

HUBUNGAN PENGETAHUAN, UANG SAKU, DAN PEER GROUP DENGAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA PUTRI

Titis Rakhma Imtihani, Etika Ratna Noer^{*)}

Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
Jl.Dr.Sutomo No.14, Semarang, Telp (024) 8453708, Email : gizifk@undip.ac.id

ABSTRACT

Background: One of the causes of the increase of obesity among urban youth is an increase in the frequency of fast food consumption. Since fast food is fast, easy, interesting for teens, and has satisfaction factor. Teens who consumpt fast food will consumpt energy, fat and excessive sugar as well. The purpose of this study is to find out a correlation between knowledge, pocket money, motivation, promotion, and peer group and a frequency of fast food consumption on Senior High School Theresiana 1 Semarang.

Methods: This study uses cross sectional design toward 95 students of 10th and 11th grade in Senior High School Theresiana 1 Semarang. Subject was chosen by consecutive sampling method that fullfil the inclusion criteria. To collect the data, it is used questionnaire and anthropometric measurement. Frequency of fast food consumption, knowledge, pocket money, and peer group were finding by questionnaire, while motivation and promotion data collected by FGD (focus group discussion). Data of daily eating habits acquired through the FFQ (food frequency questionnaire). Normality test were using Kolmogorof-Smirnov test. Unnormal distributed data was tested by using Rank Spearman correlation.

Results: Most of the frequency of fast food consumption subjects included in the category of rare (1-2x a week) is 83.2%. There is a positive correlation between the frequency of fast food consumption with pocket money ($r = 0.279$, $p = 0.006$). Knowledge ($r = 0.066$, $p = 0.527$) and peer group ($r = -0.005$, $p = 0.958$) is not provable to have correlation with frequency of fast food consumption. The majority of subjects gained information about fast food was obtained through television advertisement. Most of the subjects consumpt fast food because of practical factor. Besides they wanted to try the taste as well.

Conclusion: There is an correlation between the frequency of fast food consumption and the amount of pocket money ($p = 0.006$).

Keywords: fast food; knowledge; pocket money; peer group; adolescent girls

ABSTRAK

Latar Belakang : Salah satu penyebab peningkatan obesitas di kalangan remaja perkotaan adalah adanya peningkatan frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Hal ini dikarenakan makanan cepat saji bersifat cepat, mudah, dan menarik untuk remaja serta faktor kenyamanan yang mendukung. Remaja yang mengkonsumsi makanan cepat saji akan mengkonsumsi energi, lemak, dan gula secara berlebihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group serta promosi dan motivasi dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada siswi di SMA Theresiana 1 Semarang.

Metode : Studi cross sectional pada 95 siswi kelas X dan XI di SMA Theresiana 1 Semarang. Subjek diambil dengan metode consecutive sampling yang memenuhi kriteria inklusi. Data frekuensi konsumsi makanan cepat saji, pengetahuan, uang saku, dan peer group diperoleh dari pengisian kuisioner, sedangkan data motivasi dan promosi diperoleh dengan FGD (focus group discussion). Data kebiasaan makan sehari-hari diperoleh melalui FFQ (food frequency questionnaire). Uji normalitas menggunakan Kolmogorof-Smirnov. Data berdistribusi tidak normal pengujian menggunakan korelasi Rank spearman.

Hasil : Frekuensi konsumsi makanan cepat saji subjek sebagian besar termasuk jarang (1-2x seminggu) yaitu 83,2%. Terdapat korelasi positif antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan uang saku ($r = 0,279$; $p = 0,006$). Tidak ditemukan korelasi antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan pengetahuan ($r = 0,066$; $p = 0,527$), dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan peer group ($r = -0,005$; $p = 0,958$). Informasi mengenai makanan cepat saji sebagian besar subjek dapatkan melalui iklan televisi. Sebagian besar subjek mengkonsumsi makanan cepat saji karena faktor praktis dan ingin mencoba rasanya.

Kesimpulan : Terdapat hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan jumlah uang saku ($p=0,006$).

