

## Hubungan Keterpaparan Iklan Makanan Junk Food Terhadap Status Gizi Siswa SMP Negeri 1 Godean Sleman

Ina Istiqlal Yati Tokan<sup>1</sup>, Ririn Wahyu Hidayati<sup>2</sup>, Ibtidau Niamilah<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta  
Email Penulis Korespondensi: [tokaneisti1708@gmail.com](mailto:tokaneisti1708@gmail.com)<sup>1</sup>

### Abstrak

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, obesitas pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 41%. Masalah status gizi seperti obesitas pada remaja semakin meningkat yang dipengaruhi oleh konsumsi makanan tinggi kalori rendah nutrisi atau *junk food*. Paparan iklan yang mudah diakses melalui media sosial memicu peningkatan konsumsi makanan yang tidak sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi siswa/siswi SMP Negeri 1 Godean. Penelitian ini menggunakan metode *observasional analitic* dengan desain *cross sectional*. Jumlah populasi adalah 382 siswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* sehingga diperoleh jumlah responden 42 siswa. Data keterpaparan iklan makanan *junk food* diperoleh melalui pengisian kuesioner, data status gizi diperoleh melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan kemudian dihitung menggunakan *WHO Antroplus*. Analisis data keterpaparan iklan terhadap status gizi menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi dan nilai korelasi negative atau tidak searah yang menggambarkan hubungan yang lemah ( $r = -0,1248$ ;  $p = 0,4311$ ). Sehingga disarankan untuk siswa/siswi agar dapat memilah iklan-iklan makanan yang dilihat dan tetap mempertahankan pola makan yang sehat saat ini.

**Kata kunci:** Keterpaparan Iklan Makanan *Junk Food*, Status Gizi

### Abstract

Based on data from the Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, obesity among adolescents aged 13 – 15 years is 41%. Nutritional status problems such as obesity in adolescents are increasing, influenced by the consumption of high-calorie, low-nutrition foods or *junk food*. Exposure to advertisements easily accessible through social media triggers an increase in the consumption of unhealthy foods. This study aims to determine the relationship between exposure to *junk food* advertisements and the nutritional status of students at SMP Negeri 1 Godean. This study used an analytic observational method with a cross-sectional design. The total population is 382 students with the sampling technique using simple random sampling resulting in a total of 42 respondents. Data on exposure to *junk food* advertisements were obtained through questionnaire responses. Nutritional status data were obtained through measurements of weight and height, then calculated using *WHO AnthroPlus*. Data analysis of the relationship between exposure to advertisements and nutritional status was conducted using the *Spearman rank test*. The results showed no relationship between exposure to *junk food* advertisements and nutritional status, with a negative or non-directional weak correlation ( $r = -0,1248$ ;  $p = 0,4311$ ). Therefore, it is recommended for students to be able to sort through food advertisements they see and continue to maintain their current healthy eating habits.

**Keywords :** Exposure to *Junk Food* Advertisements, Nutritional Status

## 1. PENDAHULUAN

Menurut *National Institute of Nutrition* (NIN) dalam penelitian Wijaya, *et al* (2024), *junk food* dianggap makanan yang tidak sehat karena rendah atau bahkan tidak mengandung protein, vitamin, atau mineral sama sekali serta tinggi lemak, natrium, gula dan energi. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, menunjukkan 4,1 % remaja usia 13-15 tahun mengalami obesitas. Prevalensi obesitas berdasarkan jenis kelamin, lebih tinggi pada laki-laki sebesar 5,3% dibandingkan dengan perempuan sebesar 4,3% tahun 2018. Prevalensi obesitas pada remaja usia 13-15 tahun di Yogyakarta sebesar 8,0% tahun 2018 menjadi 7,3% pada tahun 2023. Hal ini menggambarkan penurunan prevalensi obesitas sebesar 0,7%. Berdasarkan data profil kesehatan Kabupaten Sleman (Dinas Kesehatan Sleman, 2019), prevalensi siswa dengan status gizi lebih cenderung lebih tinggi pada tingkat SD dan SMP dengan kisaran 7 – 8%. Obesitas lebih banyak terjadi di perkotaan 5,9% dibandingkan pedesaan 3,5%.

