

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI MINUMAN RINGAN BERKARBONASI PADA SISWA DI SMP TRISOKO JAKARTA TAHUN 2021

Lastri Yulinar¹, Parlin Dwiyana², I Made Winarta³

^{1,2,3} Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence author: lastriyulinar12@gmail.com

ABSTRAK

Tingkat konsumsi minuman ringan berkarbonasi di Indonesia selalu mengalami kenaikan setiap tahunnya, lonjakan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada tahun 2010 sampai tahun 2014 mencapai 85,6%. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada siswa di SMP Trisoko Jakarta tahun 2021. Jenis penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan desain studi cross sectional. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner dan wawancara menggunakan formulir FFQ. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan sampel berjumlah 153 responden dan dianalisis menggunakan uji chi-square. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara teman sebaya (p-value = 0,039), keluarga (p-value 0,034), media massa (p-value 0,035) dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi. Adanya upaya edukasi mengenai kesehatan dan gizi yang perlu dilakukan pihak sekolah untuk meningkatkan kesadaran siswa dalam pemilihan makanan dan minuman yang lebih sehat dan bergizi.

Kata Kunci: Minuman Berkarbonasi, Teman Sebaya, Keluarga, Media Massa

PENDAHULUAN

Minuman bersoda merupakan minuman non alkohol yang mengandung soda, biasa disebut dengan minuman ringan berkarbonasi. Remaja memiliki karakteristik selalu ingin mencoba hal yang baru, karakteristik tersebut menginspirasi para produsen makanan dalam membuat makanan dan minuman yang menyegarkan, salah satunya merupakan minuman ringan (Skriptiana, 2009).

Mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi memberikan dampak yang kurang baik bagi kesehatan yaitu menyebabkan berat badan bertambah, obesitas serta beresiko terhadap diabetes mellitus tipe dua, serangan jantung, kanker dan stroke. (Mutaqin, 2018).

Pada studi yang dilakukan di Arab Saudi menunjukkan bahwa konsumsi minuman ringan berkarbonasi atau minuman bersoda menyumbang proporsi terbesar pada anak dan remaja dengan frekuensi rata-rata 3 kali per hari (Jahra, 2019). Konsumsi minuman ringan berkarbonasi di Malaysia tahun 2012 sebanyak 31,2% remaja berusia 12-15 tahun mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi setidaknya 1 kali dalam sehari (Yang *et al*, 2017).

Hasil survei yang dilakukan oleh lembaga Nusaresearch pada tahun (2014) di Indonesia, sebesar 30,7% remaja dengan usia lebih dari 17 tahun setidaknya 2-3 kali dalam seminggu mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi pada 3 bulan terakhir, dan sebanyak 18,5% yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi lebih dari 3 kali seminggu pada 3 bulan terakhir.

Proporsi kebiasaan konsumsi soft drink atau minuman berkarbonasi pada penduduk usia ≥ 3 tahun di provinsi DKI Jakarta sebanyak 9,8% mempunyai kebiasaan konsumsi minuman berkarbonasi 1-6 kali per minggu (RISKESDAS, 2018).

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap 30 siswa SMP Trisoko Jakarta yang terdiri dari kelas 7 dan kelas 8. Terdapat 18 siswa mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dalam kategori sering (60%) dan 12 siswa mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dalam kategori jarang (40%) dalam jangka waktu satu bulan terakhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada siswa di SMP Trisoko Jakarta tahun 2021.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi SMP Trisoko yang terdiri dari kelas VII dan VIII berjumlah 153 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi SMP Trisoko yang terdiri dari kelas VII dan VIII berjumlah 153 siswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan teknik total sampling.

Pengambilan data primer dilakukan dengan mengisi kuesioner melalui google formulir serta wawancara FFQ melalui Whatsapp. Pengumpulan data sekunder mengenai gambaran umum Sekolah SMP Trisoko diperoleh berdasarkan keterangan kepala sekolah dan website resmi sekolah.

Penyajian hasil data univariat ditampilkan dalam bentuk deskriptif dengan tabel frekuensi. Data diuji secara statistik menggunakan uji *Chi-square*, karena variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) pada penelitian ini merupakan data kategorik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden mengonsumsi minuman berkarbonasi dengan frekuensi sering adalah perempuan dengan jumlah 41 responden (53,9%). Berbeda dengan konsumsi dengan kategori jarang sebanyak 38 responden (49,4%) berjenis kelamin laki-laki.

