

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI FAST FOOD PADA MURID SMA BUDHI WARMAN 1 JAKARTA TIMUR

*Factors Associated with Fast Food Consumption Among Students
at SMA Budhi Warman 1 East Jakarta*

Nurul Shabrina¹, Sarah Mardiyah^{1*}

¹Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin

Email: sarahmardiyah@gmail.com

ABSTRACT

Fast Food is a type of practical food that contains high levels of fat, sodium, sugar, and energy. However, it's low in vitamins and fiber. The aim of research is to determine the factors associated with fast food consumption among students at SMA Budhi Warman 1 East Jakarta in 2023. The research location at Budhi Warman 1 High School, East Jakarta. The research time in August 2023. This research is a quantitative study with a cross sectional research design. The research population is 180 students with a total sample of 137 samples. The sampling technique uses stratified random sampling. Sources and types of primary and secondary data. Data analysis used univariate and bivariate with the chi square test. Univariate results: frequent fast food frequency 65%, lack of nutritional knowledge 62,8%, peer influence 62,8%, negative attitude 70,1%. Meanwhile, the bivariate results showed that there was a relationship between nutritional knowledge, peer influence, and attitudes towards fast food consumption (p value <0,001). This research recommends that can better understand about snacks and healthy foods that are good for consumption.

Keywords: *Fast food, knowledge, peer influence, attitude*

ABSTRAK

Fast food merupakan jenis makanan praktis yang di dalamnya mengandung tinggi lemak, natrium, gula, dan energi. Tetapi, rendah vitamin dan serat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan konsumsi fast food pada murid SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur tahun 2023. Lokasi penelitian di SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur. Waktu penelitian pada bulan Agustus 2023. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian 180 murid dengan jumlah sampel 137 sampel. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling. Sumber dan jenis data primer dan sekunder. Analisis data yang digunakan univariat dan bivariat dengan uji chi square. Hasil univariat frekuensi fast food sering 65%, pengetahuan gizi kurang 62,8%, pengaruh teman sebaya 62,8%, sikap negatif 70,1%. Sedangkan hasil bivariat didapatkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, dan sikap dengan konsumsi fast food (p value <0,001). Penelitian ini merekomendasikan agar dapat lebih memahami jajanan dan makanan yang baik untuk dikonsumsi.

Kata Kunci: *Fast food, pengetahuan, teman sebaya, sikap*



PENDAHULUAN

Fast food merupakan jenis makanan yang praktis yang di dalamnya mengandung tinggi lemak, natrium, gula, dan energi tetapi, rendah vitamin dan serat. Banyaknya restoran *fast food* yang sudah tersebar di seluruh wilayah Indonesia seperti di kota-kota besar dapat meningkatkan pengaruh pola makan pada remaja (Bonita, 2017). *Fast food* biasanya dalam bentuk kemasan seperti mie instan, nugget, sosis, dan lain-lain (Hatta, 2019). *Fast food* sangat digemari di kalangan remaja Amerika Serikat. Sebuah survei di Amerika Serikat yang melibatkan 4.764 siswa berusia 11 – 18 tahun tersebut makan di restoran cepat saji sebesar 75% (Ranggayuni dan Aini, 2021). Penduduk Indonesia khususnya remaja banyak yang memiliki kebiasaan mengonsumsi *fast food*. Berdasarkan hasil Rikesdas 2018, remaja di Indonesia usia 15 - 20 tahun sering mengonsumsi mie instan atau makanan *fast food* lainnya dengan frekuensi ≥ 1 kali sehari sebesar 11,2%, frekuensi 1 - 6 kali seminggu sebesar 67,6%, dan frekuensi ≤ 3 kali perbulan sebesar 21,2%. Remaja di Indonesia cukup tinggi dalam mengonsumsi *fast food* (Rikesdas, 2018). Hasil dari lembaga

survei Qraved terhadap 13.890 responden di Jakarta mengenai konsumsi *fast food* menyatakan bahwa 92% dari responden mengetahui sisi negatif dari *fast food* namun terus mengonsumsinya (Yanuar, 2016 dalam Devi dan Aksari, 2020).