^{*)}Penulis Penanggungjawab

Kata Kunci : makanan cepat saji; pengetahuan; uang saku; peer group; remaja putri.

PENDAHULUAN

Masalah yang berkaitan dengan obesitas telah mendapat perhatian karena terkait dengan sejumlah penyakit degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan kanker.¹ Salah satu penyebab peningkatan obesitas di kalangan remaja perkotaan adalah adanya peningkatan frekuensi konsumsi makanan cepat saji.² Jumlah restoran makanan cepat saji yang meningkat, membuat semakin banyak remaja mengkonsumsi makanan cepat saji. Hal ini dikarenakan makanan cepat saji bersifat cepat, mudah, dan menarik untuk remaja serta faktor kenyamanan yang mendukung.^{3,4}

Semakin populernya makanan cepat saji dikalangan remaja saat ini, diiringi dengan meningkatnya besar porsi dan energi di dalam makanan cepat saji selama beberapa tahun terakhir. Hal ini menyebabkan remaja yang mengkonsumsi makanan cepat saji akan mengkonsumsi energi, lemak, dan gula secara berlebihan. Selain itu makanan cepat saji diketahui rendah serat dan tinggi sodium.⁵ Semakin banyak makanan cepat saji yang dikonsumsi, semakin besar pula risiko terjadinya obesitas.

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi adalah pengetahuan gizi yang rendah dan kebiasaan makan yang salah. Pengetahuan dan praktik gizi yang rendah antara lain seperti perilaku menyimpang dalam memilih makanan.⁶ Pengetahuan gizi menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi.⁷

Motivasi remaja dalam mengkonsumsi makanan cepat saji berbeda-beda. Motivasi tersebut terbagi menjadi empat yaitu karena meniru orang lain, pergaulan, ajakan teman, dan kesenangan.⁸ Selain itu terdapat faktor lain yaitu adanya media seperti iklan. Iklan dapat mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji bagi remaja.⁹ Semakin banyak iklan yang dilihat remaja di televisi dapat mempengaruhi peningkatan pembelian makanan cepat saji. Hal ini karena menonton televisi dianggap memberikan kontribusi asupan makanan tinggi lemak dan rendah zat gizi.¹⁰

Konsumsi makanan cepat saji sudah menjadi bagian dari gaya hidup pada masyarakat kota.¹¹ Remaja biasa membandingkan diri dengan teman dalam memilih makanan. Termasuk dalam kebiasaan konsumsi makanan cepat saji. Remaja putri *overweight* yang memiliki teman *overweight* mengkonsumsi kalori lebih banyak dibandingkan

dengan remaja putri *overweight* yang memiliki teman tidak *overweight*.¹²

Berdasarkan data Riskesdas 2010 prevalensi remaja *over weight* usia 16-18 tahun adalah sebesar 1,4 %. Sedangkan untuk data provinsi Jawa Tengah prevalensi remaja *overweight* usia 16-18 tahun adalah sebesar 0,7%. Suatu penelitian yang dilakukan oleh Virgianto menyebutkan bahwa siswa yang persentase kalori makanan cepat sajinnya lebih besar dari 6% mempunyai risiko 4,2 kali lebih besar untuk menjadi obesitas.¹³ Hasil penelitian lain yang dilakukan Khomsiyah menunjukkan bahwa remaja pengunjung restoran makanan cepat saji rata-rata masih berpendidikan SMP dan SMU dan berasal dari keluarga ekonomi menengah keatas. Sebagian besar remaja berstatus gizi obesitas dan *over weight*.¹⁴ Frekuensi konsumsi makanan cepat saji yang tinggi biasanya justru pada hari-hari sekolah.¹⁵ Selain itu terdapat hubungan yang kuat antara IMT remaja dengan IMT teman sebayanya.¹⁶

