

## Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017

Liyana Putri Afifah, Suyatno, Ronny Aruben, Apoina Kartini

Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan  
Masyarakat Universitas Diponegoro, Semarang,  
50275, Indonesia

Email : liyanaputria@gmail.com

### ABSTRACT

*Obesity or commonly known as overweight is a quite disturbing problem among teenagers. Fast food is a fast serving food with big portion, and heavy energy food with high calories and fat. The purpose of the research was to analyze factors related with fast food consumption in adolescent obesity in Theresiana 1 Senior High School Semarang 2017. This research was using quantitative study method with cross sectional design. Research population were adolescent obesity in XII grade with the total of 35 people. Samples in this research were 35 adolescent obesity who met the inclusion criteria. Sampling technique was using total sampling. Data was analyzed using Chi Square test. The results showed that respondent's knowledge about fast food was classified as adequate (48,6%). Respondent's attitude about fast food consumption was classified as adequate (42,9%). Parents income was classified as very high (65,7%). Respondent's pocket money was classified as high (82,9%). Friends with the same age was classified as not influence (51,4%). Mass media was classified as not influence (54,3%). Statistical results showed that there were no correlations of knowledge ( $p=0,166$ ), attitude ( $p=0,677$ ), parents income ( $p=0,668$ ), pocket money ( $p=0,975$ ), friends with the same age ( $p=0,145$ ), mass media ( $p=0,982$ ) with fast food consumption. This research recommended adolescent obesity to reduce fast food consumption and chose the balance nutrition food in school canteen or other restaurants which suitable with students daily energy needs.*

**Keywords** : Factors Related to Fast Food Consumption, Fast Food Consumption, Adolescent Obesity

### PENDAHULUAN

Pergeseran konsep makan bangsa Indonesia merupakan contoh konkret dampak adanya pengaruh budaya asing yang masuk ke dalam tubuh manusia bangsa Indonesia. Salah satu bentuk pergeseran konsep makan yaitu menjamurnya makanan cepat saji atau yang sering disebut *fast food* di Indonesia.<sup>1</sup>

Kehadiran *fast food* dalam industri makanan Indonesia dapat

mempengaruhi pola makan remaja. *Fast food* mengandung kalori, lemak, protein, gula dan garam yang relatif tinggi dan rendah serat, jika dikonsumsi secara berkesinambungan dan berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih. Gizi lebih terjadi jika terdapat ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan pengeluaran energi.<sup>2</sup>

Perubahan pola kebiasaan hidup sebagai dampak perbaikan tingkat hidup dan kemajuan

teknologi juga mendorong terjadinya perubahan pola makan dan kebiasaan makan. Seperti kenaikan penghasilan keluarga secara bertahap dapat mempengaruhi pola makan dan kebiasaan makan. Kemampuan daya beli yang lebih mendorong untuk dapat mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang diinginkan.<sup>3</sup>

Pengaruh teman sebaya pada masa remaja juga sangat besar dalam terjadinya perilaku makan yang tidak baik. Remaja lebih sering berada di luar rumah dan bersama dengan teman sebaya sehingga memungkinkan remaja untuk mengkonsumsi makanan cepat saji.<sup>4</sup>

Media massa, baik media cetak maupun media elektronik dikatakan juga sebagai salah satu faktor yang dapat menyebabkan timbulnya penyimpangan perilaku makan pada remaja.<sup>5</sup>

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan selama 3 hari pada bulan Mei 2017 dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan pada pengunjung KFC dan McD di Mall Citra Land Semarang menunjukkan bahwa dari 100 pengunjung, di dapatkan 15 pengunjung status gizi obesitas. Menurut observasi yang telah dilakukan tersebut ditemukan bahwa konsumsi *Fast Food* terbanyak pada kalangan remaja berumur 12-18 tahun.

