

Deskripsi faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Makanan Cepat Saji Bagi Remaja di SMK Siang di Bojonegoro Tahun 2020

Description of Factors Related to Fast Food Consumption for Adolescents at the SMK Siang Bojonegoro in 2020

Sri Mulyani¹, Dwi Agung S², Dewi Kasmianti³

srimumlyani1247@gmail.com, dwiagung85@gmail.com, dewikasmianti99@gmail.com

Prodi D III Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Prodi D III Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

Prodi D III Keperawatan, STIKES Rajekwesi Bojonegoro

ABSTRAK

Makanan cepat saji merupakan makanan yang dalam proses memasaknya tidak membutuhkan waktu yang lama. Makanan cepat saji merupakan makanan yang digemari para remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Deskripsi faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Deskriptif. Pengambilan sampel dengan *Non probability* sampling teknik *snowball sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner mengenai karakteristik siswa dan faktor-faktor yang mempengaruhi remaja untuk mengkonsumsi makanan cepat saji. Adapun populasi pada penelitian ini seluruh siswa kelas XI di SMK Siang di Bojonegoro sebanyak 80 responden dengan sampel 19 responden.

Hasil penelitian menunjukkan jumlah responden yang mengkonsumsi makanan cepat saji lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi. Dalam penelitian ini di peroleh hasil bahwa ada hubungan pengetahuan, faktor ekonomi, uang saku, dan lingkungan sosial terhadap konsumsi makanan cepat saji.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa upaya yang dapat dilakukan untuk menghindari konsumsi makanan cepat saji yaitu memilih makanan mana dan apa saja yang akan menjadi makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Kata kunci : *Konsumsi, Makanan cepat saji*

ABSTRACT

Fast food is food that does not require a long time to cook. Fast food is a food that is popular with teenagers. The purpose of this study was to determine the factors associated with consumption of fast food for adolescents at the Afternoon Vocational School in Bojonegoro.

This research is a quantitative study using descriptive research design. Sampling with Non probability sampling snowball sampling technique. The instrument in this study was a questionnaire regarding the characteristics of students and factors influencing adolescents to consume fast food. The population in this study all students of class XI at the Afternoon Vocational School in Bojonegoro were 80 respondents with a sample of 19 respondents.

The results showed the number of respondents who consumed fast food was higher than those who did not consume. In this study the results were obtained that there is a relationship of knowledge, economic factors, pocket money, and social environment to the consumption of fast food.

Based on the description above, it can be concluded that the effort that can be done to avoid the consumption of fast food is to choose which foods and which foods will be consumed daily.

Keywords: *Consumption, Fast food.*

Pendahuluan

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah kelompok usia 10 tahun sampai berusia 18 tahun. Remaja dimulai pada usia 12 tahun dan berakhir sekitar usia 17 atau 18 tahun (Semiun, Y. 2015). Remaja memiliki kebutuhan nutrisi yang spesial dibandingkan kelompok umur lainnya. Hal ini karena pada saat remaja terjadi pertumbuhan yang pesat dan perubahan kematangan fisiologis sehubungan dengan masa pubertas (Depkes, Poltekkes 2015). Remaja membutuhkan kebutuhan gizi yang berbeda apabila ditinjau dari sisi biologis maupun psikologis. Secara biologis, kebutuhan nutrisi remaja harus seimbang dengan aktivitasnya. Remaja membutuhkan lebih banyak protein, vitamin dan mineral dari setiap energi yang dikonsumsi dibandingkan dengan masa anak-anak. Apabila dipandang dari sisi psikologis, remaja tidak terlalu memperhatikan faktor kesehatan dalam menentukan pilihannya. Namun, remaja lebih memperhatikan faktor lain, seperti orang-orang sekitar, budaya hedonistik, dan lingkungan sosial yang sangat mempengaruhi (Adriani, M. dan Wirjatmadi, B. 2016). Kebutuhan gizi pada remaja perlu diperhatikan. Hal ini karena kebutuhan nutrisi pada remaja meningkat karena terjadi peningkatan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, gaya hidup dan kebiasaan makan yang berubah juga akan mempengaruhi asupan gizi remaja. Kelompok usia remaja disibukkan dengan banyaknya aktivitas fisik. Oleh karena itu, kebutuhan kalori, protein, dan mikronutrien pada usia remaja perlu diperhatikan (Adriani, M. Dan Wirjatmadi, B. 2016). Makanan cepat saji atau fast food juga dikenal masyarakat dengan istilah junk food. Secara harfiah, junk food diartikan sebagai makanan sampah atau makanan tidak bergizi. Istilah tersebut berarti menunjukkan makanan-makanan yang dianggap tidak memiliki nilai nutrisi bagi tubuh. Makan makanan junk food tidak hanya sia-sia, tetapi juga dapat merusak kesehatan. Gangguan kesehatan akibat makan makanan junk food seperti obesitas atau kegemukan, diabetes, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, kanker, meningkatkan resiko depresi, penurunan kemampuan kognitif, menambah berat badan, meningkatkan resiko terjadinya gangguan pernapasan, membuat tulang dan gigi keropos, gangguan pencernaan, (Sari, R. W. 2016).