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan, uang saku, promosi, motivasi, dan *peer group* dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*western fast food*) pada siswi di SMA Theresiana 1 Semarang.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2012 di SMA Theresiana 1 Semarang. Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup Gizi Masyarakat dan merupakan penelitian deskriptif analitis dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Populasi terjangkau pada penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI di SMA Theresiana 1 Semarang. Pemilihan subjek dilakukan secara *Non Probability Sampling* dengan metode *Consecutive Sampling*, yaitu semua subjek yang memenuhi kriteria pemilihan akan dimasukkan ke dalam penelitian sampai jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi yaitu sebanyak 95 subjek. Selain itu, subjek yang diambil telah memenuhi kriteria inklusi, yaitu bersedia mengisi formulir kesediaan menjadi responden dan tidak sedang menjalani diet.

Variabel bebas dalam penelitian ini antara lain pengetahuan, uang saku, motivasi, promosi, dan *peer group*. Data pengetahuan, uang saku, dan *peer group* diperoleh dari pengisian kuisioner,

sedangkan data motivasi dan promosi diperoleh dengan FGD (*focus group discussion*). Variabel terikat pada penelitian ini adalah frekuensi konsumsi makanan cepat saji yang juga diukur menggunakan kuisioner.

Data kebiasaan makan sehari-hari diperoleh melalui kuisioner frekuensi makan atau FFQ (*food frequency questionnaire*). Data ini menjelaskan berapa banyak zat gizi seperti energi, karbohidrat, protein, dan lemak yang dikonsumsi tiap hari. Data tersebut dikonversikan ke dalam satuan kalori untuk energi, gram untuk protein dan lemak, dan selanjutnya dihitung dengan program *nutrisurvey*. Hasilnya kemudian dibandingkan dengan AKG 2004 untuk remaja putri dan dinyatakan dengan persen. Pengelompokan data menjadi tiga berupa asupan kurang jika $\leq 89\%$ AKG, asupan baik jika $90\%-119\%$ AKG, dan asupan berlebih jika $\geq 120\%$ AKG.¹⁷

Analisis data meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Sebelum melakukan uji korelasi, dilakukan uji normalitas dahulu dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Apabila data berdistribusi normal pengujian menggunakan korelasi *Pearson product moment*, tetapi bila data berdistribusi tidak normal pengujian menggunakan korelasi *Rank spearman*.

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Subjek

Penelitian ini dilakukan pada subjek remaja putri pada kisaran umur antara 15-17 tahun. Data distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi

Karakteristik Subjek	Frekuensi (n)	Persen (%)
Usia		
15 tahun	40	42,1
16 tahun	30	31,6
17 tahun	25	26,3
Status Gizi		
Underweight < 18,5	18	18,9
Normal 18,5-22,9	34	35,8
Overweight 23-24,9	14	14,7
Obes I 25-29,9	22	23,2
Obes II >30	7	7,4
Pekerjaan Orang Tua		
Tua	7	7,4
PNS	2	2,1
TNI/Polri Swasta	86	90,5
Asupan Energi		
Kurang	45	47,4
Normal	33	34,7
Lebih	17	17,9
Asupan Protein		
Kurang	17	17,9
Normal	18	18,9
Lebih	60	63,2
Asupan Lemak		
Kurang	83	87,4
Normal	9	9,5
Lebih	3	3,2

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa frekuensi atau jumlah subjek terbesar berada pada usia 15 tahun (42,1%) dan jumlah subjek terkecil pada usia 17

tahun (26,3%). Rata-rata berat badan subjek yaitu $55,7 \pm 11,8$ kg dengan nilai maksimum 86,4 kg dan nilai minimum 36,9 kg. Sedangkan untuk rata-rata tinggi

badan subjek yaitu $156,3 \pm 6,4$ cm dengan nilai maksimum 177,6 cm dan nilai minimum 139,5 cm.

Remaja putri yang lebih tua memiliki kebutuhan energi yang sedikit lebih rendah daripada remaja dengan usia yang lebih muda. BMR pun juga akan menurun secara bertahap sejak awal masa remaja hingga akhir masa remaja.¹⁸ Remaja putri usia 15-17 tahun termasuk dalam masa remaja pertengahan, yaitu masa diantara remaja awal dan remaja akhir sehingga gambaran kejadian obesitasnya dapat mewakili kejadian obesitas pada remaja putri secara keseluruhan.

