



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 :3957/A.30.02/2023

Tentang
PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI
PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
TAHUN AKADEMIK 2023/2024

Bismillahirrahmanirrahim,

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

- Menimbang : a. Bahwa dalam rangka penyelesaian studi mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA perlu dilaksanakan mata kuliah skripsi sebagai mata kuliah ujian penutup.
- b. Bahwa demi lancarnya pelaksanaan mata kuliah skripsi tersebut dipandang perlu untuk mengangkat pembimbing skripsi dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 tahun 2003; tanggal 8 Juli 2003, tentang sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan pemerintah Republik Indonesia Nomor: 60 tahun 1999, tentang Pendidikan Tinggi.
3. Keputusan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Depertemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 138/DIKTI/Kep/1997 tanggal 30 Mei 1997, tentang perubahan bentuk Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Jakarta menjadi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA;
4. Aqidah Perguruan Tinggi Muhammadiyah Tahun 2002;
5. Keputusan Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor: 02/KEP/1.0/D/2010 tanggal 18 Muharram 1431 H/ 04 Januari 2010 M, tentang penetapan Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA masa jabatan 2009-2013;
6. Statuta Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun 2006;
7. Keputusan Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Nomor: 179/A.01.01/2002, tanggal 24 Agustus 2002 tentang pemberlakuan panduan Administrasi Akademik Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
- Memperhatikan : Hasil Keputusan Rapat Pimpinan dan Dosen tanggal 28 September dan 30 September 2023

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
Pertama : Mengangkat Pembimbing Skripsi Jenjang Strata Satu (S1) Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun Akademik 2023/2024 sebagaimana tersebut dalam lampiran surat keputusan ini.
- Kedua** : Pembagian tugas anggota pembimbing skripsi di tetapkan ketua dengan memperhatikan bidang keahlian dan atas saran Pimpinan Fakultas

- Ketiga** : Jika di antara anggota dosen pembimbing berhalangan tetap atau karena sebab-sebab lain tidak dapat menyelesaikan tugasnya, maka penggantian antar waktu ditentukan oleh Pimpinan Fakultas.
- Keempat** : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai seluruh mahasiswa yang dibimbing lulus ujian skripsi.
- Kelima** : Hal-hal yang bertentangan dengan surat keputusan dinyatakan tidak berlaku.
- Keenam** : Apabila ada kesalahan atau kekeliruan dalam surat keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jakarta
Pada tanggal : 22 Rabi'ul Awal 1445 H
07 Oktober 2023 M

Dekan,



Ony Linda, M.Kes
NIDN: 0330107403

Tembusan:

1. Para Wakil Dekan FIKES
2. Kaprodi Gizi FIKES
3. Para Dosen
4. Ka.TU. Up. Kabag Akademik
FIKES UHAMKA

LAMPIRAN SK DEKAN FAKULTAS ILMU- ILMU KESEHATAN

NOMOR : 3957 /A.30.02 /2023

TANGGAL : 22 Rabi'ul Awal 1445 H
07 Oktober 2023 M

DAFTAR NAMA MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI

Dosen Pembimbing: Helda Khusun, S.TP., M.Sc., Ph.D.

NO	NAMA MAHASISWA	NIM	PROGRAM STUDI	SEBAGAI
1	Fanny Noershavitri	2005025060	Gizi	Pembimbing Tunggal
2	Hanifa Febriyanti	2005025140	Gizi	Pembimbing Tunggal
3	Siti Syarifah Zahra	2005025137	Gizi	Pembimbing Tunggal
4	Rayvina Nur Namira	2005025120	Gizi	Pembimbing Tunggal
5	Wahdah Nur Alifia	2005025210	Gizi	Pembimbing Tunggal
6	Maulida Aftali Rosyadi	2005025181	Gizi	Pembimbing Tunggal
7	Alkanisa Rahma	2005025185	Gizi	Pembimbing Tunggal
8	Syifa Ardhira Darni Muhram	2005025053	Gizi	Pembimbing Tunggal
9	Indah tasya kamila	2005025092	Gizi	Pembimbing Tunggal

Dekan,



Ony Linda, M.Kes
NIDN: 0330107403

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGARUH TEMAN SEBAYA, KEBIASAAN JAJAN
DAN KUALITAS DIET PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS
(SMA) DI JAKARTA**