Hasil survei Wearesocial dan Hootsiut menyatakan bahwa jumlah remaja di dunia pada tahun 2018 sebanyak 603 juta jiwa, menurut penelitian di Bangladesh, siswa yang mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak ≥ 2 hari per minggu berisiko 2,2 kali mengalami obesitas (Goon, S., Bipasha, M.S dan Islam, Md. 2015). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa 90% remaja yang mengonsumsi makanan cepat saji, 22,45% mengalami pre-obesitas dan 9,52% mengalami obesitas. Menurut Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) di Indonesia pada tahun 2018 tercatat jumlah remaja sebanyak 23 juta jiwa. Di Jawa Timur jumlah remaja pada tahun 2018 tercatat sejumlah 3.2 juta jiwa. Di wilayah kabupaten Bojonegoro jumlah remaja tahun 2018 berjumlah 92.143 jiwa (Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Jawa Timur). Sedangkan jumlah remaja pada siswa di SMK Siang Bojonegoro sebanyak 247 siswa.

Makanan cepat saji menjadi populer karena penyajian yang cepat, tersedia secara luas, mudah diperoleh, dan memiliki rasa yang enak. Namun, kebiasaan makan dengan mengonsumsi makanan cepat saji berlebih akan berdampak buruk bagi kesehatan, baik pada anak, remaja, maupun dewasa. Makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko beberapa penyakit, seperti obesitas, diabetes, hipertensi, dan gangguan lemak darah atau dislipidemia. Dampak jangka panjang mengonsumsi makanan cepat saji yaitu dapat meningkatkan potensi terkena risiko serangan jantung, risiko kanker, risiko diabetes, menambah berat badan, risiko hipertensi. Selain itu makanan cepat saji dalam waktu yang lama juga akan mempengaruhi kesehatan gigi. Peningkatan pola konsumsi masyarakat terhadap makanan cepat saji membuktikan pada saat ini masyarakat Indonesia sebagai masyarakat konsumtif (Marwanti 2015), perilaku seseorang dalam mengonsumsi makanan sangat subjektif. Pada umumnya ada tiga pengaruh seseorang dalam mengonsumsi makanan, yaitu lingkungan keluarga, tempat seseorang hidup dan dibesarkan, lingkungan diluar sistem sosial keluarga yang mempengaruhi langsung kepada dirinya maupun keluarganya, dorongan yang berasal dari dalam diri atau luar. Terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi pola perilaku remaja mengonsumsi makanan cepat saji yaitu faktor pengetahuan, lingkungan sosial, ekonomi, pola makan, uang saku, nongkrong, dan faktor pribadi (Suhardjo, 2016).