Status gizi subjek dikelompokkan menjadi 4 yaitu kategori *underweight* (IMT <18,5), normal (IMT 18,5-22,9), *overweight* (IMT 23-24,9), obesitas I (IMT 25-29,9), dan obesitas II (IMT >30). Sebagian besar subjek termasuk dalam status gizi berlebih, yaitu pada 43 subjek. Namun masih terdapat 18 subjek yang termasuk status gizi kurang. Hal ini disebabkan subjek belum memiliki pola makan yang baik dan seimbang. Subjek dengan status gizi normal lebih sedikit jumlahnya karena kebiasaan makannya yang tidak teratur. Rata-rata status gizi subjek yaitu sebesar $22,7 \pm 4,62$ dengan nilai minimum 15,2 dan nilai maksimum 36,8. Subjek penelitian sudah mewakili semua kategori status gizi. Subjek *underweight* memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit infeksi, sedangkan subjek *overweight* dan obesitas memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit degeneratif.

Frekuensi konsumsi makanan cepat saji juga dipengaruhi oleh status sosial. Status sosial subjek dapat dilihat salah satunya melalui data pekerjaan orang tua. Sebagian besar pekerjaan orang tua subjek adalah swasta yaitu pada 86 subjek (90,5%). Subjek yang mengonsumsi makanan cepat saji sebagian besar memiliki orang tua yang bekerja swasta. Hal ini dikarenakan sebagian besar subjek yang memiliki orang tua swasta, meski

memiliki pengetahuan yang baik, tetap menggunakan uang saku mereka untuk membeli makanan cepat saji sekalipun frekuensinya tidak setiap hari.

Frekuensi konsumsi makanan cepat saji mempengaruhi kecukupan asupan makan subjek. Kecukupan asupan energi, protein, dan lemak subjek digunakan untuk mengetahui perbandingannya dengan AKG. Asupan makan subjek berupa asupan energi, asupan protein, dan asupan lemak. Asupan energi subjek berkisar antara 847 - 4264 kkal/hari. Sebagian besar subjek berada pada kategori kurang yaitu pada 45 subjek (47,4%). Rata-rata asupan energi sebesar 2113 ± 720 kkal/hari. Subjek masih banyak yang belum dapat mencukupi kebutuhan energi karena makanan sumber energi yang dikonsumsi sebagian besar subjek dalam sehari hanya berupa nasi. Selain itu sebagian besar subjek juga tergolong jarang mengonsumsi makanan cepat saji.

Asupan protein subjek berada pada kisaran 28,0 – 184,0 gr/hari dengan rata-rata asupan sebesar $82,47 \pm 36,31$ gr/hari. Sebagian besar subjek berada pada kategori lebih yaitu pada 60 subjek (63,2%). Asupan protein sebagian besar subjek berlebih karena berdasarkan data FFQ hampir setiap hari sebagian besar subjek mengonsumsi telur ayam, tempe, dan tahu. Asupan lemak subjek berkisar antara 31,0 – 289,0 gr/hari dengan rata-rata asupan sebesar $98,4 \pm 44,27$ gr/hari. Subjek terbanyak berada pada kategori kurang yaitu 83 subjek (87,4%). Asupan lemak tergolong kurang karena sebagian besar subjek jarang makan makanan sumber lemak. Selain itu subjek juga jarang minum susu.