Kesehatan usia remaja merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan, masalah kesehatan biasanya berkaitan dengan perilaku kesehatan ataupun gaya hidup (Firdausi, 2020). Salah satu masalah gizi pada usia remaja yaitu status gizi berlebih. Obesitas dapat terjadi ketika mengonsumsi makanan berkalori tinggi seperti *junk food* dan ketidakseimbangannya asupan energi (*energy intake*) dan pengeluaran energi (*energy expenditure*) dalam waktu yang lama (Bestari Yuniah *et al.*, 2023).

Data Riskesdas 2018 tentang konsumsi makanan menunjukkan bahwa anak dan remaja usia 5-19 tahun, 61,8% sering mengonsumsi minuman berpemanis gula, 50,5% mengonsumsi makanan manis dan 31,6% mengonsumsi makanan asin lebih dari sekali sehari (Kementrian Kesehatan, 2022). Kebiasaan ini menunjukkan tinggi konsumsi makanan dan minuman manis dan asin, yang menjadi faktor risiko peningkatan berat badan dan obesitas pada anak dan remaja.

Faktor penyebab *junk food* menjadi terkenal dikalangan remaja karena *junk food* merupakan makanan yang dianggap cukup lezat, praktis didapat, trend juga menjadi hiburan bagi remaja. Selain itu, sajian yang cukup bervariasi dengan harga yang cukup terjangkau membuat makanan ini banyak digemari anak remaja (Majabadi *et al.*, 2016). Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh iklan dan promosi makanan yang sedang viral di media sosial (Rizki Fauzan *et al.*, 2023). Selain itu, remaja juga sering terpapar akan media elektronik atau iklan makanan. Penelitian oleh Rizki Fauzan, *et al* (2023) menyebutkan bahwa iklan *junk food* dapat mengaktifkan sel yang sangat sensitive (*dopamine*) serta masih berkembang pada otak remaja. Begitu juga dengan aktivitas fisik, remaja saat ini cenderung tidak memiliki kegiatan yang banyak. Banyak diantaranya hanya aktif di sekolah dan lebih menyukai aktivitas-aktivitas ringan seperti bermain game di *smartphone* serta berkumpul di kawasan kuliner *junk food*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizki Fauzan, *et al* (2023) menunjukkan terdapat hubungan antara paparan iklan *junk food* dengan kejadian obesitas. Hasil penelitian oleh Ishak, *et al* (2019) juga menunjukkan terdapat hubungan keterpaparan media dengan *overweight*. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti, *et al* (2024) menunjukkan paparan iklan tidak berpengaruh terhadap pola konsumsi yang berhubungan dengan status gizi. Sebagian besar penelitian terdahulu banyak meneliti pengaruh paparan iklan *junk food* terhadap pola konsumsi makanan, khususnya frekuensi dan jumlah konsumsi *junk food*. Namun, yang mendalam terkait hubungan paparan iklan dengan status gizi siswa masih sangat terbatas sehingga perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Godean pada bulan Mei 2025, masalah gizi yang ditemukan yaitu gizi lebih dan gizi kurang. Selain itu, dari hasil