SMK Siang Di Bojonegoro merupakan salah satu sekolah yang terdapat di Kota Bojonegoro yang berada dipusat kota sehingga akses terhadap makanan cepat saji lebih mudah yang menyebabkan intensitas siswa makan diluar rumah tinggi dan bahkan tidak jarang juga orang tua menyediakan makanan instan seperti sosis, nugget dan mie di rumah. Berdasarkan hasil survei pendahuluan beberapa pedagang menjual beraneka ragam makanan antara lain gorengan, bakso, cilok, mie instan, siomay, batagor, dan berbagai makanan kemasan (snack). Siswa mengonsumsi makanan yang tersedia di kantin sekolah pada jam istirahat mereka yang tersedia di kantin sekolah pada jam istirahat mereka yang sebagiannya adalah termasuk makanan cepat saji. Pada siswa SMK kelas XI merupakan masa transisi karena pada kelas XI siswa mulai mengenal satu sama lain, mengetahui keadaan sekolah dan mulai berani menunjukkan sikap. Menurut

KBBI, masa transisi adalah masa peralihan dari keadaan (tempat, tindakan, dan sebagainya) pada umumnya keadaan belum stabil. Oleh sebab itu masa siswa kelas XI adalah masa penyesuaian dengan lingkungan sekitar di sekolah sehingga siswa mudah terpengaruh dengan teman sebayanya. Tidak jarang siswa tersebut ketika pulang sekolah berkumpul bersama teman temannya atau keluarga untuk makan ditempat makanan cepat saji.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya. Beberapa kegiatan yang diusulkan oleh instansi Pemerintah adalah pembuatan materi pendidikan jajanan sehat untuk anak sekolah. Materi pendidikan untuk anak sekolah dan orang tua harus mencakup faktor ragam jajanan, jajanan yang berbahaya, dan dampak jajanan bagi kesehatan. Selain itu juga perlu adanya materi tentang lingkungan sekitar proses penyiapan dan penyajian jajanan sekolah serta perilaku sehat untuk konsumsi jajanan sekolah. Program tersebut harus melibatkan orang tua sebagai sasaran pendamping karena orang tua berperan penting bagi perkembangan dan kesehatan anak. Peran orang tua yang dapat dilakukan adalah dengan cara bersikap tegas pada anak untuk mengurangi konsumsi makanan cepat saji mereka, kurangi kuantitas makanan cepat saji yang dikonsumsi anak misalnya izinkan mereka hanya makan satu minggu sekali,, orang tua berhenti menyimpan persediaan makanan cepat saji di rumah seperti mie instan,dll, membawakan bekal makanan ke sekolah. Dengan demikian untuk dapat memberdayakan anak agar menjadi cerdas dalam berkonsumsi maka diperlukan program lintas sektoral di luar unsur pemerintah yakni sekolah, perusahaan dan orang tua. Sebagai perawat juga harus memberikan health education tentang pola makan yang baik untuk dikonsumsi remaja yaitu terdiri dari makanan pokok lauk- pauk, sayur, buah, dan minuman. Jumlah makanan yang baik untuk dikonsumsi remaja yaitu 3 kali sehari, dengan jenis seperti nasi, lauk pauk, sayur, buah, air, dan susu. Waktunya pagi, siang, malam, makan yang paling penting adalah sarapan pagi, karena sangat penting untuk menyuplai energy yang akan digunakan untuk belajar. (Sari, 2016). Makanan yang baik untuk dikonsumsi remaja jumlah kalori yang dibutuhkan dalam sehari yaitu sebanyak 2000 kalori. Orang tua juga sangat berperan penting dalam memberikan makanan yang sehat di rumah untuk anak-anak karena makanan yang sehat baik untuk kesehatan dan tumbuh kembang anak. Pada pihak sekolah juga harus memberikan edukasi kepada siswa-siswinya untuk tidak banyak mengkonsumsi makanan cepat saji serta mengurangi jajanan snack yang banyak dijual di lingkungan sekolah ataupun di luar sekolah , menyediakan kantin sehat.