Hasil uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi ($p=0,080$). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Hardi (2010) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi.

Masa remaja merupakan masa peralihan pada masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada masa ini remaja mulai mencari identitas diri, sehingga dapat mengalami beberapa perubahan dalam berbagai aspek kehidupan remaja. Seiring dengan perubahan tersebut, pada usia remaja terbentuk pola konsumsi yang dapat berkembang menjadi perilaku konsumtif (Sanjani, 2018).

Tabel 1. Distribusi Silang Konsumsi Minuman Ringan Berkarbonasi Dengan Variabel Yang Diteliti Di SMP Trisoko Jakarta Tahun 2021

Variabel	Frekuensi Konsumsi Minuman Berkarbonasi				Total	P value
	Sering		Jarang			
	n	%	n	%		
Jenis Kelamin						
Laki-laki	39	50,6	38	49,4	77	0,080
Perempuan	41	53,9	35	46,1	76	
Uang Saku						
Tinggi	28	47,5	31	52,5	59	0,435
Rendah	52	55,3	42	44,7	94	
Pengetahuan						
Kurang	19	46,3	22	53,7	41	0,479
Baik	61	54,5	51	45,5	112	
Teman Sebaya						
Ada pengaruh	44	62	27	38	67	0,039
Tidak ada pengaruh	36	43,9	46	56,1	86	
Keluarga						
Ada pengaruh	53	60,2	35	39,8	88	0,034
Tidak ada pengaruh	27	41,5	38	58,5	65	
Media Massa						
Ada pengaruh	42	62,7	25	37,3	67	0,035
Tidak ada pengaruh	38	44,2	48	55,8	86	

*P-value <0,05, perbedaan signifikan

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui, bahwa responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori sering sebanyak 55,3% memiliki uang saku yang rendah (52 responden) dan responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori jarang sebanyak 52,5% memiliki uang saku tinggi (31 responden).

Hasil uji statistic *chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan konsumsi minuman berkarbonasi ($p = 0,435$). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Safriani (2014)⁹ pada siswa SMA di Bogor yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara uang saku dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi.

Hubungan antara konsumsi dan uang saku yaitu konsumsi dapat muncul jika seseorang mempunyai uang yang dapat dibelanjakan termasuk dalam membeli minuman ringan berkarbonasi. Uang saku yang didapat setiap responden dalam penelitian ini berbeda-beda, uang saku terendah yaitu Rp.5.000 dan uang saku tertinggi yaitu Rp.50.000.

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori sering sebanyak 54,5% memiliki pengetahuan gizi baik (61 responden) dan responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori jarang sebanyak 53,7% memiliki pengetahuan gizi kurang (22 responden).

Hasil uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi ($p=0,479$). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safriani (2014) yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi.

Hal ini menunjukkan walaupun responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai minuman ringan berkarbonasi belum tentu responden tidak sering mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi, baik mengonsumsi dengan jumlah yang kecil maupun dengan jumlah besar. Menurut Gibney (2005) dalam Safriani (2014) pengetahuan bukanlah satu-satunya faktor yang dapat menentukan dalam hal pemilihan makanan atau minuman. Seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik terhadap suatu makanan belum tentu akan mengonsumsi makanan tersebut. Terdapat faktor lain yang bisa menentukan dalam masalah pemilihan suatu makanan, salah satunya adalah cita rasa. Respon awal yang biasa diperlihatkan konsumen terhadap alasan mengapa mereka memilih suatu jenis makanan tertentu ialah karena menyukai cita rasanya.

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori sering sebanyak 62% ada pengaruh dari teman sebaya (44 responden) dan responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori jarang sebanyak 56,1% tidak ada pengaruh teman sebaya (46 responden).

Hasil uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara teman sebaya dengan konsumsi minuman berkarbonasi ($p=0,039$). Hal ini sejalan dengan penelitian Dewi (2017)¹⁰ yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara teman sebaya dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi. Peneliti berasumsi bahwa teman sebaya mempunyai pengaruh atau berperan dalam menentukan jenis makanan ataupun minuman yang akan dikonsumsi, hal ini dapat dilihat sebanyak 62% responden dalam penelitian ini yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan frekuensi sering terdapat pengaruh dari teman sebaya.

