

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN POLA KONSUMSINYA PADA MAHASISWA TINGKAT II AKPER PANTI KOSALA SURAKARTA

Budi Santoso¹, Viona Velania²

Abstract

Fast food is type of food that prepared and served quickly so it does not take a long time to consume. This food is very popular with young people. Most of the nutritional contents, including high-calorie, high-fat / cholesterol, high in salt and low in fiber, have an impact on obesity and other long-term health risks. Students (year II) of the Academy of Nursing (AKPER) Panti Kosala Surakarta as respondents in this study, their average age: 19.68 year-old. The pattern of food consumption is influenced typically by the behavior of the teenagers, often their eating times were not regularly and prefer to dine outdoors with friends.

This analytic study with cross sectional approach aims to analyze the correlation of the level of their knowledge about fast food and their consumption pattern at the 103 year II students (female: 80 and male :23) AKPER Panti Kosala Surakarta as respondents (population: 138 students).

Results of this study were presented in frequency distribution tables and the correlation between variables were analyzed using Pearson correlation test with $\alpha = 5\%$ (0.05). The results show there is no significant correlation ($p = 0.441$) between the level of knowledge and fast food consumption patterns at the year II students of AKPER Panti Kosala Surakarta.

Keywords: fast food, level of knowledge, consumption pattern

PENDAHULUAN

Makanan cepat saji (*fast food*) sering disamakan dengan makanan 'sampah' (*junk food*) yang berlimpah kalori dan lemak, namun kandungan gizi dan seratnya sangat rendah. Makanan jenis ini semakin disukai masyarakat modern, yang kemudian menjadi masalah nasional, yakni meningkatkan jumlah orang yang kegemukan (Sari, 2008). Dan dampak kegemukan terhadap kesehatan yang menyertainya, seperti: hipertensi, penyakit jantung, diabetes melitus (Scofield dan Mullainathan, 2008). Tidak hanya hal tersebut bahkan menurut Wibulpolprasert (2008) dapat juga menyebabkan kanker. Hasil penelitian Damopolii, Mayulu dan Masi (2013), mendapatkan hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dan kejadian

obesitas pada 68 anak Sekolah Dasar di kota Manado (nilai $p = 0.024$). Perilaku khas remaja, seperti: waktu makan yang tidak teratur, tergesa-gesa sehingga jarang sarapan dan lebih senang makan di luar rumah bersama teman-temannya, serta lebih menyukai makanan yang kurang bergizi (Proverawati dan Wati, 2001). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan meliputi faktor internal, seperti : rasa lapar, nafsu makan, pantangan, kesukaan, emosi, dan tipe kepribadian dan faktor eksternal, seperti: budaya, agama, keputusan etis, ekonomi, norma sosial, pendidikan dan informasi yang diperoleh (Barasi, 2007). Sedangkan Seubsman, *et al* (2009), menyatakan tiga faktor psikososial

yang berpengaruh dalam pemilihan makanan pada remaja, yakni: gaya hidup modern, acara-acara sosial di restoran makanan cepat saji dan pemasaran yang gencar terutama melalui media televisi. Mahasiswa Akademi Keperawatan Panti Kosala Surakarta tingkat II (sebagai responden) pernah mendapatkan pembelajaran mengenai gizi dan keterkaitannya dengan kesehatan, namun dalam pola konsumsinya juga dipengaruhi oleh perilaku khas mereka sebagai remaja dan lebih menyukai makanan cepat saji yang dianggap lebih praktis/efisien dari segi waktu, biaya, mudah didapat, dan rasa yang bisa menambah selera makan. Tingkat pengetahuan mempunyai enam tingkatan (dari terendah sampai tertinggi), yakni : mengetahui, memahami, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi, yang dapat diukur dengan menanyakan isi materi yang akan diukur dari responden ke dalam pengetahuan yang ingin diketahui sesuai tingkat pengetahuannya (Fitriani, 2011). Dari latar belakang di atas maka Peneliti ingin mengetahui hubungan tingkat pengetahuan responden tentang makanan cepat saji dengan pola konsumsi makanan cepat saji melalui analisis pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner yang dijawab responden.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan pola konsumsi makanan cepat saji, dengan tujuan khusus untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang makanan cepat saji dan pola konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa tingkat II AKPER Panti Kosala Surakarta.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian korelatif dengan desain penelitian

korelasi *Pearson* dan pendekatan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan/korelasi tingkat pengetahuan responden sebagai variabel bebas dan pola konsumsi makanan cepat saji responden sebagai variabel terikat. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang diisi oleh responden, untuk mengetahui tingkat pengetahuan (tinggi, sedang atau rendah) dan pola konsumsi makanan cepat saji (sering atau jarang).

POPULASI, SAMPEL, DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa AKPER Panti Kosala Surakarta tingkat II (138 mahasiswa). Sampel dalam penelitian ini adalah 103 mahasiswa AKPER Panti Kosala Surakarta tingkat II, yang diperoleh berdasarkan tabel Krecjie. Sedangkan teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* dengan memilih sampel dari populasi yang ada secara acak.