Metode Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian Deskriptif yang merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini. Deskripsi peristiwa dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan pada data faktual dari pada penyimpulan (Nursalam, 2017). Pada penelitian ini dilaksanakan di SMK Siang Bojonegoro pada bulan Desember 2019 sampai dengan bulan Juni 2020. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa kelas XI di SMK Siang Bojonegoro sebanyak 80 responden, sampel pada penelitian ini adalah sebagian siswa kelas XI di SMK Siang Bojonegoro sebanyak 19 responden dengan menggunakan teknik *snowball sampling*. Instrumen pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner yang dikirimkan dengan menggunakan *google form*. Pengolahan data dengan menggunakan editing, coding, scoring dan tabulating.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Data Umum	Jumlah	%
1	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	14	74
	b. Perempuan	5	26
2	Usia		
	a. 15 tahun	6	32
	b. 16 tahun	10	53
	c. 17 tahun	3	15

Sumber data kuisioner Juni 2020

Berdasarkan tabel diatas dari 19 responden di dapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 14 responden yaitu (79 %) dan lebih dari sebagian berusia 16 tahun yaitu sebanyak 10 responden (53 %).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan

No	Pengetahuan	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Baik	0	0
2.	Cukup	2	11
3.	Kurang	17	89
Total		19	100

Sumber : Kuisisioner Juni 2020

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan faktor ekonomi

No	Pekerjaan Orang Tua	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Petani	9	47
2.	PNS	0	0
3.	Wiraswasta	7	37
4.	TNI/Polri	0	0
5.	Lain-lain	3	16
Total		19	100

No	Pendapatan Orang Tua	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Sangat Tinggi	2	11
2.	Tinggi	12	63
3.	Sedang	5	26
4.	Rendah	0	0
Total		19	100

Sumber : Kuisisioner Juni 2020

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan pengeluaran uang saku per hari

No	Pengetahuan	Jumlah	Prosentase (%)
1.	<10.000	0	0
2.	10.000-20.000	7	37
3.	20.000-30.000	8	42
4.	30.000-40.000	3	16
5.	>40.000	1	5
Total		19	100

Sumber : Kuisisioner Juni 2020

Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan lingkungan sosial

No	Lingkungan Sosial	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Ada pengaruh	13	68
2.	Tidak ada pengaruh	6	32
Total		19	100

Sumber : Kuisisioner Juni 2020

Pembahasan

1. Faktor Pengetahuan Terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji Bagi Remaja

Berdasarkan tabel 2 tabulasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro dari 19 responden menunjukkan bahwa didapatkan sebagian besar berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 17 orang (89 %), yang berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (11%) dan yang berpengetahuan baik 0 orang (0%).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah pendidikan. Jika pendidikan yang diterima seseorang itu kurang maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru yang diperkenalkan. (Notoadmodjo, 2016).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan memberikan pendidikan yang baru akan semakin menambah ilmu pengetahuan sehingga seseorang semakin besar keinginannya untuk memanfaatkan ilmu dan keterampilannya. Faktor pengetahuan memegang peranan penting dalam menjaga kebersihan dan hidup sehat. Dengan adanya pendidikan dan pengetahuan dapat mendorong kemampuan yang di tujukan pada perawatan gigi. Sehingga orang yang berpengetahuan mampu memahami arti hidup, mampu menjalani hidup dengan terarah.

Menurut Mubarak (2017), bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Ada kecenderungan pengalaman yang kurang baik seseorang akan berusaha untuk melupakan, namun jika pengalaman terhadap objek tersebut menyenangkan maka secara psikologis akan timbul kesan yang sangat mendalam dan membekas dalam emosi kejiwannya, dan akhirnya dapat pula membentuk sikap positif dalam kehidupannya. Pendidikan tidak hanya di dapatkan dari sekolah tetapi banyak dipengaruhi oleh faktor luar sekolah, faktor pendidikan orang tua maupun dari media masa yang dapat menambah ilmu pengetahuan tentang bahaya mengkonsumsi makanan cepat saji.