Dari uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang, dikarenakan prevalensi obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang cukup besar yaitu 30,77%. Prevalensi tersebut didapatkan dari hasil penelitian pendahuluan dengan pengukuran TB dan BB untuk mengetahui status

gizi kelas XI di SMA Theresiana 1 Semarang.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *studicross sectional* dimana pengukuran variabel dilakukan pada satu saat tertentu.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja obesitas kelas XII SMA Theresiana 1 Semarang tahun 2017 sebanyak 35 orang. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 35 orang dan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Kriteria inklusi yang dibutuhkan yaitu siswa-siswi SMA Theresiana kelas XII yang terdaftar aktif di sekolah, memiliki status gizi obesitas berdasarkan IMT/U yaitu  $> 2$  SD dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu tidak hadir saat penelitian, tidak mengikuti semua rangkaian pengambilan data dan tidak menandatangani persetujuan penelitian.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah karakteristik responden, pengetahuan tentang *fast food*, sikap, pendapatan orang tua, uang saku, pengaruh teman sebaya dan pengaruh media massa. Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel bebas antara lain pengetahuan tentang *fast food*, sikap, pendapatan orang tua, uang saku, teman sebaya dan media massa. Variabel terikat yaitu konsumsi *fast food*.

Data diperoleh dari hasil wawancara kuesioner pengetahuan, sikap, pendapatan orang tua, uang saku, teman sebaya, media massa, ffq semi kuantitatif, serta pengukuran tinggi badan, berat badan.

Data yang sudah diperoleh kemudian diolah menggunakan SPSS. Data tersebut diuji valid reliabilitas dan diuji kenormalan distribusi menggunakan uji *Saphiro Wilks*. Analisis data bivariat dilakukan dengan menggunakan uji *Chi Square*.

## Hasil

### A. Hasil Analisis Univariat

#### 1. Pengetahuan *Fast Food* Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 1 Distribusi Frekuensi *Fast Food* Remaja Obesitas

Pengetahuan	n	%	Me an	SD
Kurang	3	8,6	2,3	0,6
Cukup	17	48,6	4	39
Baik	15	42,9		
Total	35	100		

Tabel 1 dapat dilihat bahwa sebanyak 17 orang remaja obesitas (48,6%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang *fast food* remaja obesitas.

#### 2. Sikap Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Obesitas

Sikap	n	%	Me an	SD
Kurang	6	17,1	2,2	0,7
Cukup	15	42,9	3	31
Baik	14	40,0		
Total	35	100		

Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebanyak 15 orang remaja obesitas (42,9%) memiliki sikap yang cukup tentang *fast food* remaja obesitas.

#### 3. Pendapatan Orang tua Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pendapatan Orang Tua Remaja Obesitas

Pendapatan Orang Tua	n	%	Me an	SD
Rendah	1	2,9	3,3	0,9
Cukup	8	22,9	7	42
Tinggi	3	8,6		
Sangat Tinggi	23	65,7		
Total	35	100		

Tabel 3 dapat dilihat bahwa sebanyak 23 orang remaja obesitas (65,7%) memiliki pendapatan orang tua yang sangat tinggi yaitu lebih tinggi atau sama dari Rp. 4.000.000,-.

#### 4. Uang Saku Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Uang Saku Remaja Obesitas

Uang Saku	n	%	Me an	SD
Rendah	0	0	2,8	0,3
Sedang	6	17,1	3	82
Tinggi	29	82,9		
Total	35	100		

Tabel 4 dapat dilihat bahwa sebanyak 29 orang remaja obesitas (82,9%) memiliki uang saku yang tinggi yaitu lebih tinggi atau sama dari Rp. 15.000,-.

#### 5. Teman Sebaya Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Teman Sebaya Remaja Obesitas

Teman Sebaya	n	%	Me an	SD
Tidak Berpengaruh	18	51,4	1,4	0,5
Berpengaruh	17	48,6	9	07
Total	35	100		

Tabel 5 dapat dilihat bahwa sebanyak 18 orang remaja obesitas di SMA Theresiana (51,4%) tidak berpengaruh dengan teman sebaya dalam mengonsumsi *fast food*.

#### 6. Media Massa Remaja Obesitas SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Media Massa Remaja Obesitas

Media Massa	n	%	Me an	SD
Tidak Berpengaruh	19	54,3	1,4	0,5
Berpengaruh	16	45,7	6	05
Total	35	100		

Tabel 6 dapat dilihat bahwa sebanyak 19 orang remaja obesitas di SMA Theresiana (54,3%) tidak berpengaruh dengan media massa dalam mengonsumsi *fast food*.