Pengetahuan gizi mempunyai hubungan yang sangat erat dengan konsumsi *fast food*, semakin baik pengetahuan maka semakin baik dalam memilih makanan yang sehat. Berdasarkan hasil penelitian (Ranggayuni dan Aini, 2021) menunjukkan bahwa dari 67 responden dengan kategori konsumsi *fast food* baik yang berpengetahuan baik sebanyak 11 orang (16,4%), cukup sebanyak 3 orang (4,5%), kurang sebanyak 9 orang (13,4%) dan kategori konsumsi *fast food* kurang yang berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (11,9%), cukup sebanyak 17 orang (25,4%), dan kurang sebanyak 19 orang (28,4%). Pola pengetahuan remaja mulai berubah, remaja malas menunggu makanan terlalu lama sehingga *fast food* yang dipilih mereka untuk dikonsumsi (Ranggayuni dan Aini, 2021). Teman sebaya dapat memberikan pengaruh tentang kebiasaan makan yang buruk. Contohnya remaja lebih banyak



menghabiskan waktu di luar rumah bersama teman yang mungkin mengonsumsi *fast food*.

Pengaruh teman sebaya harus diperhatikan secara serius, karena ada hubungan yang erat antara teman sebaya dengan keinginan konsumsi *fast food*. Berdasarkan hasil penelitian Suhada dan Astriningsih (2019) menunjukkan bahwa dari 311 siswa-siswi sebanyak 156 orang (50,2%) terpengaruh teman sebaya dan sebanyak 155 orang (49,8%) tidak terpengaruh teman sebaya. Masalah yang sering terjadi adalah perubahan gaya hidup remaja yang memiliki kebiasaan konsumsi *fast food*. Kebanyakan remaja senang untuk mencoba makanan baru termasuk *fast food* (Suhada dan Astriningsih, 2019).

Sikap merupakan penunjang dalam perilaku sehat. Berdasarkan hasil penelitian Putri dan Setyowati (2021) menunjukkan bahwa dari 30 responden memiliki sikap yang kurang yaitu 48,4%, 27 responden memiliki sikap yang cukup yaitu 43,5%, dan 5 responden dengan sikap yang baik yaitu 8,1%. Artinya hubungan sikap remaja dengan konsumsi *fast food* yang dimiliki berlawanan arah. Jika variabel sikap remaja mengalami peningkatan, maka variabel konsumsi *fast*

food mengalami penurunan, begitupun sebaliknya. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sikap remaja dengan konsumsi *fast food*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada murid SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur Tahun 2023. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur dari 15 murid terdapat 12 murid yang mengonsumsi *fast food* dengan frekuensi sering 2-3 kali seminggu, dan 3 murid dengan frekuensi jarang 2-3 kali sebulan. Berdasarkan survei yang telah dilakukan, di lingkungan sekolah tentunya terdapat makanan *fast food* seperti bakso, mie ayam, siomay, dan lain-lain. Sebagian besar murid memilih *fast food* karena praktis dan bisa dijumpai di mana saja. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada murid SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur tahun 2023.



METODE

Desain, Tempat, dan Waktu

Penelitian ini dilakukan secara langsung di Sekolah Menengah Atas (SMA) Budhi Warman 1 Jakarta Timur pada bulan Agustus 2023. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik melalui pendekatan *Cross Sectional* dengan metode kuantitatif.

Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek

Populasi dalam penelitian ini adalah murid remaja di SMA Budhi Warman 1 dengan jumlah populasi 180 murid. Pemilihan sampel dilakukan dengan cara *Stratified Random Sampling* dan didapatkan sebanyak 137 murid dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yakni murid kelas XI SMA Budhi Warman 1 dan bersedia menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi yaitu murid yang tidak hadir pada saat pengambilan data.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Pengambilan data dilakukan dengan cara memberikan kuesioner kepada murid SMA Budhi Warman 1. Terdapat 4

kuesioner yaitu *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) kualitatif yang berisi daftar makanan dan frekuensi konsumsi *fast food* dalam kurun waktu 1 bulan terakhir, kuesioner pengetahuan gizi, kuesioner pengaruh teman sebaya, dan kuesioner sikap.

Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi dan presentase dari setiap variabel. Sementara analisis data bivariat yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel yaitu dengan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan bahwa responden mayoritas berjenis kelamin perempuan (54,7%) dan berusia 16 tahun (77,4%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|-------------------------|------------|----------------|
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-Laki | 62 | 45,3 |
| Perempuan | 75 | 54,7 |
| Usia | | |
| 16 | 106 | 77,4 |
| 17 | 31 | 22,6 |
| Total | 137 | 100 |



Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa responden lebih sering mengonsumsi *fast food* yaitu sebanyak 65%. *Fast food* merupakan jenis makanan yang mudah dikemas, praktis, mudah diolah dengan cara yang sederhana, dan mudah disajikan. *Fast food* biasanya dalam bentuk kemasan seperti mie instan, nugget, sosis, dan lain-lain (Hatta, 2019). *Fast Food* tidak harus dihindari, tetapi dibatasi. Karena segala sesuatu jika dikonsumsi secara seimbang dan tidak berlebihan termasuk *fast food*, akan aman bagi kesehatan tubuh. Murid SMA Budhi Warman 1 mengonsumsi *fast food* pada waktu di sekolah, seperti pada jam istirahat biasanya mereka lebih sering membeli *fried chicken*, mie instan, nasi goreng untuk makan pagi. Hal ini juga didukung dengan harga yang murah, praktis, sangat disukai, dan mudah ditemukan di kantin. Berdasarkan *fast food* yang ada di sekolah, beberapa makanan tergolong dalam *fast food* yang baik. Contohnya di dalam burger terdapat roti, daging sapi, dan sayuran. Selain itu, di dalam mie ayam juga terdapat mie, daging ayam, dan sayuran. Sedangkan *fast food* yang tidak baik seperti cilok, gorengan, kentang goreng, dan cilok. *Fast food*

tersebut kurang mengandung serat dan tinggi akan kandungan lemak. Jajanan di luar sekolah juga sangat diminati oleh para murid, contohnya batagor dan siomay. Harganya yang murah dan isinya yang cukup banyak membuat mereka tertarik untuk membelinya. Mereka juga mengaku terpengaruh oleh media massa yang dapat menggiurkan selera. Kebiasaan makan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya faktor pertumbuhan. Pada saat ini remaja sudah mempunyai kemampuan dalam menentukan pilihan makanan untuk dirinya sendiri dan cenderung tertarik untuk mengonsumsi makanan dari luar rumah, seperti *fast food*).

Kategori pengetahuan responden dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan gizi yang kurang yaitu 62,8%. Pengetahuan gizi merupakan faktor internal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi dari setiap individu sendiri. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang membuat pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra pengeliatan, pendengaran, penciuman,



rasa dan raba. Tanpa pengetahuan, manusia tidak bisa mempunyai dasar dalam pengambilan keputusan dan mengidentifikasi tindakan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri sendiri misalnya, minat dan kondisi fisik. Faktor eksternal yaitu faktor yang dari luar diri contohnya keluarga dan masyarakat. Selain itu juga ada faktor pendekatan belajar contohnya strategi dan metode dalam pembelajaran (Putri, 2017).

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh hasil responden dengan teman sebaya yang berpengaruh sebanyak 62,8%. Teman yang sering mengonsumsi *fast food* membuat murid yang lain juga ikut tertarik untuk mengonsumsi makanan yang sama. Pada saat mereka berkumpul di jam istirahat atau pulang sekolah, mereka memesan *fast food*. Restoran atau kafe *fast food* menjadi tempat berkumpulnya keluarga atau teman. Restoran atau kafe yang nyaman, ruangan yang menarik, bahkan adanya WiFi gratis menjadi daya tarik tersendiri bagi konsumen untuk makan di sana walaupun jarak yang jauh (Septiana dkk, 2018). Keinginan memiliki

teman sebaya atau kelompok merupakan bagian dari proses pertumbuhan dan perkembangan remaja. Teman sebaya merupakan remaja dengan usia atau kematangan yang sama. Teman sebaya merupakan individu atau sekelompok yang berpengaruh pada remaja. Remaja mempunyai karakteristik yang berbeda dalam hal orientasi, nilai, norma (Yetmi dkk, 2021).