2. Variabel penelitian

Variabel dalam penelitian ini antara lain pengetahuan, uang saku, motivasi, promosi, *peer group*, dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Data distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Distribusi frekuensi variabel penelitian

Variabel	Frekuensi (n)	Persen (%)
Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji		
Sangat jarang (1-2x sebulan)	6	6,3

Jarang (1-2x seminggu)	79	83,2
Sering (>3x seminggu)	10	10,5
Pengetahuan		
Baik	74	77,9
Sedang	16	16,8
Kurang	5	5,3
Uang Saku		
Sangat rendah (2500-5000)	13	13,7
Rendah (6000-10000)	55	57,9
Sedang (11000-15000)	13	13,7
Tinggi (16000-20000)	9	9,5
Sangat tinggi (25000-50000)	5	5,3
Peer Group		
Sangat rendah	34	35,8
Rendah	28	29,5
Sedang	20	21,1
Tinggi	11	11,6
Sangat tinggi	2	2,1

2.1 Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji

Frekuensi konsumsi makanan cepat saji subjek terbagi menjadi tiga yaitu sangat jarang (1-2 x sebulan), jarang (1-2x seminggu), dan sering (> 3x seminggu). Subjek terbesar berada pada kategori jarang (1-2x seminggu) yaitu pada 79 subjek (83,2%). Hal ini selain berkaitan dengan jumlah uang saku subjek yang tidak mencukupi untuk membeli makanan cepat saji setiap hari, subjek memang lebih banyak menghabiskan uang sakunya untuk membeli makanan lain seperti nasi rames dan mie goreng.

2.2 Pengetahuan Gizi

Data pengetahuan terbagi menjadi tiga kategori yaitu baik (>80%), sedang (60-80%), dan rendah (<60%). Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa subjek terbesar berada pada kategori baik yaitu 74 subjek (77,9%). Subjek yang berada pada kategori baik sebagian besar jarang mengkonsumsi makanan cepat saji. Namun terdapat 7 subjek dengan kategori baik tetapi sering mengkonsumsi makanan cepat saji. Pengetahuan gizi yang baik belum tentu membuat subjek tidak menyukai makanan cepat saji.

Rata-rata subjek yang berada pada kategori baik yaitu $86,3 \pm$

1,19 % dengan nilai minimum 47% dan nilai maksimum 100%. Sebagian besar subjek memang sudah mengerti tentang makanan mana yang baik dan yang tidak baik. Namun, untuk penerapan dalam kehidupan sehari-hari subjek mengaku masih kesulitan. Hal ini karena subjek justru lebih menyukai makanan yang tidak sehat.

2.3 Uang Saku

Data uang saku subjek menunjukkan bahwa sebagian besar subjek mendapatkan uang saku sebesar Rp. 6000-10000 yaitu pada 55 subjek (57,9%). Meskipun sebagian besar subjek mendapatkan uang saku yang tergolong rendah, tetapi hal tersebut tidak menghalangi subjek untuk mengkonsumsi makanan cepat saji. Uang saku pada sebagian subjek digunakan untuk membeli makanan cepat saji walaupun frekuensinya tidak setiap hari. Selain itu uang saku juga digunakan untuk membeli makanan lain seperti nasi rames, somay, mie goreng, es teh, dan lain-lain.

2.4 Peer group

Sebagian besar subjek yaitu pada 34 subjek (35,8%), diketahui tingkat tergantung pada *peer group*nya sangat rendah. Rata-rata ketergantungan subjek terhadap *peer group*nya berkisar antara $37,6 \pm 22,9\%$. Subjek sudah dapat

memutuskan sendiri makanan apa yang akan mereka makan. Keputusan pemilihan makanan cepat saji pun atas keinginan sendiri tanpa pengaruh orang lain. Hal ini untuk sebagian besar subjek tidak dipengaruhi oleh *peer group* karena tanpa pengaruh atau ajakan dari teman, subjek sudah punya keinginan dan ketertarikan sendiri terhadap makanan cepat saji.

B. Analisis Bivariat

Penelitian ini menggunakan analisis bivariat untuk menganalisis hubungan

antara pengetahuan, uang saku, dan *peer group* dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji.

Pada analisis uji korelasi *Rank Spearman* didapatkan hasil bahwa terdapat korelasi antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan uang saku ($r = 0,279$; $p = 0,006$) yang berupa korelasi positif. Namun tidak ditemukan korelasi antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan pengetahuan ($r = 0,066$; $p = 0,527$), dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan *peer group* ($r = -0,005$; $p = 0,958$).

