



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA FAKTOR INDIVIDU DAN
LINGKUNGAN DENGAN KONSUMSI MINUMAN RINGAN
BERPEMANIS PADA SISWA/I SMA NEGERI 1 BEKASI
TAHUN 2012**

SKRIPSI

**SUCI ARIANI
0806341103**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI GIZI
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**HUBUNGAN ANTARA FAKTOR INDIVIDU DAN
LINGKUNGAN DENGAN KONSUMSI MINUMAN RINGAN
BERPEMANIS PADA SISWA/I SMA NEGERI 1 BEKASI
TAHUN 2012**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
sarjana**

**SUCI ARIANI
0806341103**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI GIZI
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
2012**

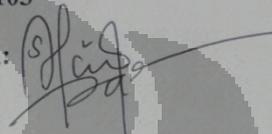
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

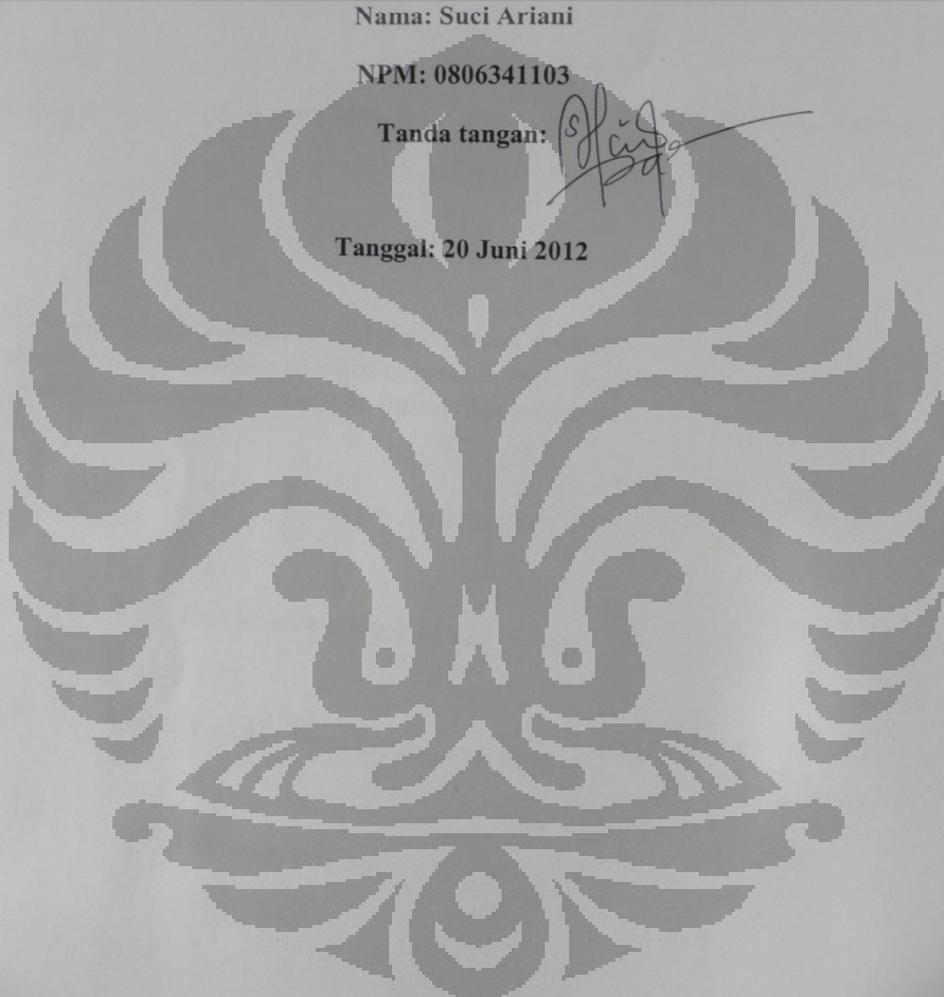
Nama: Suci Ariani

NPM: 0806341103

Tanda tangan:



Tanggal: 20 Juni 2012



LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Suci Ariani
NPM : 0806341103
Program Studi : Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan
Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA
Negeri 1 Bekasi Tahun 2012

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Dr. Ir. Diah Mulyawati Utari, M.Kes (.....)
Penguji : Dr. dra. Ratu Ayu Dewi Sartika, Apt, MSc (.....)
Penguji : Dr. Ir. Susi Desminarti, MS (.....)

Ditetapkan di : Depok
Tanggal : 20 Juni 2012

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suci Ariani

NPM : 0806341103

Mahasiswa Program : S1 Reguler Gizi

Tahun Akademik : 2008 – 2012

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Depok, 20 Juni 2012



(Suci Ariani)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Suci Ariani
NPM : 0806341103
Program Studi : Gizi
Departemen : Gizi Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

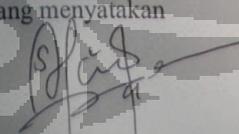
“Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada tanggal : 20 Juni 2012

Yang menyatakan


(Suci Ariani)

RIWAYAT HIDUP

Nama : Suci Ariani

Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 21 April 1990

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat Rumah : Jalan Kelapa Gading IV Blok AA 7 No.3 Perumahan
Taman Wisma Asri, Bekasi Utara 17121

Pendidikan Formal : 1. SD Islam Al-Husna Bekasi (Tahun 1996-2002)
2. SMP Negeri 1 Bekasi (Tahun 2002-2005)
3. SMA Negeri 1 Bekasi (Tahun 2005-2008)
4. Universitas Indonesia (Tahun 2008-2012)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah melimpahkan karunia dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan penelitian skripsi. Tidak ada kuasa dan daya upaya melainkan dengan kekuatan dari-Nya.

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012” Alhamdulillah dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Meski begitu, penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam pembuatan proposal skripsi ini. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang telah banyak membantu dalam pembuatan proposal ini diantaranya:

1. Dr. Ir. Diah M. Utari, M.Kes, selaku pembimbing skripsi. Penulis mengucapkan terima kasih atas segala bimbingan, saran dan masukan, dukungan, dan bantuan yang Ibu berikan selama proses pembuatan skripsi.
2. Dr. Ir. Susi Desminarti, MS, selaku penguji luar skripsi. Penulis mengucapkan terima kasih atas kesediaan Ibu sebagai penguji dan atas saran-saran yang sangat bermanfaat bagi perbaikan skripsi ini.
3. Dr. dra. Ratu Ayu Dewi Sartika, Apt, MSc, selaku penguji dalam skripsi. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas kesediaan Ibu sebagai penguji dan atas saran-saran yang sangat bermanfaat bagi perbaikan skripsi ini.
4. Keluarga saya (ibu, kakak, dan adik) yang menjadi motivasi besar saya dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Teman-teman satu bimbingan (Ratih, Seala, Amel, Christo, Katrin, dan Dinda) yang telah banyak memberikan bantuan dan saling menyemangati dalam pembuatan skripsi ini.
6. Pihak SMA Negeri 1 Bekasi yang telah mengizinkan penulis untuk mengambil data skripsi.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu dan telah memberikan begitu banyak bantuan dan doa untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata penulis meminta maaf atas kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam pembuatan skripsi ini. Saran dan kritik yang disampaikan akan sangat penulis terima demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat seluas-luasnya bagi para pembaca.

Depok, 20 Juni 2012

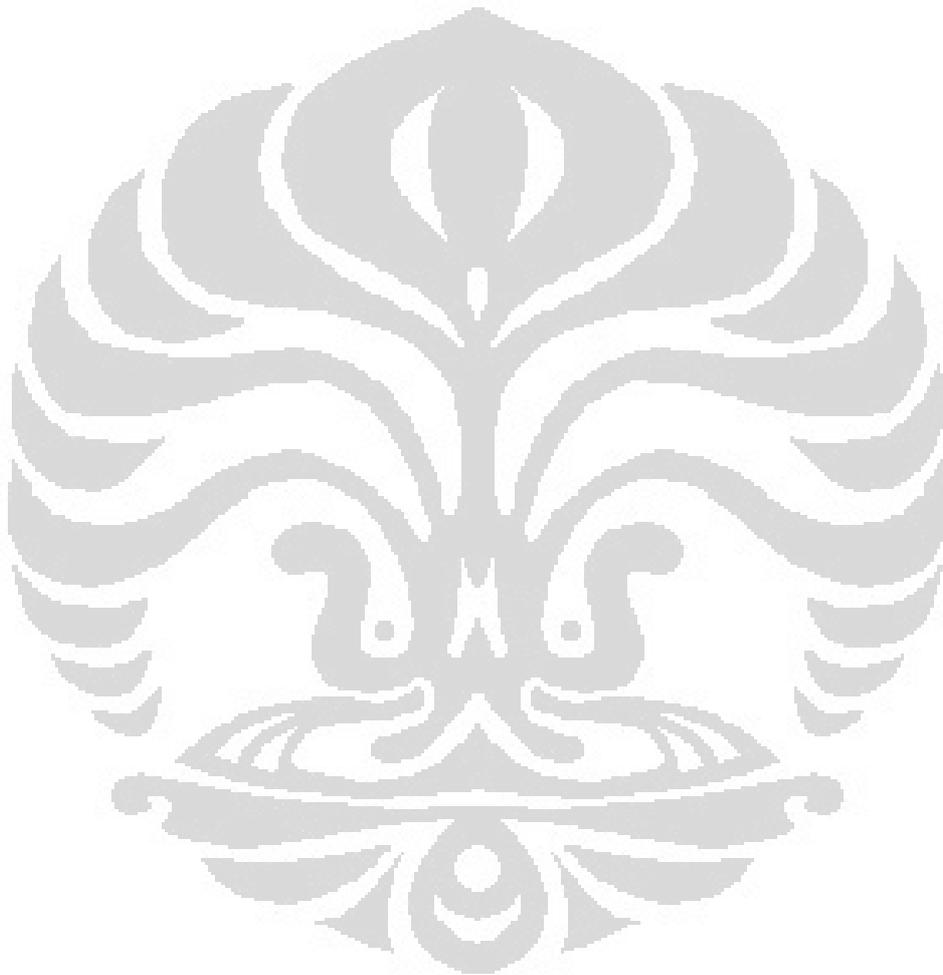
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.6 Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Minuman Ringan Berpemanis.....	8
2.2 Jenis Pemanis Dalam Minuman Ringan	14
2.2.1 Pemanis Alami	14
2.2.2 Pemanis Buatan.....	15
2.3 Remaja.....	17
2.3.1 Pengertian Remaja	17
2.3.2 Perilaku Konsumsi Remaja	19
2.4 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Remaja.....	21
2.4.1 Jenis Kelamin.....	21
2.4.2 Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis	21
2.4.3 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	22
2.4.4 Uang Saku.....	23
2.4.5 Teman Sebaya.....	23
2.4.6 Keluarga	24
2.4.7 Media Massa	24
2.4.8 Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	25
2.5 Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Berlebihan.....	25
2.5.1 Kegemukan	25
2.5.2 Risiko Penyakit Kardiovaskular	26
2.6 Metode Survey Konsumsi Makanan <i>Food Record</i>	26
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, HIPOTESIS..	28
3.1 Kerangka Teori.....	28
3.2 Kerangka Konsep.....	29
3.3 Definisi Operasional	30
3.4 Hipotesis.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN.....	35
4.1 Rancangan Penelitian.....	35

4.2 Lokasi dan Waktu	35
4.3 Populasi dan Sampel	35
4.4 Pengumpulan Data	36
4.4.1 Instrumen Penelitian	36
4.4.2 Sumber Data	37
4.4.3 Cara Pengumpulan Data	37
4.5 Manajemen Data	38
4.6 Analisis Univariat	40
4.7 Analisis Bivariat	40
BAB V HASIL PENELITIAN.....	41
5.1 Gambaran Umum SMA Negeri 1 Bekasi.....	41
5.2 Hasil Analisis Univariat	42
5.2.1 Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	42
5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	44
5.2.3 Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis	45
5.2.4 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	52
5.2.5 Uang Saku.....	53
5.2.6 Pengaruh Teman Sebaya	54
5.2.7 Pengaruh Keluarga	55
5.2.8 Pengaruh Media Massa	56
5.2.9 Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	57
5.2.10 Rekapitulasi Analisis Univariat	59
5.3 Hasil Bivariat.....	59
5.3.1 Jenis Kelamin Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	59
5.3.2 Pengetahuan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	60
5.3.3 Sikap Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	61
5.3.4 Uang Saku Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	61
5.3.5 Teman Sebaya Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	62
5.3.6 Keluarga Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	63
5.3.7 Media Massa Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	63
5.3.8 Akses Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	64
5.3.9 Rekapitulasi Analisis Bivariat	65
BAB VI PEMBAHASAN.....	66
6.1 Keterbatasan Penelitian	66
6.2 Pembahasan Univariat.....	66
6.2.1 Gambaran Tingkat Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	66
6.2.2 Jenis Kelamin.....	67
6.2.3 Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis	68
6.2.4 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	68
6.2.5 Uang Saku.....	68
6.2.6 Teman Sebaya.....	69
6.2.7 Keluarga	69
6.2.8 Media Massa	69
6.2.9 Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	70
6.3 Pembahasan Bivariat.....	70
6.3.1 Jenis Kelamin Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	70
6.3.2 Pengetahuan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	71
6.3.3 Sikap Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	73

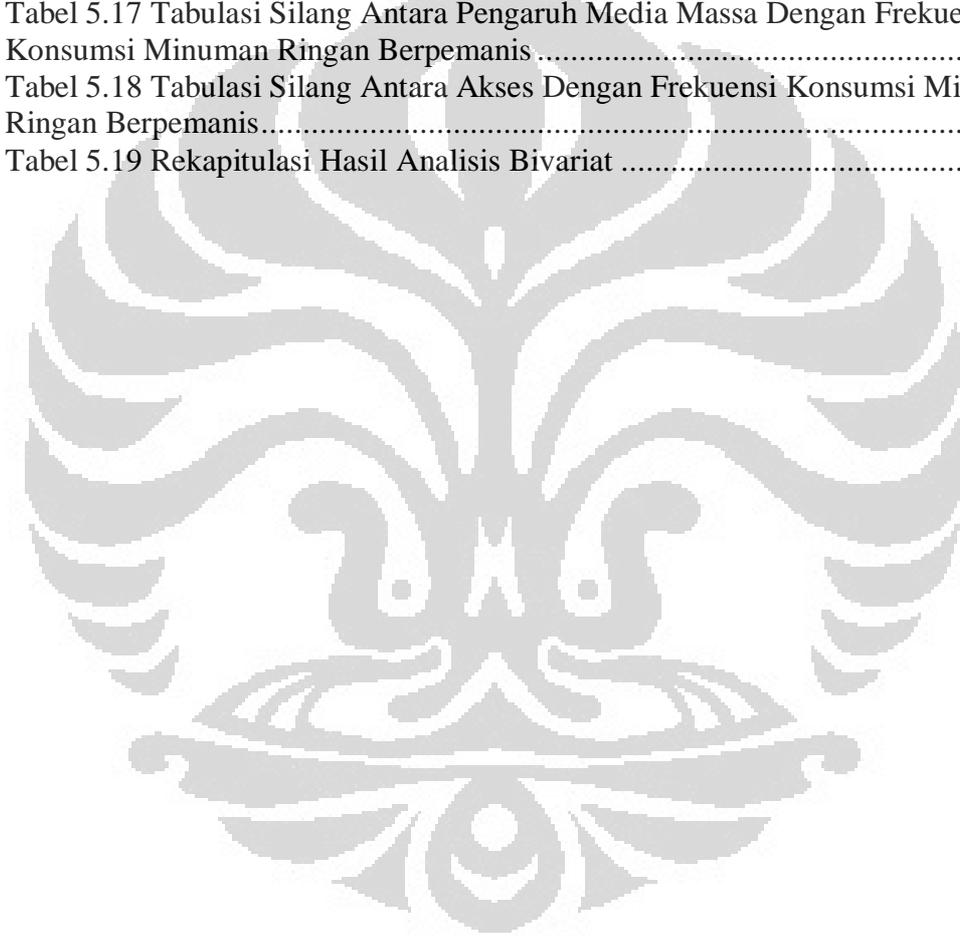
6.3.4 Uang Saku Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	74
6.3.5 Teman Sebaya Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	75
6.3.6 Keluarga Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	76
6.3.7 Media Massa Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	77
6.3.8 Akses Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	78
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
7.1 Kesimpulan.....	80
7.2 Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Berbagai Jenis Merk Minuman Ringan Berpemanis	11
Tabel 2.2 Daftar Pemanis Buatan Menurut Permenkes	17
Tabel 4.1 Nilai Proporsi Penelitian Sebelumnya.....	37
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi.....	43
Tabel 5.2.1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Minuman Ringan Berpemanis yang Sering Dikonsumsi.....	44
Tabel 5.2.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Mengonsumsi Minuman.....	44
Tabel 5.2.1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Energi yang Didapat dari Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	45
Tabel 5.2.1.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Asupan Energi dari Minuman Ringan Berpemanis yang >10 % Total Kebutuhan Energi Rata-Rata.....	45
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis.....	47
Tabel 5.2.3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Kandungan Zat Dalam Minuman Ringan Berpemanis.....	48
Tabel 5.2.3.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Alami	49
Tabel 5.2.3.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Buatan	50
Tabel 5.2.3.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami.....	51
Tabel 5.2.3.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Buatan.....	52
Tabel 5.2.3.6 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami dan Buatan	53
Tabel 5.2.3.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	54
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis.....	54
Tabel 5.2.4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Pernyataan Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis.....	55
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Besar Uang Saku.....	56
Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Teman Sebaya.....	56
Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Keluarga.....	57
Tabel 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Media Massa	58
Tabel 5.2.8.1 Distribusi Responden Berdasarkan Sumber Informasi Mengenai Minuman Ringan Berpemanis.....	58
Tabel 5.9 Distribusi Responden Berdasarkan Akses Terhadap Minuman Ringan	59
Tabel 5.2.9.1 Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Biasa Membeli Minuman Ringan Berpemanis.....	60
Tabel 5.10 Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat	60

Tabel 5.11 Tabulasi Silang Antara Jenis Kelamin Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	61
Tabel 5.12 Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	62
Tabel 5.13 Tabulasi Silang Antara Sikap Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	62
Tabel 5.14 Tabulasi Silang Antara Besar Uang Saku Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	63
Tabel 5.15 Tabulasi Silang Antara Pengaruh Teman Sebaya Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	64
Tabel 5.16 Tabulasi Silang Antara Pengaruh Keluarga Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	64
Tabel 5.17 Tabulasi Silang Antara Pengaruh Media Massa Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	65
Tabel 5.18 Tabulasi Silang Antara Akses Dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.....	66
Tabel 5.19 Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat	66



ABSTRAK

Nama : Suci Ariani
Program Studi : Gizi
Judul : Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/I SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012

Minuman ringan berpemanis merupakan minuman ringan dalam kemasan yang menambahkan pemanis sebagai salah satu bahan atau kandungan dalam minuman. Belakangan ini minuman ringan yang mengandung pemanis berkontribusi sebanyak 9,2% terhadap total asupan energi masyarakat Amerika. Penelitian yang dilakukan Park et al (2011) terhadap remaja di Amerika menunjukkan bahwa 64,9% remaja mengonsumsi minuman ringan berpemanis \geq 1 kali/hari. Selain itu, penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) terhadap sejumlah mahasiswa menunjukkan bahwa 56% responden mengonsumsi 1-4 botol minuman berpemanis dalam satu minggu. Menurut Gabungan Asosiasi Perusahaan Makanan Minuman Indonesia (GAPMMI), penjualan minuman ringan berpemanis mengalami kenaikan mencapai Rp 605 triliun pada 2010 yang sebelumnya hanya Rp 383 triliun pada 2007. Tingginya konsumsi minuman ringan berpemanis ini mungkin disebabkan oleh banyak faktor seperti tingkat pengetahuan gizi, sikap, pengaruh teman sebaya, keluarga, media massa, dan faktor lainnya. Penulis melalui penelitian ini ingin mengetahui gambaran konsumsi minuman ringan berpemanis dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*, mengambil sebanyak 102 siswa kelas X dan XI sebagai responden penelitian dengan menggunakan metode *quota sampling*. Setiap responden diminta untuk mengisi sendiri (*self-administered*) kuesioner yang tersedia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65,7% responden sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis yaitu sebanyak \geq 30 kali perbulan. Hasil uji statistik dengan nilai p value = 0,038 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa sikap terhadap minuman ringan berpemanis berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja. Adanya upaya edukasi terkait kesehatan dan gizi yang dilakukan pihak sekolah perlu diadakan guna meningkatkan kesadaran siswa dalam memilih makanan minuman yang lebih sehat dan bergizi.

Kata kunci: minuman ringan berpemanis, remaja, sikap

ABSTRACT

Name : Suci Ariani
Study program: Nutrition
Title : The Relation between Individual and Environmental Factors with
Sugar Sweetened Beverages Consumption in SMAN 1 Bekasi
Students in 2012

Sugar sweetened beverages is a beverage that contain the sweeteners as an ingredients in beverages. Currently, sugar sweetened beverages has contributed as much as 9.2% of total energy intake of American society. Research conducted Park et al (2011) of adolescents in the United States showed that 64.9% of adolescents consume sugar sweetened beverages ≥ 1 time/day. In addition, research conducted Nurfitriani (2011) toward a number of students showed that 56% of respondents consume sugar sweetened beverages as much as 1-4 bottles a week. According to the data from *Gabungan Asosiasi Perusahaan Makanan Minuman Indonesia (GAPMMI)*, sugar sweetened beverages sales increased to Rp 605 trillion in 2010, which was previously only Rp 383 trillion in 2007. The high consumption of sugar sweetened beverages may be caused by many factors such as level of nutrition knowledge, attitudes, peer influence, family, mass media, and other factors. Through the study authors wanted to know the description of sugar sweetened beverages consumption and factors that influence its consumption toward students of SMAN 1 Bekasi.