Berdasarkan tabel 2 mengenai kategori sikap, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki sikap negatif yaitu 70,1%. Sikap mempunyai peran penting dalam menjelaskan perilaku seseorang dalam lingkungannya meskipun masih banyak faktor lain yang mempengaruhinya. Faktor lain yang mempengaruhinya seperti stimulus (rangsangan atau dorongan), latar belakang individu, motivasi dan status kepribadian, dan juga faktor lingkungan (Wawan & Dewi, 2010 dalam Ranggayuni & Nuraini, 2021). Sikap merupakan suatu bentuk evaluasi atau reaksi terhadap perasaan. Sikap dianggap sebagai perasaan yang mendukung atau menentang suatu objek psikologis. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau tidak



mendukung pada objek tertentu. Untuk menentukan sikap yang utuh, pengetahuan, pemikiran, keyakinan dan emosi memainkan peran penting. Sebagai pengetahuan, sikap juga mempunyai tingkatan berdasarkan intensitasnya, yaitu kesediaan untuk menerima stimulus yang diberikan (objek), memberikan jawaban

atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi, memberikan nilai yang positif terhadap objek, bahkan mempengaruhi atau mendorong orang lain untuk merespon, sikap tingkat tertinggi yaitu bertanggung jawab atas sesuatu yang dipercaya (Notoatmodjo, 2014).

Tabel 2. Rekapitulasi Analisis Univariat

| Variabel | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|--|------------|----------------|
| Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> | | |
| Sering | 89 | 65 |
| Jarang | 48 | 35 |
| Pengetahuan Gizi | | |
| Kurang | 86 | 62,8 |
| Baik | 51 | 37,2 |
| Temannya | | |
| Berpengaruh | 86 | 62,8 |
| Kurang Berpengaruh | 51 | 37,2 |
| Sikap | | |
| Negatif | 96 | 70,1 |
| Positif | 41 | 29,9 |
| Total | 137 | 100 |

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat hasil analisis hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan pengetahuan gizi diperoleh bahwa proporsi responden yang sering mengonsumsi *fast food* lebih banyak mereka yang pengetahuan gizinya kurang yaitu 91,9% dibandingkan dengan yang pengetahuan baik yaitu 19,6. Nilai *P value* <0,001 atau <0,05 menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Pravelensi rasio (PR) sebesar 4,7 artinya responden yang pengetahuan gizinya

kurang, beresiko 4,7 kali lebih tinggi untuk lebih sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan dengan yang pengetahuan baik. CI 95% = 2,6 – 8,1 menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyana & Asthiningsih (2020) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda dengan *P value* =



0,000. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi pemilihan bahan pangan, menu makanan, pola konsumsi pangan, dan pengolahan bahan pangan yang akan berpengaruh pada keadaan gizi individu itu sendiri. Pengetahuan gizi tergolong sangat penting karena berpengaruh terhadap pemilihan makanan yang akan dikonsumsi sehari-hari (Myrnawati & Anita, 2016). Meski demikian hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kinasih (2021) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan $P\ value = 0,578$. Tidak adanya hubungan yang bermakna dapat disebabkan karena faktor lain seperti uang saku, faktor usia, faktor sosial dan media massa (Firdianty, 2017 dalam Kinasih, 2021). Dalam penelitian ini, responden kurang mendapatkan informasi tentang dampak *fast food* jika dikonsumsi secara berlebihan. Beberapa dari mereka juga belum memahami tentang gizi seimbang.

