

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Pengetahuan

a. Definisi

Pengetahuan merupakan fondasi untuk melakukan suatu tindakan. Perubahan sikap biasanya terjadi sebelum seseorang menunjukkan perilaku tertentu Mubaraqin et al., (2024). Remaja yang memiliki tingkat pengetahuan sedang berarti mereka belum sepenuhnya memahami risiko dari mengonsumsi minuman kemasan secara berlebihan Anggorowati et al., (2023). Salah satu alasan mengapa seseorang memiliki tingkat pengetahuan yang sedang adalah karena kurangnya informasi yang mereka miliki. Informasi ini dapat diperoleh melalui media massa. Pengaruh informasi terhadap pengetahuan remaja sangat besar. Ketika remaja menerima informasi yang buruk, maka pengetahuan yang mereka dapatkan pun akan kurang Mubaraqin et al., (2024).

Pengetahuan adalah untuk memberikan bukti seseorang setelah melalui proses mengenali dan mengingat informasi atau ide-ide yang sudah diperoleh sebelumnya. pengetahuan dikelompokkan kedalam ranah kognitif dari tiga ranah perilaku yaitu kognitif, efektif, dan psikomotor. Santina, (2020). Selain itu, menempatkan pengetahuan sebagai urutan pertama karena pengetahuan merupakan

unsur dasar untuk pembentukan tingkatan -tingkatan ranah kognitif berikutnya, yaitu pemahaman (*comprehension*), penerapan (*application*), analisa (*analysis*), sintesa (*synthesis*), dan penilaian (*evaluation*)

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Anggorowati et al., (2023). tingkatan pengetahuan terdiri dari 4 macam yaitu pengetahuan deskriptif, pengetahuan kausal, pengetahuan normative dan pengetahuan esensial. Pengetahuan deskriptif yaitu jenis penelitian dalam cara penyampaian atau penjelasannya berbentuk secara objektif dengan cara tanpa adanya unsur subyektifitas. Pengetahuan kausal yaitu suatu pengetahuan yang memberikan jawaban tentang sebab dan akibat. Pengetahuan yang normatif yaitu suatu pengetahuan yang senantiasa berkaitan dengan suatu ukuran dan norma atau aturan. Pengetahuan esensial adalah suatu pengetahuan yang menjawab suatu pertanyaan tentang hakikat segala sesuatu dan hal ini sudah dikaji dalam bidang ilmu filsafat.

Menurut Handhika, (2020) pengetahuan dalam kondisi kognitif tercakup dalam 6 tingkatan antara lain:

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam tingkatan pengetahuan

ini adalah mengingat (*recall*) sesuatu yang spesifik dari semua materi yang dipelajari atau stimulus yang telah diterima.

2) Memahami (*Comprehension*)

Pemahaman diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan dengan benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi dengan benar. Seseorang yang memahami objek atau materi harus dapat menjelaskan, mengutip contoh, menyimpulkan, memprediksi, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi nyata (sebenarnya).

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk mendeskripsikan materi atau objek menjadi komponen-komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi yang sama, dan masih berhubungan satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (bagan), membedakan, memisahkan, mengklasifikasikan, dan sebagainya.

5) Sintesis (*Syntesis*)

Sintesis mengacu pada kemampuan untuk menempatkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan baru. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk membangun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk atau penilaian terhadap suatu bahan atau objek. Penilaian-penilaian didasarkan pada satu kriteria yang ada.

c. Proses Penyerapan Ilmu Pengetahuan

Menurut Mubaraqin et al., (2024) Sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru, didalam diri seseorang tersebut terjadi peroses yang berurutan yaitu :

- 1) Kesadaran (*Awareness*) merupakan subjek menyadari atau mengetahui terlebih tentang stimulus.
- 2) Ketertarikan (*Interest*) merupakan subjek merasa tertarik terhadap stimulus atau objek tersebut.
- 3) Evaluasi (*Evaluation*) merupakan subjek mempertimbangkan baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya, hal ini dapat menunjukkan kemampuan sikap responden. Percobaan (*Trial*) merupakan subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Terdapat tujuh faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Mubarak, (2020) yaitu :

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain, agar dapat dimengerti. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah diterima informasi, dan pada akhirnya semakin banyak pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

2) Usia

Dengan bertambahnya usia seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikis (mental). Secara garis besar pertumbuhan fisik dikategorikan menjadi empat perubahan yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru. Terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis dan mental, taraf berpikir seseorang semakin meningkat dan dewasa.