Hal ini sesuai dengan penelitian Nurlita (2017), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji pada remaja. Sependapat juga dengan Suseanti (2013), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja dengan keinginan remaja untuk mengkonsumsi makanan cepat saji.

Di SMK Siang sendiri masih banyak menyediakan makanan cepat saji, di depan gedung SMK Siang Bojonegoro juga terdapat tempat-tempat nongkrong, cafe, rumah makan, dll. didukung pula dengan uang saku siswa yang mayoritas dikategorikan tinggi yaitu (53 %). Upaya yang dapat dilakukan bagi remaja yaitu untuk mengurangi konsumsi makanan cepat saji serta mencari berbagai informasi-informasi yang ada dari media yang ada tentang faktor-faktor yang terjadi bila mengkonsumsi makanan cepat saji, dari pihak sekolahan juga harus memberikan informasi tentang bahaya dan dampak makanan cepat saji, memberikan kantin sehat di sekolahan, serta di dalam organisasi sekolah salah satunya adalah organisasi UKS yang ada di sekolahan juga dapat bekerja sama dengan pihak-pihak kesehatan diluar sekolahan untuk mengadakan acara setiap 1 bulan sekali memberikan informasi serta melakukan pengecekan kesehatan disekolahan dll.

2. Faktor Lingkungan Sosial Terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji Bagi Remaja

Selain itu pada tabel 5 tabulasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro menunjukkan bahwa faktor kedua yang paling berpengaruh pada remaja terhadap konsumsi makanan cepat saji yaitu merupakan adanya pengaruh di lingkungan sosial (68 %).

Kegiatan remaja di luar rumah setelah selesai pelajaran sekolah, terutama bimbingan belajar dan kegiatan ekstrakurikuler yang rutin dilaksanakan 4 kali seminggu. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah menyita waktu mereka sehingga pada siang hari mereka tidak bisa makan di rumah, dengan begitu tujuan mereka untuk makan siang adalah restoran makanan cepat saji atau hanya sekedar membeli jananan ringan di pinggir jalan. Sayogo (2016) mengatakan bahwa meningkatnya aktivitas, kehidupan lingkungan sosial dan kesibukan pada remaja, akan mempengaruhi kebiasaan makan mereka. Pola konsumsi makanan sering tidak teratur, sering jajan, sering tidak makan pagi dan sama sekali tidak makan siang. Kelompok-kelompok remaja di kota besar sering bersama-sama makan di rumah makan yang menyajikan makanan siap saji (fast food) yang berasal dari negara-negara barat. Kegiatan remaja yang lama di luar rumah menyebabkan konsumsi fast food menjadi sering. Remaja dengan lamanya kegiatan yang berbeda-beda maka konsumsi makanan cepat saji pun berbeda.

Hal ini sejalan dengan penelitian Fuadiyati (2018), bahwa semakin lama kegiatan di luar rumah selain jam sekolah menyebabkan remaja lebih sering mengkonsumsi makanan cepat saji. Remaja-remaja SMK sekarang biasanya senang mengunjungi tempat penjual makanan cepat saji, hal ini terlihat dari seluruh remaja yang diteliti (68%) yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial. Bagi mereka tidak ada waktu luang untuk pulang kerumah hanya untuk makan siang. Menurut mereka lebih baik datang ke tempat makanan cepat saji dimana makanan langsung disajikan tanpa harus menunggu dimasak terlebih dahulu sehingga waktu istirahat mereka tidak habis dengan percuma.

Remaja yang aktif dengan aktivitas yang padat akan meninggalkan rumahnya pagi dan tetap berada di luar rumah sampai kegiatan di sekolah selesai. Umumnya remaja SMK sebelum jam 07.00 sudah berangkat ke sekolah dan pulang rata-rata diatas jam 16.00 setelah ikut bimbingan belajar atau kegiatan

ekstrakurikuler. Keadaan ini membuktikan bahwa sulit untuk mempunyai waktu bersama-sama dengan keluarga dengan menu yang lengkap. Kondisi seperti ini menyebabkan mereka sering mengonsumsi makanan selingan atau makanan siap saji sebagai pengganti makanan lengkap pada saat waktu makan di rumah.

