

Perbedaan Proporsi Konsumsi Ultra-Processed Food Berdasarkan Karakteristik Individu dan Faktor Lainnya pada Mahasiswa S1 Non-Kesehatan Universitas Indonesia Tahun 2023 = The Difference of Ultra-Processed Food Consumption Based on Individual Characteristics and Other Factors Among Non-Health Undergraduate Students in Universitas Indonesia in 2023

Adeline Vashtianada, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920527897&lokasi=lokal>

Abstrak

Ultra-processed food/UPF merupakan produk yang melalui serangkaian teknik dan proses industri serta memiliki nilai zat gizi yang rendah. Apabila dikonsumsi secara berlebihan, UPF dapat meningkatkan risiko berat badan lebih dan obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan proporsi konsumsi UPF berdasarkan karakteristik individu, faktor lingkungan, dan faktor gaya hidup pada mahasiswa S1 non-kesehatan Universitas Indonesia tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan jumlah sampel sebanyak 149 sampel. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner online yang diisi secara mandiri. Data yang diperoleh akan dianalisis secara univariat dan bivariat (chi-square). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 50,3% mahasiswa mengonsumsi UPF tingkat tinggi. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan proporsi yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dan akses terhadap UPF dengan tingkat konsumsi UPF. Peneliti menyarankan mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran terkait pemilihan makanan dan minuman serta menjadi penggerak dalam lingkungan teman sebaya terkait hal tersebut. Pihak Universitas Indonesia dapat memberikan edukasi dan membuat ketentuan terkait UPF dan konsumsi makanan sehat kepada mahasiswa. Pemangku kebijakan dapat meningkatkan dalam penyampaian pesan kesehatan, mendukung lembaga pendidikan, dan mendukung penelitian terkait pola makan mahasiswa dan faktor-faktor yang memengaruhi konsumsi UPF. Peneliti selanjutnya dapat meneliti pada populasi lain dengan variabel dan teknik yang berbeda.

.....Ultra-processed food/UPF is a product that undergoes a series of industrial techniques and processes and has low nutritional value. Overconsumption of UPF can increase the risk of overweight and obesity. The purpose of this study is to determine the differences in the proportion of UPF consumption based on individual characteristics, environmental factors, and lifestyle factors among non-health undergraduate students in Universitas Indonesia in 2023. A cross sectional study design conducted on 140 samples. The data was collected using a self-administered online questionnaire. The data was analyzed using univariate and bivariate (chi-square) analyses. The results showed that 50,3% of the students consumed a high level of UPF. The bivariate analysis showed a significant difference in the proportion of UPF consumption based on peer influence and access to UPF. The researchers suggest students to increase awareness of food and beverage choices, also become advocates within their peer groups regarding this matter. Universitas Indonesia should implement health education and make provisions regarding UPF and healthy food consumption for students. Policymakers suggested to improve the delivery of health messages to students, support educational institutions, and support research on students' dietary patterns and factors influencing UPF consumption. Future researchers can examine other populations with different variables and methods.