This study is a quantitative study with cross-sectional design, using 102 people from tenth and eleventh grade student as survey respondents taken by quota sampling method. Each respondent asked to fill the questionnaire by self-administered way. The results showed that 65.7% of respondents frequently consume sugar sweetened beverages as many as ≥ 30 times per month. Based on the result of statistic test (p value = 0,038) showed that attitude toward sugar sweetened beverages seems have a relation of sugar sweetened beverages consumption in adolescents. The educational effort related health and nutrition issue is needed to be held by the schools teachers to raise awareness of the students in choosing nutritious foods and beverages.

Keywords: sugar sweetened beverages, adolescent, attitude

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Minuman ringan berpemanis atau *sugar-sweetened beverages* merupakan minuman ringan dalam kemasan yang menambahkan pemanis berkalori sebagai salah satu bahan atau kandungan dalam minuman. Terdapat juga beberapa minuman ringan berpemanis yang menggunakan pemanis buatan sebagai bahan pemberi rasa manis dalam minuman dan pemanis buatan ini memiliki sedikit sekali kalori dibandingkan pemanis alami (Lopez, 2010). Beberapa jenis minuman ringan berpemanis yang banyak ditemukan antara lain teh dalam kemasan, minuman rasa buah, minuman ringan bersoda, minuman berenergi, dan minuman olahraga (*sports drink*) (Ameribev.org).

Mengonsumsi minuman ringan berpemanis dalam jumlah berlebihan memiliki berbagai dampak bagi kesehatan. Angka obesitas dan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis di Amerika meningkat secara bersamaan. Penelitian yang dilakukan Malik et al menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat konsumsi minuman berpemanis, semakin tinggi pula asupan total energi (Malik et al, 2006). Overweight dan obesitas memiliki korelasi terhadap penyakit yang kini banyak diderita masyarakat seperti hipertensi, penyakit kardiovaskular, diabetes, dan berbagai jenis kanker. Penurunan produktivitas dan kualitas hidup akibat overweight dan obesitas berkaitan dengan peningkatan beban biaya medis, psikologis, dan biaya sosial (Must et al, 1999; Allison et al, 1999 dalam Malik et al, 2006). Beberapa penelitian yang pernah dilakukan menunjukkan ada hubungan positif antara tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kadar persen lemak tubuh (Woodward et al, 2010). Dampak lainnya ialah meningkatnya risiko penyakit Diabetes Mellitus. Sebuah penelitian kohort yang dilakukan oleh Schulze et al (2010) selama 8 tahun terhadap lebih dari lima puluh ribu responden wanita menunjukkan hasil bahwa mereka yang mengubah konsumsi minuman ringan berpemanis dari satu kali

perminggu menjadi lebih dari satu kali perhari, memiliki risiko 1,83 kali lebih besar untuk terkena penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 dibandingkan dengan mereka yang mengonsumsi minuman ringan berpemanis kurang dari atau setidaknya satu kali perbulan. Kemudian risiko penyakit kardiovaskular juga akan meningkat akibat mengonsumsi minuman ringan berpemanis secara berlebihan. Sebuah penelitian yang dilakukan terhadap lebih dari 2000 remaja di Amerika menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara total asupan gula tambahan yang sebagian besar berasal dari minuman ringan berpemanis dengan peningkatan level LDL (*Low Density Lipoprotein*) dan trigliserida yang merupakan faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular (*cardiovascular disease*) (Welsh et al, 2005).

Terdapat banyak faktor yang memengaruhi tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja dan salah satunya ialah jenis kelamin. Anak laki-laki cenderung lebih banyak mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan anak perempuan (CA, Vereecken et al, 2005; Harnack et al, 1999 dalam Bere et al, 2007). Penelitian yang dilakukan terhadap lebih dari 7500 remaja di Amerika mengemukakan hasil bahwa sebanyak 35% remaja laki-laki dan 22% remaja perempuan mengonsumsi minuman ringan berpemanis ≥ 3 kali/hari (Ranjit et al, 2010). Penelitian lain yang dilakukan Bere et al (2007) terhadap remaja di *Norwegian Schools* mengemukakan hasil bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebiasaan remaja mengonsumsi minuman ringan berpemanis antara lain sikap terhadap minuman ringan berpemanis, akses terhadap minuman ringan, dan pengaruh teman sebaya. Di samping itu, terdapat suatu studi yang mengemukakan kebiasaan orang tua mengonsumsi minuman ringan, ketersediaannya di rumah dan sekolah, serta iklan di televisi memiliki pengaruh terhadap konsumsi minuman ringan pada remaja (Grim et al, 2004 dalam Bere et al, 2007). Pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis juga memiliki peranan penting atau pengaruh terhadap tingkat konsumsi minuman ini. Penelitian yang dilakukan terhadap remaja kulit hitam di Amerika terkait keterpaparan informasi mengenai jumlah zat gizi terutama kalori dalam minuman yang mengandung pemanis menunjukkan bahwa pada kelompok yang terpapar dengan informasi tersebut terjadi penurunan angka belanja

terhadap minuman ringan berpemanis (*sciencedaily*, 2008). Faktor lain yang juga berpengaruh terhadap tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis ialah uang saku. Penelitian yang dilakukan oleh Nurfitriani (2011) dan Skriptiana (2009) menunjukkan hasil bahwa semakin besar uang saku remaja, maka semakin tinggi pula tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis.

Belakangan ini minuman ringan yang mengandung pemanis berkontribusi sebanyak 9,2% terhadap total *intake* energi masyarakat Amerika. Angka ini mengalami kenaikan cukup pesat sejak akhir tahun 1970 yang sebelumnya hanya 3,9% (Fung et al, 2009). Sebuah penelitian terhadap 11.209 siswa SMP dan SMA di Amerika menemukan hasil bahwa 64,9% siswa mengonsumsi minuman ringan berpemanis ≥ 1 kali/hari, 35,6% mengonsumsi sebanyak ≥ 2 kali/hari, dan 22,2% siswa mengonsumsi minuman ini ≥ 3 kali/ hari (Park et al, 2011). Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Bere et al (2007) terhadap 2870 murid kelas 9 dan 10 di 33 *Norwegian Schools* menunjukkan hasil bahwa sebanyak 63% remaja mengonsumsi minuman ringan berpemanis jenis minuman bersoda ≥ 2 kali/minggu. Hasil penelitian yang dilakukan oleh National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 1999 hingga 2004 terhadap 2.157 remaja Amerika memperlihatkan bahwa konsumsi gula tambahan remaja Amerika dalam sehari sebesar 21.4% dari total energi. Sedangkan penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) terhadap sejumlah mahasiswa di Universitas Indonesia menunjukkan hasil bahwa 56% responden termasuk kategori tinggi dalam konsumsi minuman ringan berpemanis. Penelitian yang juga dilakukan oleh Fauzia (2012) terhadap remaja di Kota Depok dan menunjukkan hasil bahwa sebanyak 40,3% remaja mengonsumsi minuman ringan berpemanis jenis minuman bersoda. Data GAPMMI (Gabungan Asosiasi Perusahaan Makanan dan Minuman Indonesia) menunjukkan bahwa industri minuman ringan nasional mengalami pertumbuhan rata-rata 17% per tahun dalam kurun waktu empat tahun terakhir yakni dari 2007 hingga 2011. Volume penjualan minuman ringan terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun di mana pada tahun 2007 berada pada angka Rp 383 triliun dan pada tahun 2010 meningkat hingga mencapai Rp 605 triliun (Sutaryo, 2012).

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 1 Bekasi karena siswa SMA pada umumnya memiliki rentang umur 15 – 18 tahun yang merupakan masa usia remaja. Menurut pengamatan peneliti, SMA Negeri 1 Bekasi memiliki akses yang mudah terhadap minuman ringan berpemanis. Kemudahan akses tersebut dapat terlihat di kantin sekolah yang banyak menyediakan berbagai jenis minuman ringan berpemanis. Selain itu, letaknya yang dekat dengan beberapa minimarket dan restoran cepat saji juga menunjukkan kemudahan akses terhadap minuman ringan berpemanis. SMA Negeri 1 Bekasi merupakan salah satu rintisan sekolah bertaraf internasional. Peneliti menduga bahwa tingkat pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Bekasi cukup baik sehingga peneliti tertarik untuk melihat proporsi konsumsi minuman ringan berpemanis di lokasi yang notabene tingkat pengetahuan terhadap kesehatan diduga cukup baik. Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap sejumlah responden yang merupakan siswa SMA Negeri 1 Bekasi menunjukkan hasil bahwa 55% responden mengonsumsi minuman ringan berpemanis dalam kategori sering yaitu ≥ 10 kali perbulan dan 45% responden jarang (< 10 kali perbulan) mengonsumsi minuman ringan berpemanis.

1.2 Rumusan Masalah

Pada periode beberapa tahun terakhir, minuman ringan yang mengandung pemanis berkontribusi sebanyak 9,2% terhadap total intake energi remaja di Amerika. Angka ini mengalami kenaikan yang cukup pesat sejak akhir tahun 1970 yang sebelumnya hanya sebesar 3,9% (Fung et al, 2009). Kemudian terdapat penelitian yang dilakukan terhadap 11.209 siswa SMP dan SMA di Amerika menemukan hasil bahwa 64,9% siswa mengonsumsi minuman ringan berpemanis ≥ 1 kali/hari, 35,6% mengonsumsi sebanyak ≥ 2 kali/hari minuman ringan berpemanis, dan 22,2% siswa mengonsumsi minuman ini ≥ 3 kali/ hari. (Park et al, 2011).

Sedangkan di Indonesia, tingkat konsumsi minuman ringan yang mengandung pemanis juga cukup tinggi di kalangan remaja. Penelitian yang dilakukan Fauzia (2012) terhadap sejumlah siswa SMP memperlihatkan bahwa 40,3% responden sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Begitu juga dengan studi pendahuluan

yang peneliti lakukan terhadap sejumlah siswa SMA Negeri 1 Bekasi memperlihatkan bahwa 55% responden sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) terhadap sejumlah mahasiswa Universitas Indonesia menunjukkan hasil 56% responden masuk kategori tinggi dalam konsumsi minuman ringan berpemanis. Hal ini memperlihatkan kecenderungan konsumsi minuman ringan berpemanis yang semakin meningkat pada tiap fase remaja mulai dari remaja awal, pertengahan, hingga remaja akhir.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini terdiri dari pertanyaan yang bersifat deskriptif yaitu bagaimana proporsi umum tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012 dan pertanyaan yang bersifat analitik yaitu mengenai bagaimana hubungan antara karakteristik individu meliputi jenis kelamin, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, dan karakteristik lingkungan meliputi teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui proporsi umum dan mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui proporsi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

2. Mengetahui proporsi total intake energi yang didapatkan dari konsumsi minuman ringan berpemanis.
3. Mengetahui proporsi faktor individu meliputi jenis kelamin, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, dan faktor lingkungan meliputi teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
4. Mengetahui hubungan antara faktor individu meliputi jenis kelamin, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, dan faktor lingkungan meliputi teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Sebagai sumber data dan informasi bagi pihak SMA Negeri 1 Bekasi mengenai proporsi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja.
2. Sebagai sumber informasi bagi para pembaca mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja dan dampak yang ditimbulkan akibat konsumsi yang berlebihan.
3. Sebagai sumber data dan informasi bagi peneliti lainnya yang ingin melakukan penelitian mengenai perilaku makan pada remaja khususnya mengenai konsumsi minuman ringan berpemanis.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional* yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin, pengetahuan gizi, sikap, dan beberapa faktor-faktor lainnya dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa dan siswi SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

Penelitian ini dilakukan karena terlihat kecenderungan peningkatan konsumsi minuman ringan berpemanis pada tiap fase remaja (remaja awal, pertengahan, dan akhir). Penelitian dilakukan pada bulan Mei 2012. Pengambilan data primer dilakukan dengan kegiatan pengumpulan data langsung dengan menggunakan kuesioner. Data yang akan dikumpulkan antara lain yaitu data mengenai identitas diri, frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, dan data lainnya yang menjadi bagian dari variabel independen yang ingin diketahui dalam penelitian.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Minuman Ringan Berpemanis

Minuman ringan merupakan minuman yang tidak mengandung alkohol (Wikipedia.org). Minuman ringan pada dasarnya dikelompokkan ke dalam enam jenis yaitu minuman sari buah, minuman ringan berkarbonasi, teh siap saji, kopi siap saji, minuman isotonik, dan air minum dalam kemasan (AMDK) (foodreveiw.biz). Minuman ringan berpemanis atau *sugar-sweetened beverages* merupakan minuman ringan dalam kemasan yang menambahkan pemanis berkalori sebagai salah satu bahan atau kandungan dalam minuman. Terdapat juga beberapa minuman ringan berpemanis yang menggunakan pemanis buatan sebagai bahan pemberi rasa manis dalam minuman dan pemanis buatan ini memiliki sedikit sekali kalori dibandingkan pemanis alami (Lopez, 2010).

Menurut *American Beverage Association*, minuman ringan berpemanis terdiri dari beberapa jenis minuman, antara lain:

1. *Sport Drinks* (Minuman Olahraga)

Sport Drinks atau minuman olahraga merupakan salah satu jenis minuman ringan yang dibuat untuk mencegah konsumen dari dehidrasi dan mengembalikan energi yang hilang setelah berolahraga (Ameribev.org). Minuman ini juga sering disebut sebagai minuman fungsional karena kegunaannya untuk mencegah dehidrasi (Winarno, 2007). Minuman olahraga pertama yang diproduksi ialah *Gatorade* dan dibuat oleh Dr. Robert Cade dari Universitas Florida pada tahun 1965 (Ameribev.org). Kandungan sebotol *sport drinks* biasanya terdiri dari:

- Air
- Beberapa elektrolit seperti kalium dan natrium
- Gula atau pemanis (Ameribev.org)

2. *Soft Drinks*

Minuman ini lebih dikenal dengan minuman berkarbonasi atau biasa disebut minuman bersoda. Minuman ini pertama dibuat di Amerika pada tahun 1835. Seiring dengan perkembangannya, minuman ini terdiri dari *regular and diet softdrinks*. *Regular softdrinks* menggunakan gula alami sebagai bahan pemanis sedangkan *diet soft drinks* menggunakan pemanis buatan yang tidak memiliki nilai kalori. Kandungan di dalam sebuah minuman ringan berkarbonasi ini biasanya terdiri dari air berkarbonasi (mengandung CO₂), pewarna karamel, asam sitrat, kafein, natrium benzoat, dan gula sebagai pemanis. Kandungan gula dalam sebuah *soft drinks* pada umumnya dapat mencapai 40 gram persaji (Ameribev.org).

3. *Energy Drinks (Minuman Berenergi)*

Energy drinks atau minuman berenergi merupakan jenis minuman yang memiliki fungsi hampir sama dengan minuman olahraga (*sport drinks*) yaitu untuk mengembalikan atau menambah stamina tubuh akibat latihan atau pekerjaan yang berat (Winarno, 2007). Dalam sebuah minuman energi terdapat beberapa bahan atau *ingredients* seperti:

- Air
- Gula sebagai pemanis yang pada umumnya sebesar 25 gram persaji
- Beberapa vitamin seperti B₆ dan B₁₂
- Beberapa senyawa stimulan seperti kafein, taurin, dan karnitin (Winarno, 2007).

4. *Juice Drinks (Minuman Rasa Buah)*

Minuman jus buah (*juice drinks*) merupakan alternatif minuman ringan yang banyak disukai konsumen. Minuman ini menawarkan berbagai jenis rasa buah sehingga dapat menghilangkan dahaga sekaligus memberikan kesegaran bagi konsumen. Minuman jus buah yang terdapat di pasaran terdiri dari minuman dengan 100% sari buah dan biasanya tidak menggunakan gula dalam bahan pembuatan minuman dan jenis lainnya ialah minuman jus buah

yang mengandung kurang dari 100% sari buah. Sebuah minuman jus buah (*juice drinks*) biasanya memiliki kandungan sebagai berikut:

- Air
- Konsentrat buah
- Asam askorbat
- Gula sebagai pemanis yang biasanya sebesar 26 gram persaji (Ameribev.org).

5. *Ready-to-drink Teas* (Teh siap saji)

Teh merupakan minuman yang cukup populer di berbagai negara dan menjadi minuman yang disukai oleh semua golongan. Teh adalah minuman kedua yang paling banyak dikonsumsi masyarakat setelah air putih. Minuman teh dalam kemasan kini mulai banyak diproduksi karena minat konsumen yang cukup tinggi terhadap jenis minuman ini. Dalam sebuah teh siap minum biasanya terkandung bahan antara lain:

- Air
- Konsentrat teh yang didapat dari ekstrak daun teh
- *Natural flavors* (perasa alami)
- Gula sebagai pemanis yang pada umumnya sebesar 23 gram persaji.

Pemanis yang biasa digunakan dalam minuman ini ada yang terdiri dari pemanis alami seperti gula pasir atau sukrosa dan *high fructose corn syrup*, dan pemanis buatan seperti sakarin, siklamat, dan aspartame (Ameribev.org).

Beberapa jenis minuman ringan berpemanis yang beredar di pasaran dapat dilihat pada daftar tabel berikut:

Tabel 2.1 Berbagai Jenis dan Merk Minuman Ringan Berpemanis

Jenis minuman	Merk dagang	Ukuran (mL)	Kandungan	Nilai gizi
Teh dalam kemasan	<i>Fruit Tea</i> (Sosro)	500	Air, gula , ekstrak teh, asam sitrat, natrium sitrat, asam askorbat, konsentrat sari buah dan perisa.	Energi total 220 kkal , KH total 56 g, gula 56 g , natrium 112 mg.
	Nu Green Tea	500	Air, gula , daun teh hijau, antioksidan vitamin C, dan perisa identik alami teh melati	Energi total 160 kkal , KH total 40 g, gula 40 g , natrium 20 mg, vitamin C 226 mg.
	<i>C2 Green Tea</i>	360	Air, daun teh hijau, gula , asam sitrat, asam malat, natrium sitrat, perisa apel, pewarna karamel, antioksidan (asam askorbat).	Energi total 214 kkal , KH total 54 g, gula 50 g , natrium 90 mg, vitamin C 60 mg.
	<i>Frestea green</i>	500	Air, daun teh hijau, gula , asam sitrat, perisa melati, antioksidan (asam askorbat).	Energi total 180 kkal , KH total 44 g, gula 42 g , natrium 100 mg.
	<i>Mountea</i>	180	Air, gula , asam sitrat, pemanis buatan Natrium siklamat 164 mg/cup , perisa <i>blackcurrant</i> , Na benzoat.	Energi total 50 kkal , KH total 13 g, gula 13 g , natrium 45 mg.

Minuman Jus Buah/ sari buah	<i>Minute Maid Pulpy</i>	350	Air, gula , bulir jeruk, konsentrat jeruk, perisa jeruk, asam sitrat, vitamin C, dan pewarna β karoten.	Energi total 160 kkal , KH total 39 g, gula 33 g , natrium 35 mg, vitamin C 108 mg.
	<i>Country Choice</i>	250	Sari buah jambu, air, gula , pengental, asam sitrat, asam malat, natrium sitrat, perisa, vitamin A, C, E, B1, B2, B3, B6, B12, dan D3.	Energi total 112 kkal , KH total 28 g, gula 26 g , natrium 19 mg, vitamin C 120% AKG, serat pangan 0,9 g.
	You C 1000	140	Gula, fruktosa , sari buah < 10%, pengatur keasama, beta karoten, vitamin (C, E, Niasin)	Energi total 80 kkal , KH total 20 g, gula 20 g , natrium 19 mg, vitamin C 1000 mg.
	<i>Okky Jelly Drink</i>	180	Air, gula pasir, fruktosa cair , nata de coco, pengatur keasaman, perisa jambu, pemanis buatan Na siklamat 107 mg/cup, aspartame 18 mg/cup.	
	Buavita	250 mL		Gula 20 g, energi total 130 kkal.
	Happy Jus	200		Gula 26 g, energi total 100 kkal.
	ABC Jus	250		Gula 26 g, energi total 130 kkal

Minuman bersoda (<i>sofdrinks</i>)	<i>Sprite zero</i>	330	Air berkarbonasi, pengatur keasaman, pemanis buatan Na siklamat 297 mg/saji, Na sakarin 36 mg/saji.	Gula 0 g, energi total 0 kkal , natrium 115 mg.
	<i>Calpico soda</i>	330	Air soda, gula , susu skim bubuk, pengatur keasaman, perisa, pengawet Na Benzoat.	Energi total 170 kkal , KH total 41 g, protein 1 g, gula 38 g , natrium 50 mg, kalsium 41% AKG.
Minuman isotonik	Pocari sweat	330	Air, gula , Na sitrat, vitamin C, NaCl, kalsium laktat, magnesium karbonat, asam sitrat, perisa citrus.	Energi total 90 kkal , KH total 20 g, gula 20 g , natrium 125 mg, kalium 70 mg, vitamin C 260% AKG
	Mizone	500	Air, fruktosa, gula , base mizone, pemanis buatan asesulfam-K 30 mg/saji, sukralosa 2 mg/saji.	Energi total 120 kkal , KH total 29 g, gula 25 g , natrium 120 mg, kalium 80 mg.
	Vita Zone	500	Air, sukrosa , pengatur keasaman, NaCl, pengatur keasaman, vitamin C, perisa jeruk.	Energi total 160 kkal , KH total 40 g, gula 18 g , natrium 120 mg, kalium 80 mg, vitamin C 20% AKG.
Minuman berenergi	Kratingdaeng	150		Gula 25 g, energi total 100 kkal.
	Hemaviton	330		Gula, Energi total 178 kkal.