wawancara dengan 10 siswi mengenai iklan makanan, 6 siswi menyatakan sering menonton iklan makanan seperti mukbang mie. Frekuensi menonton iklan berkisar antara 5-6 kali (6 siswi) dan 3-4 kali (4 siswi) per hari. Iklan yang ditonton berasal dari beberapa platform seperti tik tok, instagram dan *youtube*. Iklan yang paling sering muncul pada beranda seperti mukbang sosis, mie samyang, ice cream dan ayam goreng. Hasil observasi lingkungan sekolah menunjukkan terdapat makanan cepat saji yang tersedia di lingkungan sekolah. Anak sekolah remaja yang sangat gemar bermain *gadget* akan memungkinkan terpapar iklan *junk food* sehingga menimbulkan rasa penasaran untuk mencoba tanpa mengetahui kandungan dan dampak yang akan terjadi bagi kesehatan. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait apakah terdapat hubungan antara keterpaparan iklan makanan terhadap status gizi siswa di SMP Negeri 1 Godean.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *observasional analitic* dengan desain *cross-sectional*. Variabel bebas dalam penelitian ini ialah keterpaparan iklan makanan *junk food* dan variabel terikat yaitu status gizi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2025 di SMP Negeri 1 Godean. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dengan nomor No.6651/KEP-UNISA/VII/2025. Jumlah populasi sebanyak 382 siswa baik laki-laki maupun perempuan dengan sampel penelitian sebanyak 42 responden yang ditentukan menggunakan rumus uji hipotesis Lemeshow (1997). Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah *simple random sampling* dengan metode acak menggunakan *Spin the Wheel*. Cara pengambilan sampel dimulai dengan peneliti melakukan spin kelas VIII A, B, C dan D untuk mendapatkan 2 kelas yaitu A dan D. Kemudian dua kelas yang terpilih, nama-nama siswa dicatat oleh peneliti. Selanjutnya nama-nama siswa dari dua kelas terpilih, dilakukan *spin* untuk mendapat 42 sampel. Nama siswa yang terpilih kemudian menjadi subjek penelitian sesuai dengan sampel yang dibutuhkan peneliti. Adapun kriteria inklusi yaitu siswa laki-laki dan perempuan kelas VIII di SMP Negeri 1 Godean, berusia 13-15 tahun, serta bersedia menjadi responden. Selain itu, kriteria eksklusi yaitu siswa yang sedang sakit saat penelitian berlangsung, serta disabilitas sehingga tidak dapat dilakukan pengukuran tinggi badan dan yang tidak mengikuti rangkaian penelitian dengan lengkap.

Data penelitian yang diambil meliputi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin) dan tingkat keterpaparan iklan yang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner. Instrument kuesioner sebanyak 20 soal diuji validitasnya di SMP Negeri 2 Godean pada 30 responden menggunakan uji korelasi *Pearson* dan uji reliabel menggunakan *Cronbach's alpha*. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner sebesar 0,8924 yang berarti reliabel pada 19 pertanyaan. Pertanyaan yang tidak valid dan tidak reliabel tidak digunakan dalam penelitian ini karena sudah terwakili oleh pertanyaan lain, yaitu pertanyaan nomor satu. Skor kuesioner pertanyaan dengan penilaian butir pertanyaan jawaban sangat jarang (tidak pernah) = 0, jarang = 1, sering = 2, sangat sering = 3, skor maksimal yaitu 57. Hasil skor kemudian dihitung dengan rumus (total skor / skor maksimal x 100%). Skor yang diperoleh kemudian dikategorikan menjadi 3 menurut Arikunto (2010) yaitu baik 75-100%, cukup 56-74%, kurang < 56%. Selain itu, status gizi diperoleh dari hasil pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan tinggi badan menggunakan stadiometer. Selanjutnya, hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan dihitung sehingga diperoleh hasil indeks massa tubuh menurut usia (IMT/U) menggunakan *WHO Antroplus* dan dikategorikan menjadi gizi baik jika z-score -2 SD sd +1 SD dan gizi tidak baik jika z-score < -2 SD (gizi buruk, gizi kurang) > +1 SD (gizi lebih, obesitas). Hasil perolehan data kemudian dianalisis menggunakan uji *Rank Spearman* pada aplikasi STATA 14. Uji tersebut digunakan karena skala data bersifat ordinal

mempertimbangkan urutan data dan mengukur kekuatan arah hubungan dari variabel. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, keterpaparan iklan dan status gizi. Analisis bivariate untuk mengetahui hubungan keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi siswa/siswi. Penelitian ini melibatkan enumerator yang telah memenuhi kriteria yaitu mahasiswa gizi yang bersedia menjadi enumerator, dapat melakukan pengukuran status gizi serta mampu menjaga kerahasiaan data responden.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