3) Minat

Minat adalah kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat membuat seseorang mencoba dan menekuni suatu hal yang akhirnya memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

4) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan. Ada kecenderungan pengalaman yang kurang baik seseorang akan berusaha melupakan, tetapi jika pengalaman objek tersebut menyenangkan maka secara psikologis akan terjadi kesan yang membekas dalam emosi sehingga menimbulkan sikap positif.

5) Media masa atau Informasi

mendapatkan informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru.

e. Pengukuran Pengetahuan

Menurut Anggorowati et al., (2023), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek atau responden ke dalam pengetahuan yang akan diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya, terdapat dua jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan antara lain:

1) Pertanyaan subjektif

Jenis pertanyaan esay yang digunakan dengan penilaian melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap peniali dari waktuke waktu.

2) Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda (*Multiple choise*), betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat dinilai secara pas oleh penilai.

Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu:

- a) Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100% dengan benar daro total jawaban pertanyaan.
 - b) Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75%dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
 - c) Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab <56% dari total jawaban pertanyaan.
- f. Menurut Anggorowati et al., (2023) Pengetahuan tentang makanan dan minuman manis mencakup :
- a) Memahami apa yang dimaksud dengan makanan dan minuman manis
 - b) Mengetahui berbagai jenis makanan dan minuman manis (minuman kemasan, makanan cepat saji yang tinggi kalori dan gula)

- c) Mengetahui kandungan gula dalam berbagai produk makanan dan minuman manis
- d) Mengetahui batas maksimal konsumsi gula per hari “50 gram /4 sendok makan” Kemenkes (2023)
- e) Mengetahui resiko obesitas, diabetes, penyakit jantung, kerusakan gigi, kesulitan tidur, dan kesehatan mental.

2. Sosial Ekonomi

a. Definisi

Dalam konsep sosiologi manusia sering disebut dengan makhluk sosial yang artinya manusia tidak dapat hidup wajar tanpa adanya bantuan dari orang lain Zakiyah, (2021). Kata Sosial berarti berkenaan dengan masyarakat, Ekonomi berasal dari bahasa Yunani yaitu “oikos” yang berarti keluarga atau rumah tangga dan nomor berarti peraturan Istilah ekonomi juga mencakup hubungan antar manusia dalam usaha mereka untuk memenuhi kebutuhan. Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, ekonomi diartikan sebagai pengetahuan tentang prinsip-prinsip produksi, distribusi dan penggunaan barang serta kekayaan, termasuk bidang keuangan industri dan perdagangan. Hal ini adalah kebutuhan dasar yang harus dipenuhi Merta et al., (2021).

Sosial berasal dari bahasa Inggris yaitu society, yang berasal dari kata socius, berarti teman. Jadi, sosial mengacu pada segala hal yang berhubungan dengan masyarakat dan kehidupan

sosial. Menurut Soedjono Soekanto, sosial dapat diartikan sebagai pengakuan umum seseorang di dalam masyarakat pekerjaan, dan bahkan dalam bidang pendidikan Merta et al., (2021).

Dari berbagai definisi yang telah disebutkan, bisa disimpulkan bahwa “ Sosial Ekonomi adalah posisi yang dimiliki individu, yang bergantung pada kapasitas mereka dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari berdasarkan pendapatan yang diperoleh. Hal ini berpengaruh pada status sosial individu dalam konteks masyarakat. Jenis pekerjaan atau besarnya penghasilan juga dapat memengaruhi tingkat status seseorang. ” Di banyak negara, termasuk Indonesia, status sosial ekonomi juga memainkan peran penting dalam interaksi sosial, Kondisi suatu keluarga atau orang tua yang diukur dengan tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, serta jenis pekerjaan.

