

Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda

Devi Ariyana^{1*}, Ni Wayan Wiwin Asthiningsih²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Kontak Email: nww131@umkt.ac.id

Diterima:02/08/19

Revisi:12/08/19

Diterbitkan: 31/08/20

Abstrak

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

Metodologi: Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Penelitian ini dilakukan di 4 SMA Negeri Samarinda dan pada penelitian ini sampelnya adalah siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda sebanyak 311 siswa. Pengumpulan data diperoleh dengan wawancara dan pengisian kuesioner oleh siswa. Analisis data yang digunakan yaitu univariat dengan mencari distribusi frekuensi serta menggunakan uji statistik *Rank Spearman*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$. Nilai korelasi sebesar 0,358 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah yang artinya semakin baik pengetahuan maka semakin jarang konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda.

Manfaat: Sebagai sumber informasi bagi siswa-siswi agar dapat menambah pengetahuan siswa khususnya bagi siswa yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*). Serta sebagai sumber informasi kepada pihak sekolah SMA Negeri di Samarinda untuk memantau dan memberikan pengarahan berkaitan dengan siswa-siswi yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi *fast food*.

Abstract

Purpose of study: The purpose of this study is to determine the relationship of knowledge with the habit of consuming fast food for students XI class at SMA Samarinda.

Methodology: The sampling technique of collection was used *stratified random sampling*. This research was conducted at SMA 4 Samarinda and there are 311 of XI students. Data collection was used interview and fillout questionnaires by students. The data was analyzed using univariate by looking for frequency distribution and with the use *Spearman Rank* test statistic.

Results: The results of this study showed that there was a relationship between knowledge and the habit of consuming fast food with a *p-value* of $0,000 < 0,05$. The correlation value of 0.358 shows a positive direction with a low correlation strength which means that the better knowledge, the less frequent consumption of fast food for students of class XI in senior high school Samarinda.

Applications: as a source of information for students in order to increase student knowledge, especially for students who have the habit of consuming fast food. Well as a source of information to SMA in Samarinda to monitor and provide guidance related to students who have the habit of consuming fast food.