Hasil analisis data dari 42 siswa diperoleh hasil analisis univariat dan bivariate, adapun data sebagai berikut:

##### 1) Analisis Univariat

Karakteristik responden pada 42 siswa meliputi jenis kelamin dan usia yang disajikan dalam tabel 1. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa rentang usia responden antara 13 sampai 15 tahun pada saat penelitian dilakukan sebagian besar berusia 14 tahun (71,43%). Sedangkan jenis kelamin ialah perempuan (59,52%) lebih banyak dibandingkan laki-laki

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	f	%
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	17	40,48
Perempuan	25	59,52
<b>Usia</b>		
13 tahun	4	9,52
14 tahun	30	71,43
15 tahun	8	19,05

Selain karakteristik, peneliti mengambil data keterpaparan iklan *junk food* menggunakan kuesioner yang berisi 19 pertanyaan. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterpaparan iklan pada siswa hanya tergolong dalam kategori cukup dan kurang, sementara kategori baik tidak ditemukan dalam sampel penelitian. Selain itu, data status gizi diambil berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan kemudian dihitung menggunakan aplikasi *WHO Antroplus*. Hasil status gizi dikategorikan menjadi gizi baik dan gizi tidak baik. Hasil paparan iklan dan status gizi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Keterpaparan Iklan *Junk Food* dan Status Gizi

Variabel	f	%
<b>Keterpaparan Iklan <i>Junk food</i></b>		
Cukup	8	19,05
Kurang	34	80,95
<b>Status Gizi</b>		
Gizi baik	31	73,81
Gizi tidak baik	11	26,19

Pada tabel 2, didapatkan frekuensi tingkat keterpaparan pada siswa dengan sebagian besar kategori kurang sebanyak 34 (80,95%). Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, sebagian besar siswa menjawab jarang melihat atau menonton iklan *junk food* lebih dari 10 kali sehari pada pertanyaan nomor 1, yaitu “Apakah anda menonton/melihat iklan *junk food* di televise,

media sosial, atau poster lebih dari 10x/hari?” Pada poin pertanyaan nomor 6 yaitu “Apakah setelah melihat iklan *junk food*, anda merasa ingin makan walaupun tidak lapar?”, sebagian besar siswa juga menjawab jarang. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa tingkat keterpaparan kurang yang berarti responden jarang terpapar iklan *junk food*. Selain itu, sebagian besar status gizi siswa berada pada kategori gizi baik sebanyak 31 (73,81%). Berdasarkan pertanyaan nomor 11, yaitu “Apakah anda mengkonsumsi *junk food* lebih dari 4 kali/minggu?” sebagian responden menjawab jarang mengkonsumsi makanan *junk food* lebih dari 4 kali/minggu.

## 2) Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Keterpaparan Iklan Makanan *Junk Food* Terhadap Status Gizi Siswa

Keterpaparan Iklan <i>Junk Food</i>	Status Gizi				Total		<i>Spearman Correlation</i>	
	Gizi baik		Gizi tidak baik		n	%	<i>P-value</i>	<i>r</i>
	n	%	n	%	n	%		
Cukup	5	62,50	3	37,50	8	100	0,4311	-0,1248
Kurang	26	76,47	8	23,53	34	100		

Hasil uji statistic *Spearman Rank*, dapat dilihat nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,1248$  menandakan hubungan keterpaparan iklan *junk food* lemah terhadap status gizi dengan arah korelasi negative. Sedangkan hasil nilai *p-value* sebesar  $0,4311$  menunjukkan hasil yang tidak signifikan ( $p > 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima yang berarti tidak ada hubungan antara keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi.

