

**PENGARUH SIKAP TERHADAP KAMPANYE BAHAYA MINUMAN MANIS,
PERSEPSI RESIKO, DAN NORMA SUBJEKTIF HIDUP SEHAT TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI MINUMAN MANIS WARGA SEMARANG.**

Jasmine Afifah Ramadhani, Nurrist Surayya Ulfa

Email: jasmine.afifah2003@gmail.com

Program Studi Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro

**Jl. Prof. H. Soedarto, SH Tembalang Semarang Kotak Pos 1269 Telepon
(024)7465407**

Faksimile (024)7465405

Laman: <https://www.fisip.undip.ac.id> **email:** fisip@undip.ac.id

ABSTRAK

Tingginya tingkat konsumsi minuman manis pada masyarakat menjadi salah satu hal yang mengkhawatirkan dan tengah menjadi isu yang hangat dibahas. Penelitian ini menganalisis pengaruh sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis (X1), persepsi resiko (X2), dan norma subjektif hidup sehat (X3) terhadap perilaku konsumsi minuman manis (Y) menggunakan kerangka Theory Planned Behaviour (TPB). Studi ini dilakukan di Kota Semarang, melibatkan 100 warga Semarang yang berusia diatas 13 tahun dan terbiasa mengonsumsi minuman manis, dengan metode regresi linear berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis, persepsi resiko menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan, dan norma subjektif hidup sehat menunjukkan adanya pengaruh signifikan dengan nilai signifikansi $<0,001$. Secara simultan, sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, persepsi resiko, dan norma subjektif hidup sehat berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman dengan nilai signifikansi $<0,001$. Dengan demikian, penelitian ini menekankan bahwa perubahan perilaku konsumsi tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja, melainkan merupakan hasil kombinasi antara persepsi individu dan norma subjektif di lingkungan sosial yang saling melengkapi.

Kata kunci : Sikap, Persepsi Resiko, Norma Subjektif, Kampanye, Perilaku, Minuman Manis, Theory Planned Behaviour

ABSTRACT

The high level of sugary drink consumption among the public has become a concerning issue and is widely discussed today. This study analyzes the influence of attitudes toward anti-sugary drink campaigns (X1), risk perception (X2), and subjective norms of healthy living (X3) on sugary drink consumption behavior (Y) using the Theory of Planned Behavior (TPB) framework. The research was conducted in Semarang City, involving 100 residents aged 13 and above who regularly consume sugary drinks, using multiple linear regression analysis. The results show that attitudes toward anti-sugary drink campaigns do not have a significant influence on sugary drink consumption behavior. Risk perception demonstrates a significant effect, and subjective norms of healthy living also show a significant effect with a significance value of <0.001 . Simultaneously, attitudes toward anti-sugary drink campaigns, risk perception, and subjective norms of healthy living significantly influence consumption behavior, with a significance value of <0.001 . Thus, this study emphasizes that changes in consumption behavior are not influenced by a single factor, but are instead the result of a combination of individual perceptions and subjective norms within the social environment, which complement one another.

Keywords: *Sikap, Persepsi Resiko, Norma Subjektif, Kampanye, Perilaku, Minuman Manis, Theory Planned Behaviour*

PENDAHULUAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, persepsi risiko, dan norma subjektif hidup sehat terhadap perilaku konsumsi minuman manis pada warga Kota Semarang dengan menggunakan kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB). Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial, sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap positif terhadap kampanye kesehatan belum tentu diikuti oleh perubahan perilaku konsumsi secara nyata.

Sebaliknya, persepsi risiko terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Semakin tinggi persepsi individu terhadap risiko kesehatan akibat konsumsi minuman manis, semakin besar kecenderungan individu untuk mengurangi konsumsi tersebut. Selain itu, norma subjektif hidup sehat juga berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi, yang menunjukkan bahwa tekanan sosial dan dukungan dari lingkungan terdekat, seperti keluarga

dan teman, memainkan peran penting dalam membentuk perilaku konsumsi minuman manis.