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi minuman berkarbonasi dengan kategori sering sebanyak 60,2% ada pengaruh keluarga (53 responden) dan responden yang mengonsumsi minuman berkarbonasi dengan kategori jarang sebanyak 58,5% tidak ada pengaruh keluarga (38 responden).

Hasil uji statistic *chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keluarga dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi ($p=0,034$). Penelitian ini tidak sejalan dengan Fauzia (2012) yang menunjukkan ada tidak hubungan yang signifikan antara keluarga dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi.

Pemilihan pada makanan maupun minuman dalam suatu keluarga didasarkan pada perilaku meniru dari kedua orang tuanya sehingga kesukaan akan suatu makanan dapat berubah hanya karena melihat perilaku dari kebiasaan orang tua, adik ataupun kakak (Rahma dkk, 2020).

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori sering sebanyak 62,7% ada pengaruh dari media massa (42 responden) dan responden yang mengonsumsi minuman ringan berkarbonasi dengan kategori jarang sebanyak 55,8% tidak ada pengaruh media massa (48 responden).

Hasil uji statistic *chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara media massa dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi ($p=0,035$). Hal ini sejalan dengan penelitian Alhidayanti, dkk (2016) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara media massa dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi.

Paparan media massa mempunyai pengaruh terhadap sikap seseorang dalam memilih makanan dan minuman tertentu. Pada penelitian ini sebanyak 84,3% responden melihat iklan mengenai minuman ringan berkarbonasi dari media televisi (129 responden) dibandingkan media massa lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa gencarnya layanan iklan yang menawarkan produk minuman berkarbonasi. Iklan dibutuhkan untuk menyebarluaskan informasi mengenai produk makanan sehingga audiens atau konsumen akan terus mengikuti perkembangan manfaat dan popularitas sebuah produk (Liliweri, 2007).

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara teman sebaya, keluarga, media massa dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada siswa di SMP Trisoko Jakarta tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Skriptiana, N. R. (2009). *Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Teman Sebaya, Media Massa dan Faktor Lain Dengan Minuman Ringan Berkarbonasi Pada Siswa-Siswi SMPIT Nurul Fikri tahun 2009*. Skripsi, Universitas Indonesia, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Depok.
- Mutaqin, Z. Z. (2018). Dinamika Aspek Kesehatan dan Ekonomi Dalam Kebijakan Pengendalian Minuman Berkarbonasi di Indonesia. *Quality Jurnal Kesehatan, Vol 1*, 26-37.
- Jahra, W. A. (2019). *Pengaruh Pemberian Minuman Ringan Berkarbonasi Terhadap Perubahan Histopatologi Lambung Tikus Putih (Rattus norvegicus) Jantan Galur*

- Sparague dawley*. Skripsi, Universitas Lampung, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Bandar Lampung.
- Yang, L., Bovet, P., Liu, Y., Zhao, M., Ma, C., Liang, Y., et al. (2017). Consumption of Carbonated Soft Drinks Among Young Adolescents Aged 12 to 15 Years in 53 Low- and Middle-Income Countries. *AJPH Research, Vol 107*, 1095-1100.
- Nusaresearch. (2014). *Report Of Soft drink Consumption Habits In Indonesia*. Indonesia.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Hardi. (2010). *Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Tingkat Konsumsi Soft Drink Pada Siswa kelas XI SMA Sutomo I Medan Tahun 2010*. Universitas Sumatra Utara, Fakultas Kedokteran, Medan.
- Safriani, F. (2014). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Minuman Ringan (Soft Drink) Pada Siswa SMA Di Bogor*. Institut Pertanian Bogor, Departemen Gizi masyarakat Fakultas Ekologi Manusia, Bogor.
- Dewi, C. R. (2017). *Faktor Determinan Jumlah Konsumsi Soft Drink Per hari Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di Pedesaan*. Skripsi, Universitas Diponegoro, Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Semarang.
- Fauzia, A. (2012). *Hubungan Antara Faktor Individu Dan Faktor Lingkungan Dengan Kebiasaan Konsumsi Minuman Bersoda Pada Siswa SMP Islam PB Soedirman Jakarta Timur Tahun 2012*. Skripsi, Universitas Indonesia, Program Studi Ilmu Gizi, Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Depok.
- Alhidayanti, Nurhapipa, & Putri, R. (2016). Relationship Of Adolescents Behavior To Consumption Of Soft Drinks In SMPN 5 Pekanbaru Year 2016. *Jurnal Photon, Vol 7*, 53-60.