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 42 siswa aktif kelas 8 SMP Negeri 1 Godean, didapatkan frekuensi tingkat keterpaparan iklan makanan dengan kategori cukup (19,05%), sedangkan kategori kurang (80,95%). Kategori kurang menunjukkan bahwa tingkat keterpaparan iklan sangat rendah, sehingga peneliti menyimpulkan bahwa tingkat keterpaparan iklan makanan *junk food* pada siswa/siswi tergolong jarang terpapar. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti, *et al* (2024) menunjukkan (59%) siswa tidak terpapar iklan dan (41%) terpapar iklan. Tingkat keterpaparan iklan makanan yang tergolong rendah dapat dilihat dari segi lingkungan sosial, akses terhadap media, dan pola konsumsi harian remaja SMP. Paparan terhadap iklan makanan terbukti dapat mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang, semakin seseorang terpapar iklan makanan khususnya makanan tergolong *junk food* maka semakin besar kecenderungan responden untuk mengkonsumsi makanan tersebut. Namun dari hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Godean, menunjukkan siswa memiliki paparan yang rendah terhadap iklan makanan *junk food* sehingga berdampak positif dalam membatasi konsumsi makanan tidak sehat. Menurut Chelly (2018) dalam penelitian Damayanti, *et al* (2024), paparan iklan yang tinggi tidak memungkinkan seseorang untuk mengkonsumsi makanan tersebut jika tidak adanya rasa minat dan penasaran maupun rasa ingin mencoba yang memungkinkan seseorang untuk mencoba. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner menunjukkan bahwa siswa melihat iklan dengan frekuensi kurang dari 10x per hari dan konsumsi *junk food* kurang dari 4x/minggu. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari siswa, paparan iklan jarang membuat mereka tertarik untuk mengkonsumsi atau membeli makanan *junk food* yang dilihat. Selain itu, dari hasil menunjukkan sebanyak 19,05% kategori cukup terpapar sering melihat iklan namun tidak mendorong siswa untuk mengkonsumsi *junk food*. Hal ini mengindikasikan bahwa sering terpapar iklan belum tentu diikuti oleh perilaku konsumsi terutama jika

siswa/siswi memiliki pengetahuan atau sikap yang baik terkait kesehatan dan gizi (Martanti et al., 2024).

Berdasarkan status gizi siswa sebanyak 73,81% termasuk kategori gizi baik dan 26,19% dengan kategori gizi tidak baik. Pada siswa rata-rata status gizi terbanyak pada kategori gizi baik yang menandakan pola makan yang baik. Status gizi merupakan kondisi tubuh seseorang akibat keseimbangan asupan yang masuk dan keluar. Status gizi baik ialah kondisi tubuh menerima asupan zat gizi yang cukup dan seimbang sesuai dengan kebutuhan sehingga mendukung pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan secara optimal (Aghnia et al., 2023). Faktor yang mempengaruhi status gizi remaja yaitu umur, jenis kelamin, pola makan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan sosial ekonomi (Purba et al., 2024). Status gizi baik pada remaja penting karena berkaitan langsung dengan tumbuh kembang, performa belajar serta kesehatan jangka panjang. Presentase gizi tidak baik 26,19% tetap memerlukan perhatian khusus mengingat faktor risiko pada remaja dapat berdampak hingga dewasa.

Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti, et al (2024) menunjukkan paparan iklan tidak mempengaruhi jumlah konsumsi makanan yang berdampak pada status gizi. Namun belum ditemukan hasil penelitian yang lebih lanjut terkait hubungan paparan iklan terhadap status gizi. Hal ini berbeda dengan penelitian oleh Rizki Fauzan, et al (2023) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara paparan iklan *junk food* terhadap kejadian obesitas pada remaja, dimana remaja yang sering terpapar iklan memiliki risiko 2,5 kali lebih tinggi mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang jarang terpapar. Faktor yang membedakan dalam penelitian ini ialah kondisi pandemic COVID-19, saat remaja banyak menghabiskan waktu untuk membuka media sosial sehingga meningkatkan keterpaparan iklan *junk food*. Selain itu, selama pandemic aktivitas remaja menurun drastis karena banyak berdiam diri di rumah sehingga waktu tidur meningkat dan aktivitas fisik menurun yang menjadi faktor risiko obesitas.

