

## Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda

Rahman Suhada<sup>1\*</sup>, Ni Wayan Wiwin Asthiningsih<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Kontak Email : [Rahmansuhada29@gmail.com](mailto:Rahmansuhada29@gmail.com)

Diterima: 08/08/19

Revisi: 20/08/19

Diterbitkan: 19/12/19

---

### Abstrak

**Tujuan:** Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan Teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi. Populasi seluruh siswa-siswi di 4 SMA Negeri di Samarinda sebanyak 1.405 siswa. pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*, diambil berdasarkan kriteria inklusi, yaitu siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda, menggunakan rumus *slovin* dengan toleransi kesalahan 5%. Sampel penelitian 311 siswa. Pengumpulan melalui wawancara dan kuesioner.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian Teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan nilai korelasi sebesar 0,259 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah.

**Manfaat:** Sebagai penambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam meningkatkan ilmu pengetahuan dan untuk mengetahui adanya hubungan antara Teman Sebaya dengan kebiasaan konsumsi *fast food*

### Abstract

**Purpose of study :** The objective of the study is to know the relation between friend and a habit of consuming fast food for students XI grades in SMA Samarinda

**Methods:** This methods use design correlation descriptive population of 1.045 students in four senior high school Samarinda. The sample collection was stratified random sampling technique, taken based on inclusion criteria, namely students of class XI SMA Samarinda, used formula of slovin with 5% of tolerance errors. There are 311 students of sample.

**Result:** The result of research with Rank spearman test shown that p-value  $0,000 < 0,05$  means that has significant relation between friends with a habit of consuming fast food and correlation value 0,259 shown positive direction with low power correlation

**Applications:** To find out the relationship between Peers and fast food consumption habits

---

**Kata kunci:** Teman sebaya, kebiasaan konsumsi, *fast food*

## 1. PENDAHULUAN

Kebiasaan konsumsi makan adalah ekspresi setiap individu untuk memilih makanan dan mengkonsumsinya yang akan membuat pola perilaku makan. Oleh karena itu ekspresi setiap orang yang memilih makanan akan berbeda satu dengan yang lainnya (Khomsan, 2010). Kebiasaan konsumsi setiap orang di Indonesia pada saat ini sangat bervariasi sejalan dengan perkembangan jumlah dan jenis-jenis makanan. Fenomena lain yang terjadi dikalangan masyarakat yaitu kegemaran makan makanan cepat saji (*fast food*). Efek buruk dari kebiasaan memakan makanan cepat saji jika dikonsumsi secara berlebihan yaitu dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti kegemukan dan obesitas. Pergaulan dengan teman sebaya pada masa remaja sangat besar dalam munculnya keinginan untuk perilaku makan yang tidak baik. Anak muda jaman sekarang lebih sering berada di luar rumah dan bersama dengan teman-teman sebayanya sehingga memungkinkannya untuk mengkonsumsi makanan cepat saji yang menyebabkan salah satu aspek yang menimbulkan penyimpangan perilaku makan pada remaja (Afifah, 2017).

Selain itu, pengaruh Teman sebaya juga harus memperoleh perhatian yang serius, karena jika dilihat ada keterkaitan yang erat antar teman sebaya dengan keinginan kebiasaan mengkonsumsi *fast food*. Persoalan yang sering muncul adalah perubahan gaya hidup pada anak muda yang memiliki dampak signifikan terhadap kebiasaan mengkonsumsi remaja. Kebanyakan anak remaja berkeinginan untuk mencoba makanan yang terbaru salah satunya adalah *fast food* (Ferry & Nursalam, 2009).

Perilaku remaja mulai banyak dipengaruhi oleh teman, termasuk perilaku konsumsi makanan. Mereka mulai sering menghabiskan waktu dengan teman dan cenderung berusaha untuk diterima oleh teman. Remaja berusaha keras untuk bisa

sama dengan teman-teman mereka dalam peer group dengan mengadopsi preferensi makanan dan membuat pilihan makanan berdasarkan pengaruh teman sebayanya (Brown, 2011). Masa remaja adalah fase individu yang mengalami perkembangan sehingga dapat mencapai kematangan secara mental, emosional, sosial serta fisik. Pada masa ini remaja cenderung labil dan mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan dan orang-orang terdekat, mudah mengikuti alur zaman seperti mode dan tren yang sedang berkembang di masyarakat. Pengaruh tren ini membuat remaja mempunyai ragam makanan apa yang di konsumsi. Pilihan makanan yang tidak tepat akan berdampak buruk pada kesehatan remaja (Kristianti, 2009).