Kata kunci: *pengetahuan, kebiasaan konsumsi, fast food*

1. PENDAHULUAN

Kebiasaan konsumsi makan adalah ekspresi yang individu miliki untuk memilih dan menentukan makanan dan mengkonsumsinya serta pembentukan pola perilaku makan dari individu. Oleh karenanya ekspresi setiap individu akan berbeda antara satu dengan yang lainnya dalam pemilihan makanan (Khomsan, 2010). Kebiasaan konsumsi masyarakat Indonesia saat ini sangat beraneka macam sejalan dengan perkembangan pada jumlah dan jenis makanannya. Fenomena lain juga terjadi dikalangan masyarakat yaitu kegemaran untuk mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*). Dampak buruk yang akan didapat dari kebiasaan mengkonsumsi *fast food* jika dikonsumsi berlebihan, bisa menimbulkan berbagai gangguan kesehatan, seperti kegemukan dan obesitas. Remaja harus memiliki pengetahuan mengenai bahaya yang ditimbulkan dari kebiasaan mengkonsumsi *fast food* tersebut (Hanum dkk, 2015). Pengetahuan tentang *fast food*, dari mengenai apa itu *fast food*, jenis-jenis *fast food*, serta akibatnya dari mengonsumsi *fast food* harus diketahui orang banyak terkhusus untuk remaja, yang berguna untuk menghambat meningkatnya angka kejadian penyakit jika mengonsumsi *fast food*. Selain itu, pengetahuan mengenai *fast food* juga harus diperhatikan dengan serius, karena jika diperhatikan seperti ada kaitan yang kuat antara pengetahuan *fast food* dengan keinginan kebiasaan mengkonsumsi *fast food*. Masalah perubahan gaya hidup pada remaja biasanya timbul dan menjadi pengaruh yang signifikan untuk kebiasaan makan pada remaja, dimana remaja mulai untuk berinteraksi dengan lingkungan yang memiliki pengaruh lebih banyak dan remaja juga mulai mengalami pembentukan perilaku, yang membuat remaja untuk lebih aktif, memilih lebih sering makan di luar rumah, serta banyak mendapat pengaruh dalam menentukan pilihan makanan yang akan dimakan oleh remaja. Remaja juga sering sekali termotivasi untuk mencoba-coba makanan yang baru, salah satunya adalah *fast food* (Ferry & Nursalam, 2009 dalam Sari dkk, 2015). Makanan cepat saji (*fast food*) sangat populer di kalangan remaja 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 dkk, 2016). Meskipun restoran cepat saji telah melakukan tindakan untuk memasukkan berbagai jenis makanan, namun makanan cepat saji yang tinggi lemak dan energy seperti *hamburger* dan kentang terus menjadi makanan yang tinggi penjualannya. Di Amerika ada sebanyak 55% orang yang mengkonsumsi beraneka cemilan dari *fast food* dan sebanyak ada 25% dari warga Amerika Serikat makan di restaurant cepat saji setiap harinya. Sebuah survey juga menunjukkan bahwa ada 96% anak sekolah di AS mengetahui dan mengkonsumsi *fast food* (Marlen, 2011 dalam Paeratakul dkk, 2016). Penelitian Wijaya (2005 dalam Sari dkk, 2015) menunjukkan bahwa dari 177 (98,3%) menyatakan pernah makan di restoran *fast food* dengan frekuensi kunjungan 2-5 kali dalam sebulan. Pada penelitian Susanti (2008 dalam Sari dkk, 2015) mengatakan ada sebanyak 66,7% remaja yang sudah kebiasaan untuk membeli makanan cepat saji (*fast food*) diatas dari tiga kali dalam kurun waktu seminggu dan membeli makanan tradisional satu kali dalam seminggu. Dari hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan (bermakna) antara pengetahuan dan sikap terhadap *fast food* dengan kebiasaan konsumsi *fast food*. Kebiasaan dalam memilih dan mengkonsumsi makanan yang tidak sehat juga akan berdampak buruk bagi kesehatan remaja (Sari, 2015). 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 18 siswa mengatakan mengetahui bahaya dari mengkonsumsi *fast food* dan 2 siswa mengatakan tidak mengetahui bahaya dari mengkonsumsi *fast food*. Dari 20 siswa tersebut didapatkan sebanyak 8 siswa mengkonsumsi *fast food* ≤ 2 kali dalam seminggu dan 12 siswa mengkonsumsi *fast food* > 3 kali dalam seminggu. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan 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 yang digunakan yaitu, teknik *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian yang dilakukan diambil berdasarkan dari kriteria inklusi yang telah ditetapkan, yaitu siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda yang bersedia menjadi responden. Sampel penelitian ini berjumlah 311 siswa, berdasarkan dari perhitungan besar sampel didapatkan menggunakan rumus slovin dengan toleransi kesalahan 5%. Data dikumpulkan melalui pegujian langsung dengan menggunakan instrument lembar kuesioner dan wawancara kepada responden. Teknik analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat yang dianalisis secara statistik deskriptif, disajikan dalam bentuk tabel dan distribusi frekuensi untuk mengetahui proporsi masing-masing tabel.

3. HASIL DAN DISKUSI

Penelitian ini dilakukan pada 4 SMA Negeri di Samarinda yaitu SMA Negeri 1,2,3 dan 5 pada tanggal 14 sampai 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.