	M 150	Pemanis buatan aspartame 42 mg/saji, asesulfam-K 46 mg/saji.
--	-------	---

Sumber: Dari berbagai sumber

2.2 Jenis Pemanis dalam Minuman Ringan

2.2.1. Pemanis Alami

Terdapat beberapa jenis pemanis alami yang sering digunakan dalam produk minuman ringan berpemanis. Pemanis ini mengandung energi sebesar 4 kalori per gram (Winarno, 2007). Jenis pemanis alami yang sering digunakan dalam produk makanan dan minuman antara lain:

1. Glukosa

Glukosa merupakan suatu gula monosakarida yang merupakan karbohidrat penting yang digunakan sebagai sumber tenaga bagi tubuh. Bentuk alamai glukosa disebut sebagai dekstrosa (D-glukosa). Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi manusia yang menghasilkan energi sebesar 4 kalori/gram. Pemecahan karbohidrat ini menghasilkan monosakarida berupa glukosa. Glukosa diserap ke dalam peredaran darah melalui saluran pencernaan. Sebagian glukosa ini kemudian langsung digunakan sebagai bahan bakar sel otak dan sebagian lagi menuju hati dan otot dan disimpan sebagai glikogen dan sel lemak yang pada akhirnya disimpan sebagai lemak (Winarno, 2007).

2. Fruktosa

Fruktosa ialah jenis pemanis alami yang memiliki tingkat kemanisan 1,2 kali gula pasir atau sukrosa yang digunakan sebagai standar kemanisan (Winarno, 2007). Fruktosa merupakan gula sederhana yang biasanya terdapat dalam madu, gula pasir (sukrosa), buah, dan *high fructose corn syrup* (Sahelian, 2011).

3. Sukrosa

Sukrosa adalah jenis disakarida yang memiliki peran penting dalam pengolahan makanan dan minuman. Dalam industri makanan dan minuman, biasanya sukrosa digunakan dalam bentuk kristal halus atau kasar yang disebut gula pasir dan dalam bentuk cair. Pada pembuatan sirup, gula pasir (sukrosa) dilarutkan dalam air dan dipanaskan, sebagian sukrosa menjadi fruktosa dan glukosa yang disebut gula invert. Inversi sukrosa terjadi dalam keadaan asam. Gula invert ini tidak dapat berbentuk kristal karena kelarutan glukosa dan fruktosa sangat besar. Semakin tinggi suhu, semakin tinggi juga persentase gula invert yang dibentuk (Winarno, 2007).

2.2.2. Pemanis Buatan

Beberapa jenis pemanis buatan yang sering digunakan dalam produk minuman ringan berpemanis antara lain:

1. Sakarin

Sakarin merupakan pemanis buatan pertama yang diciptakan sebagai bahan pengganti gula. Pemanis ini memiliki tingkat kemanisan antara 200 – 600 kali dibandingkan gula (Winarno, 2007). Batas pemakaian sakarin yang dianjurkan menurut *Food and Drugs Administration (FDA)* yaitu sebesar 50 mg/kg bb dalam sehari (Winarno, 2007).

2. Aspartame

Aspartame telah disetujui sebagai bahan tambahan pangan yang aman pada tahun 1981 oleh *Food and Drugs Administration (FDA)*. Lebih dari 100 penelitian dilakukan oleh *Food and Drugs Administration (FDA)* sejak tahun 1981 untuk mengetahui keamanan pemanis ini. Aspartame telah digunakan sebagai bahan pemanis di lebih dari 100 negara termasuk Indonesia. Aspartame memiliki tingkat kemanisan rata-rata 160 – 220 kali dibandingkan gula dan tidak mengandung kalori. Aspartame merupakan dipeptida yang merupakan hasil penggabungan dari asam aspartat dan fenilalanin. Oleh

karena mengandung fenilalanin, penggunaan aspartame dalam produk makanan atau minuman diharuskan mencantumkan tanda peringatan bagi penderita penyakit fenilketonuria (FKU) di label kemasannya bahwa produk tersebut mengandung fenilalanin. Batas pemakain aspartame yang diperbolehkan dalam sehari ialah 40 mg/ kg bb (Winarno, 2007).

3. Sukralosa

Sukralosa merupakan salah satu jenis pemanis buatan yang memiliki tingkat kemanisan mencapai 600 kali dibandingkan gula. Salah satu keunggulan sukralosa ialah sifatnya yang tahan panas sehingga tingkat kemanisannya tidak menurun apabila dipanaskan. Pemanis jenis ini disetujui penggunaannya oleh *Food and Drugs Adiministration (FDA)* pada tahun 1988. *Acceptable daily intake (ADI)* atau batas pemakain yang dianjurkan dalam sehari terhadap sukralosa ialah sebesar 15 mg/kg bb (Winarno, 2007).

4. Asesulfam potassium

Asesulfam potassium merupakan pemanis buatan yang biasa digunakan pada produk pangan seperti pudding, permen, dan minuman ringan. Pemanis buatan ini memiliki tingkat kemanisan sekitar 130 – 200 kali dibandingkan gula. Asesulfam memiliki keunggulan dalam hal tahan terhadap suhu tinggi. Penggunaan asesulfam sebagai pemanis dalam produk pangan disetujui oleh *Food and Drugs Adiministration (FDA)* pada tahun 1998 (Winarno, 2007). Asesulfam potassium banyak digunakan pada jenis minuman ringan bersoda untuk diet atau *diet softdrinks* karena tidak menghasilkan kalori (Sahelian, 2011).

5. Siklambat

Siklambat memiliki tingkat kemanisan sekitar 30 – 80 kali dibandingkan dengan gula. Pemanis ini memiliki kestabilan baik pada pH maupun suhu yang tinggi. Siklambat mampu menutupi rasa pahit yang tidak dikehendaki dalam produk makanan (Winarno, 2007).

Tabel 2.2 Daftar Pemanis Buatan Menurut Permenkes 208/Menkes/Per/IV/85

Pemanis buatan	Fungsi lain	Batas aman penggunaan
Alitam	Tidak ada	0,34 mg/kg BB
Acesulfam-K	Penegas cita rasa buah	15 mg/kg BB
Aspartame	Penegas cita rasa buah	50 mg/kg BB
Isomalt	Bahan pengisi dan penegas cita rasa buah	30.000 – 50.000 mg/kg BB
Laktitol	Bahan pengisi	10.000 – 30.000 mg/kg produk
Maltitol	Penegas cita rasa, penstabil, pengental	50.000 – 300.000 mg/kg produk
Manitol	Antikempal, pengeras, penstabil	60.000 mg/kg produk
Neotam	Penegas cita rasa buah	50 mg/kg produk untuk minuman ringan
Sakarin	Penegas cita rasa buah	5,0 mg/kg BB
Siklamat	Penegas cita rasa buah	11,0 mg/kg BB
Silitol	Tidak ada	10.000 – 30.000 mg/kg produk
Sorbitol	Pengental, pengisi, dll	500 – 200.000 mg/kg produk
Sukralosa	Tidak ada	10 – 15 mg/kg BB

2.3 Remaja

2.3.1. Pengertian Remaja

Remaja merupakan masa di mana seseorang berada diantara rentang usia 11 – 21 tahun. Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa di mana pada masa ini terjadi perubahan secara biologis, fisiologis, emosional, maupun psikososial pada diri seorang remaja (Brown, 2005). Fase remaja dibagi menjadi tiga yaitu remaja awal (*early adolescence*), remaja pertengahan (*middle adolescence*), dan remaja akhir (*late adolescence*) (Krummel dan Penny, 1996).

1. Remaja awal

Remaja awal merupakan masa di mana seseorang berada pada rentang umur 11 – 14 tahun (Krummel dan Penny, 1996). Pada masa remaja awal, seseorang mengalami puncak pertumbuhan atau disebut *growth spurt* di mana terjadi perubahan biologis dan fisiologis pada tubuh. Pada masa ini, terjadi

perubahan ciri fisik seperti penambahan persen lemak tubuh, perubahan bentuk pinggul, dan payudara pada wanita. Sedangkan pada pria terjadi perubahan ciri fisik seperti pertambahan tinggi badan yang pesat, pertambahan massa otot, dan pertumbuhan rambut di sekitar dada dan kelamin. Pada fase remaja awal ini, pengaruh *peer-group* atau teman sebaya sangat dominan dalam menentukan perilaku mereka. Seorang remaja awal berusaha untuk dapat diterima oleh kelompoknya sehingga mereka cenderung mengikuti tren yang sedang berkembang di kelompok tersebut termasuk perilaku dalam memilih makanan dan minuman (*food choices*) (Brown, 2005).

2. Remaja pertengahan

Remaja pertengahan merupakan masa remaja di mana seseorang berada pada rentang umur 15 – 17 tahun (Krummel dan Penny, 1996). Masa remaja pertengahan ini ditandai dengan perkembangan emosional dan sosial, independensi dari keluarga, terutama orang tua. Pada masa ini, seorang remaja merasa memiliki kebebasan yang lebih untuk mengambil suatu keputusan sendiri. Konflik dalam diri, termasuk perilaku makan dan aktivitas fisik mencapai puncaknya pada masa ini. Pengaruh teman sebaya atau *peer-group* terkait perilaku makan dan pemilihan terhadap makanan lebih berpengaruh di periode remaja pertengahan. Isu mengenai citra tubuh atau *body image* masih menjadi perhatian utama pada masa ini terutama pada anak laki-laki yang mengalami pertumbuhan lebih lambat dibandingkan teman seusianya, begitu juga dengan anak perempuan (Brown, 2005).

3. Remaja akhir

Remaja akhir merupakan masa remaja di mana seseorang berada pada rentang umur 18 – 21 tahun (Krummel dan Penny, 1996). Fase ini ditandai dengan perkembangan mengenai identitas diri dan keyakinan individu. Seorang remaja akhir sudah memiliki kepercayaan diri yang lebih terhadap kemampuannya menghadapi masalah sosial yang ada di sekitarnya dan pengaruh terhadap teman sebaya atau *peer-group* sudah tidak dominan lagi

pada masa ini. Seseorang pada masa remaja akhir lebih memperhatikan hubungan dengan individu dibandingkan memperhatikan kebutuhan akan penerimaan dirinya dalam lingkungan atau kelompok (*peer-group*). Peningkatan kemampuan untuk berusaha lebih bertanggung jawab terhadap suatu keputusan yang mereka pilih terjadi pada masa remaja akhir (Brown, 2005).

2.3.2. Perilaku Konsumsi Remaja

Perilaku merupakan tindakan atau aktivitas manusia yang dapat diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh orang lain (Notoatmodjo, 2003). Menurut Skinner (1938) dalam Notoatmodjo (2003), perilaku diartikan sebagai reaksi atau respon seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Perilaku terjadi melalui stimulus terhadap seseorang dan dilanjutkan dengan adanya respon yang dibedakan menjadi dua jenis:

1. *Respondent respons* atau *reflexive*, yakni respon yang ditimbulkan akibat rangsangan khusus. Rangsangan jenis ini disebut juga *eliciting stimulation* karena memunculkan respon yang relatif tetap. Salah satu contohnya ialah ketika seseorang mendapatkan rangsangan atau stimulus dengan melihat suatu makanan yang tersaji di meja dan bau yang harum, maka tubuh akan menerima rangsangan dari luar tersebut dengan respon adanya keinginan untuk makan. *Respondent respons* ini juga mencakup perilaku emosional misalnya ketika seseorang mendapat musibah atau mendengar berita duka maka ia akan meluapkan kesedihan dengan menangis (Notoatmodjo, 2003).
2. *Operant respons* atau *instrumental respons*, yakni respon yang muncul dan berkembang kemudian diikuti oleh stimulus atau perangsang tertentu. Stimulus ini disebut sebagai *reinforcing stimulation* atau *reinforce* karena dapat memperkuat respon. Contoh dari *operant respons* ialah ketika seorang petugas kesehatan melaksanakan tugasnya dengan baik di mana hal ini merupakan respon terhadap stimulus uraian tugas yang ia ketahui, kemudian

ia memperoleh penghargaan dari atasannya (stimulus penguat), maka petugas kesehatan tersebut akan lebih baik lagi dalam bekerja (Notoatmodjo, 2003).

Menurut Notoatmodjo (2003), dilihat dari bentuk respon terhadap stimulus ini, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua:

1. Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Perilaku tertutup merupakan respon seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dalam bentuk terselubung. Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih sebatas perhatian, persepsi, kesadaran, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut dan belum diamati secara jelas oleh orang lain atau dengan kata lain belum terlihat dalam tindakan nyata (Notoatmodjo, 2003).

2. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Perilaku terbuka merupakan respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata yang dapat diamati oleh orang lain. Contohnya ialah seorang ibu yang telah mendapatkan stimulus berupa informasi mengenai pentingnya memerikasakan kehamilan secara rutin akan memberikan respon dengan memerikasakan kehamilannya kepada tenaga kesehatan (Notoatmodjo, 2003).

Salah satu contoh perilaku ialah perilaku kesehatan, yakni suatu respon seseorang terhadap stimulus atau objek yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan minuman, serta lingkungan (Notoatmodjo, 2003). Perilaku kesehatan salah satunya ialah perilaku atau kebiasaan makan seseorang. Kebiasaan makan merupakan segala sesuatu yang menggambarkan perilaku seseorang yang berhubungan dengan makanan dan minuman seperti pola makan, frekuensi makan seseorang, distribusi makanan di antara anggota keluarga, dan penerimaan terhadap makanan dan minuman (suka atau tidak suka) (Suhardjo, 1989).

2.4 Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja.

2.4.1. Jenis kelamin

Jenis kelamin dapat menjadi suatu faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi seseorang. Umumnya laki-laki memerlukan asupan zat gizi yang lebih besar dibandingkan wanita karena massa tubuh yang lebih besar. Semakin aktif kegiatan fisik seseorang, semakin banyak energi yang diperlukan. Pada tingkat kegiatan fisik yang sama, wanita cenderung membutuhkan jumlah energi yang lebih kecil dibandingkan laki-laki karena ukuran tubuh wanita lebih kecil dibandingkan laki-laki (Suhardjo, 1989). Kaum wanita tampak lebih banyak memiliki pengetahuan tentang makanan dan gizi serta menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap keamanan makanan, kesehatan, dan penurunan berat badan (Hartono, 2005).

2.4.2. Pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan merupakan salah satu domain yang penting dalam membentuk perilaku. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih lama untuk diadopsi oleh seseorang dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2003).

Menurut Rogers (1974) dalam Notoatmodjo (2003), sebelum seseorang memutuskan untuk melakukan sebuah perilaku, terdapat beberapa proses di dalam diri orang tersebut, yaitu:

1. *Awareness* (kesadaran), yakni terlebih dahulu orang tersebut menyadari stimulus suatu objek.
2. *Interest* (Ketertarikan), seseorang mulai memiliki ketertarikan terhadap stimulus yang didapat.

3. *Evaluatin* (Evaluasi). Pada tahap ini seseorang menimbang apakah objek atau stimulus yang didapatkannya terhadap sesuatu akankah berdampak baik bagi dirinya atau sebaliknya.
4. *Trial* (percobaan), seseorang sudah mulai mencoba perilaku baru
5. *Adoption* (adopsi), seseorang telah melakukan perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus atau objek yang diterimanya.

2.4.3. Sikap terhadap minuman ringan berpemanis

Sikap merupakan suatu reaksi atau respon dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap merupakan suatu tahapan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan belum sampai pada tahap suatu tindakan atau aktivitas yang nyata (Notoatmodjo, 2003). Sikap memiliki beberapa komponen pokok antara lain:

1. Kepercayaan (keyakinan), ide, dan konsep terhadap suatu objek.
2. Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek.
3. Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*).

Komponen-komponen tersebut bersinergis membentuk suatu sikap yang utuh (*total attitude*). Sikap merupakan tahap kedua setelah adanya pengetahuan dalam perubahan atau adopsi suatu perilaku (Allport, 1954 dalam Notoatmodjo, 2003). Selain komponen, sikap juga memiliki beberapa tingkatan:

1. Menerima (*receiving*)

Menerima dapat diartikan sebagai tahapan seseorang untuk mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan terhadap suatu objek.

2. Merespon (*responding*)

Respon merupakan tahapan yang lebih tinggi dari menerima. Dalam hal ini, seseorang atau subjek bersedia untuk memberikan jawaban apabila ditanya dan berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan. Hal di atas merupakan indikasi bahwa seseorang menerima suatu ide atau pengetahuan yang telah didapatkan.

3. Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan dan mendiskusikan suatu masalah atau ide yang ia dapatkan merupakan indikasi sikap tingkat ketiga. Pada tahap ini, ketika seseorang mengajak orang lain untuk berdiskusi tentang suatu ide, hal ini merupakan suatu bukti bahwa subjek memiliki sikap positif terhadap ide atau pengetahuan yang didupatkannya.

4. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas sesuatu yang telah dipilihnya atau dengan kata lain menerima dan mau menjalankan pengetahuan dan ide yang didupatkan subjek dari berbagai sumber merupakan tahapan sikap yang paling tinggi (Notoatmodjo, 2003).

2.4.4. Uang saku

Pemberian uang saku kepada anak merupakan salah satu cara orang tua mendidik anak dalam mengelola keuangan secara mandiri. Dengan adanya uang saku, seorang anak memiliki tanggung jawab terhadap keputusan dalam penggunaan uang tersebut. Seorang anak diberi uang saku sesuai kebutuhan dan kemampuan orang tuanya (Zoe, 2012). Ketika pendapatan rumah tangga semakin meningkat, seseorang cenderung untuk memiliki pola konsumsi terhadap makanan secara berlebih dan memilih makanan yang disukainya (Krummel dan Penny, 1996). Penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) mengemukakan hasil bahwa semakin tinggi uang saku seseorang, maka semakin tinggi pula tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis.

2.4.5. Teman sebaya

Ketika beranjak remaja, pengaruh teman kelompok atau *peer group* semakin kuat pada diri seseorang dibandingkan dengan pengaruh dari keluarga. Remaja yang memiliki hubungan kurang baik dengan orang tuanya akan semakin kuat mendapatkan pengaruh dari teman kelompoknya mengenai perilaku remaja tersebut. Sebuah studi menunjukkan bahwa remaja menghabiskan waktu lebih banyak bersama teman kelompoknya dibandingkan dengan keluarga di waktu akhir pekan. *Peer group*

dapat memberikan pengaruh mengenai pilihan makanan dan minuman seorang remaja. Mereka berusaha mengikuti kebiasaan makan teman kelompok agar dapat diterima di kelompok tersebut dan dapat juga menjadi sarana solidaritas teman kelompok (Pipes, 1985). Perasaan ingin diterima oleh teman kelompok membuat seorang remaja cenderung mengikuti apa yang sedang tren di kalangan kelompoknya agar ia dapat diterima dan menjadi bagian dari kelompok (Brown, 2005).

2.4.6. Keluarga

Keluarga merupakan satuan terkecil dari masyarakat yang setidaknya terdiri dari orang tua dan anak. Dalam sebuah keluarga, umumnya terdapat norma-norma atau peraturan serta nilai tentang berbagai hal yang dianut oleh seluruh anggota keluarga tersebut. Di samping itu, terdapat kebiasaan-kebiasaan yang dibentuk dalam sebuah keluarga, salah satunya ialah kebiasaan makan. Peran orang tua sangat mempengaruhi dalam pembentukan kebiasaan makan anggota keluarga khususnya anak-anak. Pengetahuan dan kesukaan ibu terhadap jenis makanan tertentu berpengaruh terhadap hidangan atau makanan yang disajikan di rumah. Di samping itu, kesukaan ayah terhadap makanan atau minuman tertentu juga sangat berpengaruh terhadap hidangan yang disajikan di rumah sehingga anak-anak cenderung mengikuti kesukaan orang tuanya (Suhardjo, 1989).

2.4.7. Pengaruh media massa

Media massa memiliki pengaruh terhadap sikap seseorang untuk memilih makanan atau minuman tertentu. Iklan di televisi mengenai produk makanan dan minuman tertentu telah banyak mempengaruhi masyarakat mulai dari anak-anak hingga remaja. Pada umumnya remaja telah menonton lebih dari sejuta iklan komersial di televisi terkait produk makanan dan minuman dan rata-rata produk yang ditawarkan merupakan produk yang tinggi kandungan gula dan lemak (Pipes, 1985). Sebuah iklan di televisi dapat mempengaruhi pengetahuan anak mengenai produk makanan yang diiklankan, memiliki sikap positif terhadap produk makanan dan

minuman yang diiklankan tersebut, dan mengubah persepsi atau pandangan seseorang (Hartono, 2005).

2.4.8. Akses terhadap minuman ringan berpemanis

Kemudahan akses dalam mendapatkan makanan atau minuman yang siap konsumsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja. Semakin maju teknologi, kemudahan akan makanan dan minuman siap saji semakin banyak dirasakan masyarakat. Toko atau minimarket, mesin minuman, dan restoran cepat saji yang menyediakan minuman ringan kini makin mudah dijangkau oleh masyarakat termasuk remaja (Pipes, 1985).