b. Tingkatan Sosial Ekonomi

Berdasarkan pendapat soekanto, (2020), untuk memahami keadaan sosial ekonomi seseorang, pengukuran perlu dilakukan terlebih dahulu. Dengan cara itu, kita bisa mengetahui peringkat sosial seseorang dari yang tertinggi hingga terendah. Berikut ini adalah tingkatan terdiri dari 4 tingkatan ekonomi yaitu:

- 1) Adekuat, pada tingkat ini menyatakan uang yang dibelanjakan atas dasar suatu permohonan bahwa pembiayaan adalah tanggung jawab kedua orang tua. Keluarga menganggarkan dan mengatur biaya secara rasional.

- 2) Marginal, pada tingkat marginal sering terjadi ketidaksepakatan dan perselisihan siapa yang seharusnya mengontrol pendapatan dan pengeluaran.
- 3) Miskin, pada tingkat ini keluarga tidak bisa hidup dengan caranya sendiri, pengaturan keuangan yang buruk akan menyebabkan didahulukannya kemewahan diatas kebutuhan pokok, serta manajemen keuangan yang sangat buruk dapat atau tidak dapat membahayakan kesejahteraan anak, tetapi pengeluaran dan kebutuhan keuangan melebihi penghasilan.
- 4) Sangat Miskin, pada tingkat ini menejemen keuangan yang sangat jelek, termasuk pengeluaran saja dan berhutang terlalu banyak, serta kurang tersedianya kebutuhan dasar.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi sosial ekonomi

1) Pendidikan orang tua

Pendidikan orang tua berkolerasi dengan pengetahuan gizi dan pola asuh dalam memberikan pemahaman tentang pentingnya makanan sehat. Orang tua dengan pendidikan lebih tinggi umumnya lebih mampu menyaring informasi kesehatan dan menerapkannya dalam keseharian keluarga.

Pendidikan berdasarkan isi program dan penyelenggaraannya menjadi 3 macam Kuswati, (2020). yaitu:

- a) Pendidikan formal adalah jenis pendidikan resmi yang berlangsung di sekolah-sekolah. Pelaksanaannya terstruktur dengan jelas, memiliki persyaratan yang ketat, dan diatur dengan peraturan yang berlaku. Pendidikan ini didasari oleh ketentuan yang tegas. Tingkat pendidikan formal dibagi menjadi

tiga bagian: pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.

- (1) Pendidikan dasar mencakup Sekolah Dasar (SD) dan Madrasah Ibtidaiyah (MI) dan bentuk lainnya yang setara, serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs) atau jenis lain yang setara.
 - (2) Pendidikan menengah terdiri dari Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK) atau bentuk setara lainnya.
 - (3) Pendidikan tinggi melibatkan akademi, politeknik, sekolah tinggi, institute, atau universitas.
- b) Pendidikan informal adalah jenis pendidikan yang diperoleh melalui pengalaman, yang didapatkan baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Di sini, tidak ada tingkatan atau penyelenggaraan yang teratur, dan sistemnya tidak dirumuskan.
- c) Pendidikan non formal adalah pendidikan yang berlangsung di luar sekolah tetapi sudah terstruktur. Materi yang diajarkan tidak selengkap pendidikan formal, dan demikian juga dengan peraturannya.

2) Pekerjaan

Pekerjaan memiliki peranan penting dalam menentukan tingkat sosial ekonomi seseorang, karena dengan bekerja, semua kebutuhan dapat dipenuhi. Tetapi pekerjaan orang tua juga mempengaruhi ketersediaan waktu untuk menyiapkan makanan rumahan. Keluarga dengan orang tua bekerja penuh waktu cenderung lebih sering mengandalkan makanan siap saji karena kepraktisannya.