Perubahan kebiasaan makan dapat disebabkan oleh faktor pendidikan gizi dan kesehatan serta aktivitas pemasaran atau distribusi makanan. Dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor lingkungan seperti lingkungan budaya (*cultural enviromental*), lingkungan alam (*natural enviromental*), serta populasi (Hartog at all, 2006).

Pesanan kecil kentang goreng biasanya mengandung sekitar 200 kalori dan 10g lemak, dan hamburger yang kalorinya hampir 600 kalori dan 35g lemak. Akibatnya banyak orang telah menyuarakan keprihatinan tentang kualitas gizi. Makanan cepat saji, tidak hanya untuk anak-anak dan remaja tetapi juga untuk orang dewasa. Di Amerika Serikat rata-rata remaja mengunjungi gerai makanan cepat saji 2 kali perminggu, sebuah survey tentang 4,764 siswa usia 11 hingga 18 tahun dilaporkan bahwa sekitar 75% siswa makan di restoran *fast food* selama seminggu sebelum dilakukan survey dan survey yang sama menunjukkan bahwa penikmat *fast food* dikelompokkan lebih banyak yang mengkonsumsi kentang goreng, *humberger*, *pizza*, *smoothies*, dan kurangnya asupan buah, sayuran, dan susu (Paeratakul at all, 2016). Data Amerika sebanyak 55% orang disana mengkonsumsi aneka makanan *fast food* dan sebanyak 25% warga Amerika makan di resto cepat saji setiap hari. Sebuah survey yang menunjukkan bahwa 96% anak sekolah Amerika mengenal dan memakan *fast food* (Marlen, 2011).

Dari 52 SMA di Samarinda didapatkan SMA 1, 2, 3, dan 5 sebagai tempat untuk melakukan penelitian. SMA negeri 1 dan 3 terletak dikelurahan air hitam, SMA 2 terletak di terletak kelurahan sungai pinang dan SMA 5 terletak dikelurahan air putih. Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada 4 SMA didapatkan sebanyak 1.405 siswa. Dari hasil wawancara sebanyak 20 siswa diambil secara acak pada 30 April 2018 didapatkan sebanyak 17 orang yang mengkonsumsi *fast food* dari ajakan teman dan 3 orang yang mengkonsumsi *fast food* dengan kemauan sendiri. Dari 20 siswa tersebut didapatkan sebanyak 8 siswa mengkonsumsi *fast food*  $\leq 2$  kali dalam seminggu dan 12 siswa mengkonsumsi *fast food*  $> 3$  kali dalam seminggu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda.

## 2. METODOLOGI

Desain penelitian, pada penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa-siswi yang berada di 4 SMA Negeri di Samarinda yaitu sebanyak 1.405 siswa.

Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini diambil berdasarkan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan, yaitu siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda yang bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 311 siswa perhitungan berdasarkan besar sampel dengan menggunakan rumus Slovin dengan toleransi kesalahan 5%. Data dikumpulkan dengan cara pegujian langsung dengan menggunakan instrument lembar kuesioner dan wawancara kepada responden. Teknik analisa data pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis univariat yang dianalisis secara statistic deskriptif, disajikan dalam bentuk tabel dan distribusi frekuensi untuk mengetahui proporsi masing-masing tabel.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 4 SMA Negeri di Samarinda yaitu SMA Negeri 1,2,3 dan 5 pada tanggal 14, 17 dan 18 Januari 2019. Berdasarkan data yang diperoleh selama penelitian, yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 311 orang responden. Semua responden tersebut diberikan kuesioner untuk diisi oleh responden.

### 1. Analisa Univariate

#### a. Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Remaja

no	Karakteristik Remaja	Frekuensi	Presentase
----	----------------------	-----------	------------