2.5 Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Berlebih

2.5.1. Kegemukan

Telah banyak penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara peningkatan konsumsi gula tambahan dengan peningkatan kasus *overweight* atau kegemukan. Penelitian yang dilakukan oleh Schulze et al (2010) terhadap wanita di Amerika menunjukkan hasil bahwa mereka yang menaikkan tingkat konsumsi terhadap minuman ringan berpemanis mengalami kenaikan berat badan rata-rata 8 kg, sedangkan mereka yang menurunkan tingkat konsumsi terhadap minuman berpemanis hanya mengalami kenaikan berat badan rata-rata 2,8 kg selama masa penelitian. Hasil yang kurang lebih sama juga ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan terhadap > 40.000 wanita berkulit hitam di Amerika. Mereka yang mengubah konsumsi minuman ringan berpemanis menjadi ≥ 1 botol/kaleng perhari memiliki kenaikan berat badan rata-rata 6,8 kg, sedangkan mereka yang menurunkan konsumsinya terhadap minuman ringan berpemanis, mengalami kenaikan berat badan rata-rata 4,1 kg (Palmer et al dalam Malik et al, 2006).

2.5.2. Risiko Penyakit Kardiovaskuler

Professor John Judkin dalam Kuntaraf dan Kathleen Liwijaya (1999) mengemukakan bahwa salah satu penyebab terjadinya arterosklerosis ialah akibat berlebihan dalam konsumsi gula. Dr. Judkin telah mempelajari statistik dari 41 negara dan melihat bagaimana peningkatan konsumsi gula di banyak negara sejalan pula dengan peningkatan kematian akibat penyakit jantung. Gula yang biasa dikonsumsi orang banyak ialah sukrosa. Sukrosa terdiri dari dua molekul monosakarida yaitu fruktosa dan glukosa yang terikat secara kimia. Fruktosa ialah sebagian dari molekul sukrosa yang bertanggung jawab menaikkan serum trigliserida.

2.6 Metode Survei Konsumsi Makanan dengan *Food Record*

Food record merupakan salah satu metode pengukuran tingkat konsumsi individu secara kuantitatif. Melalui metode ini, responden diminta untuk mencatat makanan dan minuman apa saja yang dikonsumsi selama beberapa hari dalam kuesioner *food record*. Hal yang harus ditulis dalam kuesioner *food record* antara lain jumlah dan jenis makanan, serta cara memasaknya. Peneliti harus berusaha memberikan penjelasan yang baik mengenai besar porsi makanan agar responden memiliki persepsi yang sama terkait besar porsi makanan yang dikonversikan dari ukuran rumah tangga menjadi berat dalam gram. Jumlah hari yang digunakan dalam metode *food record* tergantung dari tujuan penelitian. Ketika tujuannya ialah ingin melihat gambaran rata-rata konsumsi sehari sebuah grup atau populasi, pencatatan selama satu hari sudah cukup dilakukan. Sedangkan untuk mengetahui gambaran rata-rata konsumsi pada tingkat individu, pencatatan harus dilakukan lebih dari satu hari termasuk akhir pekan (Gibson, 2005). Metode survei konsumsi makanan dengan *food record* memiliki beberapa kelebihan dan juga kelemahan dibandingkan dengan metode lainnya. Kelebihan dari metode ini antara lain:

1. Metode ini cukup murah dan cepat
2. Dapat menjangkau jumlah sampel yang cukup besar
3. Dapat diketahui jumlah zat gizi sehari
4. Hasilnya lebih akurat (Supriasa, 2001).

Sedangkan kelemahan metode *food record* antara lain:

1. Metode ini dapat membebani responden sehingga responden cenderung mengubah kebiasaan makan.
2. Tidak dapat digunakan pada responden yang buta huruf.
3. Sangat tergantung kepada kejujuran dan kemampuan responden dalam mencatat dan memperkirakan berapa jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi (Supariasa, 2001).

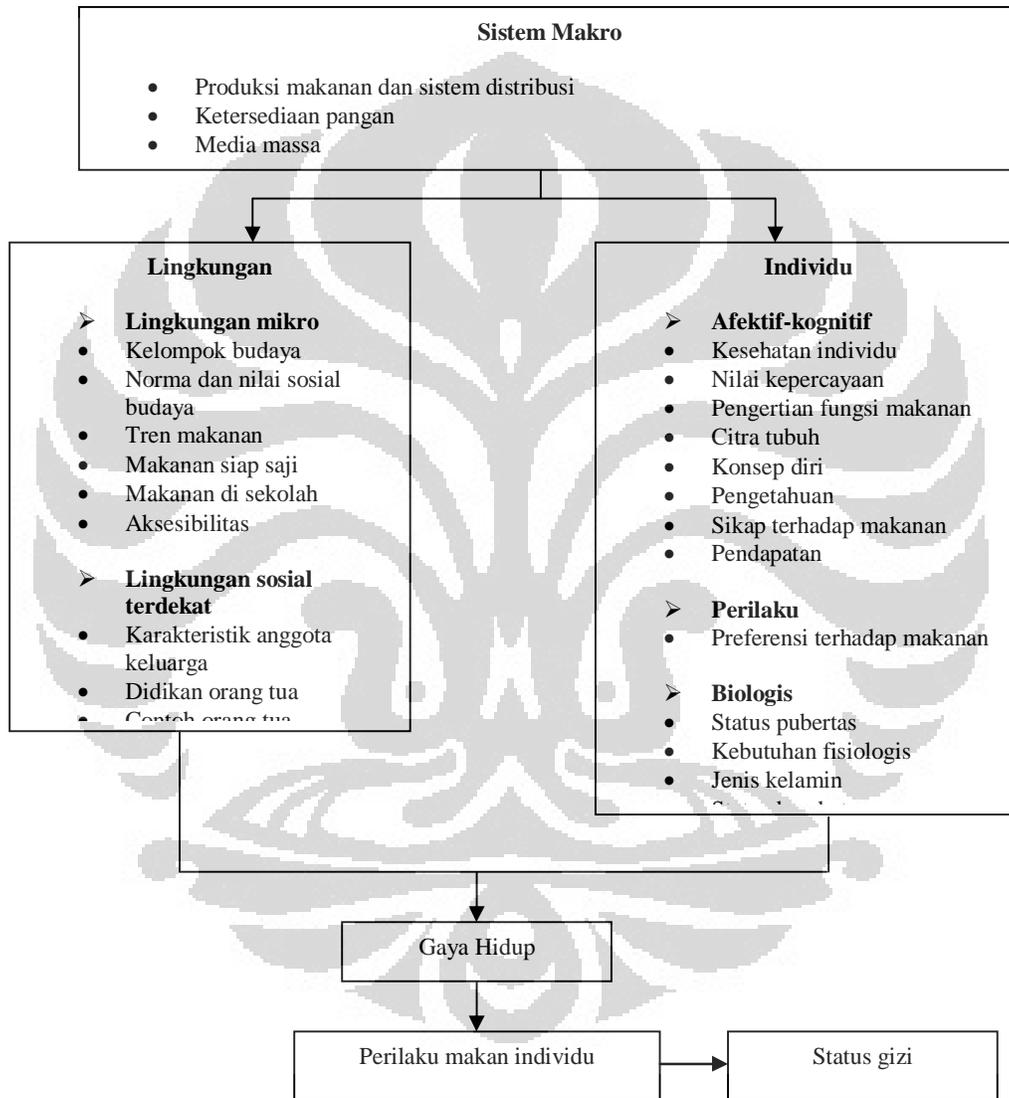


BAB III

KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Teori

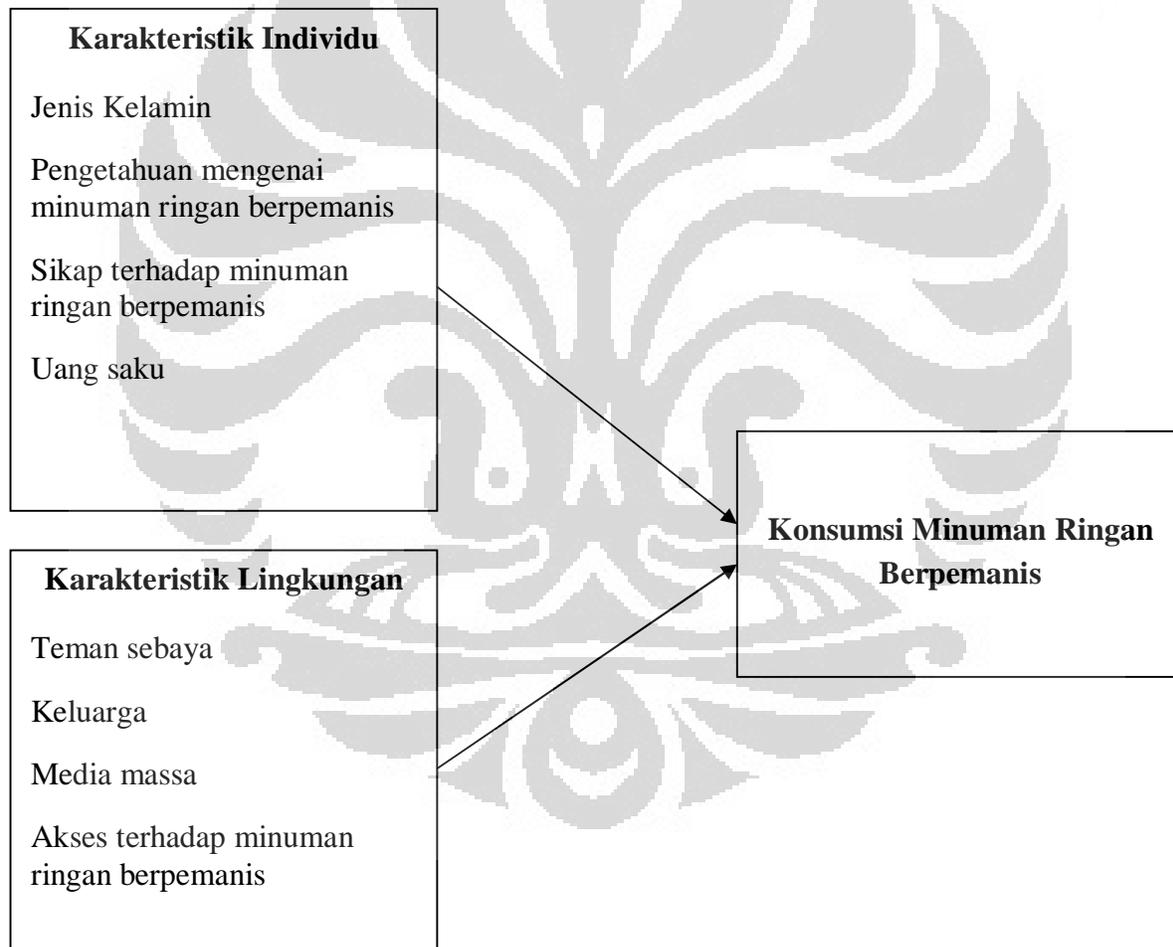
Bagan 3.1 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan Pada Remaja



Sumber: Modifikasi dari M. Story dan I. Alton, “*Becoming a Woman: Nutrition in Adolescence*”, dalam D.A. Krummel dan Kris-Etherton, 1996 dalam *Nutrition Through The Life Cycle 2nd Edition*, 2005, Bere et al, 2007, dan Elizabeth & Sanjur, 1981 dalam Suhardjo, 1989.

3.2 Kerangka Konsep

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen meliputi faktor individu yang terdiri dari jenis kelamin, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, kemudian faktor lingkungan yang terdiri dari teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis sebagai variabel dependen. Variabel-variabel yang akan diteliti di atas dapat digambarkan sebagai berikut:



3.3 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Dependen						
1.	Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis	Frekuensi konsumsi minuman ringan mengandung pemanis (alami ataupun buatan) yang dikonsumsi oleh responden dalam satu bulan terakhir (Nurfitriani, 2011)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Sering: \geq median 2. Jarang: $<$ median	Ordinal

Independen						
Faktor Individu						
1.	Jenis kelamin	Alat kelamin utama	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Laki-laki 2. Perempuan	Nominal
2.	Pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis	Pemahaman responden mengenai kandungan gizi dan pengaruh minuman ringan berpemanis terhadap kesehatan tubuh	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Tinggi: > 80% jawaban benar 2. Menengah: 60 – 80 % jawaban benar 3. Rendah: <60 % jawaban benar (Khomsan, 2004)	Ordinal
3.	Sikap terhadap minuman ringan berpemanis	Respon seseorang terhadap suatu stimulus (Notoatmodjo, 2003)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Negatif: \geq mean 2. Positif: < mean	Ordinal
4.	Uang saku	Sejumlah uang yang diperoleh responden dalam sehari untuk keperluan pribadi (Nurfitriani, 2011)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	3. Tinggi: \geq median 4. Rendah: < median	Ordinal

Faktor Lingkungan						
1.	Teman sebaya	Sekelompok orang yang tergabung dalam kelompok sepermainan responden yang dapat memengaruhi konsumsi minuman ringan berpemanis pada responden (Skriptiana, 2009)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Dipengaruhi 2. Tidak dipengaruhi (Skriptiana, 2009)	Ordinal
2.	Keluarga	Perilaku ayah, ibu, adik, kakak dalam memengaruhi konsumsi minuman ringan berpemanis responden (Skriptiana, 2009)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	1. Dipengaruhi 2. Tidak dipengaruhi (Skriptiana, 2009)	Ordinal

3.	Media massa	Media informasi, baik cetak maupun elektronik yang dapat memengaruhi konsumsi minuman ringan berpemanis pada responden (Skriptiana, 2009)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dipengaruhi 2. Tidak dipengaruhi (Skriptiana, 2009) 	Ordinal
4.	Akses terhadap minuman ringan berpemanis	Kemudahan responden dalam mendapatkan dan mengonsumsi minuman ringan berpemanis di rumah maupun di sekolah (Skriptiana, 2009)	Angket (<i>self-administered</i>)	Kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jarak dekat: <100 meter 2. Jarak menengah: 100 – 500 meter 3. Jarak jauh: > 500 meter (Bere et al, 2007). 	Ordinal

3.4 Hipotesis

1. Ada hubungan antara jenis kelamin dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
2. Ada hubungan antara pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
3. Ada hubungan antara sikap terhadap minuman ringan berpemanis dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
4. Ada hubungan antara uang saku dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
5. Ada hubungan antara teman sebaya dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
6. Ada hubungan antara keluarga dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
7. Ada hubungan antara media massa dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.
8. Ada hubungan antara akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Pengambilan data variabel dependen dan variabel independen dilakukan dalam waktu yang bersamaan. Penulis menggunakan desain studi *cross sectional* karena lebih mudah dilakukan dan waktu yang digunakan lebih efisien serta sesuai dengan tujuan penulis yaitu ingin mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi.

4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Bekasi. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Mei 2012.

4.3 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi. Sampel dari penelitian ini adalah sebagian dari siswa/i Kelas X dan XI SMA Negeri 1 Bekasi yang memenuhi kriteria inklusi yakni berstatus siswa aktif di sekolah tersebut, sehat secara jasmani dan rohani, dan bersedia mengisi kuesioner penelitian.

Cara menentukan besarnya sampel dilakukan melalui perhitungan rumus menggunakan *software sample size*. Pada penelitian dengan uji hipotesis beda 2 proporsi (Ariawan, 1998) ini digunakan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{\{Z_{1-\alpha/2} \sqrt{2P(1-P)} + Z_{1-\beta} \sqrt{[P_1(1-P_1)] + [P_2(1-P_2)]}\}^2}{(P_1 - P_2)^2}$$

n = besar sampel yang diharapkan

α = tingkat kemaknaan pada $\alpha = 5\%$ (1,96)

1- β = kekuatan uji (*power test*) sebesar 90%

P_1 = Proporsi konsumsi minuman ringan berpemanis terhadap responden yang mendapat pengaruh media massa (55,6 %) (Skriptiana, 2009)

P_2 = Proporsi konsumsi minuman ringan berpemanis terhadap responden yang tidak mendapat pengaruh media massa (24,7 %) (Skriptiana, 2009)

Tabel 4.1 Tabel Nilai-Nilai Proporsi Penelitian Sebelumnya

Variabel	Tingkat konsumsi		Sampel minimal
	P1	P2	
Pengaruh media massa terhadap tingkat konsumsi minuman ringan berkarbonasi (Skriptiana, 2009)	0,556	0,247	51
Pengaruh teman sebaya terhadap tingkat konsumsi minuman ringan berkarbonasi (Skriptiana, 2009)	0,533	0,063	18
Pengaruh keluarga terhadap tingkat konsumsi minuman ringan berkarbonasi (Skriptiana, 2009)	0,436	0,033	22

Berdasarkan perhitungan di atas, didapatkan besar minimal sampel dalam penelitian yaitu sebanyak 51 responden. Metode pengambilan sampel dilakukan secara *quota sampling* di mana pemenuhan jumlah minimal sampel dilakukan dengan cara pihak sekolah memutuskan 4 kelas yang dapat digunakan sebagai sampel dari total 20 kelas yang ada dan seluruh siswa dari empat kelas terpilih menjadi sampel dalam penelitian sehingga jumlah atau kuota sampel yang telah ditentukan dapat terpenuhi. Dengan memperhatikan adanya *design effect*, maka jumlah minimal sampel dikalikan dengan $deff = 2$ sehingga jumlah sampel menjadi 102 responden.

4.4 Pengumpulan Data

4.4.1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari identitas diri siswa seperti nama dan jenis kelamin, kemudian beberapa pertanyaan mengenai frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, teman sebaya, keluarga, media massa, uang saku, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis. Selain itu, terdapat juga kuesioner *food record* untuk mengetahui asupan energi responden yang bersumber dari gula tambahan dalam minuman ringan berpemanis. Pembuatan kuesioner dilakukan berdasarkan modifikasi dari kuesioner Prasetya (2007), Skriptiana (2009), Nurfitriani (2011), dan Bere et al (2007). Kuesioner yang telah dibuat akan dilakukan uji coba kepada sebelas siswa SMA yang memiliki karakteristik mirip atau mendekati karakteristik responden yang akan dijadikan sampel penelitian.

4.4.2. Sumber Data

Sumber data penelitian yang dilakukan terdiri dari:

1. Data Primer

Data primer yang dikumpulkan terdiri dari identitas siswa (nama, usia, jenis kelamin, nomor telepon) dan kuesioner mengenai frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis. Selain itu, dilakukan juga pengisian kuesioner mengenai asupan energi yang berasal dari gula tambahan dalam minuman berpemanis dengan kuesioner *food record*. Seluruh data primer ini diperoleh dari jawaban responden melalui pengisian kuesioner.

2. Data Sekunder

Data sekunder yang dikumpulkan adalah data mengenai gambaran umum SMA Negeri 1 Bekasi dan jumlah siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012.

4.4.3. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan selama beberapa hari pada saat kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Bekasi sedang berlangsung. Dalam setiap kelas yang terpilih, peneliti membagikan kuesioner kepada para siswa dan memberikan penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner. Setelah pengarahan mengenai cara pengisian kuesioner selesai, responden dapat mengisi kuesioner sesuai arahan dan petunjuk yang telah dijelaskan sebelumnya. Kemudian jika sudah selesai, kuesioner dikembalikan kepada peneliti. Data-data yang diperlukan segera diperiksa kelengkapannya. Jika ada kuesioner yang belum lengkap datanya, responden dipanggil kembali untuk melengkapinya atau menghubungi responden via telepon.

4.5 Manajemen Data

Data penelitian kuantitatif diolah dengan menggunakan perangkat lunak komputer dengan melalui empat tahapan, yaitu:

1. *Data Coding*, yaitu kegiatan memberikan kode pada data yang tersedia dan mengklasifikasikan data sesuai kebutuhan penelitian.

Setiap pertanyaan yang ada di kuesioner memiliki kode dan skor masing-masing. Pada variabel jenis kelamin, apabila responden mengisi dengan jenis kelamin laki-laki, maka diberi kode 1 dan apabila perempuan diberi kode 2. Kemudian pada variabel pengetahuan, terdiri dari beberapa pertanyaan. Jawaban benar diberi skor 1 dan apabila responden menjawab salah atau tidak memilih jawaban maka diberi skor 0. Untuk mendapatkan skor total, maka seluruh skor jawaban dari tiap pertanyaan dijumlahkan hingga mendapatkan skor total yaitu 43. Selanjutnya ialah variabel mengenai sikap. Terdapat tiga pernyataan mengenai sikap dan responden diminta memberikan

pernyataan mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Setiap pernyataan diberi skor berdasarkan modifikasi dari *rosenberg scale* yaitu untuk pernyataan positif diberi skor paling tinggi sebesar 5 apabila responden menjawab sangat setuju, skor 4 untuk pernyataan setuju, skor 3 untuk pernyataan biasa/netral, skor 2 untuk pernyataan tidak setuju, dan skor 1 untuk pernyataan sangat tidak setuju. Sedangkan untuk pernyataan negatif, diberi skor berkebalikan yakni apabila responden menjawab dengan pernyataan sangat tidak setuju maka akan diberi skor 5 dan seterusnya. Total skor dari seluruh pernyataan ialah 15. Kemudian untuk variabel pengaruh teman sebaya, keluarga, dan media massa, setiap responden yang menjawab ya atau kadang-kadang diberi skor 1 dan yang menjawab tidak diberi skor 0. Kemudian yang terakhir ialah variabel akses terhadap minuman ringan, dimana akses ini dibagi menjadi tiga bagian yakni akses dekat, sedang, dan jauh. Apabila responden menjawab kurang dari 100 meter maka diberi kode 1, apabila menjawab 100 – 500 meter diberi kode 2, dan kode 3 untuk jawaban > 500 meter.