Untuk mengetahui status sosial ekonomi berdasarkan pekerjaan, pekerjaan bisa dibagi menjadi beberapa kategori sebagai berikut:

- a) Pekerjaan dengan status tinggi, termasuk ahli teknik, spesialis, dan kepala di suatu organisasi, baik yang bersifat pemerintah maupun swasta, serta pegawai administrasi. Contohnya adalah PNS dari golongan IV ke atas, pedagang besar, pengusaha besar, dan dokter.
- b) Pekerjaan dengan status sedang, yang terdiri dari bidang penjualan dan jasa. Misalnya, wirausaha dan pegawai dengan golongan rendah.
- c) Pekerjaan dengan status rendah, termasuk operator transportasi, tukang bangunan, petani kecil, buruh tani, sopir, dan jenis pekerjaan lainnya yang tidak memiliki kepastian penghasilan setiap bulannya R. K. Astuti & Sakitri, (2021).

3) Pendapatan

Pendapatan keluarga menentukan daya beli dan besaran uang saku yang diterima remaja. Remaja dari keluarga dengan pendapatan lebih tinggi cenderung memiliki uang saku lebih besar, yang dapat meningkatkan frekuensi pembelian jajanan cepat saji, termasuk makanan dan minuman manis yang seringkali lebih mahal daripada alternatif sehat, Sumber pendapatan ini meliputi:

- a) Gaji dan upah yang berasal dari gaji tetap, pekerjaan tambahan, lembur, serta pekerjaan yang dilakukan sesekali.
- b) Usaha mandiri yang mencakup keuntungan bersih dari usaha pribadi, komisi, dan penjualan kerajinan dari rumah.

Dilihat dari sedikit banyaknya pendapatan tiap bulan, badan pusat statistik mengkategorikan sosial ekonomi ke dalam 3 golongan dengan pendapatan dalam satuan rupiah antara lain:

- a. Golongan pendapatan tinggi apabila rata-rata pendapatan berbeda diantara Rp 2.500.000 hingga Rp 3. 500. 000 setiap bulan.
- b. Golongan penghasilan sedang apabila rata-rata pendapatan berada diantara Rp 1. 500. 000 hingga Rp 2. 500. 000 setiap bulan.

- c. Golongan penghasilan rendah apabila rata-rata pendapatannya berada diantara kurang dari Rp 1. 000. 000 sampai Rp 1. 500. 000 setiap bulan.

4) Uang saku

Uang saku merupakan sejumlah uang yang diberikan oleh orang tua kepada anak secara rutin untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Terutama dalam membeli makanan dan minuman dilingkungan sekolah. Besaran uang saku dapat memengaruhi pola konsumsi remaja, terutama dalam memilih makanan dan minuman (termasuk makanan atau minuman manis) uang saku menjadi salah satu indikator penting dalam sosial ekonomi karena mencerminkan kemampuan ekonomi keluarga sekaligus mempengaruhi perilaku konsumsi remaja Handayani, S., & Prasetya, (2020).

5) Jenis Tempat Tinggal

Sosial ekonomi dilihat dari status rumah yang ditempati , bisa berupa rumah milik sendiri , rumah dinas, sewa, tinggal bersama saudara, atau tinggal dengan orang lain.

Untuk mengetahui posisi sosial ekonomi seseorang berdasarkan tempat tinggalnya, beberapa hal dapat diperhatikan:

- a) Status rumah yang ditempati, bisa berupa rumah milik sendiri, rumah dinas, sewa, tinggal bersama saudara, atau tinggal dengan orang lain.

- b) Kondisi fisik dari bangunan, yang bisa berupa bangunan tetap, dari kayu atau bambu.
- c) Luas area tempat tinggal, dimana rumah yang lebih besar biasanya menunjukkan tingkat sosial ekonomi yang lebih tinggi.

6) Kepemilikan

Semakin materi berbentuk rumah dan tanah yang dimiliki oleh seseorang, maka orang itu akan semakin tinggi kapasitasnya dalam pembagian kelas strata dalam masyarakat serta akan dihormati oleh masyarakat setempat. Orang dengan kepemilikan pribadi terhadap harta berupa tanah, rumah, sepeda motor, mobil, komputer serta televisi dan perabot mewah lainnya pada umumnya termasuk dalam golongan orang mampu (kaya). Jika seseorang dengan rumah sewa ataupun rumah dinas dengan kata lain rumah yang ditempati saat ini bukan merupakan kepemilikan sendiri, punya kendaraan, televisi maka dapat digolongkan kelas sedang. Dan apabila seseorang tinggal di rumah sewa dengan kendaraan yang dimiliki yaitu sepeda serta radio sebagai alat untuk menerima informasi dapat digolongkan ke dalam kelas rendah.