Secara simultan, sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, persepsi risiko, dan norma subjektif hidup sehat berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Temuan ini menegaskan bahwa perubahan perilaku konsumsi tidak ditentukan oleh satu faktor tunggal, melainkan merupakan hasil interaksi antara faktor kognitif, persepsi individu terhadap risiko, dan pengaruh sosial di sekitarnya. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat relevansi *Theory of Planned Behavior* dalam menjelaskan perilaku konsumsi minuman manis dan menunjukkan bahwa strategi intervensi kesehatan masyarakat perlu menekankan peningkatan persepsi risiko serta penguatan norma sosial hidup sehat agar lebih efektif dalam mendorong perubahan perilaku.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan pengaruh sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, norma subjective hidup sehat, persepsi resiko, terhadap perilaku konsumsi minuman manis warga Semarang. Penelitian dapat menggambarkan bagaimana faktor-faktor psikologis dan sosial memengaruhi keputusan seseorang dalam mengonsumsi minuman manis. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar yang kuat bagi penyusunan strategi edukasi kesehatan masyarakat yang lebih efektif dan kontekstual

KERANGKA TEORI

Theory of Planned Behavior

Penelitian ini menggunakan Theory of Planned Behavior (TPB) yang dikembangkan oleh Icek Ajzen (1991) sebagai kerangka teoretis utama untuk menjelaskan perilaku konsumsi minuman manis. TPB merupakan pengembangan dari *Theory of Reasoned Action* (TRA) yang menekankan bahwa perilaku individu merupakan hasil dari proses kognitif yang terencana dan rasional.

Menurut TPB, perilaku seseorang ditentukan oleh niat berperilaku (behavioral intention), yang

dipengaruhi oleh tiga konstruk utama, yaitu sikap (attitude), norma subjektif (subjective norms), dan persepsi kontrol perilaku (perceived behavioral control). Ketiga faktor ini saling berinteraksi dalam membentuk keputusan individu untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku.

1. Sikap terhadap perilaku (Attitude)

Sikap merujuk pada evaluasi individu terhadap suatu perilaku, apakah perilaku tersebut dipandang positif atau negatif. Dalam konteks penelitian ini, sikap diwujudkan melalui sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, yang mencakup evaluasi kognitif, afektif, dan konatif terhadap pesan kampanye. TPB menjelaskan bahwa individu yang memiliki sikap negatif terhadap konsumsi minuman manis seharusnya memiliki kecenderungan lebih rendah untuk mengonsumsinya. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap terhadap kampanye tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi, yang mengindikasikan adanya kesenjangan antara sikap dan perilaku.

2. Norma subjektif (Subjective Norms)

Norma subjektif mengacu pada persepsi individu mengenai tekanan sosial atau harapan dari orang-orang

yang dianggap penting, seperti keluarga, teman, atau lingkungan sosial. Dalam penelitian ini, norma subjektif hidup sehat mencerminkan sejauh mana individu merasakan dorongan sosial untuk mengurangi konsumsi minuman manis. Sesuai dengan TPB, ketika individu merasa bahwa lingkungan sosial mendukung perilaku hidup sehat, maka kecenderungan untuk mengikuti perilaku tersebut akan meningkat. Hasil penelitian membuktikan bahwa norma subjektif memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis.

3. Persepsi kontrol perilaku (Perceived Behavioral Control)
Persepsi kontrol perilaku berkaitan dengan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengendalikan suatu perilaku. Dalam penelitian ini, konsep tersebut direpresentasikan melalui persepsi risiko terhadap dampak konsumsi minuman manis, yaitu sejauh mana individu merasa rentan dan memahami tingkat keparahan risiko kesehatan akibat konsumsi gula berlebih. TPB menyatakan bahwa semakin besar persepsi individu terhadap risiko dan konsekuensi negatif, semakin kuat

niat dan kecenderungan untuk menghindari perilaku tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi risiko berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis.

Secara keseluruhan, TPB mampu menjelaskan bahwa perilaku konsumsi minuman manis tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan atau sikap semata, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor sosial dan persepsi individu terhadap risiko kesehatan. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa penerapan TPB relevan dalam konteks perilaku kesehatan, khususnya dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi konsumsi minuman manis di masyarakat perkotaan seperti Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan tujuan untuk menjelaskan pengaruh sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, persepsi risiko, dan norma subjektif hidup sehat terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Penelitian ini didasarkan pada

kerangka Theory of Planned Behavior (TPB) untuk menganalisis hubungan antarvariabel secara kausal. Populasi dalam penelitian ini adalah warga Kota Semarang yang berusia di atas 13 tahun dan terbiasa mengonsumsi minuman manis. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 100 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 10%. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring (Google Form) yang disebarakan kepada responden sesuai dengan kriteria penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan skala Likert lima poin untuk mengukur seluruh variabel, yaitu sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis (X1), persepsi risiko (X2), norma subjektif hidup sehat (X3), dan perilaku konsumsi minuman manis (Y). Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan korelasi Pearson, sedangkan uji reliabilitas diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dengan seluruh variabel dinyatakan valid dan reliabel.