2. *Data Editing*, yaitu kegiatan memeriksa kelengkapan data yang telah terkumpul, lalu disusun urutannya. Selanjutnya dilihat apakah terdapat kesalahan dalam pengisian serta melihat konsistensi jawaban dari setiap pertanyaan per variabel.
3. *Data Entry*, yaitu kegiatan memasukkan data dari kuesioner ke komputer melalui perangkat lunak tertentu sesuai variabel yang telah disusun agar mudah dibaca dan dianalisis.
4. *Data Cleaning*, yaitu kegiatan pembersihan data atau pengoreksian data dari kesalahan yang mungkin tidak sengaja dilakukan dengan melihat distribusi frekuensi dari variabel-variabel yang diteliti dan kelogisannya. Tujuan membersihkan data adalah untuk memeriksa kembali data yang diolah apakah terdapat kesalahan atau tidak untuk menjaga kualitas data.

4.6 Analisis Data Univariat

Analisis data univariat digunakan untuk mendeskripsikan variabel dependen tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dan variabel independen yang terdiri dari karakteristik individu yaitu jenis kelamin, pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis, sikap terhadap minuman ringan berpemanis, uang saku, dan karakteristik lingkungan yaitu teman sebaya, keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis. Selain itu, analisis univariat mengenai rata-rata total asupan energi dalam sehari dan sumbangan energi yang berasal dari minuman ringan berpemanis juga dilakukan untuk mendapatkan gambaran data dan persentase masing-masing variabel tersebut.

4.7 Analisis Data Bivariat

Analisis data bivariat dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Analisis ini menggunakan uji statistik *Chi-Square* dalam program SPSS dengan tingkat kepercayaan 95% dan nilai $\alpha = 0,05$. Apabila nilai $p < 0,05$ maka hasil perhitungan secara statistik menunjukkan adanya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Jika nilai $p > 0,05$ maka hasil perhitungan secara statistik menunjukkan tidak adanya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

BAB V

HASIL PENELITIAN

5.1 Gambaran Umum SMA Negeri 1 Bekasi

SMA Negeri 1 Bekasi terletak di Jalan K.H. Agus Salim nomer 181 Kota Bekasi, Provinsi Jawa Barat. Sekolah ini didirikan pada 30 Juli 1964 melalui SK Kakanwil Depdikbud Provinsi Jawa Barat No. 79/SK/B III tentang penegerian SMA Negeri 1 Bekasi. Sekolah yang pertama kali didirikan di Kota Bekasi ini memiliki visi “Berwawasan global dalam IPTEK, kompetitif, aktual, berbudaya lingkungan berlandaskan iman dan takwa” yang didukung dengan misi antara lain: Mengaktualisasikan sains, teknologi, sosial, seni dan budaya, dalam meningkatkan nilai tambah sehingga menghasilkan siswa berkepribadian tangguh dan mandiri serta memiliki kemampuan berkomunikasi secara global, mengembangkan keunggulan ekstrakurikuler secara intensif dan berkelanjutan, mewujudkan sekolah peduli dan berbudaya lingkungan serta melakukan upaya perlindungan dan pengelolaan lingkungan hidup, menerapkan manajemen sekolah yang kooperatif dan terstandar, dan menumbuhkan penghayatan dan pengamalan beribadah sebagai sumber kearifan dan nilai-nilai budi pekerti. SMA Negeri 1 Bekasi merupakan salah satu rintisan sekolah berstandar internasional dan diduga sebagian besar siswa berstatus ekonomi golongan menengah ke atas.

SMA Negeri 1 Bekasi memiliki 31 ruang kelas yang terbagi menjadi sebagai berikut:

1. 10 ruang untuk siswa kelas X.
2. 8 ruang untuk siswa kelas XI IPA, 1 ruang untuk siswa kelas XI IPS.
3. 7 ruang untuk siswa kelas XII IPA, 2 ruang untuk siswa kelas XII IPS.
4. 2 ruang untuk kelas akselerasi..

Selain fasilitas ruang kelas, terdapat beberapa fasilitas laboratorium yaitu laboratorium fisika, kimia, biologi, bahasa, komputer, dan audio visual. Kemudian di SMA ini juga terdapat kantin sehat, kantin kejujuran, klinik kesehatan, perpustakaan, masjid, dan sarana olahraga seperti lapangan sepak bola, basket, dan bola voli.

5.2 Hasil Analisis Univariat

5.2.1 Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dibagi menjadi dua kategori yakni kategori sering dan jarang. Kategori ini dibagi berdasarkan nilai tengah atau median yaitu sebesar 30 kali perbulan. Pembagian kategori ini menggunakan nilai tengah atau median sebagai *cut off point* karena distribusi data yang tidak normal. Responden yang mengonsumsi lebih dari atau sama dengan 30 kali perbulan masuk dalam kategori sering dan responden yang mengonsumsi kurang dari 30 kali perbulan masuk dalam kategori jarang. Tabel 5.1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012

Konsumsi minuman ringan	Jumlah (n)	Persentase (%)
sering	67	65.7
jarang	35	34.3
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa 65,7% responden masuk dalam kategori sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis dan 34,3% responden masuk dalam kategori jarang. Nilai rata-rata untuk konsumsi minuman ringan berpemanis yaitu 40,33 kali perbulan dengan nilai frekuensi konsumsi terendah yaitu 4 kali perbulan dan tertinggi sebanyak 120 kali perbulan.

Selanjutnya akan diuraikan beberapa informasi tambahan atau uraian mengenai distribusi responden berdasarkan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Tahun 2012.

Tabel 5.2.1.1 Distribusi responden berdasarkan jenis minuman ringan berpemanis yang sering dikonsumsi

Jenis Minuman	n	%
Teh siap minum (kemasan)	43	42.2
Minuman Berkarbonasi	12	11.8
Minuman Isotonik	9	8.8
Minuman Jus/Rasa Buah	10	9.8
Susu dalam kemasan	28	27.4
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat terlihat bahwa rata-rata responden (42,2%) paling sering mengonsumsi teh siap minum atau dalam kemasan seperti *Nu Green Tea*, *Fresh Tea*, *Fruit Tea*, dan sebagainya. Selain teh dalam kemasan, sebanyak (27,4%) responden sering mengonsumsi susu dalam kemasan seperti *ultra milk*, *milo*, *indomilk*, dan merk lainnya. Kemudian sebanyak (11,8%) responden sering mengonsumsi minuman berkarbonasi seperti *coca cola*, *fanta*, *sprite*, *a&w root beer*, dan merk minuman lainnya.

Tabel 5.2.1.2 Distribusi responden berdasarkan waktu mengonsumsi minuman ringan

Waktu mengonsumsi	n	%
Saat atau setelah sarapan	6	5.9
Saat atau setelah makan siang	13	12.7
Saat atau setelah makan malam	2	2.0
Saat beristirahat	48	47.1
Setelah berolahraga	15	14.7
Saat berkumpul dengan teman	48	47.1
Lain-lain	15	14.7
Total	102	100.0

Pada bagian waktu mengonsumsi minuman ringan berpemanis, responden diminta untuk memilih kapan waktu yang digunakan untuk mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Setiap responden diperbolehkan memilih lebih dari satu pilihan jawaban. Berdasarkan tabel, terlihat bahwa hampir separuh responden (47,1%) biasa mengonsumsi minuman ringan berpemanis pada saat beristirahat ataupun saat berkumpul dengan teman. Pilihan jawaban lain-lain misalnya saat belajar, santai, dan

saat berolahraga digunakan sebanyak 14,7% responden untuk mengonsumsi minuman ringan berpemanis.

5.2.1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Energi yang Didapat dari Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Asupan energi dari minuman ringan berpemanis	n	Persentase (%)
≤10% total kebutuhan energi	71	69.6
>10% total kebutuhan energi	31	30.4
Total	102	100.0

Tabel 5.2.1.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Asupan Energi dari Minuman Ringan Berpemanis yang >10% total kebutuhan energi rata-rata

Asupan energi dari minuman ringan berpemanis >10% total kebutuhan energi	n	Persentase (%)
11 – 15% total kebutuhan energi	17	16.7
16 – 20% total kebutuhan energi	6	5.9
21 – 25% total kebutuhan energi	6	5.9
≥ 26% total kebutuhan energi	2	2.0
Total	31	30.4

Pada bagian ini setiap responden diminta untuk mencatat minuman ringan berpemanis yang dikonsumsi dalam satu hari terakhir. Kemudian dihitung jumlah energi dari masing-masing jenis minuman ringan berpemanis yang dikonsumsi dan didapatkan hasil bahwa rata-rata total energi yang didapat dari konsumsi minuman ringan berpemanis sebesar 144,9 kkal atau sebesar 7,2% dari total asupan energi rata-

rata orang Indonesia yaitu 2000 kkal (WNPG, 2004). Namun, terdapat jumlah asupan energi maksimal yang dikonsumsi responden yaitu 520 kkal atau 26% dari total asupan energi dan ini melebihi batas asupan gula tambahan yang dianjurkan WHO (2003) yaitu sebesar 10% dari total energi. Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa 69,6% responden masih dalam batas normal terhadap asupan energi dari minuman ringan berpemanis yaitu $\leq 10\%$ total kebutuhan energi.

5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin responden dibagi menjadi dua kelompok yakni laki-laki dan perempuan. Tabel 5.2 menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Jenis kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
laki-laki	46	45.1
perempuan	56	54.9
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan, yakni 54,9 % dibandingkan responden laki-laki (45,1 %).

5.2.3 Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis

Pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis dibagi menjadi tiga kategori yakni pengetahuan rendah, menengah, dan tinggi. Pembagian kategori ini didasarkan pada kemampuan responden dalam menjawab pertanyaan mengenai minuman ringan berpemanis. Variabel pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis terdapat tujuh pertanyaan. Pada setiap pertanyaan, responden diperbolehkan menjawab lebih dari satu jawaban yang dianggap benar. Penilaian dilakukan dengan menggunakan skoring. Untuk setiap jawaban benar, diberi skor 1 dan jawaban salah serta jawaban benar tetapi tidak dipilih diberi skor 0. Responden yang menjawab lebih dari 80% jawaban dengan benar, masuk dalam kategori tinggi.

Responden yang menjawab 60 – 80 % total jawaban dengan benar, masuk kategori tingkat pengetahuan menengah, dan responden yang menjawab <60% jawaban benar masuk dalam kategori tingkat pengetahuan rendah (Khomsan, 2004). Tabel 5.3 menunjukkan distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Rendah	30	29.4
Menengah	70	68.6
Tinggi	2	2.0
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa lebih banyak responden memiliki pengetahuan tingkat menengah yaitu 68,6% dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (29,4%), dan responden dengan tingkat pengetahuan tinggi (2,0%). Skor maksimal untuk tingkat pengetahuan ialah sebesar 43 poin. Rata-rata nilai skor responden sebesar 27,45 dengan skor terendah yakni 19 dan skor tertinggi yaitu 35 dari total skor maksimal. Untuk menghindari adanya sel yang kosong, maka dalam analisis bivariat, kategori pengetahuan diperkecil menjadi dua kategori yaitu pengetahuan tingkat menengah dan rendah di mana kategori pengetahuan tingkat tinggi digabung dengan pengetahuan tingkat menengah.

Selanjutnya pada tabel 5.2.3.1 sampai 5.2.3.7 akan diuraikan lebih detail distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi.

5.2.3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Kandungan Zat dalam Minuman Ringan Berpemanis

Minuman ringan berpemanis memiliki berbagai kandungan zat diantaranya air, gula pasir atau sukrosa, pemanis buatan seperti Na Siklamat dan aspartame, bahan pengawet seperti asam sitrat dan Na Benzoat, bahan pewarna, dan bahan lainnya seperti vitamin atau antioksidan. Tabel 5.2.3.1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai kandungan zat dalam minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.2.3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Kandungan Zat dalam Minuman Ringan Berpemanis

Kandungan Minuman Ringan Berpemanis	Jumlah (n)	Persentase (%)
Air*	84	82.4
Gula pasir*	57	55.9
Pemanis buatan*	83	81.4
Bahan pengawet*	76	74.5
Bahan pewarna*	61	59.8
Lain-lain	8	7.8

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai kandungan zat yang terdapat dalam minuman ringan berpemanis, sebagian besar responden menjawab dengan benar pertanyaan tersebut. Sebanyak 82,4% responden menjawab air, 81,4% responden menjawab pemanis buatan, 74,5% menjawab bahan pengawet, 59,8% menjawab bahan pewarna, 55,9% responden menjawab gula pasir, dan 7,8% responden menjawab pilihan lain-lain. Responden yang menjawab pilihan lain-lain menyebutkan zat berupa perasa buatan, vitamin, elektrolit, dan bahan karbonasi (CO₂).

5.2.3.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Alami

Jenis pemanis alami yang biasa digunakan sebagai zat tambahan atau komposisi dalam minuman ringan berpemanis diantaranya gula pasir atau sukrosa, *high fructose corn syrup* (HFCS), dan madu. Tabel 5.2.3.2 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai jenis pemanis alami.

Tabel 5.2.3.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Alami

Jenis Pemanis Alami	Jumlah (n)	Persentase (%)
Aspartame	1	1.0
Madu*	97	95.1
Gula pasir*	87	85.3
Sakarin	3	2.9
Siklambat	1	1.0
Lain-lain	9	8.8

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai jenis pemanis alami, sebagian besar responden sudah menjawab pertanyaan dengan benar. Sebanyak 95,1% menjawab madu dan 85,3% menjawab gula pasir. Responden yang memilih jawaban lain-lain menyebutkan jenis pemanis alami antara lain gula batu, gula merah, dan gula aren.

5.2.3.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Buatan

Beberapa jenis pemanis buatan yang beredar di pasaran dan biasa digunakan dalam berbagai bahan makanan dan minuman termasuk minuman ringan berpemanis diantaranya ialah Asesulfam potassium, Na siklambat, aspartame, dan sakarin. Tabel 5.2.3.3 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai jenis pemanis buatan.

Tabel 5.2.3.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Jenis Pemanis Buatan

Jenis Pemanis Buatan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Gula pasir	5	4.9
Madu	3	2.9
Aspartame*	81	79.4
Sakarin*	86	84.3
Siklamat*	79	77.5
Lain-lain	1	1.0

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai jenis pemanis buatan, lebih dari separuh responden sudah menjawab dengan benar pertanyaan tersebut. Sebanyak 84,3% menjawab sakarin, 79,4% menjawab aspartame, dan 77,5% menjawab siklamat. Responden yang menjawab pilihan lain-lain menyebutkan jenis pemanis buatan asesulfam.

5.2.3.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami

Pada pertanyaan ini, responden diminta untuk memilih beberapa merk minuman ringan mana saja yang mengandung pemanis alami. Merk yang ditampilkan pada kuesioner antara lain *Fanta Lemon*, *Buavita Guava*, *Mizone*, *Ale-Ale*, *Diet Coke*, *Minute Maid Pulpy*, dan *Kratingdaeng*. Minuman ringan yang mengandung bahan pemanis alami ialah *Fanta Lemon*, *Buavita Guava*, *Mizone*, dan *Minute Maid Pulpy*. Tabel 5.2.3.4 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai merk minuman ringan yang mengandung pemanis alami.

Tabel 5.2.3.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami

Merk minuman ringan mengandung pemanis alami	Jumlah (n)	Persentase (%)
Fanta lemon*	3	2.9
Buavita guava*	44	43.1
Mizone*	2	2.0
Ale-ale	3	2.9
Diet coke	3	2.9
Minute maid pulpy*	40	39.2
Kratingdaeng	2	2.0
Total	102	100.0

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai merk minuman apa saja yang mengandung pemanis alami, sebagian besar responden belum dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Hanya 2,0% yang menjawab *Fanta Lemon*, 2,9% menjawab *Mizone*, 39,2% menjawab *Minute Maid Pulpy*, dan 43,1% menjawab *Buavita Guava*.

5.2.3.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Buatan

Pada pertanyaan ini, responden diminta untuk memilih beberapa merk minuman ringan mana saja yang mengandung pemanis buatan. Merk yang ditampilkan pada kuesioner antara lain *Sprite Zero*, *Frutang*, *Mountea*, *M-150*, *Extra Joss*, *Calpico Soda*, dan *Country Choice Guava*. Minuman ringan yang mengandung bahan pemanis buatan ialah *Sprite Zero*, *Frutang*, *Mountea*, *M-150*, dan *Extra Joss*. Tabel 5.2.3.5 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai merk minuman ringan yang mengandung pemanis buatan.

Tabel 5.2.3.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Buatan

Merk minuman ringan mengandung pemanis buatan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sprite zero*	78	76.5
Frutang*	94	92.2
Mountea*	95	93.1
M-150*	87	85.3
Extra joss*	94	92.2
Calpico soda	79	77.5
Country choice guava	59	57.8
Total	102	100.0

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai merk minuman ringan apa saja yang mengandung pemanis buatan, sebagian besar responden sudah menjawab dengan benar. Sebanyak 93,1% menjawab *Mountea*, 92,2% menjawab *Frutang* dan *Extra Joss*, 85,3% menjawab *M-150*, dan 76,5% menjawab *Sprite Zero*.

5.2.3.6 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami dan Buatan

Pada pertanyaan ini, responden diminta untuk memilih beberapa merk minuman ringan mana saja yang mengandung pemanis alami dan juga buatan. Merk yang ditampilkan pada kuesioner antara lain *Frutang*, *Mountea*, *Kratingdaeng*, *Pocari sweat*, *Nutrisari*, *Fruitamin*, dan *C2 Tea*. Minuman ringan yang mengandung bahan pemanis alami dan buatan ialah *Frutang*, *Mountea*, *Kratingdaeng*, dan *Fruitamin*. Tabel 5.2.3.6 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai merk minuman ringan yang mengandung pemanis alami dan buatan.

Tabel 5.2.3.6 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Merk Minuman Ringan yang Mengandung Pemanis Alami dan Buatan

Merk minuman ringan mengandung pemanis alami & buatan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Frutang*	24	23.5
Mountea*	31	30.4
Kratingdaeng*	11	10.8
Pocari sweat	25	24.5
Nutrisari	80	78.4
Fruitamin*	22	21.6
C2 Tea	34	33.3
Total	102	100.0

*jawaban benar

Pada pertanyaan mengenai merk minuman apa saja yang mengandung pemanis alami dan buatan, belum sepenuhnya responden menjawab pertanyaan dengan benar. Sebanyak 10,8% responden yang menjawab *Kratingdaeng*, 21,6% menjawab *Fruitamin*, 23,5% menjawab *Frutang*, dan 30,4% menjawab *Mountea*.

5.2.3.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Pada pertanyaan mengenai dampak konsumsi minuman ringan berpemanis, responden diminta untuk memilih jawaban ya, tidak, dan tidak tahu. Responden yang memilih jawaban ya diberi skor 1, sedangkan responden yang memilih jawaban tidak dan tidak tahu, diberi skor 0. Tabel 5.2.3.7 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengetahuan mengenai dampak konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.2.3.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Dampak Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Berlebihan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ya, ada dampak	88	86.3
Tidak ada dampak	7	6.9
Tidak tahu	7	6.9

Pada pertanyaan mengenai dampak konsumsi minuman ringan berpemanis secara berlebihan, sebagian besar responden menjawab bahwa mengonsumsi minuman ringan berpemanis secara berlebihan memiliki dampak yang kurang baik terhadap kesehatan. Sebanyak 86,3% menjawab ya, sedangkan responden yang menjawab tidak dan tidak tahu masing-masing sebanyak 6,9%. Responden yang menjawab pilihan “ya” menyebutkan dampak yang ditimbulkan antara lain kanker, diabetes mellitus, overweight, dan obesitas.

5.2.4 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis

Sikap terhadap minuman ringan berpemanis dibagi menjadi dua kategori yaitu sikap positif dan negatif. Pembagian kategori ini berdasarkan pada pilihan responden terhadap beberapa pernyataan mengenai minuman ringan berpemanis. Responden dapat memilih sikap dari sangat tidak setuju sampai sangat setuju. Masing-masing pilihan sikap memiliki skor 0 – 5. Pada bagian ini terdapat tiga pernyataan sikap yang memiliki total skor 15. Responden yang memiliki total skor \geq nilai rata-rata (mean) total skor sikap yaitu 9,87 masuk dalam kategori sikap negatif dan responden yang memiliki total skor $<$ 9,87 masuk dalam kategori sikap positif terhadap minuman ringan berpemanis. Penggunaan nilai rata-rata (mean) dilakukan karena distribusi data normal. Tabel 5.4 menunjukkan distribusi responden berdasarkan sikap terhadap minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Sikap	Jumlah (n)	Persentase (%)
Positif	48	47.1
Negatif	54	52.9
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa paling banyak responden memiliki sikap negatif atau dalam hal ini ialah mereka yang cenderung kurang menyukai minuman ringan berpemanis yaitu 52,9%, dibandingkan dengan responden

yang memiliki sikap positif yaitu mereka yang cenderung menyukai minuman ringan berpemanis (47,1%).