<b>1</b>	<b>Usia</b>		
	16	182	58,5%
	17	129	41,5%
<b>2</b>	<b>Jenis kelamin</b>		
	Laki-laki	154	49,5%
	Perempuan	157	50,5%
<b>3</b>	<b>Pendapatan orangtua</b>		
	Rp500.000,00 – Rp1.000.000,00	35	11,3%
	Rp1.000.000,00 – Rp3.000.000,00	154	49,5%
	> Rp3.000.000,00	122	39,2%
<b>4</b>	<b>Uang Saku Per hari</b>		
	Rp10.000,00 – Rp20.000,00	215	69,1%
	Rp30.000,00 – Rp50.000,00	86	27,7%
	> Rp50.000,00	10	3,2%
	<b>Total</b>	<b>311</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan [Tabel 1](#) menunjukkan bahwa usia siswa-siswi berada pada rentang usia 16 tahun sebanyak 182 orang (58,5%). Usia 16 tahun bisa dikategorikan dalam usia remaja pertengahan pada fase ini mudah sekali terpengaruh oleh orang-orang terdekat dan lingkungan, mudah mengikuti tren dan alur zaman yang sedang berkembang dimasyarakat, Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 311 responden didapatkan bahwa usia remaja yang terbanyak adalah usia 16 tahun dimana anak masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang harus dipantau oleh orangtua. Peneliti dapat menyimpulkan bahwa pengaruh tren membuat remaja mempunyai ragam makanan apa yang dikonsumsi dan pemilihan makanan yang buruk akan berdampak buruk pada kesehatan remaja.

(Kristianti, 2009). Faktor umur, minat dan pengalaman dapat mempengaruhi pengetahuan individu, bertambahnya umur seseorang menyebabkan terjadinya perubahan pada aspek fisik dan psikologis. Minat yang merupakan kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam. Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman diri sendiri maupun orang lain (Iqbal, at all dalam Hanum at all, 2015).

Berdasarkan [Tabel 1](#) menunjukkan bahwa siswa-siswi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 157 orang (50,5%). Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 311 responden didapatkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan mendapat pengaruh lebih besar daripada responden berjenis kelamin laki-laki dalam hal pemilihan makanan yang akan dimakannya, dan responden berjenis kelamin perempuan lebih tertarik untuk mencoba makanan baru seperti pemilihan makanan cepat saji (*fast food*), karena makanan cepat saji memiliki kelebihan yaitu cepat dalam penyajian, praktis, dan umumnya memenuhi selera responden.

Menurut Ezelle et all (Suswanti, 2013) yang menyatakan bahwa pola mengkonsumsi makanan ringan pada anak laki-laki dan putri sama meskipun asupan kalori dan kalsium pada anak laki-laki lebih tinggi dari pada anak putri. Akan tetapi, konsumsi makanan pada putri berkontribusi 21% pada total asupan energinya, sedangkan pada laki-laki hanya 14%. Gaya hidup remaja putri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebiasaan makan remaja tersebut. Remaja perempuan menjadi lebih aktif, lebih banyak makan di luar rumah, dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan yang akan dimakannya, remaja putri juga lebih sering mencoba-coba makanan baru (Adriani& Wirjatmadi, 2012).

Berdasarkan [Tabel 1](#) menunjukkan bahwa pendapatan orangtua siswa-siswi paling banyak berada pada kisaran Rp1.000.000,00-Rp3.000.000,00 (49,5%). Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan

kepada 311 responden didapatkan bahwa responden yang memiliki pendapatan orang tua lebih tergolong sering mengkonsumsi *fast food* karena memberikan peluang yang lebih besar bagi mereka untuk memilih berbagai jenis makanan, termasuk makanan jenis *fast food*.

Ini dapat dikarenakan orangtua dengan penghasilan yang tinggi dapat membelikan makanan cepat saji (*fast food*) kepada anaknya dan juga memberikan keleluasaan kepada anaknya dalam memilih makanan sesuai dengan kemauan mereka. Terdapat perbedaan perilaku konsumsi antara remaja dengan status sosial ekonomi (pendapatan) orangtua kelas atas dan remaja dengan status sosial ekonomi (pendapatan) orangtua kelas bawah (Sipunga, 2014). Orangtua yang mempunyai pendapatan perbulan tinggi akan mempunyai daya beli yang tinggi pula pada anak remajanya, sehingga memberikan peluang yang lebih besar bagi mereka untuk 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 prestise dan rasa makanan yang enak, termasuk makanan jenis *fast food* (Farida dalam Mahpolah at all, 2008)

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan uang saku siswa-siswi lebih banyak berada pada kisaran Rp10.000,00-Rp20.000,00 sebanyak 215 orang (69,1%). Menurut asumsi peneliti bahwa besaran uang saku akan mempengaruhi pemilihan makanan responden. Semakin besar uang saku yang dimiliki responden, maka pemilihan makanan semakin tinggi dan sebaliknya semakin kecil uang saku yang dimiliki responden, maka pemilihan makanan semakin rendah. Pemilihan makanan yang dimaksud peneliti adalah makanan yang telah siap dikonsumsi yaitu makanan cepat saji (*fast food*).