**OLEH
MAULIDA AFTALI ROSYADI
2005025181**

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

SKRIPSI



HUBUNGAN PENGARUH TEMAN SEBAYA, KEBIASAAN JAJAN DAN KUALITAS DIET PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) DI JAKARTA

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

**OLEH
MAULIDA AFTALI ROSYADI
2005025181**

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

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

Skripsi, September 2025

Maulida Aftali Rosyadi,

“Hubungan Pengaruh Teman Sebaya, Kebiasaan Jajan dan Kualitas Diet Pada Siswa SMA di Jakarta”.

xix + 56 halaman, 12 tabel, 4 gambar + 4 lampiran

ABSTRAK

Obesitas di Indonesia semakin meningkat. Salah satu faktor yang berperan dalam peningkatan obesitas adalah pemilihan makan yang tidak sehat yang berakibat pada rendahnya kualitas diet. Kualitas diet remaja di Indonesia masih belum optimal. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa remaja memiliki kualitas diet yang rendah karena tingginya konsumsi makanan berlemak serta asupan makan yang tidak sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang (PGS). Berdasarkan hal ini maka kualitas diet pada remaja masih perlu dikonfirmasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengaruh teman sebaya, kebiasaan jajan dan kualitas diet pada siswa SMA di Jakarta yang diukur dengan menggunakan Indeks Gizi Seimbang (IGS). Desain penelitian yang dilakukan adalah *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari data penelitian berjudul “Evaluasi Pola dan Kualitas Sarapan serta Determinan Perilaku Konsumsi pada Remaja di Lingkungan Sekolah” pada tahun 2025 di Jakarta. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *simple random sampling* dengan kriteria inklusi siswa SMA di Jakarta usia 16 – 18 tahun dan kriteria eksklusi tidak sedang melakukan diet khusus. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 419 orang dengan uji hipotesis dua proporsi. Analisis data yang dilakukan yakni univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan *chi square*. Kualitas diet pada siswa SMA di Jakarta buruk sebesar 87,9%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengaruh teman sebaya, kebiasaan jajan dengan kualitas diet (*pvalue* >0,05). Remaja SMA perlu memperhatikan pola makan yang mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang (PGS) tahun 2014 sehingga tercapainya kualitas diet yang lebih baik.

Kata kunci: Pengaruh Teman Sebaya, Kebiasaan Jajan, Kualitas Diet, Remaja

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PROF. DR. HAMKA
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BACHELOR'S PROGRAM IN NUTRITION

Thesis, September 2025

Maulida Aftali Rosyadi,

“The Relationship between Peer Influence, Snacking Habits and Diet Quality in High School Students in Jakarta”

xix + 56 pages, 12 tables, 4 pictures + 4 attachment

ABSTRACT

Obesity in Indonesia is increasing. One factor contributing to the increase is unhealthy food choices, which results in low diet quality. The diet quality of adolescents in Indonesia is still suboptimal. Previous research indicates that adolescents have low diet quality due to high consumption of fatty foods and food intake that does not comply with the Balanced Nutrition Guidelines (PGS). Based on this, the quality of the diet in adolescents still needs to be confirmed. The purpose of this study was to determine the relationship between peer influence, snacking habits, and diet quality in high school students in Jakarta, as measured by the Balanced Nutrition Index (IGS). The study design was cross-sectional. This study used secondary data from a study entitled "Evaluation of Breakfast Patterns and Quality and Determinants of Consumption Behavior in Adolescents in the School Environment" in 2025 in Jakarta. The sampling technique used simple random sampling with the inclusion criteria of high school students in Jakarta aged 16-18 years and the exclusion criteria were not on a special diet. The number of samples used in this study was 419 people with a two-proportion hypothesis test. Data analysis was carried out using univariate with frequency distribution and bivariate using chi-square. The dietary quality of high school students in Jakarta is poor, at 87.9%. The results of this study indicate no relationship between peer influence, snacking habits, and diet quality ($p\text{-value} > 0.05$). High school adolescents need to pay attention to eating patterns that adhere to the 2014 Balanced Nutrition Guidelines (PGS) to achieve better diet quality.

Keywords: Peer Influence, Snacking Habits, Diet Quality, Adolescents