3.1 Analisa Univariate

a. Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Remaja

Karakteristik Remaja	Frekuensi	Presentase
Usia		
16	182	58,5%
17	129	41,5%
Jenis kelamin		
Laki-laki	154	49,5%
Perempuan	157	50,5%
Pendapatan orangtua		
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%
Uang Saku Per hari		
Rp10.000,00 - Rp20.000,00	215	69,1%
Rp30.000,00 - Rp50.000,00	86	27,7%
> Rp50.000,00	10	3,2%
Total	311	100%

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa usia siswa-siswi berada pada rentang usia 16-17 tahun sebanyak 182 orang (58,5%). Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa usia siswa-siswi berada pada rentang usia 16-17 tahun sebanyak 182 orang (58,5%). Pada umur 16 tahun dapat masuk dalam kategori usia remaja yaitu remaja pertengahan. Usia remaja

pertengahan masuk pada tahap dimana seseorang mengalami perkembangan pada dirinya sehingga bisa mencapai pada kematangan secara mental, emosional, fisik dan sosial. Pada saat di masa ini para remaja cenderung lebih labil dan mudah sekali untuk terpengaruh lingkungan dan orang-orang sekitarnya yang mengikuti alur perkembangan zaman, seperti mode dan tren yang terus berkembang dimasyarakat. Mempunyai beragam makanan apa yang remaja konsumsi merupakan pengaruh dari tren yang berkembang. Berbagai pilihan dari makanan yang tidak tepat pada remaja akan berdampak buruk bagi kesehatannya. Faktor dari umur, minat dan pengalaman, yang mempengaruhi pengetahuan dari individu, serta bertambahnya usia seseorang yang menyebabkan dapat terjadinya perubahan pada aspek fisik dan psikologis. Minat merupakan kecenderungan atau harapan yang besar terhadap sesuatu sehingga seseorang mencoba untuk menekuni suatu hal sehingga pada akhirnya mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam dan pengalaman merupakan suatu cara untuk mendapatkan kebenaran dari pengetahuan. Pengalaman biasanya diperoleh dari diri individu sendiri maupun dari pengalaman orang lain (Iqbal, dkk dalam Hanum dkk, 2015). Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa siswa-siswi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 157 orang (50,5%). Remaja putri memiliki kebiasaan makan yang cukup signifikan karena pengaruh dari gaya hidup remaja putri tersebut. Remaja perempuan menjadi lebih aktif, dan lebih banyak makan saat berada di luar rumah, sehingga mendapatkan banyak pengaruh dari lingkungan dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya, remaja putri juga lebih mudah dipengaruhi untuk mencoba makanan yang baru (Adriani & Wirjatmadi, 2012). Menurut Ezelle et all (dalam Suswanti, 2013) yang menyatakan bahwa pola konsumsi makanan ringan pada anak laki-laki dan anak perempuan cenderung sama walaupun asupan energi dan kalsium yang dimiliki anak laki-laki mengarah ke arah yang lebih tinggi daripada asupan anak perempuan. Akan tetapi, konsumsi makanan ringan pada perempuan berkontribusi lebih besar yaitu 21% pada total asupan energi yang dikonsumsinya, sedangkan asupan pada laki-laki hanya sebesar 14%. Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa pendapatan orangtua siswa-siswi paling banyak berada pada kisaran Rp1.000.000,00-Rp3.000.000,00 (49,5%). Hal ini disebabkan karena orangtua dengan pendapatan yang lebih besar dapat membelikan makanan cepat saji (*fast food*) untuk anak remajanya dan juga memberikan kebebasan kepada anak remajanya dalam menentukan pilihan makanan sesuai dengan keinginan mereka. Terdapat perbedaan perilaku konsumsi antara remaja yang memiliki status sosial ekonomi (pendapatan) orangtua kelas atas dengan remaja dengan status sosial ekonomi (pendapatan) orangtua kelas bawah (Sipunga, 2014). Orangtua yang mendapatkan pendapatan perbulan lebih besar akan memiliki daya beli yang tinggi untuk anak remajanya, sehingga peluang mereka lebih besar untuk memberikan anak remajanya memilih berbagai jenis makanan. Dengan adanya peluang tersebut menyebabkan untuk menentukan pilihan jenis dan jumlah makanan bukan lagi didasarkan karena kebutuhan dan mempertimbangkannya untuk kesehatan, akan tetapi lebih mengarah kepada pertimbangan *prestise* dan rasa pada makanan yang enak, termasuk makanan jenis *fast food* (Farida dalam Mahpolah dkk, 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%). Hal Ini menunjukkan bahwa uang saku ada hubungannya dengan frekuensi dari konsumsi makanan cepat saji, yaitu semakin besar uang saku yang dimiliki maka semakin tinggi pula kebiasaan konsumsi makanan cepat saji. Besaran dari uang saku juga sangat menentukan dalam memilih makanan dan makanan yang akan konsumsi, sehingga tingkatan pendapatan uang saku menentukan pola makanan apa yang dibeli (Thamrin dkk, 2008).