Uang saku sangat menentukan pemilihan makanan dan konsumsi makanan, sehingga tingkatan pendapatan uang saku menentukan pola makanan apa yang dibeli (Thamrin at all, 2008).

b. Jenis makanan cepat saji (*fast food*)

Tabel 2 jenis makanan cepat saji (*fast food*)

No	Jenis makanan cepat saji ( <i>fast food</i> )	Frekuensi	Presentase
<b>1</b>	<b>Ayam Kentucky</b>		
	Memilih	252	81,0%
	Tidak Memilih	59	19,0%
<b>2</b>	<b>Kentang goreng</b>		
	Memilih	198	63,7%
	Tidak Memilih	113	36,3%
<b>3</b>	<b>Kebab</b>		
	Memilih	136	43,7%
	Tidak Memilih	175	56,3%
<b>4</b>	<b>Sosis</b>		
	Memilih	131	42,1%
	Tidak Memilih	180	57,9%
<b>5</b>	<b>Nugget</b>		
	Memilih	126	40,5%
	Tidak Memilih	185	59,5%
<b>6</b>	<b>Sushi</b>		
	Memilih	11	3,5%
	Tidak Memilih	300	96,5%
<b>7</b>	<b>Mie Instant</b>		
	Memilih	241	77,5%

	Tidak Memilih	70	22,5%
<b>8</b>	<b>Humberger</b>		
	Memilih	152	48,9%
	Tidak Memilih	159	51,1%
<b>9</b>	<b>Pentolan</b>		
	Memilih	127	40,8%
	Tidak Memilih	184	59,2%
<b>10</b>	<b>Cireng</b>		
	Memilih	74	23,8%
	Tidak Memilih	237	76,2%
<b>11</b>	<b>Spaghetty</b>		
	Memilih	17	5,5%
	Tidak Memilih	294	94,5%
<b>12</b>	<b>Hot Dog</b>		
	Memilih	10	3,2%
	Tidak Memilih	301	96,8%
	<b>Total</b>	<b>311</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan [Tabel 2](#) menunjukkan bahwa 3 jenis makanan cepat saji (*fast food*) yang terbanyak di pilih oleh responden adalah ayam Kentucky sebanyak 252 orang (81%), mie instant sebanyak 241 orang (77,5%), dan kentang goreng sebanyak 198 orang (63,7%) dibandingkan jenis makanan cepat saji (*fast food*) lainnya. Menurut asumsi peneliti dari 311 responden, bahwa semakin bertambah jenis *fast food* semakin tinggi juga minat siswa untuk mencoba *fast food* dan akan terjadi perubahan pola makan, gaya hidup dan kebiasaan makan. Sehingga jika kebiasaan dikonsumsi dan tidak tahu akan bahaya dari *fast food* maka akan sulit untuk menjaga kesehatan.

Era perkembangan membawa dampak banyaknya macam makanan *fast food* yang populer di Amerika dan benua Eropa. Dampak adanya variasi makanan luar negeri dapat memengaruhi kebiasaan konsumsi pada remaja pertengahan, biasanya frekuensi remaja dan anak-anak dalam mengkonsumsi *fast food* dalam seminggu rata-rata 1-2 kali, seperti hot dog, pizza, hamburger, fried chicken, French fries dan junk food yang biasa di konsumsi oleh remaja dan disimbolkan sebagai kehidupan zaman modern (Adriani dan Wirjadmadi, 2012). penelitian ini menunjukkan bahwa 58,8 persen anak-anak lebih suka makanan cepat saji tetapi setelah dilakukan penyuluhan 31,2 persen menolak mengkonsumsi *fast food* (Puri, 2008 dalam Saranya, P.V at all, 2016).

Era globalisasi membawa dampak diperkenalkannya selera makan gaya *fast food* yang populer di Amerika dan Eropa. Dampak adanya produk makanan luar negeri dapat mempengaruhi kebiasaan makan pada remaja, seperti hot dog, pizza, hamburger, fried chicken, French fries dan junk food yang disimbolkan sebagai kehidupan zaman modern (Adriani dan Wirjadmadi, 2012). Peningkatan kemakmuran di Indonesia juga diikuti oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pola makan, terutama di kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat (terutama dalam bentuk fast food) yang sering mutu gizinya tidak seimbang. Pola makan tersebut merupakan jenis-jenis makanan yang bermanfaat, akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori (Junaidi & Noviyanda, 2016).

