PERTAMA** : Mengangkat penguji sidang proposal dan sidang skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA semester Gasal Tahun Akademik 2024/2025 sebagaimana tercantum dalam lampiran 1 keputusan ini.
- KEDUA** : Ketua Program Studi sebagai ketua panitia mempersiapkan segala sesuatu mengenai pelaksanaan sidang proposal dan sidang Skripsi dan Wakil Dekan II mengatur masalah keuangan sebagaimana tercantum dalam lampiran 1 surat Keputusan ini.
- KETIGA** : Ketua Program studi mengajukan nama-nama yang akan mengikuti sidang proposal dan sidang skripsi paling lambat seminggu atau 7 (tujuh) hari sebelum sidang skripsi dilaksanakan.

Ditetapkan di: Jakarta
Pada tanggal: 20 Rajab 1446 H
20 Januari 2024 M

Dekan,

Ony Linda, M.Kes
NIDN: 0330107403

SALINAN Keputusan ini disampaikan kepada yth.:

1. Para Wakil Dekan
 2. Kaprodi Gizi
 3. Para Dosen
 4. Ka.TU. Up. Kasubag Akademik
- FIKES Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

BUKTI MENGUJI SKRIPSI

SKRIPSI



**HUBUNGAN FREKUENSI PENGGUNAAN APLIKASI
LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN *ONLINE* DENGAN
KUALITAS ASUPAN DAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA
UHAMKA**

**OLEH
SYAHARBANU
2005025178**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2025**

**HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN
PERNYATAAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul "Hubungan Frekuensi Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan *Online* dengan Kualitas Diet dan Status Gizi Pada Mahasiswa UHAMKA" merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai panduan dan tatacara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata dikemudian hari skripsi ini, baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan karya saya terhadap orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 28 Februari 2024



Syahrabanu
(2005025178)

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Syaharbanu
NIM : 2005025178
Program Studi : Gizi
Fakultas : Ilmu – Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Frekuensi Penggunaan Aplikasi Layanan Pesan Antar Makanan Online Dengan Kualitas Diet Dan Status Gizi Pada Mahasiswa UHAMKA”** beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap menyantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 24 April 2025

Yang Menyatakan,



Syaharbanu

HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI

PENGESAHAN TIM PENGUJI


Nama : Syaharbanu
NIM : 2005025178
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Frekuensi Penggunaan Aplikasi Layanan Pesan Antar Makanan
Online dengan Kualitas Diet dan Status Gizi Pada Mahasiswa UHAMKA

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 27 Mei 2025

TIM PENGUJI

Pembimbing


Fitria, S.K.M., MKM.

Penguji I


Fildzah Badzlina, S.Gz., MKM.

Penguji II


Mohammad Furqon, S.K.M., MKM.

RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

- a. Nama Lengkap : Syaharbanu
- b. Nomor Induk Mahasiswa : 2005025178
- c. Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 9 Januari 2002
- d. Agama : Islam
- e. Jenis Kelamin : Perempuan
- f. Alamat : De Fatmawati C24, Meruyung,
Limo, Depok, Jawa Barat
- g. Email : Syaharbanuasgf@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

- a. 2008 – 2014 : SDN Joglo 03 Pagi
- b. 2014 – 2017 : SMPN 206 Jakarta Barat
- c. 2017 – 2020 : SMAN 32 Jakarta Selatan
- d. 2020 – 2025 : Universitas Muhammadiyah Prof.
Dr. Hamka

C. Pengalaman Kerja/Belajar Lapangan

- a. Praktik Belajar Lapangan Gizi Komunitas, Kecamatan Jasinga,
Kabupaten Bogor Tahun 2023.
- b. Praktik Belajar Lapangan MSPM dan Gizi Klinik di RSUD
Cilegon Tahun 2024.