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

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

Jenis makanan cepat saji (<i>fast food</i>)	Frekuensi	Presentase
Ayam Kentucky		
Memilih	252	81,0%
Tidak Memilih	59	19,0%
Kentang goreng		
Memilih	198	63,7%
Tidak Memilih	113	36,3%
Kebab		
Memilih	136	43,7%
Tidak Memilih	175	56,3%
Sosis		
Memilih	131	42,1%
Tidak Memilih	180	57,9%
Nugget		
Memilih	126	40,5%
Tidak Memilih	185	59,5%
Sushi		
Memilih	11	3,5%
Tidak Memilih	300	96,5%
Mie Instant		
Memilih	241	77,5%
Tidak Memilih	70	22,5%
Humberger		

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

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. Pada era globalisasi saat ini membawa pengaruh diperkenalkannya selera makan *gayafast food* yang sedang populer di Amerika dan Eropa. Pada penelitian yang dilakukan oleh Saranya, P.V, dkk (2016), penelitian yang dilakukan dengan wawancara dan didapatkan jenis makanan yang banyak dikonsumsi oleh anak-anak adalah samosa (42,4%), chaat indian (39,7%), burger (24,5%), dan pizza (23,3%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 58,8 persen anak-anak lebih suka makanan cepat saji akan tetapi setelah dilakukan penyuluhan 31,2 persen menolak mengkonsumsi *fast food* (Puri, 2008 dalam Saranya, P.V dkk, 2016). Dampak dari ada masuknya ke Indonesia produk makanan dari luar negeri, sehingga bisa menyebabkan terpengaruhnya kebiasaan makan pada remaja di Indonesia, biasanya kebiasaan anak-anak dan remaja dalam mengkonsumsi *fast food* biasanya rata-rata 1-2 kali dalam kurun waktu seminggu, seperti *hot dog, pizza, humberger, fried chicken, French fries dan junk food* yang biasa di konsumsi oleh remaja sehingga dilambangkan sebagai dari kehidupan pada zaman modern (Adriani dan Wirjadmadi, 2012). Perubahan dari gaya hidup dan kebiasaan untuk makan juga karena peningkatan kemakmuran di Indonesia. Pola kebiasaan makan, utamanya di kota-kota besar, dari pola makan tradisional bergeser menjadi ke pola makan barat (terutama dalam bentuk *fast food*) yang biasanya mutu gizi dari makanan tersebut tidak seimbang (Junaidi & Noviyanda, 2016).

c. Pengetahuan Siswa-siswi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda

Pengetahuan siswa	Frekuensi	Presentase
Baik	254	81,7%
Cukup	47	15,1%
Kurang	10	3,2%
Total	311	100%

Berdasarkan [Tabel 3](#) menunjukkan pengetahuan siswa-siswi adalah dengan pengetahuan yang baik sebanyak 254 orang (81,7%), pengetahuan cukup sebanyak 47 orang (15,1%), dan pengetahuan yang kurang sebanyak 10 orang (3,2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saranya, P.V, dkk (2016) di antara 100 anak-anak, 76% dari anak-anak tersebut mengkonsumsi makanan cepat saji karena rasa yang lezat. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak tersebut sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik tentang efek makanan cepat saji pada kesehatan. Pengetahuan mengenai makanan dan kesehatan harus dipelajari karena sangat penting. Pengetahuan tentang kesehatan dan makan merupakan faktor internal pada diri individu yang mempengaruhi konsumsi makanannya, khususnya pengetahuan mengenai makanan, kebersihan dan kesehatan dari makanan serta penggunaan bahan tambahan makananan yang digunakan dalam makanan cepat saji (Kindi dkk, 2013).

d. Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*)

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

Kebiasaan	Frekuensi	Presentase
Jarang	185	59,5%
Sering	126	40,5%
Total	311	100%

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%). Pada penelitian yang dilakukan oleh Saranya, P.V, dkk (2016), restoran cepat saji (*fast food*) di Amerika dikunjungi remaja usia 14 tahun lebih dari dua kali dalam seminggu dengan presentase 32% remaja perempuan dan di India industri makanan cepat saji bertumbuh setiap tahun. Sebuah studi yang dilakukan oleh All India Institute of Medical Sciences, Departemen Ilmu dan Teknologi menemukan bahwa konsumsi makanan cepat saji meningkat di kalangan remaja. Sebanyak 349 anak-anak dan remaja berusia 1-17 tahun, yang

mengunjungi restoran dengan orang tua mereka sebanyak (69%) dan sendirian sebanyak (31%). Secara total, 90% berasal dari kelompok minoritas ras atau etnis. Hasil menunjukkan bahwa Sekitar 35% dari anak-anak dan remaja tersebut mengkonsumsi makanan cepat saji enam kali atau lebih per minggu dan 72% dari anak-anak dan remaja melaporkan memilih makanan cepat saji untuk di konsumsi karena faktor kelezatan dari makanan tersebut. Hal ini juga sejalan dalam penelitian yang dilakukan oleh Lee et al (dalam Mirkarimi dkk, 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%). 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). Kebiasaan makan remaja dipengaruhi dari tiga hal, seperti: faktor pertumbuhan, keikutsertaan remaja dalam kehidupan sosial dan aktivitas dari remaja itu sendiri. Pada masa ini, remaja sudah memiliki kemampuan dan menentukan dalam membeli dan mempersiapkan makanan untuk dirinya sendiri serta cenderung tertarik mengonsumsi makanan yang sudah instan dari lingkungan luar rumah seperti *fast food* (Worthington dalam Saleh, 2019).

2.3 Analisa Bivariat

a. Hasil bivariat hubungan

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

	Pengetahuan	
Kebiasaan konsumsi	R	0,358
	P	0,000
	N	311

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan data hasil penelitian hubungan pengetahuan 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 pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda, dengan nilai korelasi sebesar 0,358 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah. Seseorang yang mempunyai pengetahuan baik belum tentu mempunyai kebiasaan yang baik. Karena dalam menentukan kebiasaan seseorang selain ditentukan oleh pengetahuan yang dimiliki, juga ditentukan oleh pengaruh pikiran, serta yang memiliki peranan penting yaitu keyakinan dan emosi. Orang yang berkaitan harus bisa menerima dan mengolah, serta dapat paham terhadap informasi yang diberikan sehingga bisa diterima sebagai stimulus. Salah satu penyebab dari timbulnya masalah kebiasaan makan yang salah adalah pengetahuan yang kurang baik. Pengetahuan yang kurang baik biasanya karena perilaku yang tidak sesuai untuk menentukan dalam pemilihan makanan. Pengetahuan untuk menentukan mudah atau tidaknya seseorang mengetahui dampak dari makanan yang dikonsumsi (Imtihani & Noer 2013). Karena tingginya kebiasaan dari konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada setiap orang berbeda, sehingga pengetahuan yang baik belum bisa dijadikan suatu dasar untuk seseorang memiliki kesadaran mengikuti pola makan yang sehat dan gizi yang seimbang termasuk juga keputusan seseorang untuk tetap mengonsumsi makanan cepat saji. Selain dari itu, siswa sudah dapat memutuskan dan menentukan sendiri makanan apa yang diinginkan oleh siswa untuk dimakan tanpa harus bergantung dengan orang lain atau mengikuti tanggapan dari orang lain termasuk tanggapan dari teman sebaya serta tingkat pengetahuan yang dimiliki siswa tentang kebiasaan konsumsi makanan cepat saji juga didapat melalui informasi dari koran, televisi, dan internet, sehingga menyebabkan para siswa tidak kesulitan dalam memperoleh informasi. Keputusan mengonsumsi suatu makanan biasanya juga diakibatkan oleh faktor kesukaan mengonsumsi makanan dan banyaknya uang saku yang dimiliki (Adriani & Wirjatmadi, 2012). Banyak faktor yang bisa menyebabkan hal tersebut terjadi seperti yang sudah peneliti jelaskan diatas. Hal seperti inilah yang menyebabkan terjadinya suatu fenomena dimana siswa memiliki pengetahuan yang baik, tetap termotivasi juga untuk mengonsumsi *fast food*. Meskipun siswa tersebut mengetahui dampak dari mengonsumsi *fast food* (Sari dkk, 2015). Menurut asumsi peneliti bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makan dikarenakan pengetahuan merupakan faktor internal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi makanan adalah ekspresi dari setiap individu dalam menentukan dan memilih makanan serta mengkonsumsinya yang akan membentuk pola perilaku dan kebiasaan makan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan dan diuraikan dalam Bab IV dapat diambil menjadi kesimpulan yaitu yang berkaitan dengan penelitian tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) Pada Siswa-Siswi Kelas XI Di SMA Negeri Samarinda. Hasil penelitian dengan uji *Rank Spearman* menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$. Nilai korelasi sebesar 0,358 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah.