7) Jabatan

Jabatan orang tua menggambarkan pekerjaan yang berkaitan dengan interaksi dalam masyarakat. Dalam lingkup kemasyarakatan ada posisi tokoh agama, ketua RT/atau RW, kade, lurah, camat, bupati/walikota, hingga gubernur. Orang dengan jabatan tinggi akan lebih dihormati serta dihargai oleh orang lain dan mempunyai

pandangan yang luas dalam berinteraksi dengan masyarakat Aristantia et al., (2019).

d. Indikator Sosial Ekonomi

Menurut Jannah (2022), menyatakan bahwa ukuran atau kriteria yang menonjol atau dominan sebagai dasar pembentukan stratifikasi sosial adalah ukuran kekayaan, kekuasaan, kehormatan, serta ilmu pengetahuan.

1) Ukuran kekayaan

Ukuran kekayaan yang dimaksud yaitu harta benda yang dimiliki oleh individu nampak dari kuantitas maupun Cuma materil. Biasanya individu dengan kuantitas harta yang lebih banyak dibandingkan dengan orang lain dalam suatu kelompok tertentu akan menempati kedudukan teratas dalam penggolongan masyarakat/kelompok berdasarkan tolak ukur ini. Melalui ukuran kekayaan didapat dua lapisan yang biasanya di bagi dalam kelas yaitu, kelas ekonomi atas dan kelas ekonomi kurang atau bawah.

2) Ukuran Kekuasaan

Ukuran kekuasaan ialah manifestasi adanya sebuah kekuatan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengatur dan berkuasa atas sumber produksi maupun pemerintahan. Pada umumnya ukuran ini dikaitkan dengan kapasitas seseorang dalam bidang politik

3) Ukuran Kehormatan

Ukuran kehormatan bisa dilihat dari gelar kebangsawanan yang dimiliki maupun dengan ukuran kekayaan. Orang dengan gelar kebangsawanan yang biasanya disertakan pada nama orang tersebut, diantaranya raden, raden mas, atau raden ajeng akan menduduki status teratas dalam masyarakat

4) Ukuran ilmu pengetahuan

Ukuran ilmu pengetahuan, berarti pembagian kelas dalam masyarakat ini melihat tingkat penguasaan seseorang dalam hal ilmu pengetahuan. Kriteria ini juga bisa disebut mengukur berdasarkan kualitas intelektual seseorang. Dalam masyarakat yang menggunakan tolak ukur ilmu pengetahuan maka seseorang dengan tingkat pendidikan antara lain sarjana maupun magister akan menduduki posisi teratas dalam masyarakat tersebut.

e. Klasifikasi Status Sosial Ekonomi

Terdapat banyak variasi dalam masyarakat yang kita temui dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa individu sangat kaya, sementara yang lainnya hidup dalam kemiskinan. Ada orang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi, tetapi juga ada yang belum mendapatkan kesempatan untuk belajar. Ini menunjukkan bahwa di setiap komunitas pasti terlihat adanya perbedaan sosial. Hal tersebut disebabkan oleh perbedaan dalam aspek ekonomi, pendidikan,

status sosial, kekuasaan, dan lainnya. Konsep ini disebut sebagai stratifikasi sosial Merta et al.,(2021).

Secara umum, terdapat perbedaan dalam masyarakat yang didasarkan pada sumber daya yang dimiliki individu yang dikenal sebagai kelas sosial, yang terbagi menjadi tiga kategori, yaitu:

1) Kelas atas atau tinggi (*uper class*)

Kelas atas terdiri dari orang-orang yang sangat kaya seperti pengusaha besar, para eksekutif, dan sejenisnya. Dalam kelas ini, semua kebutuhan hidup dapat dipenuhi dengan mudah, sehingga pendidikan anak menjadi prioritas utama. Anak-anak dari kelas ini memiliki akses yang baik terhadap fasilitas belajar dan memiliki peluang tinggi untuk mendapatkan pendidikan tambahan. Situasi ini tentunya akan memotivasi anak-anak untuk belajar karena semua fasilitas yang mereka butuhkan bisa disediakan oleh orang tua.