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI**

Skripsi, April 2025

Syahrabanu,

**“Hubungan Frekuensi Penggunaan Aplikasi Layanan Pesan Antar Makanan Online dengan Kualitas Asupan dan Status Gizi Pada Mahasiswa UHAMKA”
xv+ 83 halaman, 17 tabel , 2 gambar + 6 lampiran**

ABSTRAK

Perkembangan teknologi, terutama dalam layanan pesan antar makanan *online* telah membawa dampak signifikan terhadap pola makan dan gaya hidup di masyarakat, terutama pada kelompok mahasiswa. Hal ini dapat berpengaruh pada kualitas diet dan status gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara frekuensi penggunaan aplikasi layanan pesan antar *online* dengan kualitas asupan dan status gizi pada mahasiswa UHAMKA. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Subjek penelitian ini adalah 100 mahasiswa yang tinggal seorang diri atau kos. Pengukuran terhadap variabel independen yaitu frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar *online* dengan wawancara menggunakan kuesioner dan pengukuran terhadap variabel dependen yaitu kualitas asupan dan status gizi dengan wawancara *recall 2 x 24 jam* dan pengukuran antropometri. Data akan diuji dengan Uji *Fisher Exact*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan *online* dengan kualitas asupan ($p=0,305$) dan tidak ada hubungan kualitas diet dengan status gizi ($p=0,511$).

Kata Kunci : Frekuensi Penggunaan Layanan Pesan Antar *Online*, Kualitas Asupan, Status Gizi.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
RIWAYAT HIDUP.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	7
A. Kajian Pustaka.....	7
1. Remaja.....	7
2. Layanan Pesan Antar Makanan <i>Online</i>	7
a. Jenis Layanan.....	8
3. Kualitas Diet.....	11
2) Penilaian Kualitas Diet.....	11
4. Status Gizi.....	14
B. Kerangka Teori.....	18
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS.....	19
A. Kerangka Konsep.....	19
B. Definisi Operasional.....	20
C. Hipotesis.....	22

BAB IV METODE PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23
D. Pengumpulan Data	24
E. Pengolahan Data	26
F. Analisis Data	28
BAB V HASIL PENELITIAN	30
BAB VI PEMBAHASAN	37
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	53

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi mencerminkan hasil keseimbangan dari asupan zat gizi yang dikonsumsi dan kebutuhan tubuh untuk menjalankan fungsi-fungsi metabolisme serta menjaga kesehatan secara menyeluruh. Thamaria (2017) menyatakan bahwa status gizi menggambarkan keadaan tubuh yang dipengaruhi keseimbangan antara jumlah zat gizi yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi yang dibutuhkan untuk menjalankan fungsi metabolisme tubuh. Status gizi yang optimal dapat mendukung tercapainya kondisi kesehatan yang baik, sedangkan status gizi yang kurang akan gangguan masalah gizi. Status gizi yang tidak normal akan meningkatkan resiko terkena penyakit degeneratif. Selain itu, status gizi tidak normal berpengaruh pada menurunnya daya tahan tubuh dan memengaruhi produktivitas kerja serta kualitas hidup (Maedah *et al.*, 2023).

Berdasarkan Riskesdas (2018), prevalensi penduduk dewasa diatas 18 tahun berdasarkan IMT di Indonesia sebanyak 15,6% termasuk dalam kategori gizi lebih dan 29,8% termasuk dalam kategori obesitas. Sedangkan di Jakarta Timur prevalensi penduduk dewasa diatas 18 tahun berdasarkan IMT sebanyak 15,30% termasuk dalam kategori gizi lebih dan 32,30% termasuk dalam kategori obesitas. Data ini menunjukkan bahwa obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, khususnya di daerah perkotaan, dan memerlukan perhatian lebih dalam upaya pencegahan serta pengendaliannya.

