

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi yang berjudul "Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Metro", sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Pendidikan pada Sarjana Terapan Kebidanan Metro.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
2. Dr. Sudarmi, S.Pd., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
3. Dr. Ika Oktaviani, S.SiT., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tanjung Karang dan pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, ide dan saran pada penulis dalam menyusun skripsi.
4. Dr. Sri Lestariningsih, S.SiT., M.Kes., selaku penguji utama yang telah memberikan bimbingan dalam menyusun skripsi.
5. Prasetyowati, S.Pd., M.Kes., selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan saran pada penulis dalam menyusun skripsi.
6. Ali Kurniawan, S.HI., M.Pd., selaku kepala SMA Negeri 2 Metro dan para staf pegawai SMA Negeri 2 Metro yang telah mengizinkan melakukan penelitian.
7. Seluruh Dosen Program Studi Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala amal baik yang telah diberikan dan semoga karya tulis ilmiah ini berguna bagi semua pihak yang memanfaatkan.

Metro, 13 Juli 2025

Penulis



BIODATA PENULIS

Nama	: Reni Dwi Anggraini
NIM	: 2115371066
Tempat Tanggal Lahir	: Bahuga, 21 Agustus 2003
Agama	: Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Alamat	: Dusun Suka Jadi, Serdang Kuring, Kec. Bahuga, Kab. Way Kanan
Email	: anggrainirenidwi@gmail.com
No. HP	: 085764761742

RIWAYAT PENDIDIKAN

TK (2008-2009)	: TK Purna SP 3 Serdang Kuring
SD (2009-2015)	: SD Negeri 01 Serdang Kuring
SMP (2015-2018)	: SMP Negeri 01 Buay Bahuga
SMA (2018-2021)	: SMA Negeri 02 Buay Bahuga
Perguruan Tinggi (2021-2025)	: Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Prodi Kebidanan Kampus Metro

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 2 METRO**

Oleh:

RENI DWI ANGGRAINI / 2115371066

Telah diperiksa dan disetujui Tim Pembimbing Skripsi Untuk Di Ujikan Pada
Sidang Skripsi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kampus Metro Jurusan
Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Tahun Akademik 2024-2025

Metro, 13 Juni 2025

Pembimbing Utama



Prasetvowati, S.Pd., M. Kes
NIP. 197004041989012001

Pembimbing Pendamping



Dr. Ika Oktaviani, S. SiT., M. Keb
NIP. 197710212008012010

Mengetahui

Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro



Dr. Ika Oktaviani, S. SiT., M. Keb
NIP. 197710212008012010

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN SIAP SAJI DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN
OBESITAS PADA REMAJA PUTRI
DI SMAN 2 METRO

Oleh

RENI DWI ANGGRAINI / 2115371066

*Diterima Dan Disahkan Oleh Tim Penguji Skripsi
Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Jurusan Kebidanan Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Kampus Metro Sebagai Persyaratan Menyelesaikan
Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan*

Metro, 07 Juli 2025

TIM PENGUJI

Tim Penguji	Nama	Tanda Tangan
Penguji Utama	Dr. Sri Lestariningsih, S.Si.T., M.Kes NIP. 197511032002122003	
Penguji Anggota dan Moderator	Prasetyowati, S.Pd. M.Kes NIP. 197004041989012001	
Penguji Anggota	Dr. Ika Oktaviani, S. SiT., M.Keb NIP. 197710212008012010	

Mengetahui,

Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro



Dr. Ika Oktaviani, S. SiT., M.Keb

NIP. 197710212008012010

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Reni Dwi Anggraini
NIM : 2115371066
Tingkat/Kelas : Tingkat IV/Reguler 2
Instansi : Prodi Kebidanan Kampus Metro Politeknik Kesehatan
Tanjung Karang Tahun Akademik 2024/2025

Saya menyatakan bahwa penelitian yang berjudul “Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Metro” adalah benar karya saya sendiri dan tidak terdapat karya atau pendapat pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka. Apabila ternyata naskah SKRIPSI ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiat saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta diproses sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 21 April 2025



Reni Dwi Anggraini
NIM. 2115371066

MOTTO

“Ketahuilah, bahwa sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah permainan dan suatu yang melalaikan, perhiasan dan bermegah-megah antara kamu serta berbangga-banggaan tentang banyaknya harta dan anak”