Remaja mengonsumsi makanan cepat saji dari pengaruh oleh teman sebaya karena tanpa pengaruh atau ajakan dari teman, remaja memiliki keinginan dan ketertarikan untuk mengonsumsi makanan cepat saji (Khumaidi, 2015). Pengaruh teman sebaya pada masa remaja juga sangat besar dalam terjadinya perilaku makan yang tidak baik. Remaja lebih sering berada diluar rumah bersama dengan teman sebaya sehingga memungkinkan remaja untuk mengonsumsi makanan cepat saji saat diluar rumah.

Media massa merupakan faktor yang menentukan tingkat konsumsi makanan cepat saji pada remaja. Remaja merupakan target utama dari periklanan dalam promosi makanan cepat saji, makanan ringan dan minuman manis yang dapat mempengaruhi perilaku pemilihan makanan yang baik dan sehat. Media yang sering digunakan sebagai sumber informasi gizi termasuk tentang makanan cepat saji yaitu, televisi, internet, majalah atau koran, papan buletin yang ada di kantin sekolah. Salah satu media massa yang paling banyak digunakan adalah televisi. Televisi merupakan salah satu media elektronik yang memberikan pengaruh luar biasa dalam kehidupan masyarakat. Saat ini iklan telah menjadi salah satu kebutuhan bagi perusahaan yang ingin memasarkan produknya. Adanya iklan di televisi dapat menjadikan seseorang lebih up to date terhadap informasi suatu produk atau jasa. Hingga akhirnya produk tersebut, secara tidak sadar telah menjadi bagian dari kehidupan konsumen (Anonim, 2014). Iklan televisi mempunyai daya tarik diantaranya unsur produk, unsur pesan, unsur humor, unsur musik, dan unsur pendukung seperti bintang iklan (kuroifah, 2014), yang dapat menambah rasa senang terhadap iklan yang ditampilkan dan memicu keinginan untuk mengonsumsi produk seperti tokoh yang memeragakan.

Selain media massa/sosial, gaya hidup juga mempengaruhi seorang remaja dalam mengonsumsi makanan cepat saji. Seorang remaja kebanyakan dan rata-rata belum memiliki pendapatan dan masih tergantung secara finansial dengan orang tua, apalagi remaja yang masih sekolah. ini juga ada hubungannya dengan uang saku yang diberikan orang tua kepada anaknya, data yang diperoleh dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar uang saku siswa di SMK Siang di Bojonegoro dikategorikan tinggi <58.000 ribu yaitu sebanyak 10 responden (53 %). Gaya hidup dalam keluarga memegang peran terbesar dan terlama dalam pembentukan sikap dan perilaku remaja. Hal ini karena pola asuh orang tua akan membentuk kebiasaan anak yang secara tidak langsung mempengaruhi pola hidupnya. Selain gaya hidup dari keluarga biasanya seseorang akan menirukan gaya hidup temannya atau ikut-ikutan, tidak menutup kemungkinan jika seorang mereka akan terpengaruh.

Upaya yang dapat dilakukan bagi remaja yaitu membiasakan diri bagi remaja untuk makan pagi sebelum berangkat ke sekolah dan membawa bekal dari rumah yang disediakan orang tua untuk menjamin kesehatan dan kebersihan makanan yang dikonsumsi.

3. Faktor Pendapatan Orang Tua Terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji Bagi Remaja

Selain itu pada tabel 3 tabulasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro menunjukan bahwa faktor ketiga yang paling berpengaruh pada remaja terhadap konsumsi makanan cepat saji yaitu merupakan faktor pendapatan orang tua (63 %).