c. Distribusi Frekuensi Teman sebaya

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Teman sebaya pada Siswa kelas XI di SMA Negeri Samarinda

no	Teman sebaya	Frekuensi	Presentase
1	Tidak terpengaruh	155	49,8%

2	Terpengaruh	156	50,2%
<b>Total</b>		<b>311</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan [Table 3](#) diatas diperoleh informasi bahwa Siswa-siswi kelas XI di SMA Samarinda terpengaruh Teman sebaya sebanyak 156 orang (50,2%) dan yang tidak terpengaruh 155 orang (49,8%). Peneliti berasumsi bahwa teman sebaya berpengaruh pada kebiasaan konsumsi makanan cepat saji karena di usia remaja biasanya lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya dari pada bersama keluarga, dan kebiasaan remaja berkumpul hanya untuk sekedar bercerita atau mengerjakan tugas sekolah sambil mengonsumsi *fast food*, Remaja sering mendapatkan informasi *fast food* yang terbaru selain dari media sosial mereka juga mendapatkannya dari Teman sebaya.

Anak remaja lebih sering berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebayanya. Jadi dapat diketahui bahwa pembicaraan, minat, sikap, penampilan, dan perilaku teman sebaya lebih berpengaruh daripada keluarga. ([Depkes, 2013](#)). Para remaja banyak dipengaruhi oleh pilihan mereka akan gaya hidup dan selera. Makanan yang digemari para remaja lebih cenderung pada makanan jenis fast food yang banyak beredar di mall seperti MacDonald, Kentucky, Pizza, donuts dan lain sebagainya. Letak sekolah yang dekat dengan pusat perbelanjaan, termasuk restoran-restoran *fast food*, memudahkan mereka untuk sering mengkonsumsinya. Pada umumnya remaja senang makan-makan bersama dengan teman sebayanya dibandingkan keluarga mereka di rumah. ([Mahpolah et al., 2008](#))

#### d. Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast food*)

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden kebiasaan konsumsi siswa-siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda

no	Kebiasaan	Frekuensi	Presentase
1	Jarang	185	59,5%
2	Sering	126	40,5%
<b>Total</b>		<b>311</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan [Tabel 4](#) menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) siswa-siswi adalah sering sebanyak 126 orang (40,5%), dan jarang sebanyak 185 orang (59,5%). Kebiasaan untuk makan disebabkan oleh budaya, pola makan, besarnya keluarga, pembagian makanan dalam keluarga, faktor dari diri sendiri, pengetahuan mengenai gizi, status dari kesehatan, segi psikologis, dan kepercayaan terhadap makanannya ([Khumadi, 2004 dalam Janah & Lastariwati, 2016](#)). Kebiasaan konsumsi makan adalah reaksi dari individu dalam memilih dan menentukan makanan serta mengkonsumsinya sehingga akan terbentuk pola perilaku makan dari individu. Oleh karena itu, reaksi setiap individu dalam menentukan untuk memutuskan makanan yang akan dimakan, berbeda antara individu yang satu dengan yang lain ([Khomsan, 2010](#)). Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizinya tetapi untuk bersosialisasi, kesenangan dan takut kehilangan status. Kesibukan remaja di sekolah seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga atau kegiatan akademis dan lainnya menyebabkan mereka lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya dibanding dengan keluarga ([Khomsan, 2009](#)). Penelitian yang dilakukan oleh Lee et al ([dalam Mirkarimi et al., 2016](#)), makanan cepat saji dikonsumsi sekali atau dua kali setiap bulan sebesar 38,5% dan 40,5% pada masing-masing siswa sekolah dasar dan menengah. Makanan cepat saji dimakan pada hari-hari perayaan sebanyak (42,2%) atau saat bersama teman-teman sebanyak (23%). Laki-laki lebih memilih makanan cepat saji sebagai cemilan sebanyak (43,2%), sementara perempuan memilih makanan cepat saji sebagai makanan pokok sebanyak (67,6%). Remaja berusaha keras untuk bisa sama dengan teman-teman mereka dalam peer group dengan mengadopsi preferensi makanan dan membuat pilihan makanan berdasarkan pengaruh teman sebayanya ([Brown, 2011](#)).