#### 7. Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Konsumsi <i>Fast Food</i>	n	%	Me an	SD
Rendah	11	31,4	1,8	0,7
Sedang	17	48,6	9	18
Tinggi	7	20,0		
Total	35	100		

Tabel 7 dapat dilihat bahwa sebanyak 17 orang remaja obesitas di SMA Theresiana (48,6%) konsumsi *fast food* tergolong sedang.

### B. Hasil Analisis Bivariat

#### 1. Hubungan Pengetahuan *Fast Food* dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Pengetahuan	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%	f	%
Kurang	2	66,7	1	33,3	0	0	3	100
Cukup	4	23,5	7	41,2	6	35,3	17	100
Baik	1	6,7	9	60	5	33,3	15	100

Tabel 8 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value} = 0,166$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna pengetahuan dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017.

#### 2. Hubungan Sikap *Fast Food* dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Sikap dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Sikap	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%	f	%
Kurang	1	16,7	2	33,3	3	50	6	100
Cukup	4	26,7	8	53,3	3	20	15	100
Baik	2	14,3	7	50	5	35,7	14	100

Tabel 9 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value} = 0,667$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna sikap dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang.

3. Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Pendapatan Orang Tua	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%		
Sangat Tinggi	5	21,7	1	52,2	6	26,1	23	100
Tinggi	0	0	2	66,7	1	33,3	3	100
Cukup	2	25	2	25	4	50	8	100
Rendah	0	0	1	100	0	0	1	100

Tabel 10 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value}: 0,668$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna pendapatan orang tua dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017.

4. Hubungan Uang Saku dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hubungan Uang Saku dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Uang Saku	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%		
Tinggi	6	20,7	1	48,3	9	31	29	100
Sedang	1	16,7	3	50	2	33,3	6	100

Tabel 11 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value}: 0,975$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna uang saku dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017.

5. Hubungan Teman Sebaya dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Hubungan Teman Sebaya dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Teman Sebaya	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%		
Berpengaruh	3	17,6	1	64,7	3	17,6	17	100
Tidak Berpengaruh	4	22,2	6	33,3	8	44,4	18	100

Tabel 12 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value}: 0,145$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna teman sebaya dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017.

6. Hubungan Media Massa dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hubungan Media Massa dengan Konsumsi *Fast Food* pada Remaja Obesitas

Media Massa	Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah		f	%
	F	%	f	%	f	%		
Berpengaruh	3	18,8	8	50	5	31,2	16	100
Tidak Berpengaruh	4	21,1	9	47,4	6	31,6	19	100

Tabel 13 Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* menunjukkan bahwa  $p_{value} > 0,05$  ( $p_{value}: 0,982$ ) yang secara statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna media massa dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017.

**PEMBAHASAN**

A. Hubungan Pengetahuan tentang *Fast Food* dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Hal ini sesuai dengan fakta dilapangan bahwa sebagian besar remaja obesitas memiliki

pengetahuan tentang *fast food* yang sudah cukup baik, sehingga semakin cukup pengetahuan seseorang, maka semakin cukup pula upaya dirinya dalam mengaplikasikan pengetahuannya.

a. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mahpolah, Mahdalena, dan Vita Purnamasari yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan siswa tentang konsumsi *fast food* dengan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*).<sup>6</sup> Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan siswa tentang makanan cepat saji dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji.<sup>7</sup>

B. Hubungan Sikap dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Hal ini sesuai dengan fakta dilapangan bahwa sebagian besar sikap remaja obesitas tentang *fast food* sudah cukup baik, sehingga sikap yang cukup baik tersebut cenderung memperlihatkan praktik yang cukup baik pula.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Novasari yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji LBPP-LIA.<sup>8</sup>

C. Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Dalam penelitian ini, diketahui bahwa pendapatan orang tua dari remaja obesitas tergolong sangat tinggi yaitu lebih dari atau sama dari Rp. 4.000.000,-, sehingga uang saku yang diberikan pada remaja obesitas juga tinggi, namun hal itu tidak mempengaruhi remaja obesitas untuk tidak membeli dan mengonsumsi *fast food*.