Pendapatan orang tua sangat mempengaruhi tingkat konsumsi makanan cepat saji pada remaja. Pendapatan orang tua tinggi akan mempengaruhi remaja yaitu semakin banyak pendapatan orang tua maka semakin banyak juga uang saku yang diberikan kepada siswa maka semakin mudah dan sering juga siswa untuk menjajakan uang untuk membeli makanan cepat saji diluar yang sangat ini sangat mudah untuk dibeli dengan mudah.

Dalam penelitian ini, diketahui bahwa pendapatan orang tua dari remaja obesitas tergolong sangat tinggi (63%) yaitu antara Rp 3.990.000-4990.000/bln, sehingga uang saku yang diberikan pada remaja juga tinggi. Farida (2016) mengatakan bahwa orang tua yang mempunyai pendapatan tinggi akan mempunyai daya beli yang tinggi pula bagi anaknya, sehingga memberikan peluang yang lebih besar bagi mereka yang memilih berbagai jenis makanan. Adanya peluang tersebut mengakibatkan pemilihan jenis dan jumlah makanan tidak lagi didasarkan pada kebutuhan dan pertimbangan kesehatan, tetapi lebih mengarah kepada pertimbangan pretise dan rasa makanan yang enak, termasuk jenis makanan cepat saji (fast food)

Hal ini mempengaruhi remaja untuk tidak membeli dan mengonsumsi makanan cepat saji. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahpolah, Mahdalena, dan Vita Purnamasari yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pendapatan orang tua dengan kebiasaan mengonsumsi fast food pada remaja SMA Kartika VI Balikpapan. Sejalan dengan pendapat Ninik Asri (2015), bahwa pendapatan orang tua yang tinggi mempengaruhi keinginan anak untuk mengonsumsi makanan cepat saji.

Dalam hal ini pendapatan orang tua sangat berhubungan dengan keinginan remaja untuk membeli dan mengkonsumsi makanan cepat saji. Upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir keinginan remaja dalam mengkonsumsi makanan yaitu dengan memberikan uang saku sesuai dengan kebutuhan bagi remaja serta dapat menyarankan untuk remaja membeli dan mengkonsumsi makanan yang sehat.

4. Faktor Uang Saku Terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji Bagi Remaja

Kemudian pada tabel 4 tabulasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro menunjukkan bahwa faktor keempat yang paling berpengaruh pada remaja terhadap konsumsi makanan cepat saji yaitu merupakan faktor uang saku. dari 19 responden didapatkan lebih dari sebagian uang saku tinggi yaitu sebanyak 10 responden (53 %).

Pendapatan orang tua juga akan berhubungan pada uang saku yang diterima remaja. Ketersediaan uang saku yang diterima remaja akan mempengaruhi pola konsumsi makanan cepat saji. Semakin besar uang saku yang dimiliki remaja, maka semakin banyak dan semakin sering remaja mengonsumsi makanan cepat saji (Masthalina, 2015). Mayoritas remaja menggunakan sepertiga dari uang saku mereka setiap bulan untuk membeli dan mengonsumsi makanan cepat saji (Nusa, 2015).