Analisis data dilakukan menggunakan Statistical Package for the Social

Sciences (SPSS). Data dianalisis melalui statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan pola konsumsi minuman manis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa perilaku konsumsi minuman manis pada warga Kota Semarang dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial sebagaimana dijelaskan dalam Theory of Planned Behavior (TPB). Berdasarkan uji regresi linear berganda, diperoleh temuan bahwa secara parsial tidak seluruh variabel independen berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis.

Hasil uji parsial (uji t) menunjukkan bahwa sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun responden memiliki pengetahuan dan sikap yang relatif positif terhadap kampanye kesehatan, hal tersebut belum cukup kuat untuk mendorong perubahan perilaku konsumsi secara nyata. Kondisi ini menunjukkan adanya attitude-behavior gap, di mana sikap positif tidak selalu diwujudkan dalam tindakan, terutama ketika perilaku tersebut telah menjadi kebiasaan dan didukung oleh kemudahan akses serta

faktor gaya hidup.

Sebaliknya, persepsi risiko terhadap dampak konsumsi minuman manis terbukti berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi. Individu yang memiliki persepsi risiko tinggi cenderung lebih berhati-hati dan mengurangi konsumsi minuman manis. Temuan ini sejalan dengan konsep TPB yang menyatakan bahwa persepsi individu terhadap konsekuensi negatif suatu perilaku dapat memperkuat niat untuk menghindarinya. Persepsi risiko berperan sebagai faktor pendorong internal yang meningkatkan kesadaran individu terhadap kerentanan kesehatan akibat konsumsi gula berlebih.

Selain itu, norma subjektif hidup sehat juga menunjukkan pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Hasil ini menegaskan bahwa tekanan sosial dan dukungan dari lingkungan terdekat, seperti keluarga dan teman, memiliki peran penting dalam membentuk perilaku konsumsi individu. Ketika individu merasa bahwa orang-orang signifikan di sekitarnya mendukung gaya hidup sehat dan membatasi konsumsi minuman manis, kecenderungan untuk mengikuti perilaku tersebut menjadi

lebih kuat.

Secara simultan (uji F), sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis, persepsi risiko, dan norma subjektif hidup sehat berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku konsumsi merupakan hasil dari kombinasi berbagai faktor, bukan dipengaruhi oleh satu variabel tunggal. Temuan ini memperkuat relevansi TPB dalam menjelaskan perilaku kesehatan, khususnya dalam konteks konsumsi minuman manis di masyarakat perkotaan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi intervensi kesehatan masyarakat tidak cukup hanya mengandalkan kampanye informasi, tetapi perlu menekankan peningkatan persepsi risiko serta penguatan norma sosial hidup sehat agar perubahan perilaku konsumsi dapat terjadi secara lebih efektif dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumsi minuman manis dipengaruhi oleh

faktor kognitif dan sosial secara berbeda. Sikap terhadap kampanye bahaya minuman manis secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi, yang menunjukkan bahwa sikap positif terhadap kampanye belum tentu diikuti oleh perubahan perilaku nyata. Sebaliknya, persepsi risiko dan norma subjektif hidup sehat terbukti berpengaruh negatif signifikan, sehingga semakin tinggi kesadaran akan risiko kesehatan serta semakin kuat dukungan lingkungan sosial, maka kecenderungan konsumsi minuman manis akan semakin menurun. Secara simultan, ketiga variabel tersebut berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi minuman manis, yang menegaskan bahwa perubahan perilaku lebih efektif apabila didukung oleh kombinasi sikap individu, pemahaman risiko, dan norma sosial yang kuat.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran dapat diajukan sebagai berikut:

1. Saran Akademis

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain di luar Theory of Planned Behavior, seperti faktor kebiasaan, pengaruh iklan komersial, harga produk, serta

lingkungan keluarga, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perilaku konsumsi minuman manis. Selain itu, penggunaan metode campuran (mixed methods) dapat dipertimbangkan untuk menggali faktor psikologis dan sosial secara lebih mendalam.

2. Saran Praktis

Kampanye kesehatan terkait bahaya minuman manis sebaiknya tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga menekankan peningkatan persepsi risiko yang bersifat personal dan relevan dengan kehidupan sehari-hari masyarakat. Penyampaian pesan dapat dikemas secara emosional dan kontekstual agar mampu mendorong perubahan perilaku yang lebih nyata.