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat hasil analisis hubungan antara frekuensi

konsumsi *fast food* dengan pengaruh teman sebaya diperoleh bahwa responden yang sering mengonsumsi *fast food*, proporsinya lebih banyak pada mereka yang yang dipengaruhi oleh teman sebaya yaitu 95,3% dibandingkan dengan yang kurang mendapat pengaruh dari teman sebaya yaitu 13,7%. Nilai $P\ value < 0,001$ atau $< 0,05$ menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Pravelensi rasio (PR) sebesar 6,9 menunjukkan pengaruh dari teman sebaya meningkatkan risiko sebesar 6,9 kali lebih tinggi untuk sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan dengan responden yang kurang mendapat pengaruh dari teman sebaya. CI 95% = 3,5–13,8 menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Octaviani dan Safitriani (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi cepat saji pada siswa di SMA Negeri 64 Jakarta dengan $P\ value = 0,000$. Remaja cenderung mengonsumsi makanan bermerk atau brand terkenal sebagai ekspresi diri dalam pergaulan dan ajang bergengsi. Hal yang sedang tren remaja saat ini adalah foto bersama teman-



temannya di restoran atau kafe *fast food* lalu ditunjukkan lewat sosial media (Septiana dkk, 2018). Akan tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Dewi (2021) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara peran teman sebaya dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji di Universitas MH. Thamrin pada tahun 2021 dengan $P\ value = 0,444$. Salah satu faktor yang mempengaruhi murid mengonsumsi *fast food* adalah teman. Teman yang sering mengonsumsi *fast food* membuat teman yang lain juga ikut tertarik untuk mengonsumsi makanan yang sama. Seseorang yang sekali pernah mengonsumsi *fast food* biasanya sulit untuk tidak mengonsumsinya apalagi ditambah dengan dukungan teman dan uang saku yang cukup untuk membelinya. Mereka bertemu dengan temannya 6 kali dalam seminggu. Banyak dari mereka yang sering menceritakan rasa yang lezat yang terdapat di dalam *fast food* sehingga tertarik untuk mencobanya.

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat hasil analisis hubungan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan sikap, diperoleh bahwa responden yang sering mengonsumsi *fast food* proporsinya lebih

banyak pada mereka yang memiliki sikap negatif yaitu 84,4% dibandingkan dengan mereka yang sikap positif yaitu 19,5%. Nilai $P\ value < 0,001$ atau $< 0,05$ menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Pravelensi rasio (PR) sebesar 4,3 menunjukkan artinya sikap yang negatif meningkatkan risiko sebesar 4,3 kali untuk mereka lebih sering untuk mengonsumsi *fast food* dibandingkan dengan mereka yang sikapnya positif. CI 95% = 2,3 – 8,1 menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara statistik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraini & Ashtningsih (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda dengan $P\ value = 0,000$. Kebiasaan remaja berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan. Bahkan remaja yang mempunyai sikap yang baik juga ikut bisa ikut mengonsumsinya walaupun mereka tau dampak yang negatif dari *fast food*. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Octaviani & Safitriani (2020) menunjukkan bahwa tidak ada



hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa di SMA Negeri 64 Jakarta dengan $P\text{ value} = 0,107$. Sikap merupakan suatu bentuk evaluasi atau reaksi terhadap perasaan. Sikap dianggap sebagai perasaan yang mendukung atau menentang suatu objek psikologis. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau tidak mendukung pada objek tertentu. Untuk menentukan sikap yang utuh, pengetahuan, pemikiran, keyakinan dan emosi memainkan peran penting. Sebagai pengetahuan, sikap juga mempunyai tingkatan berdasarkan intensitasnya, yaitu kesediaan untuk menerima stimulus yang

diberikan (objek), memberikan jawaban atau tanggapan terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi, memberikan nilai yang positif terhadap objek, bahkan mempengaruhi atau mendorong orang lain untuk merespon, sikap tingkat tertinggi yaitu bertanggung jawab atas sesuatu yang dipercaya (Notoatmodjo, 2014). Berdasarkan teori dan hasil penelitian, sikap mempunyai hubungan dengan konsumsi *fast food* karena kurangnya respon dari murid dalam pemilihan konsumsi *fast food*, murid lebih memilih makanan *fast food* yang lebih dianggap praktis dan perubahan gaya hidup juga perlu diikuti dengan perubahan pola makan ke makanan *fast food*.