HASIL PENELITIAN

1. Tingkat Pengetahuan.

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi
Tingkat Pengetahuan Mahasiswa
tentang Makanan Cepat Saji

Tingkat Pengetahuan	f	%
Tinggi	100	97.09
Sedang	3	2.91
Rendah	0	0
Jumlah	103	100

Dari 103 responden didapatkan hampir semuanya (97.09%) mampu menjawab 14 atau lebih pertanyaan dengan benar dari 20 pertanyaan tentang makanan cepat saji yang diajukan atau dalam kategori tingkat pengetahuan tinggi.

2. Pola Konsumsi

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Pola Konsumsi	f	%
Sering	57	55.34
Jarang	46	44.66
Jumlah	103	100

Dari 103 responden didapatkan lebih dari separuhnya (55.34%) dalam kategori sering, yakni mengkonsumsi makanan cepat saji lebih dari tiga kali dalam sebulan.

3. Analisis *Univariat* Usia Responden

Tabel 3.
Usia Mahasiswa

Responden	103
Mean	19.68
Median	20
Modus	20
Standar Deviasi	0.717

Dalam penelitian ini usia 103 responden antara 18-22 tahun, terbanyak usia 20 tahun (56.3%) dan 19 tahun (33%), dengan rata-rata usia adalah 19,68 tahun, kemudian nilai tengahnya 20 tahun, nilai yang paling sering muncul 20 dan untuk standar deviasinya 0.717 tahun.

4. Hasil Tabulasi Silang Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi

Tabel 4.
Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi

Tingkat Pengetahuan	Pola Konsumsi		Total
	Sering	Jarang	
Tinggi	57	43	100
Sedang	1	2	3
Rendah	0	0	0
Jumlah	58	45	103

Dari tabel di atas diperoleh hasil bahwa mayoritas responden yaitu 57 mahasiswa dengan kategori tingkat pengetahuan tinggi dan pola konsumsinya sering (lebih dari 3 kali sebulan), sedangkan 43 responden dengan kategori tingkat pengetahuan tinggi, pola konsumsinya termasuk kategori jarang.

5. Analisis *Bivariat*

Tabel 5.
Analisis Bivariat Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

		Tingkat Pengetahuan	Pola Konsumsi
Tingkat Pengetahuan	<i>Pearson Correlation</i>	1	0.077
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0.441
	N	103	103
Pola Konsumsi	<i>Pearson Correlation</i>	0.077	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0.441	
	N	103	103

Dari hasil uji korelasi *Pearson* program SPSS for Windows Seri 18 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh p sebesar 0.441 sehingga nilai $p > 0.05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang makanan cepat saji dengan pola konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa tingkat II AKPER Panti Kosala Surakarta.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan tentang Makanan Cepat Saji

Tingginya tingkat pengetahuan responden tentang makanan cepat saji (97.09%) pada penelitian ini, kemungkinan dipengaruhi faktor pendidikan responden (mahasiswa tingkat II Akademi Keperawatan Panti Kosala Surakarta), yang tentunya sudah mendapatkan berbagai

informasi tentang kesehatan, termasuk yang terkait dengan makanan cepat saji. Hasil ini juga sesuai dengan penelitian Makki dan Hamdan (2016) pada 248 siswa Sekolah Lanjutan Tingkat Atas di kota Hail Saudi Arabia, yang mendapatkan 92% responden mengetahui tentang makna makanan cepat saji. Hasil penelitian Widyantara (2013), pada 125 mahasiswa Fakultas Kedokteran tingkat pertama Universitas Lampung, mendapatkan hasil yang sedikit berbeda (lebih rendah), yakni hanya 55.3% yang berpengetahuan gizi baik (terkait makanan cepat saji). Seubsman, *et al* (2009), mendapatkan hampir 75% responden mengetahui tingginya kandungan kalori pada makanan cepat saji terkait dengan risiko obesitas, dan hampir separuhnya mengetahui kaitannya dengan risiko hipertensi dan hiperkolesterolemia, walaupun hanya sepertiganya yang sudah mengetahui kaitannya dengan risiko penyakit jantung.

2. Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Dalam penelitian ini dibuat kategori pola konsumsi dianggap sering bila lebih dari tiga kali dalam sebulan mengonsumsi makanan cepat saji. Hasilnya menunjukkan lebih dari separuhnya (55.34%) dalam kategori sering mengonsumsi makanan cepat saji, yang sesuai dengan batasannya merupakan makanan yang praktis dan tidak membutuhkan waktu lama/efisien untuk mengkonsumsinya. Hasil tersebut hampir sama dengan hasil penelitian Widyantara (2013), yang mendapatkan 58.4% responden sering (sekali seminggu atau lebih) mengonsumsi makanan cepat saji, sedangkan penelitian Makki

dan Hamdan (2016), mendapatkan 43.1% responden yang hanya sekali dalam seminggu dan 50.3% responden lebih dari sekali dalam seminggu mengunjungi restoran cepat saji. Berbeda dengan kategori frekuensi yang dibuat dalam penelitian Lindra, Fridayati, dan Holinesti (2006), dimana 81.5% responden termasuk dalam tingkat rendah (1-2 kali dalam seminggu).

3. Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Pola konsumsi terkait dengan perilaku khas remaja yang waktu makannya sering masih tidak teratur dan lebih menyukai makan makanan cepat saji di luar rumah bersama teman-temannya (Proverawati dan Wati, 2011; Makki dan Hamdan, 2016). Selain itu, keputusan dalam pemilihan pola makan/konsumsi pada remaja juga dipengaruhi faktor internal (fisiologis, psikologis dan tipe kepribadian) dan faktor eksternal seperti pendidikan kesehatan dan media/periklanan atau informasi yang diperoleh (Barasi, 2007; Seubsman, *et al.*, 2009). Dalam penelitian ini didapatkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan responden dengan pola konsumsi makanan cepat saji ($p = 0.441$). Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Makki dan Hamdan (2016), yang mendapatkan bahwa pengetahuan tentang makanan cepat saji tidak berpengaruh pada frekuensi kunjungan responden ke restoran makanan cepat saji. Begitu pula dengan penelitian Widyantara (2013), yang mendapatkan pengetahuan gizi yang baik (55.3%) namun kebiasaan makan makanan cepat saji juga sering (58.4%).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian pada 103 responden didapatkan rerata usia 19.68 tahun, 97.09% tingkat pengetahuannya tinggi, 55.34% pola konsumsinya sering dan setelah dilakukan uji korelasi *Pearson* dengan program SPSS for Windows Seri 18 dengan $\alpha = 5\%$ (0.05) diperoleh p sebesar 0.441 (nilai $p > 0.05$), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan bermakna tingkat pengetahuan tentang makanan cepat saji dengan pola konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa tingkat II AKPER Panti Kosala Surakarta.

SARAN

1. Disarankan bagi institusi pendidikan yang mempunyai murid atau mahasiswa usia remaja untuk memberikan pendidikan kesehatan lebih lanjut tentang kandungan makanan cepat saji dan dampak/risiko jangka panjang terhadap kesehatan yang dapat ditimbulkannya.
2. Disarankan bagi pihak penyedia makanan cepat saji lebih peduli dalam mensubstitusi dan memperkaya kandungan gizinya seperti : lebih rendah kalori, lebih rendah lemak/kolesterol, lebih tinggi serat, dan lain-lain, sehingga menjadikannya lebih aman/sehat dikonsumsi baik untuk jangka pendek maupun jangka panjang.
3. Disarankan bagi pemangku kebijakan agar mengatur kebijakan ataupun regulasi dalam menyikapi semakin terbuka lebarnya akses informasi dan teknologi, termasuk dalam kehidupan sosial ekonomi, yang dapat mempengaruhi kehidupan remaja dalam pemilihan jenis makanan yang lebih sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Barasi, M.E. 2007. *At A Glance : Ilmu Gizi*. Erlangga, Jakarta.
- Damopolii, W., N. Mayulu dan G. Masi. 2013. "Hubungan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Anak SD di Kota Manado." URL: <http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/2250/1807>. Volume 1. Nomor 1. Manado. Diakses tanggal 16 September 2016.
- Fitriani, S. 2011. *Promosi Kesehatan*. Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Lindra, M., L. Fridayati dan R. Holinesti. 2016. "Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi KFC Mahasiswa Pendidikan Tata Boga Universitas Negeri Padang." URL: ejurnal.unp.ac.id/. Volume 12. Padang. Diakses pada tanggal 6 Desember 2016.
- Makki, A.W. dan Hamdan, H.E., 2016. "Knowledge Attitude and Practices of High Secondary Schools Students towards Fast Food in Hail City-Saudi Arabia." *International Journal of Innovative Research and Development Volume 5*, Hail City-Saudi Arabia.
- Proverawati, A. dan K.E. Wati. 2010. *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Sari, R.W. 2008. *Dangerous Junk Food*. URL: https://books.google.co.id/books?id=RNEU-aWSE0ACdanpg=PA1dansource=gbs_toc_rdancad=4#v=onepagedandandf=false. Diakses pada tanggal 6 Desember 2016.
- Scofield, H. dan S. Mullainathan. 2008. "The psychology of nutrition messages." *Advances in Health Economics and*

Health Services Research,
vol.19.

- Seubsman, S., M. Kelly, P. Yuthapornpinit dan A. Sieigh. 2009. *Cultural resistance to fast-food consumption ? A study of youth in North Eastern Thailand*. *Int J Consum Stud*, November 33(6) : 669-675. *North Eastern Thailand*.
- Widyantara, K.I.S. 2013. *Hubungan Kebiasaan Makan Makanan Cepat Saji (fast food), Aktivitas Fisik dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa FK Unila angkatan 2013*. URL: <http://jukeunila.com/wp-content/uploads/2016/05/10-Komang-Indra.pdf>. Diakses pada tanggal 6 Desember 2016.
- Wibulpolprasert, S. 2008. *Thailand Health Profile 2005–2007*. Bureau of Policy and Strategy, Ministry of Public Health; Bangkok, Thailand.

¹ Dosen AKPER Panti Kosala
Surakarta

² Mahasiswa AKPER Panti Kosala
Surakarta