Berdasarkan frekuensi usia, kelompok usia yang mendominasi yaitu 14 tahun (71,43%). Usia ini termasuk dalam kategori remaja awal yang merupakan masa transisi sehingga penting diperhatikan pola makannya. Pada masa ini, terjadi perubahan fisik, psikologis dan social yang mempengaruhi perilaku dan kebiasaan makan (Hafiza et al., 2021). Remaja usia 14 tahun rentan terhadap pengaruh eksternal termasuk iklan makanan karena perkembangan otak yang masih mengatur pengambilan keputusan (Alhababy, 2019). Iklan-iklan *junk food* sering menampilkan daya tarik visual yang kuat sehingga dapat memicu keinginan konsumsi makanan yang tidak sehat. Namun dalam lingkungan sekolah, siswa cenderung tidak terlalu tertarik terhadap *junk food* karena adanya kantin dan program makan gizi gratis (MBG). Meskipun demikian, tidak menutup kemungkinan pengaruh iklan *junk food* diluar sekolah tetap ada.

Berdasarkan hasil penelitian ini, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara keterpaparan iklan *junk food* dengan status gizi siswa. Namun, data menunjukkan bahwa 76,47% siswa yang jarang terpapar iklan *junk food* cenderung memiliki status gizi baik. Hal ini dapat diartikan bahwa kemungkinan siswa yang jarang terpapar iklan *junk food* lebih banyak mengkonsumsi makanan yang disediakan oleh kantin seperti soto ayam, baso aci, dimsum dan beberapa jajanan pasar. Faktor yang dapat mempengaruhi siswa dalam pemilihan makanan tersebut ialah uang saku, sarapan pagi dan teman sebaya. Rendahnya tingkat paparan iklan menyebabkan siswa tidak tergoda untuk mengkonsumsi makanan *junk food* yang dipromosikan melalui iklan. Lingkungan sekolah yang mendukung kantin sehat menjadi faktor penting. Kantin di sekolah memang menyediakan beberapa makanan yang tergolong *junk food*, tetapi siswa lebih memilih makanan yang cepat mengenyangkan, seperti soto ayam. Meskipun di luar

sekolah tersedia berbagai jenis jajanan *junk food*, ketersediaan makanan di kantin sekolah sudah dapat membuat siswa kenyang walaupun belum memenuhi kebutuhan gizi sepenuhnya. Selain itu, SMP Negeri 1 Godean telah menerapkan program makan bergizi gratis (MBG) yang menyediakan menu dengan porsi dan kandungan gizi yang seimbang dengan memperhatikan kebutuhan protein, lemak dan karbohidrat. Dengan adanya fasilitas tersebut, siswa mendapatkan asupan makanan yang cukup dan bergizi selama di sekolah, sehingga kebutuhan gizi mereka terpenuhi. Kondisi ini membuat siswa merasa kenyang dan tidak terdorong untuk membeli serta mengkonsumsi *junk food* yang biasanya rendah nilai gizi selama di lingkungan sekolah.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu terkait pola konsumsi hanya diukur melalui pertanyaan tidak menggunakan instrument seperti SQ-FFQ yang dapat mengukur frekuensi hingga ukuran porsi siswa dalam mengkonsumsi makanan tersebut. Selain itu, variabel yang digunakan terbatas sehingga tidak dapat mengkaji faktor lain seperti pola makan, aktivitas fisik dan peran teman sebaya yang dapat mempengaruhi penelitian.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa 80,95% siswa/siswi berada pada kategori keterpaparan iklan makanan *junk food* tingkat rendah, sedangkan 73,81% memiliki status gizi baik berdasarkan indikator IMT/U. Hasil uji bivariate menunjukkan nilai p-value sebesar 0,4311 yang mengindikasikan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keterpaparan iklan makanan *junk food* terhadap status gizi.