2) Kelas menengah atau sedang (*middle class*)

Kaum profesional serta pemilik usaha kecil biasanya menjadi wakil dari kelas menengah. Mereka umumnya adalah individu yang berada dalam kondisi ekonomi yang stabil. Orang tua yang tergolong dalam kelompok ini memiliki tempat di masyarakat yang terhormat, memberikan perhatian yang tinggi terhadap pendidikan anak-anak mereka, dan tidak merasa kekurangan. Meskipun pendapatan mereka tidak terlalu besar,

mereka memiliki akses yang memadai ke sarana belajar dan cukup waktu untuk mendalami pengetahuan.

3) Kelas bawah atau rendah (*lower class*)

Kelas bawah terdiri dari individu yang mendapatkan penghasilan lebih rendah dibandingkan dengan biaya hidup mereka. Mereka seringkali tergolong sebagai orang-orang yang mengalami kemiskinan dan kurang memiliki peluang untuk mencapai kesuksesan. Termasuk dalam kategori ini adalah pembantu rumah tangga, pengangkut sampah, dan lainnya. Rasa penghargaan mereka terhadap pendidikan serta kehidupan anak-anak sangat rendah, sehingga sering kali hal ini diabaikan karena beban yang mereka rasakan. Perhatian mereka kepada keluarga juga minim, layaknya waktu untuk berkumpul yang jarang terjadi, mengakibatkan hubungan antar anggota keluarga menjadi kurang dekat. Di sini, harapan yang dimiliki oleh kelas atas sering tidak terpenuhi akibat alasan-alasan yang berkaitan dengan ekonomi dan sosial.

f. Cara mengukur sosial ekonomi

Menurut *American Psychological Association*, 2007 mengukur status ekonomi mencakup beberapa hal diantaranya;

1) Pendidikan

Pendidikan dapat diukur menggunakan variabel kontinu (misalnya, tahun pendidikan tertinggi yang diselesaikan) atau

variabel kategoris (misalnya, skala 1-6 yang menunjukkan tingkat pendidikan tertinggi yang diselesaikan). Jenjang pendidikan yang lebih tinggi sering kali dikaitkan dengan hasil ekonomi yang lebih baik, serta perluasan sumber daya sosial (APA, 2007).

2) Penghasilan

Pendapatan dapat diukur dengan berbagai cara, termasuk pendapatan keluarga, penilaian kekayaan, dan penilaian subjektif tekanan ekonomi. Di tingkat lingkungan dan masyarakat, ambang batas kemiskinan federal, ukuran kemiskinan tambahan, serta indikator kemiskinan di tingkat sekolah dan lingkungan dapat dinilai. Kurangnya pendapatan telah ditemukan berkaitan dengan kesehatan yang lebih buruk, terutama karena berkurangnya akses terhadap barang dan jasa (seperti layanan kesehatan) yang dapat bermanfaat bagi kesehatan (APA, 2007).

3) Pekerjaan

Pekerjaan dapat dinilai dengan meminta peserta untuk mencatat pekerjaan atau jabatan mereka saat ini atau terbaru, atau menunjukkan kategori pekerjaan mereka dari sebuah daftar. Selain manfaat finansial, pekerjaan dapat meningkatkan kesehatan fisik dan mental serta memperluas jaringan sosial (APA, 2007). Namun, sifat posisi dengan status sosial ekonomi

rendah dapat mengurangi manfaat ini, karena pekerjaan itu sendiri mungkin berbahaya atau monoton (APA, 2007).

3. Perilaku

a. Definisi

Perilaku adalah aktivitas seseorang yang dimulai dari stimulasi atau rangsangann yang bersentuhan dengan individu itu sendiri dan bukan muncul tanpa alasan, perilaku konsumsi adalah tingkah laku dari konsumen untuk membeli serta memakai suatu produk dan jasa. Setyawati & Rachmawati, (2021).