Uang saku biasanya diberikan orang tua kepada anaknya untuk memenuhi kebutuhan di luar rumah. Kebutuhan remaja di dalam dan di luar rumah sangat berbeda. Orang tua biasanya sudah melengkapi kebutuhan di dalam rumah namun kebutuhan di luar rumah disesuaikan oleh remaja tersebut. Orang tua memberikan uang saku berdasarkan kemampuan keuangan yang dimilikinya. Penghasilan orang tua remaja berbeda-beda sesuai dengan pekerjaan dan jabatan yang dimiliki. Pemberian uang saku yang diberikan orang tua pada anak pun berbeda juga. Perbedaan pemberian jumlah uang saku dari orang tua kepada anak, terjadi karena orang tua menyesuaikan kondisi keuangan keluarga dengan pengeluaran yang akan diberikan kepada anak. Uang saku yang diberikan oleh orang tua digunakan oleh remaja untuk memenuhi kebutuhan harian dan juga untuk kebutuhan lain yang bersifat hiburan. Kebutuhan-kebutuhan tersebut seperti untuk membeli makanan dan untuk keperluan lain-lain yang sangat dibutuhkan remaja. Banyaknya peluang untuk membeli dan mengkonsumsi makanan cepat saji akan dipengaruhi oleh uang saku yang dimiliki. Jika uang saku yang diberikan orang tua setiap hari dikategorikan tinggi, maka uang saku dapat mempengaruhi pola makan dan pergaulan di sekolah. Daerah Bojonegoro memiliki sekolah yang bervariasi dimulai dari tingkatan PAUD, TK, SD, SMP/MTS, SMA/SMK, dan Universitas serta mempunyai ketersediaan fasilitas sesuai dengan kebutuhan yang dimiliki sekolah tersebut. Pada umumnya setiap sekolah memiliki kantin, termasuk di SMK Siang di Bojonegoro. Kantin sekolah biasanya dikunjungi pada waktu pagi dan pada saat jam istirahat berlangsung.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Zia (2015) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara jumlah uang saku dengan keinginan remaja untuk mengkonsumsi fast food. Sependapat dengan Vega (2018) yang menyatakan bahwa ada hubungan faktor uang saku dengan konsumsi makanan cepat saji pada remaja dibandingkan dengan remaja yang mempunyai uang saku dibawah rata-rata.

Dalam hal ini uang saku sangat berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji pada remaja. Upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir keadaan ini yaitu sebagai responden untuk membelikan dan menggunakan uang saku yang diberikan dari orang tua untuk membeli makanan yang sehat sedangkan sebagai orang tua harus memberikan uang saku yang cukup tanpa berlebih agar remaja bisa menggunakan uang saku sebaik mungkin.

Kesimpulan

Dari penelitian ini dapat diketahui kesimpulan penelitian ini adalah dari deskripsi faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji seperti faktor pengetahuan, faktor ekonomi, faktor uang saku, dan faktor lingkungan sosial bagi remaja di SMK Siang di Bojonegoro faktor yang paling berpengaruh adalah faktor pengetahuan..

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina (2015). Analisis Perilaku Siswa Lembaga Bahasa dan Pendidikan Profesional Lia (LBPP-Lia) dalam Mengonsumsi Makanan Cepat Saji di Palembang, 3(2), 89-94.
- Almatsier. 2017. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Andriani (2016). Hubungan Besar Uang Saku dan Frekuensi Konsumsi Western Fast Food dengan Status Gizi Siswa (Studi Kasus di Kelas X.13 SMAN 3 Kota Semarang. (Skripsi) Universitas Diponegoro Semarang
- Arisman. 2015. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan. Yogyakarta: C.V Andi
- Arya. 2014. Bahaya Makanan Cepat Saji dan Gaya Hidup Sehat. Panembahan. Yogyakarta.
- Barasi. 2016. Etiologi dan Patofisiologi Obesitas. Dalam: Soegih, R. R., dan Wiramihardja, K. K. (Editor). Obesitas Permasalahan dan Terapi Praktis. Jakarta: Sagung Seto
- Muhammadiyah Surakarta
- Dedeh. 2017. Pengantar Pangan dan Gizi. Jakarta: Penerbit Swadaya
- Hanum Latifah Syarifah. 2017. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja. Jurnal Kesehatan, 2(1), 67-82.
- Indriwati Ratna. 2019. Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Tingkat Aktivitas Fisik terhadap Obesitas pada Kelompok Usia 11-13 Tahun. Mutiara Medika, 9(2), 121-128.
- Khumaidi. 2017. Gizi Masyarakat. Jakarta : PT : BPK Gunung Mulia
- Marwan, MR (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi perbedaan Status Gizi Remaja Putri di Daerah Perkotaan dan Pedesaan Kabupaten Jombang. (Skripsi) Universitas Air Langga: Surabaya