Oleh karena itu, disarankan kepada pihak sekolah dapat mempertahankan kantin sehat agar siswa tidak membeli makanan yang tergolong *junk food* diluar sekolah dan mengingatkan kepada siswa bahaya mengkonsumsi *junk food* secara berkelanjutan melalui media poster ataupun banner di lingkungan sekolah. Saran bagi siswa agar dapat memilah iklan-iklan makanan yang dilihat dan tetap mempertahankan pola makan yang sehat saat ini. Saran bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan faktor-faktor lain seperti pola makan, aktivitas fisik dan peran teman sebaya yang dapat mempengaruhi status gizi, selain itu gunakan metode lain seperti SQ\_FFQ untuk menggali data dengan hasil yang lebih akurat atau spesifik.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Aghnia, S., Setyaningsih, S., Tingkat, H., Gizi, P., Konsumsi, P., Studi, P., Gizi, I., & Kesehatan, F. (2023). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Status Gizi terhadap Pola Konsumsi Fast Food dan Soft Drink pada Siswa SMKN 1 Kota Tegal The Relationship of Nutritional Knowledge Level, Nutritional Status to Consumption Patterns Fast Food and Soft Drink for Students o. 1*(1), 13–18.
- Alhababy, A. M. (2019). Klasifikasi Remaja. In *Tinjauan pustaka* (Vol. 14, Issue 5).
- Bestari Yuniah, Yudi Feriandi, & Fajar Awalia Yulianto. (2023). Proporsi Konsumsi Junk Food dan Status Gizi Berlebih di Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Riset Kedokteran*, 69–74. <https://doi.org/10.29313/jrk.v3i2.2878>
- Damayanti, C., Indrawati, V., Anna, C., Afifah, N., & Soeyono, R. D. (2024). Paparan Iklan dan Pengetahuan Gizi Terhadap Pola Konsumsi Makanan Jajan dan Minuman Siswa SMPN 1 Rengel Abstrak. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 608–614.
- Dinas Kesehatan Sleman. (2019). Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Sleman*, 6(6), 1–173.
- Firdausi, N. I. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi (IMT/U) Siswa Kelas 9 SMPN 18 Pekanbaru. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau*, 8(75), 147–154.
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi

- Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96.  
<https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>
- Ishak, S., Hatta, H., & Hadi, A. J. (2019). Hubungan Pola Makan, Keterpaparan Media Dan Keturunan Terhadap Kelebihan Berat Badan Pada Siswa Sekolah Dasar. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 76–84.
- Kementrian Kesehatan. (2022). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia*. 26–36.
- Majabadi, H. A., Solhi, M., Montazeri, A., Shojaeizadeh, D., Nejat, S., Farahani, F. K., & Djazayeri, A. (2016). Factors influencing fast-food consumption among adolescents in Tehran: A qualitative study. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(3), 7–9.  
<https://doi.org/10.5812/ircmj.23890>
- Martanti, S., Batubara, L., Arsyad, M., & Syam, E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Pola Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Journal*, 2(7), 831–842.
- Purba, N. P., Kirani, N., Sitepu, A. S. B., Siregar, I. R., Priantono, D., Partisya, N. M., Ulandari, U., & Ayu, D. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Mts Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 13(1), 72.  
<https://doi.org/10.31596/jcu.v13i1.2128>
- Rizki Fauzan, M., Rumaf, F., & Gloria Tutu, C. (2023). Pengaruh Paparan Iklan Junk food dan Konsumsi Junk food terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja. *Gorontalo Journal of Public Health*, 6(1), 77–83.
- Wijaya, N. V., Dahliah, D., & Pancawati, E. (2024). Dampak Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food Terhadap Berat Badan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 455–464. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i2.13133>