Kondisi status gizi seseorang bergantung pada faktor langsung seperti asupan gizi dan infeksi dan faktor tidak langsung seperti kebiasaan konsumsi makanan (Permenkes, 2014). Aspek lain yang berkontribusi terhadap status gizi meliputi pendapatan, pendidikan, umur, jenis kelamin dan genetik. Pendapatan keluarga mempengaruhi akses terhadap makanan dan kualitas makanan yang dapat dibeli, pendidikan atau pengetahuan orang tua dapat mempengaruhi pengetahuan gizi yang berdampak pada pola makan. Faktor seperti jenis kelamin, umur dan genetik dapat mempengaruhi respons tubuh terhadap asupan makanan (Thamaria, 2017).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M., Iman Satoto, K., & Rizal Isnanto, dan R. (2014). *PEMBUATAN APLIKASI LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN PADA SISTEM OPERASI ANDROID*.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*.
- Amaliyah, M., Dewi Soeyono, R., Nurlaela, L., Kristiastuti, D., Tata Boga, P., Negeri Surabaya, U., & Seni Kuliner, M. (2021). *JURNAL TATA BOGA POLA KONSUMSI MAKAN REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19*. 10(1), 129–137. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
- Amrin, P. A., Hardiansyah, & Dwiriani, C. M. D. (2013). *ALTERNATIF INDEKS GIZI SEIMBANG UNTUK PENILAIAN MUTU GIZI KONSUMSI PANGAN PRLA DEWASA INDONESIA*.
- Arini, D. P. (2021). *Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21*.
- Astrika Yunita, F., Eka Nurma Yuneta, A., Sutisna, E. S., & Rante Ada, Y. (2020). HUBUNGAN POLA DIET REMAJA DENGAN STATUS GIZI. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8, 27–31.
- Atasa, D., & Nugroho, T. W. (2021). *ANALISIS KETERSEDIAAN PANGAN KOTA MALANG ANALYSIS OF FOOD AVAILABILITY IN MALANG* (Vol. 7, Issue 2).
- Dai, X., Wu, L., & Hu, W. (2022). Nutritional quality and consumer health perception of online delivery food in the context of China. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14593-9>
- Eldyana, N. (2021). *HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN KUALITAS DIET PADA ANGGOTA GRUP KETOGENIC INDONESIA*.
- Febya Lubna, Taufiq Firdaus Al-Ghifari, & Ai Sri Kosnayani. (2023). Hubungan Pola Makan dan Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Jasmani Angkatan 2022 Universitas Siliwangi. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 55–65. <https://doi.org/10.56303/jdik.v1i2.133>
- Hakim Laenggeng, A., Gizi, B., Kesehatan masyarakat, F., & Muhammadiyah Palu, U. (2022). *Hubungan Pola Makan dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga dengan Status Gizi Remaja di Hontara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Hasil Analisis Kualitas Asupan dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis UHAMKA

NASKAH PENJELASAN

Assalamualaikum Wr. Wb.

Selamat Pagi / Siang / Sore, Saya adalah mahasiswa Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka yang sedang melakukan penelitian sebagai tugas akhir dengan judul **“Hubungan Frekuensi Penggunaan Aplikasi Layanan Pesan Antar Makanan *Online* Dengan Kualitas Asupan dan Status Gizi Pada Mahasiswa UHAMKA”** mengundang anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan Anda dalam penelitian ini bersifat sukarela. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan aplikasi pesan antar makanan *online* dengan kualitas asupan dan status gizi pada mahasiswa FEB UHAMKA. Untuk keperluan penelitian, berikut kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mahasiswa aktif FEB UHAMKA.
2. Mahasiswa yang tinggal seorang diri atau kos.
3. Mahasiswa yang menggunakan layanan pesan antar makanan *online* dan melakukan pemesanan dalam sebulan terakhir.
4. Mahasiswa bersedia menjadi responden penelitian.

Dalam penelitian ini saya akan melakukan wawancara kepada responden terkait karakteristik responden seperti usia dan jenis kelamin, frekuensi penggunaan aplikasi layanan pesan antar makanan *online*, serta wawancara terkait kualitas asupan. Wawancara akan dilakukan sekitar 30 – 60 menit. Selain itu, responden juga akan dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Semua informasi yang berkaitan dengan identitas hanya akan dirahasiakan dan hanya akan diketahui untuk kepentingan penelitian. Selain itu, kontribusi responden pada penelitian ini bersifat sukarela dan tidak ada paksaan. Jika ada hal yang kurang jelas mengenai penelitian ini, responden dapat menghubungi :

Syaharbanu (081519457865)