Tabel 3. Analisis Bivariat Variabel Penelitian dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji

Variabel	Rerata±SD	Minimum	maksimum	r	p
Pengetahuan	86,3±11,9	47	100	0,066	0,527
Jumlah uang saku	11471±6585,5	2500	50000	0,279	0,006
<i>Peer group</i>	37,6 ± 22,9	0	100	-0,005	0,958

*Uji Korelasi *Rank Spearman*

*Bermakna secara statistik ($p < 0,05$)

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna secara statistik antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan pengetahuan maupun *peer group* ($p > 0,05$). Data penelitian menunjukkan rata-rata pengetahuan subjek yaitu sebesar $86,3 \pm 1,19$ % dan sebagian besar berada pada kategori baik. Sedangkan rata-rata subjek tergantung pada *peer group*nya sebesar $37,6 \pm 22,9$ %. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriyana bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan faktor perilaku lain (faktor predisposing (pengetahuan) dan penguat (dukungan keluarga dan teman)).² Serta sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan siswa, sikap, iklan, dan peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji siswa LBPP-LIA.¹⁹ Namun hasil penelitian ini tidak sesuai 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.²⁰

Hasil penelitian ini terjadi karena penyebab tingginya frekuensi konsumsi makanan cepat saji tiap orang berbeda-beda. Pengetahuan gizi yang tinggi belum dapat dijadikan ukuran kesadaran seseorang mengikuti pola makan sehat

dan gizi seimbang termasuk keputusan untuk mengkonsumsi makanan cepat saji. Selain itu subjek sudah dapat memutuskan sendiri makanan apa yang ingin mereka makan tanpa harus tergantung atau mengikuti pendapat orang lain termasuk pendapat teman sebaya. Keputusan mengkonsumsi suatu makanan biasanya dipengaruhi faktor kesukaan dan besarnya uang saku.

Variabel lain yang diteliti dalam penelitian ini adalah jumlah uang saku. Rata-rata uang saku subjek per hari yaitu sebesar $11471 \pm 6585,5$. Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa korelasi frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan uang saku memiliki hubungan yang bermakna secara statistik ($p < 0,05$). Hal ini sesuai dengan penelitian Novasari yang menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara uang saku dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji.¹⁹ Namun hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian Mulyasari yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara besar uang saku dengan frekuensi konsumsi *western fast food* pada remaja.²¹

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa uang saku berhubungan dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji yaitu semakin tinggi uang saku maka semakin tinggi frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Hal ini terjadi karena subjek yang mendapatkan uang saku yang

cukup, menggunakan uangnya untuk membeli makanan cepat saji.

Berdasarkan pengambilan data melalui FGD (*focus group discussion*), sebagian besar subjek memilih makanan cepat saji karena anggapan lebih praktis dan tertarik untuk mencoba rasanya. Ketertarikan tersebut timbul ketika melihat kemasan dan penampilan makanan cepat saji. Selain itu sebagian besar subjek mendapatkan informasi tentang makanan cepat saji melalui iklan televisi. Televisi memiliki peran sangat penting karena seluruh subjek menonton televisi setiap hari. Tingkat keseringan sebagian besar subjek menonton iklan makanan cepat saji di televisi yaitu sebanyak 1-3 kali tiap hari. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Khotimah bahwa motivasi mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yaitu karena ingin tahu rasa makanan dan karena pengaruh iklan.⁹

KETERBATASAN PENELITIAN

Pengambilan data penelitian ini menggunakan kuesioner yang mengandalkan daya ingat sehingga terdapat bias.

SIMPULAN

Uang saku ($p=0,006$) lebih menentukan frekuensi konsumsi makanan cepat saji daripada pengetahuan dan *peer group*. Konsumsi makanan cepat saji dipengaruhi oleh faktor praktis dan ingin mencoba rasanya serta iklan televisi. Obesitas pada remaja putri belum tentu disebabkan oleh makanan cepat saji.