Tabel 5.2.4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Pernyataan Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis

Sikap	Pernyataan 1		Pernyataan 2		Pernyataan 3	
	n	%	n	%	n	%
Sangat setuju	18	17.6	11	10.8	0	0.0
Setuju	53	52.0	42	41.2	7	6.9
Netral/biasa	30	29.4	40	39.2	44	43.1
Tidak setuju	1	1.0	8	7.8	42	41.2
Sangat tidak setuju	0	0.0	1	1.0	9	8.8

Pada variabel sikap, setiap responden diminta untuk memberikan pernyataan sikap mulai dari setuju hingga sangat tidak setuju terhadap setiap kalimat pernyataan yang diberikan. Kalimat pernyataan sikap pertama ialah “Minuman ringan adalah minuman yang kurang baik bagi kesehatan”. Dari tabel terlihat bahwa sebanyak 52,0% responden menyatakan sikap setuju terhadap pernyataan tersebut dan tidak ada responden yang menyatakan sangat tidak setuju terhadap pernyataan pertama. Kalimat pernyataan kedua yaitu “Saya akan membeli minuman ringan ketika haus”. Dari tabel dapat terlihat bahwa sebanyak 41,2% menyatakan setuju terhadap pernyataan tersebut. Kemudian, kalimat pernyataan ketiga yaitu “Minuman ringan adalah minuman yang cocok sebagai pendamping makan pagi/siang/malam”. Pada pernyataan ketiga, sebanyak 43,1% responden menyatakan netral/biasa saja menanggapi pernyataan tersebut.

5.2.5 Besar Uang Saku

Besar uang saku ialah jumlah uang saku responden dalam satu hari dan tidak termasuk uang transportasi. Kisaran uang saku yang dimiliki responden yaitu antara Rp 3.000,00 – Rp 50.000,00 dalam satu hari. Variabel uang saku dibagi menjadi dua kategori yakni tinggi dan rendah. Kategori ini dibagi berdasarkan nilai tengah atau median yaitu sebesar Rp 15.000,00. Penggunaan nilai median atau nilai tengah

sebagai *cut off point* besar uang saku karena distribusi data tidak normal. Responden yang memiliki uang saku lebih dari atau sama dengan Rp 15.000,00 dalam satu hari, termasuk dalam kategori tinggi dan responden yang memiliki uang saku di bawah Rp 15.000,00 dalam satu hari termasuk dalam kategori rendah. tabel 5.5 menunjukkan distribusi responden berdasarkan besar uang saku.

Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Besar Uang Saku pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Uang saku	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tinggi (\geq Rp 15.000,-)	70	68.6
Rendah ($<$ Rp 15.000,-)	32	31.4
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas terlihat paling banyak responden memiliki uang saku tinggi yaitu 68,6% dibandingkan dengan responden yang memiliki uang saku rendah (31,4%) dengan nilai rata-rata uang saku Rp 17.392,16.

5.2.6 Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya dibagi menjadi dua kategori yaitu dipengaruhi dan tidak dipengaruhi. Responden yang merasa tertarik ketika melihat teman sebaya membeli minuman ringan berpemanis masuk dalam kategori dipengaruhi, sedangkan responden yang tidak tertarik untuk membeli minuman ringan berpemanis atau membeli minuman ringan berpemanis bukan karena pengaruh teman sebaya, masuk dalam kategori tidak dipengaruhi oleh teman sebaya. Tabel 5.6 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengaruh teman sebaya.

Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Teman Sebaya pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Teman Sebaya	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dipengaruhi	54	52.9
Tidak dipengaruhi	48	47.1
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa paling banyak responden mendapat pengaruh dari teman sebaya ketika membeli minuman ringan berpemanis yaitu 52,9% dibandingkan dengan responden yang tidak dipengaruhi teman sebaya (47,1%).

5.2.7 Pengaruh Keluarga

Pengaruh keluarga dibagi menjadi dua kategori yaitu dipengaruhi dan tidak dipengaruhi. Responden yang merasa tertarik ketika melihat anggota keluarga (ayah, ibu, kakak, dan adik) membeli minuman ringan berpemanis masuk dalam kategori dipengaruhi, sedangkan responden yang tidak tertarik untuk membeli minuman ringan berpemanis atau membeli minuman ringan berpemanis bukan karena pengaruh keluarga, masuk dalam kategori tidak dipengaruhi oleh keluarga. Tabel 5.7 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengaruh keluarga.

Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Keluarga pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Keluarga	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dipengaruhi	57	55.9
Tidak dipengaruhi	45	44.1
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa paling banyak responden mendapat pengaruh dari keluarga ketika membeli minuman ringan berpemanis yaitu 55,9% dibandingkan dengan responden yang tidak dipengaruhi keluarga (44,1%).

5.2.8 Pengaruh Media Massa

Pengaruh media massa dibagi menjadi dua kategori yaitu dipengaruhi dan tidak dipengaruhi. Responden yang merasa tertarik membeli ketika melihat iklan minuman ringan berpemanis di media massa, masuk dalam kategori dipengaruhi, sedangkan responden yang tidak tertarik untuk membeli minuman ringan berpemanis atau membeli minuman ringan berpemanis bukan karena pengaruh media massa,

masuk dalam kategori tidak dipengaruhi oleh media massa. Tabel 5.8 menunjukkan distribusi responden berdasarkan pengaruh media massa.

Tabel 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Media Massa pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Media Massa	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dipengaruhi	44	43.1
Tidak dipengaruhi	58	56.9
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa paling banyak responden tidak mendapat pengaruh dari iklan di media massa ketika membeli minuman ringan berpemanis yaitu 56,9% dibandingkan dengan responden yang dipengaruhi media massa (43,1%).

Hampir semua responden mendapatkan informasi atau melihat iklan mengenai minuman ringan berpemanis dari televisi (99,0%). Kemudian sumber informasi lainnya ialah melalui majalah (53,4%), dan internet (31,4%). Tabel 5.2.8.1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan sumber media massa mengenai informasi atau iklan minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.2.8.1 Distribusi Responden Berdasarkan Sumber Informasi Mengenai Minuman Ringan Berpemanis

Sumber Informasi Media Massa	Jumlah (n)	Persentase (%)
Televisi	101	99.0
Radio	31	30.4
Majalah	55	53.9
Koran	32	31.4
Brosur	31	30.4
Papan reklame	40	39.2
Internet	43	42.2

5.2.9 Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis

Akses terhadap minuman ringan merupakan daya jangkau responden dalam membeli minuman ringan berpemanis yang diukur dengan jarak (meter). Jarak ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu jarak dekat, menengah, dan jauh. Jika jarak tempat biasa responden membeli minuman ringan berpemanis <100 meter, maka masuk dalam kategori jarak dekat. Jarak 100-500 meter merupakan jarak menengah, dan apabila jarak tempat responden biasa membeli minuman ringan berada >500 meter, maka kategorinya ialah jarak jauh. Tabel 5.9 menunjukkan distribusi responden berdasarkan akses terhadap minuman berpemanis.

Tabel 5.9 Distribusi Responden Berdasarkan Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Akses	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dekat	60	58.8
Menengah	20	19.6
Jauh	22	21.6
Total	102	100.0

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa paling banyak responden memiliki akses yang dekat untuk menjangkau atau membeli minuman ringan berpemanis yaitu 58,8% dibandingkan dengan responden yang berada pada akses atau jarak menengah (19,6%) dan responden dengan akses atau jarak jauh dalam menjangkau minuman ringan berpemanis (21,6%).

Sebagian besar responden biasa membeli minuman ringan berpemanis di kantin sekolah (84,3%). Kemudian sebanyak 66,7% responden biasa membeli di supermarket, dan 47,1% membeli minuman ringan berpemanis di minimarket. Tabel 5.2.9.1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan tempat biasa mereka membeli minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.2.9.1 Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Biasa Membeli
Minuman Ringan Berpemanis

Tempat membeli minuman ringan berpemanis	Jumlah (n)	Persentase (%)
Warung dekat rumah	33	32.4
Warung dekat sekolah	11	10.8
Kantin sekolah	86	84.3
Restoran atau rumah makan	16	15.7
Minimarket	48	47.1
Supermarket	68	66.7

5.2.10 Rekapitulasi Analisis Univariat

Tabel 5.10 Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi
Berdasarkan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Tahun 2012

Variabel		n	%
Frekuensi konsumsi	Sering	67	65.7
	Jarang	35	34.3
Jenis kelamin	Laki-laki	46	45.1
	Perempuan	56	54.9
Pengetahuan	Rendah	30	29.4
	Menengah	70	68.6
	Tinggi	2	2.0
Sikap	Negatif	54	52.9
	Positif	48	47.1
Uang saku	Tinggi	70	68.6
	Rendah	32	31.4
Teman sebaya	Dipengaruhi	54	52.9
	Tidak dipengaruhi	48	47.1
Keluarga	Dipengaruhi	57	55.9
	Tidak dipengaruhi	45	44.1
Media massa	Dipengaruhi	44	43.1
	Tidak dipengaruhi	58	56.9
Akses	Dekat	60	58.8
	Menengah	20	19.6
	Jauh	22	21.6

5.3 Hasil Bivariat

5.3.1 Hubungan antara Jenis kelamin Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,169. Namun, terlihat ada kecenderungan bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden laki-laki yaitu 73,9% dibandingkan dengan perempuan (58,9%). Tabel 5.11 menunjukkan distribusi responden menurut jenis kelamin dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.11 Tabulasi silang antara jenis kelamin dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Jenis kelamin	Frekuensi konsumsi				Total		P value
	Sering		Jarang		n	%	
	n	%	n	%			
Laki-laki	34	73.9	12	26.1	46	100.0	0,169
Perempuan	33	58.9	23	41.1	56	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.2 Hubungan antara Pengetahuan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,412. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang memiliki tingkat pengetahuan menengah (67,2%) dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (22,9%). Tabel 5.12 menunjukkan distribusi responden menurut pengetahuan dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.12 Tabulasi silang antara pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Pengetahuan	Frekuensi konsumsi				Total	P value
	Sering		Jarang			
	n	%	N	%	n	
Rendah	22	22.9	8	77.1	30	100.0
Menengah	45	67.2	27	38.6	72	100.0
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0

0,412

5.3.3 Hubungan antara Sikap Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara sikap terhadap minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,038. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang memiliki positif terhadap minuman ringan berpemanis yaitu 77,1% dibandingkan dengan responden yang memiliki sikap negatif (55,6%). Tabel 5.13 menunjukkan distribusi responden menurut sikap dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.13 Tabulasi silang antara sikap dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Sikap	Frekuensi konsumsi				Total	P value
	Sering		Jarang			
	n	%	n	%	n	
Positif	37	77.1	11	22.9	48	100.0
Negatif	30	55.6	24	44.4	54	100.0
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0

0,038

5.3.4 Hubungan antara Uang Saku Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara uang saku dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,829. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik yang memiliki uang saku tinggi maupun rendah jumlahnya hampir sama yaitu 64,3% dan 68,8%. Tabel 5.14 menunjukkan distribusi responden menurut uang saku dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.14 Tabulasi silang antara uang saku dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Uang Saku	Frekuensi konsumsi				Total	P value	
	Sering		Jarang				
	n	%	n	%			
Tinggi	45	64.3	25	35.7	70	100.0	0,829
Rendah	22	68.8	10	31.3	32	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.5 Hubungan antara Pengaruh Teman Sebaya Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,206. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang dipengaruhi oleh teman sebaya yaitu 72,2% dibandingkan dengan responden yang tidak dipengaruhi teman sebaya (58,3%). Tabel 5.15 menunjukkan distribusi responden menurut pengaruh teman sebaya dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.15 Tabulasi silang antara pengaruh teman sebaya dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Teman sebaya	Frekuensi konsumsi				Total		P value
	Sering		Jarang		n	%	
	n	%	n	%			
Dipengaruhi	39	72.2	15	27.8	54	100.0	0,206
Tidak	28	58.3	20	41.7	48	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.6 Hubungan antara Pengaruh Keluarga Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh keluarga dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,657. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik ia dipengaruhi ataupun tidak mendapat pengaruh keluarga jumlahnya hampir sama yaitu 68,4% dan 62,2%. Tabel 5.16 menunjukkan distribusi responden menurut pengaruh keluarga dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.16 Tabulasi silang antara pengaruh keluarga dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Keluarga	Frekuensi konsumsi				Total		P value
	Sering		Jarang		n	%	
	n	%	n	%			
Dipengaruhi	39	68.4	18	31.6	57	100.0	0,657
Tidak	28	62.2	17	27.8	45	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.7 Hubungan antara Pengaruh Media Massa Dengan Kosnusmsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh media massa dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,801. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik ia dipengaruhi ataupun tidak mendapat pengaruh media massa jumlahnya hampir sama yaitu 68,2% dan 63,8%. Tabel 5.17 menunjukkan distribusi responden menurut pengaruh media massa dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.17 Tabulasi silang antara pengaruh media massa dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Media massa	Frekuensi konsumsi				Total		P value
	Sering		Jarang		n	%	
	n	%	n	%			
Dipengaruhi	30	68.2	14	31.8	44	100.0	0,801
Tidak	37	63.8	21	36.2	58	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.8 Hubungan antara Akses Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,532. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang memiliki akses dekat yaitu 68,3% dibandingkan dengan responden dengan akses menengah (55,0%) dan akses jauh (68,2%). Tabel 5.18 menunjukkan distribusi responden menurut pengaruh media massa dan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis.

Tabel 5.18 Tabulasi silang antara akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi tahun 2012

Akses	Frekuensi konsumsi				Total		P value
	Sering		Jarang		n	%	
	n	%	n	%			
Dekat	41	68.3	19	31.7	60	100.0	0,532
Menengah	11	55.0	9	45.0	20	100.0	
Jauh	15	68.2	7	31.8	22	100.0	
Jumlah	67	65.7	35	34.3	102	100.0	

5.3.9 Rekapitulasi Analisis Bivariat

Tabel 5.19 Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi Berdasarkan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Tahun 2012

Variabel		Frekuensi konsumsi				Total		P value
		Sering		Jarang		n	%	
		n	%	n	%			
Jenis kelamin	Laki-laki	34	73.9	12	26.1	46	100.0	0,169
	Perempuan	33	58.9	23	41.1	56	100.0	
Pengetahuan	Rendah	22	22.9	8	77.1	30	100.0	0,412
	Menengah	45	67.2	22	38.6	72	100.0	
Sikap	Positif	37	77.1	11	22.9	48	100.0	0,038*
	Negatif	30	55.6	24	44.4	54	100.0	
Uang saku	Tinggi	45	64.3	25	35.7	70	100.0	0,829
	Rendah	22	68.8	10	31.3	32	100.0	
Teman sebaya	Dipengaruhi	39	72.2	15	27.8	54	100.0	0,206
	Tidak dipengaruhi	28	58.3	20	41.1	48	100.0	
Keluarga	Dipengaruhi	39	68.4	18	31.6	57	100.0	0,657
	Tidak dipengaruhi	28	62.2	17	27.8	45	100.0	
Media massa	Dipengaruhi	30	68.2	14	31.8	44	100.0	0,801
	Tidak dipengaruhi	37	63.8	21	36.2	58	100.0	
Akses	Dekat	41	68.3	19	31.7	60	100.0	0,532
	Menengah	11	55.0	9	45.0	20	100.0	
	Jauh	15	68.2	7	31.8	22	100.0	

*p value < 0,05 berarti ada hubungan bermakna/signifikan

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain:

1. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* (potong lintang). Desain studi ini hanya dapat melihat ada atau tidaknya hubungan antar variabel dependen dan independen. Desain studi *cross sectional* tidak dapat mencari hubungan sebab akibat atau variabel mana yang lebih dominan mempengaruhi variabel dependen.
2. Penelitian ini tidak meneliti seluruh faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi pada remaja. Beberapa variabel yang tidak diteliti yaitu aktivitas fisik, citra tubuh, dan lain-lain. Pemilihan variabel dilakukan berdasarkan kebutuhan analisis agar dapat dibandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya.
3. Pertanyaan pada bagian aksesibilitas, jarak dalam ukuran meter tidak dapat ditentukan dengan pasti. Keterbatasan ini diantisipasi dengan menganalogikan ukuran tersebut dengan jumlah rumah, misalnya jarak 100 meter dianalogikan dengan 15 rumah.

6.2 Pembahasan Univariat

6.2.1 Gambaran Tingkat Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Berdasarkan data yang terlihat pada tabel 5.1, sebanyak 65,7% responden masuk kategori sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis yaitu sebanyak ≥ 30 kali setiap bulan. Hasil ini terbilang cukup tinggi dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan Bere et al, 2007 pada remaja di *Norwegian School*. Hasil penelitian Bere et al, 2007 menunjukkan bahwa sebanyak 63% responden mengonsumsi minuman ringan berpemanis jenis minuman berkarbonasi ≥ 2 kali perminggu. Hal ini

mungkin disebabkan ruang lingkup penelitian yang dilakukan Bere et al, 2007 lebih spesifik hanya melihat konsumsi minuman berkarbonasi. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) menunjukkan bahwa 56% mahasiswa di Universitas Indonesia masuk kategori tinggi dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis.

Jenis minuman ringan berpemanis yang paling sering dikonsumsi siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi adalah teh siap minum atau teh dalam kemasan yaitu sebanyak 43 responden (42,2%). Minuman jenis ini sangat mudah ditemukan di pasaran dan juga banyak memiliki variasi seperti ditambah dengan rasa buah sehingga memungkinkan responden tertarik untuk mengonsumsinya. Beberapa alasan responden dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis antara lain karena rasanya yang menyegarkan, dapat menghilangkan dahaga, dan juga rasa manis dari minuman cukup membuat responden tertarik untuk mengonsumsi minuman ringan berpemanis.

Berdasarkan jumlah energi yang didapatkan dari konsumsi minuman ringan berpemanis menunjukkan hasil bahwa rata-rata energi yang didapat siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi dari konsumsi minuman ringan berpemanis ialah sebesar 144,9 kkal atau sebesar 7,2% total rata-rata kebutuhan energi orang Indonesia sebesar 2000 kkal. Jumlah ini masih dalam batas normal asupan energi yang didapat dari gula sederhana dalam sehari menurut WHO (2003) yakni 10% dari total asupan energi. Meski demikian, lebih dari separuh asupan energi yang berasal dari gula tambahan responden didapatkan dari minuman ringan berpemanis.

6.2.2 Jenis Kelamin

Elizabeth dan Sanjur (1981) dalam Suhardjo (1989) mengemukakan bahwa faktor yang memengaruhi preferensi konsumsi makanan ialah karakteristik individu di mana salah satunya adalah jenis kelamin. Pada penelitian ini, jumlah responden perempuan (54,9%) lebih banyak dibandingkan dengan responden laki-laki (45,1%). Umumnya laki-laki memerlukan asupan zat gizi yang lebih besar dibandingkan perempuan karena massa tubuhnya yang lebih besar (Suhardjo, 1989).

6.2.3 Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan Berpemanis

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Pengetahuan merupakan salah satu domain yang penting dalam membentuk perilaku. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih lama untuk diadopsi oleh seseorang dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2003). Berdasarkan tabel 5.3 terlihat bahwa lebih dari separuh responden (68,6%) memiliki tingkat pengetahuan menengah, sebanyak 29,4% memiliki tingkat pengetahuan rendah, dan hanya 2% responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi mengenai minuman ringan berpemanis.

6.2.4 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis

Sikap merupakan suatu reaksi atau respon dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap merupakan suatu tahapan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan belum sampai pada tahap suatu tindakan atau aktivitas yang nyata (Notoatmodjo, 2003). Pada penelitian ini, lebih dari separuh responden (52,9%) memiliki sikap negatif terhadap minuman ringan berpemanis dan responden yang memiliki sikap positif sebanyak 47,1%.

6.2.5 Uang Saku

Pemberian uang saku kepada anak merupakan salah satu cara orang tua mendidik anak dalam mengelola keuangan secara mandiri. Dengan adanya uang saku, seorang anak memiliki tanggung jawab terhadap keputusan dalam penggunaan uang tersebut. Seorang anak diberi uang saku sesuai kebutuhan dan kemampuan orang tuanya (Zoe, 2012). Berdasarkan tabel 5.5 dapat terlihat bahwa responden yang memiliki uang saku tinggi (68,6%) lebih banyak dibandingkan dengan yang memiliki uang saku rendah (31,4%). Ketika pendapatan rumah tangga semakin meningkat, seseorang cenderung untuk memiliki pola konsumsi terhadap makanan secara berlebih dan memilih makanan yang disukainya (Krummel dan Penny, 1996).

6.2.6 Teman Sebaya

Peer group dapat memberikan pengaruh mengenai pilihan makanan dan minuman seorang remaja. Mereka berusaha mengikuti kebiasaan makan teman kelompok agar dapat diterima di kelompok tersebut dan dapat juga menjadi sarana solidaritas teman kelompok (Pipes, 1985). Perasaan ingin diterima oleh teman kelompok membuat seorang remaja cenderung mengikuti apa yang sedang tren di kalangan kelompoknya agar ia dapat diterima dan menjadi bagian dari kelompok (Brown, 2005). Pada penelitian ini, lebih dari separuh responden (52,9%) mendapatkan pengaruh teman sebaya ketika mengonsumsi minuman ringan berpemanis dan 47,1% responden saja yang tidak mendapat pengaruh teman sebaya dalam hal konsumsi minuman ringan berpemanis.