3. Saran Sosial dan Kebijakan

Pemerintah dan pemangku kepentingan diharapkan dapat memperkuat norma sosial hidup sehat melalui keterlibatan keluarga, komunitas, dan lingkungan sosial. Upaya ini dapat dilakukan melalui program berbasis komunitas, pembatasan promosi minuman manis, serta penyediaan alternatif minuman sehat yang mudah diakses dan terjangkau bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
[https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T).
- Bauert, L. (2019). Associations Between Repeated Sugar Sweetened Beverage Consumption and the Theory of Planned Behavior Constructs: Attitude, Subjective Norms, Perceived Behavioral Control, Behavioral Intention.
- Bourke, E., & Veerman, L. (2018). The potential impact of taxing sugar drinks on health inequality in Indonesia | *BMJ Global Health*.
<https://gh.bmj.com/content/3/6/>.
- Green, M., Hadihardjono, D. N., Pries, A. M., Izwardy, D., Zehner, E., & Huffman, S. L. (2019). High proportions of children under 3 years of age consume commercially produced snack foods and sugar-sweetened beverages in Bandung City, Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 15(S4), e12764.
<https://doi.org/10.1111/mcn.12764>
- Gregorio-Pascual, P., & Mahler, H. I. M. (2020). Effects of interventions based on the theory of planned behavior on sugar-sweetened beverage consumption intentions and behavior. *Appetite*, 145, 104491.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104491>
- Haeruddin, M. I. W. (2023). PERILAKU KONSUMTIF GENERASI MILENIAL DI KOTA MAKASSAR = THE CONSUMPTIVE BEHAVIOR OF THE MILLENNIAL GENERATION IN KOTA MAKASSAR [Doctoral, Universitas Hasanuddin].
<https://repository.unhas.ac.id/id/eprin>

- t/30963/
- Izzah, S. N., Ulfa, N. S., & Luqman, Y. (2024). Hubungan Terpaan Kampanye 30 Hari Tanpa Minuman Manis dan Terpaan Berita Diabetes terhadap Perilaku Konsumsi Minuman Manis. *Interaksi Online*, 12(3), Article 3. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/45058>
- Hanifah, R. A., Wiboworini, B., & Budiastuti, V. I. (2023). Tren Konsumsi Minuman Manis Kekinian dan Efek yang Dirasakan Pada Remaja. *TEMU ILMIAH NASIONAL PERSAGI*, 5(1), Article 1. <https://tin.persagi.org/index.php/tin/article/view/196>
- Laksmi, P. W., Morin, C., Gandy, J., Moreno, L. A., Kavouras, S. A., Martinez, H., Salas-Salvadó, J., & Guelinckx, I. (2018). Fluid intake of children, adolescents and adults in Indonesia: Results of the 2016 Liq.In7 national cross-sectional survey. *European Journal of Nutrition*, 57(3), 89–100.
- Parro, V., Puente-Sánchez, F., Cabrol, N. A., Gallardo-Carreño, I., Moreno-Paz, M., Blanco, Y., García-Villadangos, M., Tambley, C., Tilot, V. C., Thompson, C., Smith, E., Sobrón, P., Demergasso, C. S., Echeverría-Vega, A., Fernández-Martínez, M. Á., Whyte, L. G., & Fairén, A. G. (2019). Microbiology and Nitrogen Cycle in the Benthic Sediments of a Glacial Oligotrophic Deep Andean Lake as Analog of Ancient Martian Lake-Beds. *Frontiers in Microbiology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fmicb.2019.00929>
- Piloto, T. C. P., & Nugraheni, F. (2024). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Emotional Eating Pada Remaja. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 4(4), 784–788.
- Putri, G. G. (2024). Asupan Gula dan Efek Psikologis Pada Tubuh Manusia (Sugar Intake and the Psychological Effect in Human Body). *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam Dan Humaniora* (E-ISSN 2745-4584), 5(01), Article 01. <https://doi.org/10.37680/almikraj.v5i01.6171>
- Putri, Z. F. (2021). Konsumerisme Anak Muda dalam Budaya Nongkrong (Studi Kasus Preferensi Café di Jakarta Selatan) bachelorThesis, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/63139>
- Widianingtyas, S. I., & Dinda, Y. (2022). Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Jajan pada Anak Usia Sekolah. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(1), 22–28. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v8i1.211>
- Zoellner, J., Estabrooks, P. A., Davy, B. M., Chen, Y.-C. (Yvonne), & You, W. (2012). Exploring the Theory of Planned Behavior to Explain Sugar-sweetened Beverage Consumption. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 44(2), 172–177. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2011.06.010>