Tabel 3. Rekapitulasi Analisis Bivariat

| Variabel Independen | Frekuensi Konsumsi Fast Food | | | | Total | | p-value | PR 95% CI |
|-------------------------|------------------------------|------|--------|------|-------|-----|---------|-------------------------|
| | Sering | | Jarang | | n | % | | |
| | n | % | n | % | | | | |
| Pengetahuan Gizi | | | | | | | | |
| Kurang | 79 | 91,9 | 7 | 8,1 | 86 | 100 | <0,001 | 4,685 (2,678-8,196) |
| Baik | 10 | 19,6 | 41 | 80,4 | 51 | 100 | | |
| Temannya | | | | | | | | |
| Berpengaruh | 82 | 95,3 | 4 | 4,7 | 86 | 100 | <0,001 | 6,947 (3,486-13,843) |
| Tidak Berpengaruh | 7 | 13,7 | 44 | 86,3 | 51 | 100 | | |
| Sikap | | | | | | | | |
| Negatif | 81 | 84,4 | 15 | 15,6 | 96 | 100 | <0,001 | 4,324 (2,309-8,100) |
| Positif | 8 | 19,5 | 33 | 80,5 | 41 | 100 | | |

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan

(54,7%) dan berusia 16 tahun (77,4%). Responden yang sering mengonsumsi *fast food* sebanyak 65%, memiliki pengetahuan kurang tentang gizi 62,8%,



mendapatkan pengaruh teman sebaya dalam mengonsumsi *fast food* 62%, dan memiliki sikap negatif terhadap konsumsi *fast food* 70,1%. Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi, teman sebaya, dan sikap dengan konsumsi *fast food* pada murid SMA Budhi Warman 1 Jakarta Timur tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyana D dan Asthiningsih NW. 2020. *Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswi-Siswi Kleas IX di SMA Negeri Samarinda*. Journal Borneo Student Research 1(2): 1841-1846.
- Bonita IA dan Fitriani DY. 2017. *Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Overweight pada Remaja Stunting SMP*. Journal of Nutrition Collage 6(1): 52-60.
- Dewi AR. 2021. *Faktor yang Berhubungan dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Mahasiswa S1 Gizi Universitas MH. Thamrin di Masa Pandemi Tahun 2021*. Skripsi
- Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan, Jakarta.
- Hatta H. 2019. *Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi Siswa di SMP Negeri 1 Limboto Barat*. Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat 4(2): 41-46.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI.
- Kinasih P. 2021. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Mahasiswa Program Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Masa Pandemi Covid-19*. Skripsi Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan, Surakarta.
- Notoatmodjo S. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraini IB dan Asthiningsih N W. 2020. *Hubungan Sikap dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda*. Journal Borneo Student Research 1(3): 1738-1742.



- Octaviani ZA dan Safitriani I. 2020. *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Fast Food Pada Siswa SMA*. Jurnal Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan. 6(1):121-137.
- Ranggayuni, E dan Aini, N. 2021. *Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Institusi Kesehatan Helvetia Medan*. Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan 6(3): 278.
- Septiana P, Ari F, Saptaning C. 2018. *Konsumsi Junk Food dan Serat pada Remaja Putri Overweight dan Obesitas yang Indekos*. Jurnal Kedokteran Brawijaya 30(1): 61-67.
- Suhada R dan Asthiningsih NW. 2019. *Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda*. Journal Burneo Student Research 1(3): 38-45.
- Putri EB dan Setyowati A. 2021. *Pengetahuan Gizi dan Sikap Remaja dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji Selama Masa Study from Home (SFH)*. Journal Sport and Nutrition 3(2): 25-33.
- Putri ES. 2017. *Analisis Hubungan Pengetahuan Sikap dan Kontruksi Sumur Gali Terhadap Kualitas Sumur Gali*. Jurnal Prosiding Seminar Nasional USM 24: 481-486
- Yetmi F, Harahap FSD, Lestari W. 2021. *Analisis Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Fast Food pada Siswa di SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020*. Jurnal Hasil Penelitian Mahasiswa 6(1): 1-23