Hasil penelitian tersebut tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahpolah, Mahdalena, dan Vita Purnamasari yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan kebiasaan mengonsumsi *fast food* pada remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan.<sup>6</sup>

D. Hubungan Uang Saku dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Dalam penelitian ini, diketahui bahwa uang saku dari remaja obesitas tergolong tinggi yaitu lebih dari atau sama dari Rp. 15.000,-, karena pendapatan orang tua remaja obesitas juga sangat tinggi, namun hal itu tidak mempengaruhi remaja obesitas untuk tidak membeli dan mengonsumsi *fast food*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indri Mulyasari yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara besar saku dengan frekuensi konsumsi *western fast food* pada remaja di SMAN 3 Semarang.<sup>9</sup>

E. Hubungan Teman Sebaya dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Remaja obesitas tidak dipengaruhi oleh teman sebaya karena tanpa pengaruh atau ajakan dari teman, remaja obesitas sudah punya keinginan dan ketertarikan sendiri terhadap makanan cepat saji (*fast food*).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adisti Fitriana Andar Nusa dan Annis Catur Adi yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara teman sebaya dan frekuensi konsumsi *fast food*.<sup>5</sup>

F. Hubungan Media Massa dengan Konsumsi *Fast Food* Remaja Obesitas

Remaja obesitas tidak dipengaruhi oleh media massa, karena tanpa pengaruh dari iklan di televisi ataupun dari media cetak, remaja obesitas sudah punya keinginan dan ketertarikan sendiri terhadap makanan cepat saji (*fast food*).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Risa Dona Emalia, Rini Mutahar, dan Fatmalina Febry yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis media massa, frekuensi melihat iklan, dan jenis iklan yang sering dilihat dengan frekuensi konsumsi *fast food*.<sup>10</sup>

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa:

1. Tidak ada hubungan bermakna antara pengetahuan tentang *fast food*, sikap, pendapatan orang tua, uang saku, teman sebaya, media massa dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas

SMA Theresiana 1 Semarang tahun 2017.

**REFERENSI**

1. Farida, N. *Pergeseran Budaya Makan Indonesia*. 2005.
2. Sintoso. *Mewaspada! Makanan Cepat Saji (Fast Food) dan Makanan Berwarna*. Majalah BIDI Th. XVIII, No. 19 : 6. 1996.
3. Putri, Y. D. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri di SMA Negeri 10 Padang Tahun 2013*. Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. 2014.
4. Gonza'lez, Miguel Angel Marti'nez, et al. *Parental Factors, Mass Media Influences, and the Onset of Eating Disorders in a Prospective Population – Based Cohort*. *Pediatrics* 111, pp:315 – 320. 2003.
5. Nusa, Adisti Fitriana Andar dan Annis Catur Adi. *Hubungan Faktor Perilaku, Frekuensi Konsumsi Fast Food, Diet dan Genetik dengan Tingkat Kelebihan Berat Badan*. Surabaya: Universitas Airlangga. 2013.
6. Mahpolah, Mahdalena dan Vita Purnamasari. *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan dengan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food pada Remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan*. Banjarmasin: Nutrition Mayor of Health Polytechnic Banjarmasin. 2008.
7. Eri Susanti. *Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Siswa SMA N 2 Jember (Skripsi)*. Jember: FKM Universitas Jember. 2008.

8. Tri Novasari. *Analisis Perilaku Siswa Lembaga Bahasa dan Pendidikan Profesional Lia (LBPP-Lia) dalam Mengonsumsi Makanan Cepat Saji di Palembang*. Palembang. 2009.
9. Indri Mulyasari. *Hubungan Besar Uang Saku dan Frekuensi Konsumsi Western Fast Food dengan Status Gizi Siswa (Studi Kasus di Kelas X.13 SMAN 3 Kota Semarang)*. Skripsi Universitas Diponegoro. Semarang. 2007.
10. Emalia, Risa Dona, Rini Mutahar, dan Fatmalina Febry. *Hubungan Iklan Makanan dan Minuman di Media Massa dengan Frekuensi Konsumsi Junk Food pada Remaja di SMA Negeri 13 Palembang Tahun 2009*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Palembang. 2009.