## 2. Analisa Bivariat

### a. Hasil bivariat hubungan

Tabel 5 Hubungan teman sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda

Teman sebaya		
Kebiasaan konsumsi	R	0,259

P	0,000
N	311

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan data hasil penelitian Berdasarkan pada data hasil penelitian hubungan Teman Sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai p-value  $0,000 < 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak. Artinya ada hubungan yang signifikan (bermakna) antara Teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda, dengan nilai korelasi sebesar 0,259 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi lemah.

Menurut asumsi peneliti bahwa terdapat hubungan antara Teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makan dikarenakan Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi. Memakan makanan cepat saji bersama teman adalah ungkapan setiap individu untuk bersosialisasi bersaman teman sebayanya.

Menurut khomsan (2009) aktifitas yang banyak diluar rumah membuat seorang remaja sering dipengaruhi teman sebayanya. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi, tetapi sekedar bersosialisasi untuk kesenangan dan supaya tidak kehilangan status. Pada remaja pengaruh kelompok atau teman sebaya lebih menonjol dari pada keluarga.

#### 4. KESIMPULAN

Hasil bivariat antara Teman sebaya dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), maka didapatkan hasil nilai p-value  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak. Artinya ada hubungan yang signifikan (bermakna) antara teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda, dengan nilai korelasi sebesar 0,259 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah.

#### 5. SARAN

Sebagai sumber informasi kepada siswa-siswi di SMA Negeri Samarinda serta dapat menambah pengetahuan siswa khususnya bagi siswa yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*).

#### REFERENSI

- Adriani, M & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan Edisi 1*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Afifah at all. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi *Fast food* pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang. *Jurnal Kesehatan masyarakat Vol 5 (4)*. Universitas Diponegoro.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI. (2013). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional. Departemen Kesehatan RI.
- Brown, E. J. (2011). *Nutrition*. Fayetteville State University.
- Hanum, S. L., at all. (2015). Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Hal.750-758*. Universitas Riau.
- Hartog, at all. (2006). *Food Habits and Consumption in Developing Countrys*. Wageningen Academic Publisher: Nedherland.
- Janah, I. C& Badraningsih, L. (2016). Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Teknik Boga Hal. 1-9*. Universitas Yogyakarta.
- Junaidi & Noviyanda. (2016). Kebiasaan Kosumsi *Fast food* Terhadap Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh. *Jurnal AcTion Vol 1 (2) Hal. 78-82*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh.
- Khomsan, A. (2010). *Pengantar Pangan dan Gizi cetakan-1*. Jakarta: Penebar Swadaya Medika.
- Kristianti. (2009). Hubungan pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi *fast food* dengan status gizi mahasiswa fakultas ilmu keperawatan universitas muhammadiyah surakarta. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstrea>. Diakses tanggal 23 April 2018.
- Mahpolah, at all. (2008). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Mengkonsumsi Fast Food Pada Remaja SMA Kartika 1 Balikpapan. *Jurnal Kedokteran Yarsi Vol 16 (3) Hal. 1-12*. Politeknik Kesehatan Banjarmasin.
- Mirkarimi, K., at all. (2016). Fast Food Consumption Behaviors in High-School Students based on the Theory of Planned Behavior (TPB). *International Journal of Pediatrics Vol 4 (31) Hal. 2131-2142*. Mashhad University of Medical Science.
- Paeratakul, S., at all. (2016). Fast-Food Consumption Among Us Adults and Children: Dietary and Nutrient Intake Profile. *Journal of the American Dietetic Association Vol.103 (10) Hal. 1332-1338*. Los Angels: Southern University.

- Sari, S., at all. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan mahasiswa tentang *Fast food* terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Mengonsumsi Makanan *Fast food*. *Jurnal Keperawatan Hal. 1-10*. Universitas Riau.
- Saranya, P. V., at all. (2016). Adolescents' Knowledge Regarding the Effects of Fast Food on Health. *International Journal of Current Medical Research Vol 5 (3) Hal. 406-409*. Mangalore: Yenepoya University.
- Suswanti, I. (2013). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2012. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Sipunga, P. N & Muhammad, A. H. (2014). Kecenderungan Perilaku Konsumtif Remaja Di Tinjau Dari Pendapatan Orang Tua Pada Siswa-Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang. *Journal of Social and Industrial Psychology Vol 3 (1) Hal. 62-68*. Universitas Negeri Semarang.
- Thamrin, M. H, at all. (2008). Kebiasaan Makan dan Pengetahuan Reproduksi Remaja Putri Peserta Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi remaja (PIK-KRR). *Jurnal Gizi dan Pangan Vol 3 (3) Hal. 124-131*. Institut Pertanian Bogor