6.2.7 Keluarga

Pada penelitian ini, terlihat bahwa lebih banyak responden yang mendapatkan pengaruh dari keluarga (55,9%) dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan dengan responden yang tidak mendapat pengaruh keluarga (44,1%). Keluarga merupakan satuan terkecil dari masyarakat yang setidaknya terdiri dari orang tua dan anak. Dalam sebuah keluarga, umumnya terdapat norma-norma atau peraturan serta nilai tentang berbagai hal yang dianut oleh seluruh anggota keluarga tersebut. Di samping itu, terdapat kebiasaan-kebiasaan yang dibentuk dalam sebuah keluarga, salah satunya ialah kebiasaan makan. Peran orang tua sangat mempengaruhi dalam pembentukan kebiasaan makan anggota keluarga khususnya anak-anak (Suhardjo, 1989).

6.2.8 Media Massa

Media massa memiliki pengaruh terhadap sikap seseorang untuk memilih makanan atau minuman tertentu. Iklan di televisi mengenai produk makanan dan minuman tertentu telah banyak mempengaruhi masyarakat mulai dari anak-anak hingga remaja (Pipes, 1985). Berdasarkan tabel 5.8 dapat terlihat bahwa ternyata

lebih dari separuh responden (56,9%) tidak mendapat pengaruh media massa dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Responden yang mendapat pengaruh media massa sebesar 43,1%.

6.2.9 Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis

Pada penelitian ini, lebih dari separuh responden (58,8%) memiliki kemudahan dalam mengakses minuman ringan berpemanis karena jarak tempat membeli minuman ringan berpemanis yang dekat (< 100 meter). Sebanyak 21,6% responden memiliki akses jauh (> 500 meter), dan 19,6% responden memiliki akses menengah (100-500 meter). Kemudahan akses dalam mendapatkan makanan atau minuman yang siap konsumsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja. Semakin maju teknologi, kemudahan akan makanan dan minuman siap saji semakin banyak dirasakan masyarakat. Toko atau minimarket, mesin minuman, dan restoran cepat saji yang menyediakan minuman ringan kini makin mudah dijangkau oleh masyarakat termasuk remaja (Pipes, 1985).

6.3 Pembahasan Bivariat

6.3.1 Jenis Kelamin Dengan Tingkat Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Pada penelitian ini, persentase laki-laki yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih besar dibandingkan perempuan, yaitu masing-masing 73,9% dan 58,9%. Namun, pada penelitian ini, variabel jenis kelamin tidak menunjukkan hubungan yang bermakna dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) di mana jumlah laki-laki yang mengonsumsi minuman ringan berpemanis dalam kategori tinggi lebih banyak dibandingkan perempuan, yaitu sebesar 62,7% dan 49,4%. Penelitian yang dilakukan Skriptiana (2009) dan Prsetya (2007) juga menunjukkan hal yang sama mengenai jumlah proporsi laki-laki yang lebih tinggi dibandingkan perempuan dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis dalam hal ini jenis

minuman berkarbonasi. Penelitian yang dilakukan Bere et al (2007) juga menunjukkan hasil bahwa laki-laki lebih sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan dengan perempuan, yaitu sebesar 72% dan 25%.

Menurut Elizabeth dan Sanjur (1981) dalam Suhardjo (1989) salah satu faktor yang mempengaruhi preferensi konsumsi makanan ialah karakteristik individu dan salah satunya ialah jenis kelamin. Umumnya laki-laki memerlukan asupan zat gizi yang lebih besar dibandingkan wanita karena massa tubuh yang lebih besar. Semakin aktif kegiatan fisik seseorang, semakin banyak energi yang diperlukan. Pada tingkat kegiatan fisik yang sama, wanita cenderung membutuhkan jumlah energi yang lebih kecil dibandingkan laki-laki karena ukuran tubuh wanita lebih kecil dibandingkan laki-laki (Suhardjo, 1989). Selain itu, kaum wanita tampak lebih banyak memiliki pengetahuan tentang makanan dan gizi serta menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap keamanan makanan, kesehatan, dan penurunan berat badan (Hartono, 2005). Hal ini yang memungkinkan wanita lebih sedikit mengonsumsi minuman ringan berpemanis karena menyumbangkan energi yang cukup tinggi terhadap total asupan energi sehari-hari.

Peneliti berasumsi bahwa laki-laki di usia remaja memiliki aktivitas fisik atau kegiatan olahraga yang cukup banyak. Setelah beraktivitas maka akan merasa lelah dan membutuhkan minuman yang menyegarkan dan mengembalikan energi yang hilang setelah berolahraga sehingga dipilih minuman ringan berpemanis sebagai alternatif minuman yang menyegarkan.

6.3.2 Pengetahuan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,412. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang memiliki tingkat pengetahuan menengah (67,2%) dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (22,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan dengan Prasetya (2007) dan Skriptiana (2009) di mana tingkat pengetahuan tidak

memiliki hubungan bermakna dengan konsumsi minuman ringan. Namun, pada penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011) hasilnya sedikit berbeda di mana terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan mengenai minuman ringan berpemanis dengan konsumsi minuman ringan berpemanis.

Menurut Rogers (1974) dalam Notoatmodjo (2003), sebelum seseorang memutuskan untuk melakukan sebuah perilaku, terdapat beberapa proses di dalam diri orang tersebut, yaitu:

1. *Awareness* (kesadaran), yakni terlebih dahulu orang tersebut menyadari stimulus suatu objek.
2. *Interest* (Ketertarikan), seseorang mulai memiliki ketertarikan terhadap stimulus yang didapat.
3. *Evaluatin* (Evaluasi). Pada tahap ini seseorang menimbang apakah objek atau stimulus yang didapatkannya terhadap sesuatu akankah berdampak baik bagi dirinya atau sebaliknya.
4. *Trial* (percobaan), seseorang sudah mulai mencoba perilaku baru
5. *Adoption* (adopsi), seseorang telah melakukan perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus atau objek yang diterimanya.

Pada masa remaja, pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan masih terbatas. Remaja cenderung memilih makanan yang tinggi kandungan gula, sodium, dan lemak namun rendah vitamin dan mineral (Brown, 2005).

Pengetahuan bukan satu-satunya faktor yang menentukan dalam hal pemilihan makanan. Seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik terhadap suatu makanan belum tentu akan mengonsumsi makanan tersebut. Banyak faktor lain yang lebih menentukan dalam masalah pemilihan makanan dan salah satunya adalah cita rasa. Respon awal yang biasa diperlihatkan konsumen terhadap alasan mengapa mereka memilih suatu jenis makanan ialah karena menyukai cita rasanya (Hartono, 2005).

6.3.3 Sikap Terhadap Minuman Ringan Berpemanis Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara sikap terhadap minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,038. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang memiliki positif terhadap minuman ringan berpemanis yaitu 77,1% dibandingkan dengan responden yang memiliki sikap negatif (55,6%). Sikap terhadap minuman ringan berpemanis ialah bagaimana respon atau tanggapan seseorang terhadap minuman ringan berpemanis. Responden yang memiliki sikap positif terhadap minuman ringan berpemanis ialah mereka yang cenderung menyukai minuman ringan berpemanis, menganggap bahwa minuman ringan berpemanis ialah minuman yang cocok sebagai minuman pendamping saat makan, dan menganggap bahwa minuman ringan berpemanis ialah minuman yang cocok dibeli saat haus. Hasil uji statistik menunjukkan hubungan bermakna antara sikap dengan konsumsi minuman ringan berpemanis. Penelitian yang dilakukan Bere et al (2007) juga menunjukkan hasil adanya keterkaitan antara sikap dengan konsumsi minuman ringan di mana responden yang memiliki sikap positif (cenderung menyukai minuman ringan) 1,9 kali lebih sering mengonsumsi minuman ringan dibandingkan mereka yang memiliki sikap negatif terhadap minuman ringan.

Menurut Notoatmodjo (2003), sikap diartikan sebagai suatu reaksi atau respon seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap memiliki beberapa komponen antara lain kepercayaan (keyakinan), ide, dan konsep terhadap suatu objek, kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek, dan kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*). Komponen-komponen tersebut bersinergi membentuk suatu sikap yang utuh (*total attitude*).

Beberapa teori yang sering digunakan dalam penelitian terkait pemilihan makanan yaitu teori *Reasoned Action* (tindakan beralasan) dan Teori *Planned Behavior* (perilaku terencana). Teori *Reasoned Action* digunakan untuk menjelaskan

perilaku rasional di bawah kendali individual. Dua faktor utama adalah sikap dan pengaruh faktor lain yang penting misalnya norma subjektif. Sikap dijadikan model karena merupakan penjumlahan kepercayaan tentang suatu makanan ditambah dengan bagaimana pentingnya kepercayaan itu terhadap seseorang (Hartono, 2005).

6.3.4 Uang Saku Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara uang saku dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,829. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Skriptiana (2009) di mana tidak terdapat hubungan bermakna antara uang saku dengan konsumsi minuman ringan. Namun, terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis sedikit lebih tinggi persentasenya (68,8%) pada responden dengan uang saku rendah dibandingkan dengan responden dengan uang saku tinggi (64,3%). Penelitian ini sejalan dengan apa yang dilakukan Verecken et al (2005) bahwa siswa yang berasal dari orang tua yang memiliki status pekerjaan yang rendah cenderung lebih sering mengonsumsi minuman ringan dibandingkan dengan orang tua yang memiliki status pekerjaan yang tinggi. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan Bleich et al (2009) menunjukkan bahwa mereka yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak yang berpenghasilan rendah. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan Prasetya (2007) dan Nurfitriani (2011) di mana pada penelitian tersebut responden yang tinggi tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis adalah mereka yang memiliki uang saku tinggi.

Pemberian uang saku kepada anak merupakan salah satu cara orang tua mendidik anak dalam mengelola keuangan secara mandiri. Dengan adanya uang saku, seorang anak memiliki tanggung jawab terhadap keputusan dalam penggunaan uang tersebut. Seorang anak diberi uang saku sesuai kebutuhan dan kemampuan orang tuanya (Zoe, 2012). Ketika pendapatan rumah tangga semakin meningkat, seseorang cenderung untuk memiliki pola konsumsi terhadap makanan secara berlebih dan memilih makanan yang disukainya (Krummel dan Penny, 1996).

Menurut Elizabeth dan Sanjur (1981) dalam Suhardjo (1989), salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan seseorang ialah harga. Penelitian yang dilakukan di Eropa mengemukakan bahwa beberapa variabel atau faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan individu antara lain ialah variabel kualitas dan kesegaran makanan, harga, cita rasa, upaya konsumsi makanan sehat, dan kesukaan (Hartono, 2005). Minuman ringan berpemanis yang beredar di pasaran memiliki harga yang relatif terjangkau. Beberapa jenis minuman bahkan memiliki harga yang sangat murah yaitu berkisar Rp 1.000,00 – 3.000,00. Wajar saja bila seseorang dengan tingkat uang saku ataupun penghasilan yang rendah pun dapat menjadi konsumsen utama minuman ringan berpemanis karena terjangkaunya harga yang ditawarkan oleh produsen.

6.3.5 Pengaruh Teman Sebaya Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis.

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,206. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis lebih banyak merupakan responden yang dipengaruhi oleh teman sebaya yaitu 72,2% dibandingkan dengan responden yang tidak dipengaruhi teman sebaya (58,3%). Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Prasetya (2007) dan Nurfitriani (2011) di mana mereka tidak mendapatkan hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan Skriptiana (2009) di mana ditemukan hubungan bermakna antara pengaruh *peer group* (teman sebaya) dengan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis.

Teman sebaya merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi perilaku makan remaja. Ketika beranjak remaja, pengaruh teman kelompok atau *peer group* semakin kuat pada diri seseorang dibandingkan dengan pengaruh dari keluarga. Mereka berusaha mengikuti kebiasaan makan teman kelompok agar dapat diterima di kelompok tersebut dan dapat juga menjadi sarana solidaritas teman kelompok (Pipes,

1985). Pada umumnya, banyak remaja yang menghabiskan waktu lebih banyak di luar rumah bersama teman-temannya dibandingkan dengan keluarga dan makanan merupakan salah satu bentuk yang penting dari sebuah sosialisasi atas pertemanan. Karena mereka ingin mendapat penerimaan dari teman sekelompoknya, maka pengaruh teman dan konformitas grup merupakan hal yang penting dalam pemilihan makanan (Krummel dan Kris-Etherton, 1996).

6.3.6 Pengaruh Keluarga Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Keluarga terutama orang tua memiliki peran yang cukup penting dalam menentukan kebiasaan makan individu. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh keluarga dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,657. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik ia dipengaruhi ataupun tidak mendapat pengaruh keluarga jumlahnya hampir sama yaitu 68,4% dan 62,2%. Penelitian ini berbeda dengan yang dilakukan Bere et al (2007) dan Skriptiana (2009) di mana mereka yang tinggi tingkat konsumsi terhadap minuman ringan dipengaruhi oleh kebiasaan keluarga terutama orang tua yang juga sering mengonsumsi minuman ringan. Dalam suatu studi juga disebutkan bahwa kebiasaan orang tua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan konsumsi minuman ringan pada siswa/i di Amerika (Grimm et al, 2004 dalam Bere et al, 2007).

Orang tua memiliki peran yang amat penting dalam menentukan kebiasaan makan atau pemilihan makanan dalam keluarga. Mereka dapat dijadikan model bagi anak-anaknya dalam masalah kebiasaan makan ataupun pemilihan makanan. Orang tua juga dapat menjadi penentu makanan dan minuman apa saja yang tersedia di rumah dan pada akhirnya berpengaruh terhadap kebiasaan makan keluarga (Bere et al, 2007). Dalam sebuah keluarga, umumnya terdapat norma-norma atau peraturan serta nilai tentang berbagai hal yang dianut oleh seluruh anggota keluarga tersebut. Di samping itu, terdapat kebiasaan-kebiasaan yang dibentuk dalam sebuah keluarga, salah satunya ialah kebiasaan makan. Peran orang tua sangat mempengaruhi dalam pembentukan kebiasaan makan anggota keluarga khususnya anak-anak. Pengetahuan

dan kesukaan ibu terhadap jenis makanan tertentu berpengaruh terhadap hidangan atau makanan yang disajikan di rumah. Di samping itu, kesukaan ayah terhadap makanan atau minuman tertentu juga sangat berpengaruh terhadap hidangan yang disajikan di rumah sehingga anak-anak cenderung mengikuti kesukaan orang tuanya (Suhardjo, 1989).

Pada penelitian ini dikemukakan alasan mengapa responden mendapat pengaruh keluarga saat mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Alasan yang dikemukakan antara lain ialah karena di rumah mereka sering tersedia minuman ringan berpemanis dan ketika belanja bersama keluarga (ayah, ibu, kakak, dan adik), salah satu atau beberapa anggota keluarga sering membeli minuman ringan berpemanis. Hal ini memperlihatkan bahwa pengaruh keluarga cukup menentukan terhadap pemilihan makanan seseorang.

6.3.7 Pengaruh Media Massa Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengaruh media massa dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,801. Terlihat bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik ia dipengaruhi ataupun tidak mendapat pengaruh media massa jumlahnya hampir sama yaitu 68,2% dan 63,8%. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Prasetya (2007) di mana tidak terdapat antara hubungan bermakna antara pengaruh media massa dengan konsumsi minuman ringan. Namun, hasil penelitian yang dilakukan Skriptiana (2009) dan Nurfitriani (2011) menunjukkan hasil yang berbeda di mana pada penelitian tersebut terdapat hubungan yang bermakna antara pengaruh media massa dengan konsumsi minuman ringan berpemanis. Menurut penelitian yang dilakukan Nurfitriani (2011), responden yang mendapat pengaruh media massa memiliki peluang 2,758 kali untuk mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan dengan mereka yang tidak terpengaruh iklan di media massa.

Media massa memiliki pengaruh terhadap sikap seseorang untuk memilih makanan atau minuman tertentu. Pada penelitian ini, paling banyak responden

(99,0%) melihat iklan mengenai minuman ringan berpemanis dari media televisi dibandingkan media massa lainnya. Iklan di televisi mengenai produk makanan dan minuman tertentu telah banyak mempengaruhi masyarakat mulai dari anak-anak hingga remaja. Pada umumnya remaja telah menonton lebih dari sejuta iklan komersial di televisi terkait produk makanan dan minuman dan rata-rata produk yang ditawarkan merupakan produk yang tinggi kandungan gula dan lemak (Pipes, 1985).

Pada penelitian ini dikemukakan alasan mengenai pengaruh apa yang mereka dapatkan dari media massa terkait konsumsi minuman ringan berpemanis. Alasan yang diajukan antara lain mereka terpengaruh karena melihat iklannya yang bagus dan menarik. Hal ini menunjukkan bahwa iklan komersial khususnya di media televisi cukup mempengaruhi remaja dalam mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Sebuah penelitian lain mengungkapkan bahwa ketika seorang anak melihat iklan komersial di televisi dan tertarik dengan isinya, maka permintaan mereka terhadap makanan tertentu akan meningkat. Sebuah iklan di televisi dapat mempengaruhi pengetahuan anak mengenai produk makanan yang diiklankan, memiliki sikap positif terhadap produk makanan dan minuman yang diiklankan tersebut, dan mengubah persepsi atau pandangan seseorang (Hartono, 2005).

6.3.8 Aksesibilitas Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis

Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara akses terhadap minuman ringan berpemanis dengan frekuensi konsumsi minuman ringan berpemanis dengan p value sebesar 0,532. Responden yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis baik yang mereka yang memilih akses dekat ataupun jauh, proporsinya hampir sama yaitu 68,3% dan 68,2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Skriptiana (2009) di mana tidak ditemukan hubungan bermakna antara akses dengan konsumsi minuman berpemanis.

Kemudahan akses dalam mendapatkan makanan atau minuman yang siap konsumsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja. Semakin maju teknologi, kemudahan akan makanan dan minuman siap saji semakin banyak dirasakan masyarakat. Toko atau minimarket, mesin minuman, dan restoran

cepat saji yang menyediakan minuman ringan kini makin mudah dijangkau oleh masyarakat termasuk remaja (Pipes, 1985). Akses merupakan faktor utama dalam penentuan pemilihan makanan. Akses tersebut dapat dipengaruhi oleh daerah tempat tinggal, kepemilikan kendaraan, transportasi publik, dan fasilitas berbelanja (Hartono, 2005).

Pada penelitian ini dikemukakan bahwa sebagian besar responden (84,3%) biasa membeli minuman ringan berpemanis di kantin sekolah. Peneliti berpendapat bahwa sebagian besar waktu yang dihabiskan responden dalam sehari berada di sekolah dan juga ketersediaan minuman ringan berpemanis di kantin sekolah yang cukup memadai membuat responden banyak memilih untuk membeli minuman ringan berpemanis di kantin sekolah. Selain itu, kantin sekolah ialah tempat yang paling dekat sehingga sangat mudah dijangkau oleh responden. Hal ini menunjukkan bahwa semakin dekat akses untuk memperoleh minuman ringan cukup mempengaruhi konsumsi minuman ringan berpemanis.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 65,7% siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis dengan rata-rata konsumsi 40 kali setiap bulan.
2. Jumlah energi yang berasal dari minuman ringan berpemanis yang dikonsumsi siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi masih dalam batas normal yaitu 7,2% rata-rata kebutuhan energi orang Indonesia (2000 kkal) dan masih sesuai rekomendasi WHO (2003) dalam asupan gula tambahan yakni 10% total energi. Meski demikian, lebih dari separuh asupan energi responden yang berasal dari gula alami didapatkan dari minuman ringan berpemanis.
3. Berdasarkan hasil uji statistik, pada penelitian ini ditunjukkan bahwa sikap terhadap minuman ringan berpemanis memiliki hubungan bermakna dengan konsumsi minuman ringan berpemanis.
4. Berdasarkan hasil uji statistik tidak ditemukan hubungan antara jenis kelamin dengan konsumsi minuman ringan berpemanis. Namun, terlihat kecenderungan bahwa siswa laki-laki (73,9%) lebih banyak yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan dengan perempuan (58,9%).
5. Berdasarkan hasil uji statistik tidak ditemukan hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan konsumsi minuman ringan berpemanis. Namun, terlihat kecenderungan bahwa responden yang mendapat pengaruh teman sebaya (72,2%) lebih sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis dibandingkan dengan yang tidak mendapat pengaruh teman sebaya (58,3%).
6. Berdasarkan hasil uji statistik, tingkat pengetahuan, uang saku, pengaruh keluarga, media massa, dan akses terhadap minuman ringan berpemanis tidak menunjukkan hubungan bermakna dengan konsumsi minuman ringan berpemanis.

7.2 Saran

Bagi Siswa

1. Sebaiknya lebih memilih air putih sebagai minuman utama dibandingkan dengan minuman ringan berpemanis.
2. Membawa minum atau air putih dari rumah sehingga tidak perlu lagi membeli minuman ringan berpemanis untuk menghilangkan rasa haus.
3. Jika ingin mengonsumsi minuman ringan berpemanis, sebaiknya memilih minuman dengan kemasan kecil dan rendah kalori.
4. Dapat membuat minuman ringan sendiri dengan cara menambahkan air dingin dengan potongan jeruk nipis dan ditambahkan sedikit gula.

Bagi pihak sekolah

1. Memberikan edukasi kepada para siswa dengan berbagai cara misalnya melalui seminar ataupun membagikan leaflet mengenai pemilihan makanan yang sehat dan bergizi atau konsep mengenai gizi seimbang agar para siswa memiliki kesadaran untuk memilih makanan dan minuman yang sehat dan bergizi.

