

# Perbedaan Proporsi Konsumsi Sugar-Sweetened Beverages (SSB) berdasarkan Faktor Individu dan Faktor Lingkungan pada Mahasiswa FKM UI Tahun 2023 = The Difference of Sugar-Sweetened Beverages Consumption Based on Individual and Environmental Factor of FKM UI Students in 2023

Safira Diva Aranis, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920527266&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Sugar-Sweetened Beverages (SSB) atau biasa dikenal sebagai minuman berpemanis merupakan minuman yang mengandung gula tambahan. Konsumsi SSB yang berlebihan dapat berdampak pada kesehatan. Beberapa dampak yang ditimbulkan SSB adalah obesitas, fatty liver, diabetes tipe II, hipertensi, penyakit jantung, defisiensi zat gizi, dan karies gigi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan proporsi konsumsi Sugar-Sweetened Beverages berdasarkan faktor individu dan faktor lingkungan pada mahasiswa FKM UI tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional dengan jumlah sampel sebanyak 194 orang. Data diambil melalui pengisian kuesioner online secara mandiri oleh responden. Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 58,8% mahasiswa FKM UI mengonsumsi SSB tingkat tinggi yaitu 6 kali/minggu. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan proporsi yang signifikan antara pengetahuan terkait label informasi nilai gizi, efikasi diri, tingkat stres, dan ketersediaan SSB di tempat tinggal dengan konsumsi SSB. Peneliti menyarankan kepada mahasiswa untuk membatasi asupan SSB agar tidak berlebihan dengan memilih alternatif minuman lainnya.

.....Sugar-Sweetened Beverages (SSB) are beverages that contain added sugars. Excessive consumption of SSB can have an impact on health. Some of the effects caused by SSB include obesity, fatty liver, type II diabetes, hypertension, heart disease, nutritional deficiencies, and dental caries. The aim of this research is to determine the differences in the proportion of Sugar-Sweetened Beverages consumption based on individual and environmental factors among students of the FKM UI in 2023. This study uses a cross-sectional study design with a sample size of 194 individuals. Data was collected through self-administered online questionnaires completed by the respondents. The results indicate that 58.8% of FKM UI students consume SSB at a high level, which means they consume SSB six or more times per week. The bivariate analysis shows a significant difference in proportions between knowledge related to nutrition information labels, self-efficacy, stress levels, and the availability of SSB at home with SSB consumption. The researcher suggests that students limit their SSB intake to avoid excessive consumption by choosing alternative beverages instead.