(Q.S Al-Hadid:20)

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar Bin Khattab)

“Jangan letakkan semangatmu pada seseorang, sebab jika dia pergi kamu akan hidup seperti manusia tanpa arah”

(Reni Dwi Anggraini)

“Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya”

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkahnya kepada penulis, memberi penulis kekuatan, membekali penulis dengan ilmu pengetahuan, atas segala perjuangan penulis hingga titik ini. Sebagai ucapan terimakasih, penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Cinta pertamaku ayahanda Triyono dan pintu surgaku ibunda Sutinem yang namanya terukir dalam setiap doa, yang cintanya menjadi pelita dalam gelap langkahku, yang pengorbanannya tak terhitung oleh waktu, yang telah menjadi penyemangat dan sandaran terkuat dalam setiap langkah hidupku. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, cinta yang tulus tanpa syarat, serta dukungan yang tiada henti. Segala pencapaian ini adalah buah dari pengorbanan, kasih sayang, dan ketulusan kalian. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, umur panjang dan memuliakan ayahanda dan ibunda baik didunia maupun diakhirat, Aamiin.
2. Cinta kasih kepada saudari perempuanku satu-satunya Siti Ida Royani yang selalu menjadi tempat berbagi rasa dan cerita, yang tak pernah lelah memberi nasihat dan semangat, yang hadir sebagai teladan dalam ketulusan dan ketegaran. Terima kasih atas perhatian, doa, dan kasih yang tak pernah pudar. Dari tuturmu yang lembut hingga sikapmu yang tegas, aku belajar untuk tetap kuat dalam segala ujian. Semoga keberhasilan kecil ini bisa menjadi kebanggaan bagimu, sebagaimana aku bangga memiliki sosok sepertimu dalam hidupku.
3. Sahabat terkasihku sejak bangku TK, SD, SMP, SMA hingga saat ini Riska Dwi Saputri, S.Tr.P yang telah tumbuh bersama dalam suka dan duka, yang setia berjalan disampingku melewati waktu perubahan. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan panjang ini, terimakasih telah menjadi pendengar yang sabar, pengingat yang bijak dan penguat saat semangat mulai melemah. Semoga keberhasilan ini menjadi bagian kecil dari kebahagiaan yang layak kita rayakan bersama.

4. Sahabat-sahabat terbaikku di masa kuliahku Nanda Febyani, Nabila Balqis, Mella Lita Adelia, Qoonitah Qothrunnadaa, Nur Avifah Pusparani dan Niken Ayu Lestari terimakasih atas 4 tahun perjalanan ini yang telah mewarnai hari-hari penuh perjuangan ini dengan tawa, semangat dan ketulusan. Terimakasih atas setiap kebersamaan yang hangat, dukungan tanpa syarat, pelukan di kala lelah dan canda yang selalu hadir di tengah kepenatan. Bersama kalian, masa kuliah bukan hanya tentang akademik, tetapi tentang persaudaraan, kebersamaan dan perjalanan menjadi dewasa. Terimakasih sudah menjadi bagian penting dalam lembar hidupku.
5. Ibu Prasetyowati, S.Pd., M.Kes dan ibu Dr. Ika Oktaviani, S.SiT., M.Keb selaku dosen pembimbing skripsi ini. Terimakasih telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan memberikan dukungan yang luar biasa hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.
6. Saudara perjuangan Sarjana Terapan Kebidanan Metro Reguler 2 Angkatan 2021, terimakasih atas perjalanan yang tak ternilai, atas tawa yang menguatkan, atas kerja sama dalam suka maupun tekanan tugas dan atas semangat yang terus saling menular di tengah segala tantangan. Semoga langkah ini menjadi awal dari kesuksesan kita masing-masing dan semoga kisah kita sebagai satu angkatan tetap menjadi kenangan manis yang abadi.
7. Keluarga besar Prodi Kebidanan Metro, dosen staff dan semua yang ada didalamnya, terimakasih untuk kehangatan dan bantuan yang kalian berikan.
8. Orang-orang yang baik yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, terimakasih atas dukungan, semangat dan motivasi yang kalian berikan.