Bagi Orang Tua Siswa

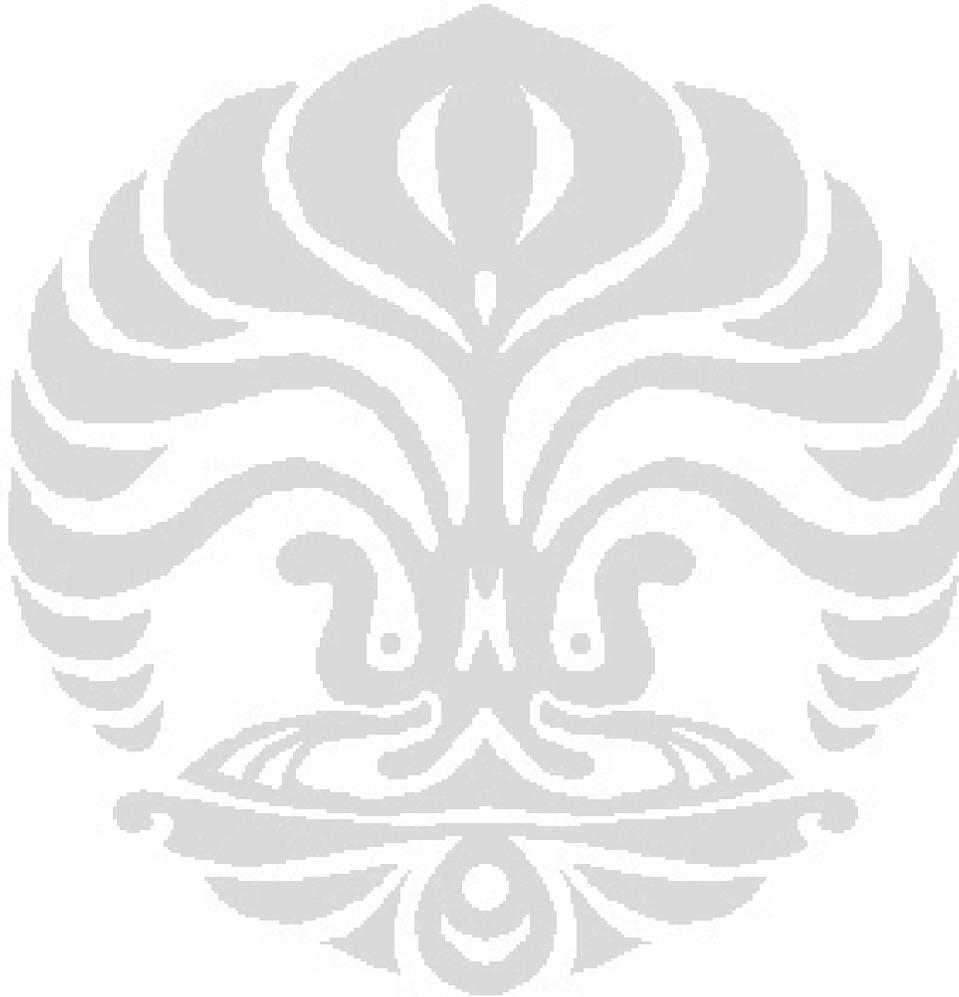
1. Sebaiknya para orang tua memberi contoh yang baik dalam memilih makanan yang sehat dan bergizi sehingga siswa/i dapat mengikuti pola makan yang sehat serta memilih untuk mengonsumsi makanan yang bergizi.

Bagi Peneliti Lain

1. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan desain studi lain dalam melihat tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja misalnya dengan desain studi kohort atau *case-control* sehingga menunjukkan hasil

yang lebih mendalam terhadap dampak yang ditimbulkan akibat mengonsumsi minuman ringan berpemanis secara berlebihan.

2. Penelitian selanjutnya diharapkan juga dapat meneliti variabel-variabel lain yang berperan terhadap tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis misalnya variabel kesan tubuh atau *body image*.



DAFTAR PUSTAKA

Anonim. “Peluang Industri Minuman Ringan Masih Terbuka” dalam www.foodreview.biz (15 Februari 2012).

Ariawan, Iwan. (1998). *Besar dan Metode Sampel pada Penelitian Kesehatan*. Jurusan Biostatistik dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.

Bleich, et al. (2009). Increasing Consumption of Sugar Sweetened Beverages among US Adults: 1988-2004 to 1999-2004, *The American Journal of Clinical Nutrition*. (Online), vol. 89 pp: 372-81. Dari www.ajcn.org (18 Januari 2012).

Brown, Judith E. (2005). *Nutrition through the life cycle*. 2nd ed. USA: Thomson Wadsworth.

Fauzia, Alfa. (2012). *Hubungan Antara Faktor Individu dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Berkarbonasi pada Siswa SMP Islam PB Soedirman Tahun 2012*. [Skripsi]. Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok.

Fung, Teresa T. et al. (2009). Sweetened beverage consumption and risk of coronary heart disease in women, *American Journal of Clinical Nutrition*. (Online) vol. 89: 1037–42. Dari www.ajcn.org. (15 Januari 2012).

Gibson, Rosalind S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment*. Oxford: University Press.

Grimm et al. (2004). Factors associated with soft drink consumption in school-aged children, *Journal of the American Dietetic Association*. (Online) vol. 104: 1244–9. Dari <http://www.aseanfood.info/Articles/11022383.pdf>. (18 Januari 2012).

Hartono, Andry. (2005). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Alih bahasa dari buku: Gibney, Michael J. *Public Health Nutrition*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran (EGC).

Khomsan, Ali, dkk. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Depok: Penebar Swadaya.

Krummel, Debra A. dan Penny M. Kris-Etherton. (1996). *Nutrition in Women's Health*. Maryland: Aspen Publishers, Inc.

Kuntaraf, J. dan Kathleen L. Kuntaraf. (1999). *Makanan Sehat*. Bandung: Indonesia Publishing House.

Lopez, Gail Woodward et al. (2010). To what extent have sweetened beverages contributed to the obesity epidemic, *Journal of Public Health Nutrition*. (Online) vol. 10.1017. Dari www.jpubhealth.oxfordjournals.org. (10 Januari 2012).

Malik, Vasanti S. et al. (2006). Intake of Sugar-Sweetened Beverages and Weight Gain: a Systematic Review, *American Journal of Clinical Nutrition*. (Online) vol. 84: 274–88. Dari www.ajcn.org. (15 Januari 2012).

Malik, Vasanti S. et al. (2010). Sugar Sweetened Beverages, Obesity, Type 2 Diabetes Mellitus, Cardiovascular Disease Risk. *National Institute of Health Public Access*. (Online) vol. 121(11): 1356–1364. Dari www.ncbi.nlm.nih.gov.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Nurfitriani, Gissela. (2011). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Konsumsi Minuman Berpemanis Pada Mahasiswa S1 Reguler Universitas Indonesia Angkatan 2009 Tahun 2011*. [Skripsi]. Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok.

Park, Sohyun et al. (2012). Factors Associated with Sugar-Sweetened Beverage Intake among United States High School Students, *Journal of Nutrition*. (Online) vol. 142 no. 2. Dari www.jn.nutrition.org. (18 Februari 2012).

Pipes, Peggy L. (1985). *Nutrition in infancy and childhood*. St. Louis, Missouri: Times Mirror/Mosby College Publishing.

Prasetya, Karina P. (2007). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Minuman Ringan (soft drink) berkarbonasi pada siswa SMP Yaspen Tugu Ibu Depok tahun 2007*. [Skripsi]. Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok.

Ranjit, Nalini et al. (2010). Dietary and Activity Correlates of Sugar-Sweetened Beverage Consumption Among Adolescents. *Journal of The American Academy of Pediatrics*. (Online) DOI: 10.1542/peds.2010-1229. Dari <http://pediatrics.aappublications.org> (12 Januari 2012).

Sahelian, Ray. (2011). Sweetener Artificial and Natural. <http://www.raysahelian.com>

Schulze, Mathias B. et al. (2010). Sugar-Sweetened Beverages, Weight Gain, and Incidence of Type 2 Diabetes in Young and Middle-Age Women, *Journal of American Medical Association*. (Online) vol. 292 no.8. Dari <http://www.whilesciencesleeps.com/pdf/647.pdf>. (21 Februari 2012).

Skriptiana, Noor R. (2009). *Hubungan antara pengetahuan gizi, teman sebaya, media massa, dan faktor lain dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada siswa/i SMPIT Nurul Fikri tahun 2009*. [Skripsi]. Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok.

Suhardjo. (1989). *Sosio Budaya Gizi*. Bogor: IPB PAU Pangan & Gizi.

Supariasa, I Made Nyoman, dkk. (2001). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Sutaryo, Alec. “Omset Mamin RI Capai Rp 200 Triliun, Dihantui Mamin Ilegal dari China” dalam www.gafeksi.com (14 Maret 2012).

Welsh, Jean A. et al. (2005). Consumption of Added Sugars and Indicators of Cardiovascular Disease Risk Among US Adolescents, *Journal of American Heart Association*. (Online) vol. 123: 249-257. Dari www.circulationcirc.ahajournals.org. (18 Januari 2012).

Winarno, F.G. dan Felicia Kartawidjajaputra. (2007). *Pangan Fungsional dan Minuman Energi*. Bogor: M-Brio Press.

Zoe, Mita. *Uang Saku Vs Kebutuhan Anak*. (artikel online) dari www.ooh-gitu.com (diakses tanggal 5 Maret 2012).

www.ameribev.org (diakses 20 Februari 2012).

www.sciencedaily.org (diakses 10 Januari 2012).

www.wikipedia.org (diakses 15 Februari 2012)



KUESIONER PENELITIAN HUBUNGAN ANTARA FAKTOR INDIVIDU DAN LINGKUNGAN DENGAN TINGKAT KONSUMSI MINUMAN RINGAN PADA REMAJA TAHUN 2012

Assalamu'alaikum wr.wb. Selamat siang, saya **Suci Ariani** Mahasiswa **Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Program Studi Ilmu Gizi**. Saat ini saya sedang melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat konsumsi minuman ringan sebagai salah satu syarat kelulusan Program Studi Sarjana Gizi. Untuk itu, saya meminta kesediaan Anda untuk mengisi kuesioner ini. Jawablah pertanyaan dalam lembaran ini sesuai dengan yang Anda ketahui dan Anda lakukan. Tidak ada jawaban benar atau salah. Pastikan Anda membaca petunjuk di setiap bagian pertanyaan sebelum menjawabnya. Kesediaan dan kejujuran Anda dalam mengisi kuesioner ini sangat saya apresiasi dan akan saya jaga kerahasiaannya. Terima Kasih.

Hormat Saya,

Suci Ariani

Kelas : _____

BAGIAN I		
Petunjuk pengisian kuesioner:		
➤ Isilah pada tempat yang tersedia		
I. Identitas Diri Responden		
I.1	Nama	
I.2	Jenis Kelamin	L/P (coret yang tidak perlu)
I.3	Tanggal lahir	__ / __ / ____ (tgl/bulan/thn)
I.4	No. Hp/ telepon	
I.5	Berat Badan (kg)	
I.6	Tinggi Badan (cm)	

BAGIAN II	
Petunjuk pengisian kuesioner:	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Berilah tanda silang pada jawaban yang sesuai dengan pilihan Anda ➤ Jawablah sesuai dengan apa yang Anda ketahui dan Anda lakukan sehari-hari ➤ Jangan terpengaruh teman / orang lain 	
II. Frekuensi Konsumsi Minuman Ringan	
II.1	<p>Seberapa sering Anda biasa mengonsumsi minuman ringan (dalam kemasan)?</p> <p>A. Setiap hari</p> <p>1. 1x/hari Rp/hari</p> <p>2. 2x/hari Rp/hari</p> <p>3. 3x/hari Rp/hari</p> <p>4. >3x/hari Rp/hari</p> <p>B. Setiap minggu</p> <p>5. kali/minggu Rp/minggu</p> <p>C. Setiap bulan</p> <p>6. kali/bulan Rp/bulan</p> <p>D. Tidak pernah (lanjut ke pertanyaan Bagian III)</p>
II.2	<p>Jenis minuman ringan apa yang paling sering Anda minum? (contoh: Teh Kotak, Fruit Tea, Buavita, Coca Cola, Mizone, dsb) (pilih 3 jenis minuman ringan yang paling sering dikonsumsi)</p> <p>1..... alasan (.....)</p> <p>2..... alasan (.....)</p> <p>3..... alasan (.....)</p>
II.3	<p>Kapan biasanya Anda mengonsumsi minuman ringan ?</p> <p>1. Saat atau setelah makan pagi</p> <p>2. Saat atau setelah makan siang</p> <p>3. Saat atau setelah makan malam</p> <p>4. Saat beristirahat</p> <p>5. Setelah berolahraga</p> <p>6. Saat mengobrol atau berkumpul dengan teman</p> <p>7. Lain-lain (sebutkan)</p>

BAGIAN III Petunjuk pengisian kuesioner: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Beri tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan Anda ➤ Jawablah sesuai dengan apa yang Anda ketahui dan Anda lakukan sehari-hari ➤ Jangan terpengaruh teman/orang lain 	
III.A. Pengetahuan Mengenai Minuman Ringan	
III.A.1	Menurut Anda, bahan apa saja yang biasa terkandung dalam minuman ringan? (jawaban boleh pilih lebih dari 1) <ol style="list-style-type: none"> 1. Air 2. Gula pasir 3. Pemanis buatan 4. Bahan pengawet 5. Bahan pewarna 6. Lain-lain (sebutkan):
III.A.2	Menurut Anda, di bawah ini manakah yang termasuk ke dalam jenis bahan pemanis alami? (jawaban boleh pilih lebih dari 1) <ol style="list-style-type: none"> 1. Aspartame 2. Madu 3. Gula pasir 4. Sakarin 5. Siklambat 6. Lain-lain (sebutkan):
III.A.3	Menurut Anda, di bawah ini manakah yang termasuk ke dalam jenis bahan pemanis buatan? (jawaban boleh pilih lebih dari 1) <ol style="list-style-type: none"> 1. Gula pasir 2. Madu 3. Aspartame 4. Sakarin 5. Siklambat 6. Lain-lain (sebutkan):

<p>III.A.4</p>	<p>Menurut Anda, diantara minuman ringan di bawah ini, manakah minuman ringan yang mengandung pemanis alami? (jawaban boleh pilih lebih dari 1, berikan tanda silang/checklist pada jawaban yang Anda pilih)</p>			
<p>1.</p> 	<p>2.</p> 	<p>3.</p> 	<p>4.</p> 	
<p>5.</p> 	<p>6.</p> 	<p>7.</p> 	<p>8. Tidak ada jawaban yang benar</p>	

<p>III.A.5</p>	<p>Menurut Anda, diantara minuman ringan di bawah ini, manakah yang mengandung pemanis buatan? (pilihan jawaban boleh lebih dari 1, berikan tanda silang/checklist pada jawaban yang Anda pilih)</p>			
<p>1.</p> 	<p>2.</p> 	<p>3.</p> 	<p>4.</p> 	
<p>5.</p> 	<p>6.</p> 	<p>7.</p> 	<p>8.</p> <p>Tidak ada jawaban yang benar</p>	

<p>III.A.6</p>	<p>Menurut Anda, diantara minuman ringan di bawah ini, manakah yang mengandung pemanis alami dan buatan? (jawaban boleh lebih dari 1, berikan tanda silang/checklist pada jawaban yang Anda pilih)</p> <table border="1" style="width: 100%; height: 100%;"> <tr> <td data-bbox="316 380 586 779"> <p>1.</p>  </td> <td data-bbox="586 380 855 779"> <p>2.</p>  </td> <td data-bbox="855 380 1125 779"> <p>3.</p>  </td> <td data-bbox="1125 380 1396 779"> <p>4.</p>  </td> </tr> <tr> <td data-bbox="316 779 586 1199"> <p>5.</p>  </td> <td data-bbox="586 779 855 1199"> <p>6.</p>  </td> <td data-bbox="855 779 1125 1199"> <p>7.</p>  </td> <td data-bbox="1125 779 1396 1199"> <p>8. Tidak ada jawaban yang benar</p> </td> </tr> </table>	<p>1.</p> 	<p>2.</p> 	<p>3.</p> 	<p>4.</p> 	<p>5.</p> 	<p>6.</p> 	<p>7.</p> 	<p>8. Tidak ada jawaban yang benar</p>
<p>1.</p> 	<p>2.</p> 	<p>3.</p> 	<p>4.</p> 						
<p>5.</p> 	<p>6.</p> 	<p>7.</p> 	<p>8. Tidak ada jawaban yang benar</p>						
<p>III.A.7</p>	<p>Menurut Anda, apakah mengonsumsi minuman ringan secara berlebihan memiliki dampak yang tidak baik bagi kesehatan?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya (sebutkan) 2. Tidak 3. Tidak tahu 								
<p>III.B. Sikap Terhadap Minuman Ringan</p>									
<p>III.B.1</p>	<p>Minuman ringan adalah minuman yang kurang baik bagi kesehatan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sangat setuju 2. Setuju 3. Netral/ biasa 4. Tidak setuju 5. Sangat tidak setuju <p>Apa alasanmu memilih jawaban tersebut?</p>								

III.B.2	<p>Saya akan membeli minuman ringan ketika haus.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sangat setuju 2. Setuju 3. Netral/ biasa 4. Tidak setuju 5. Sangat tidak setuju <p>Apa alasanmu memilih jawaban tersebut?</p>
III.B.3	<p>Minuman ringan adalah minuman yang cocok sebagai pendamping makan pagi/siang/malam.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sangat setuju 2. Setuju 3. Netral/ biasa 4. Tidak setuju 5. Sangat tidak setuju <p>Apa alasanmu memilih jawaban tersebut?</p>
III.C. Teman Sebaya	
III.C.1	<p>Apabila teman Anda membeli minuman ringan, apakah Anda juga tertarik untuk ikut membeli?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya (mengapa? 2. Tidak (mengapa?
III.D. Keluarga	
III.D.1	<p>Jika anggota keluarga (ayah/ibu/kakak/anda) Anda membeli minuman ringan, apakah Anda juga tertarik untuk ikut membeli?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya (mengapa? 2. Tidak (mengapa?
III.D.2	<p>Seberapa sering anda dan keluarga (ayah/ibu/kakak/anda) makan bersama di luar rumah?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak pernah (lanjut ke pertanyaan III.D.4) 2. Seminggu sekali 3. Seminggu 2 kali 4. Seminggu 3 kali 5. Sebulan sekali 6. Dua bulan sekali 7. Lain-lain (sebutkan)
III.D.3	<p>Ketika Anda makan di luar bersama keluarga, apakah selalu mengonsumsi minuman ringan ?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak

III.D.4	Kapan biasanya di rumah Anda tersedia minuman ringan ? <ol style="list-style-type: none"> 1. Setiap hari 2. Seminggu 2 kali 3. Seminggu 3 kali 4. Dua pekan sekali 5. Sebulan sekali 6. Tidak pernah tersedia (lanjut ke pertanyaan III.E.1) 7. Lain-lain (sebutkan)
III.D.5	Siapakah anggota keluarga yang biasanya membeli minuman ringan tersebut?
III.D.6	Biasanya jenis minuman ringan apa yang tersedia di rumah Anda?
III.E. Media Massa	
III.E.1	Apakah Anda sering melihat, mendengar, atau membaca iklan tentang minuman ringan? <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya 2. Tidak (lanjut ke pertanyaan III.F.1)
III.E.2	Dari mana saja biasanya Anda melihat, mendengar, atau membaca iklan tentang minuman ringan ? (jawaban boleh pilih lebih dari 1) <ol style="list-style-type: none"> 1. Televisi 2. Radio 3. Majalah 4. Koran 5. Brosur 6. Papan reklame 7. Internet 8. Lain-lain (sebutkan):
III.E.3	Ketika Anda melihat, mendengar, dan membaca iklan tentang minuman ringan, apakah Anda merasa tertarik dan ingin membeli produk minuman ringan yang diiklankan? <ol style="list-style-type: none"> 1. Ya (mengapa?)) 2. Tidak (mengapa?))
III.F. Uang Saku	
III.F.1	Berapa jumlah uang saku/uang jajan Anda dalam sehari? (tidak termasuk uang transport) Jawab: Rp

III.G. Akses Terhadap Minuman Ringan Berpemanis	
III.G.1	<p>Dimana biasanya Anda membeli minuman ringan ? (jawaban boleh pilih lebih dari satu)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Warung dekat rumah 2. Warung dekat sekolah 3. Kantin sekolah 4. Restoran atau rumah makan 5. Minimarket 6. Supermarket 7. Lain-lain (sebutkan)
III.G.5	<p>Seberapa jauh jarak dari rumah/ sekolah Anda ke tempat terdekat di mana Anda biasa membeli minuman ringan ?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kurang dari 100 meter 2. 100 – 500 meter 3. Lebih dari 500 meter

*Jarak 100 meter = 15 rumah

Nama :

Kelas :

Jenis minuman ringan yang dikonsumsi hari			
Merk minuman	Jenis kemasan	Isi/volume (mL)	Harga (Rp)
Contoh:			
Minute maid pulpy	Botol	500	Rp 5.500
Teh kotak	Karton/kotak	200	Rp 3.000
Sprite	Kaleng	330	Rp 6.000
Dan seterusnya...			