SARAN

Pengetahuan gizi penting bagi anak sekolah karena bertujuan untuk mengubah sikap dan timbulnya kesadaran untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi dan hidup sehat. Penggunaan uang saku yang tidak tepat yaitu untuk jajan makanan yang tidak sehat seperti makanan cepat saji. Oleh karena itu, Sekolah perlu memberikan edukasi lebih lanjut mengenai dampak dari konsumsi makanan cepat saji bagi kesehatan tubuh dan pentingnya penggunaan uang saku untuk hal lain yang lebih bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Jakicic JM, Otto AD. Physical activity considerations for the treatment and prevention of obesity. *Am J Clin Nutr* 2005;82: Suppl 226-9.
2. Adisti Fitriyana Andar Nusa. Hubungan Faktor Perilaku, Frekuensi Konsumsi Fast Food, Diet dan

- Genetik dengan Grade Obesitas (Skripsi). Surabaya: FKM Unair; 2011.
3. Bowman SA, Vinyard BT. Fast Food Consumption of U.S. Adults: Impact on Energy and Nutrient Intakes and Overweight Status. *Journal of the American College of Nutrition* 2004;23: 163-8.
4. Schmidt M, et al. Fast-Food Intake and Diet Quality in Black and White Girls. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2005 Jul, 159: 626-31.
5. Austin SB, Melly SJ, Sanchez BN, Patel A, Buka S, Gortmaker SL. Clustering of Fast-Food Restaurants Around Schools: A Novel Application of Spatial Statistics to the Study of Food Environments. *American Journal of Public Health* 2005 Sept, 95 (9): 1575-81.
6. Esi Emilia. Pengetahuan, sikap, dan praktik gizi pada remaja dan implikasinya pada sosialisasi perilaku hidup sehat. Media pendidikan gizi dan kuliner 2009 Okt.
7. Sediaoetama, A. D. 2002. Ilmu Gizi jilid 1. Dian Rakyat. Jakarta.
8. Jackson B, et al. Motivation to Eat: Scale Development and Validation. *Journal of Research in Personality* 2003;37: 297-318
9. Husnul Khotimah. Persepsi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang terhadap Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) (Skripsi). Malang: UMM; 2004.
10. French SA, Story M, Neumark-Sztainer D, Fulkerson JA, and Hannan P. Fast Food Restaurant Use among Adolescents: Associations with Nutrient Intake, Food Choices and Behavioral and Psychosocial Variables. *International Journal of Obesity*. 2001; 25: 1823-33.
11. Elsa Frida Tarigan. Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*). Medan: Fkm Usu; 2012.
12. Fortin B, Yazbeck M. Peer effects, fast food consumption and adolescent weight gain. Montreal: scientific series; 2011
13. G. Virgianto. Konsumsi Fast Food sebagai Faktor Risiko Terjadinya Obesitas pada Remaja Usia 15-17 Tahun (Studi Kasus di SMU N 3 Semarang) (Skripsi). Semarang: Undip; 2005.
14. Khomsiyah Kartika Dewi. Pola Konsumsi Fast Food dan Status Gizi Remaja Pengunjung Beberapa Restoran Fast Food di Semarang (Skripsi). Semarang: FKM Undip; 1998.
15. Azanza MPV. Food consumption and buying patterns of students from a Philippine university fastfood mall. *International Journal of Food Sciences and Nutrition* 2001;52: 515-20.
16. Holiday TJ and Kwak S. Weight Gain in Adolescents and Their Peers. *Economics and human biology*. 2009 July, 2 (7): 181-90.

17. Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2002.p.106-14
18. Santrock JW. Adolescence, edisi 6. Jakarta: Penerbit Erlangga; 2003.p.552
19. Tri Novasari. Analisis Perilaku Siswa Lembaga Bahasa dan Pendidikan Profesional Lia (Lbpp-Lia) dalam Mengonsumsi Makanan Cepat Saji di Palembang. Palembang: 2009.
20. 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.
21. 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). Semarang: Undip; 2007.