SARAN

Peneliti akan memberikan beberapa saran yang kiranya bermanfaat Bagi Responden, 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*). Bagi Sekolah, Sebagai sumber informasi kepada pihak sekolah SMA Negeri Samarinda untuk memantau dan memberikan pengarahannya berkaitan dengan siswa-siswi yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi *fast food*. Bagi Peneliti Selanjutnya, Sebagai bahan masukan atau sumber data bagi peneliti lain yang ini mengetahui hubungan lain yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*).

REFERENSI

- Adriani, M & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan Edisi 1*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- An, R. (2016). Fast-Food and Full-Service Restaurant Consumption and Daily Energy and Nutrient Intakes in US Adults. *European Journal of Clinical Nutrition Vol. 70 Hal.97-103*. University of Illinois at Urbana-Champaign: Champaign, USA.
- Hanum, S. L., dkk. (2015). Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Hal.750-758*. Universitas Riau.
- Imtihani, T. R & Noer, E. R. (2013). Hubungan Pengetahuan, Uang Saku, Dan Peer Group Dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College Vol 2 (1) Hal.162-169*. Universitas Diponegoro.
- 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 Konsumsi 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.
- Kindi, A., dkk. (2013). Hubungan Pengetahuan Makanan Dan Kesehatan Dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *E-Journal Home Economic and Tourism Vol 2 (1) Hal.3-19*. Universitas Negeri Padang.
- 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/bitstream/Diaksestanggal 23 April 2018](https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/Diaksestanggal%2023%20April%202018).
- Mahpolah, dkk. (2008). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Pada Remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan. *Jurnal Kedokteran Yarsi Vol 16 (3) Hal.1-12*. Politeknik Kesehatan Banjarmasin.
- Mirkarimi, K., dkk. (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., dkk. (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 Angeles: Southern University.
- Saghaian, S & Mohammadi, H. (2018). Factors Affecting Frequency of Fast Food Consumption. *Journal of Food Distribution Research Vol.49 (1) Hal. 22-29*. Lexington, KY: University of Kentucky.
- Saranya, P. V., dkk. (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.
- Sari, S., dkk. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan mahasiswa tentang Fast Food terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Mengonsumsi Makanan Fast Food. *Jurnal Keperawatan Hal. 1-10*. Universitas Riau.
- Saleh, A. J. (2019). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Siap Saji (Fast Food), Status Gizi dan Kejadian Hipertensi Dengan Fungsi Kognitif Pada Remaja. *Tesis*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- 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.
- 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.
- Thamrin, M. H, dkk. (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.