Menurut Notoatmojo, (2019) perilaku manusia dapat diartikan sebagai aktivitas yang sangat kompleks, termasuk perilaku internal, seperti berbicara, berpakaian, berjalan, persepsi, emosi, pikiran, dan motivasi.

Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Oleh karena itu, dari sudut pandang biologis semua makhluk hidup mulai dari tumbuhan, binatang, sampai manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktifitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian diatas disimpulka bahwa yang dimaksud perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas

manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar Notoatmodjo., (2019).

Perilaku beresiko adalah perilaku yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi perkembangan dan pertumbuhan remaja, Perilaku beresiko mengacu pada tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh individu yang berpotensi menimbulkan konsekuensi negatif atau bahaya. Dalam konteks remaja, perilaku beresiko dapat mencakup pola makan yang tidak sehat, aktivitas fisik yang kurang, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kurang tidur dan stres. Perilaku – perilaku ini sering kali didapat dari interaksi sosial yang tidak sehat dan informasi yang salah, yang dapat mengancam kesehatan dan kesejahteraan remaja. Remaja dapat terlibat dalam perilaku beresiko karena rasa ingin tahu, pengaruh teman sebaya, atau kurangnya bimbingan yang memadai. Memahami dan menangani perilaku beresiko di kalangan remaja sangat penting untuk mempromosikan gaya hidup sehat dan mencegah potensi masalah kesehatan pada kelompok usia remaja Yusnita, (2021).

Menurut Notoatmodjo, (2019) dalam Asriati, (2023) perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu :

1) Perilaku tertutup (*conversion behavior*)

Respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup (diubah). Reaksi terhadap stimulus ini selalu

terbataas dalam perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran dan sikap yang terdapat pada orang yang menerima stimulus dan tidak dapat diamati dengan jelas dari orang lain.

- 2) Perilaku terbuka (*Open behavior*) Respon seseorang terhadap stimulus internal yang berupa tindakan nyata atau terang – terangan. Jelas dalam bentuk tindakan atau praktik, mudah diamati atau di lihat orang lain. Respon seseorang terhadap stimulus internal yang berupa tindakan nyata atau terang - terangan. Jelas dalam bentuk tindakan atau praktik, mudah diamati atau dilihat orang lain.

b. Klasifikasi Prilaku

Menurut Becker dalam Notoatmodjo., (2019), membuat klasifikasi perilaku yang berhubungan dengan kesehatan (*health related behavior*) yaitu sebagai berikut:

- 1) Perilaku hidup sehat (*healthy life style*)

Perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya atau pola/gaya hidup sehat (*healthy life style*).

- 2) Perilaku sakit (*illness behavior*)

Perilaku sakit mencakup respon seseorang terhadap sakit dan penyakit, persepsinya terhadap sakit, pengetahuan tentang: penyebab dan gejala penyakit, pengobatan penyakit, dan sebagainya.

3) Perilaku peran sakit (*the sick role behavior*)

Perilaku peran sakit yaitu mempunyai peran yang sangat penting mencakup hak-hak orang sakit (*right*) dan kewajiban sebagai orang sakit (*obligation*). Hak dan kewajiban ini harus diketahui oleh orang sakit sendiri maupun orang lain (terutama keluarganya), selanjutnya disebut perilaku peran orang sakit (*the sick role*). Misalnya: tindakan untuk memperoleh kesembuhan.

c. Domain Perilaku

Menurut Benyamin Bloom (1908) dalam Notoatmodjo., (2019) membagi kedalam tiga domain yaitu: kognitif, afektif, psikomotor. Dalam perkembangannya, teori Bloom dimodifikasi untuk pengukuran hasil pendidikan kesehatan yakni:

1) Pengetahuan (*Knowledge*)

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu.

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan:

a) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tersebut tahu tentang apa yang dipelajari antara

lain dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan dan sebagainya.

b) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c) Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi ini diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya).

d) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih didalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

f) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Misalnya, dapat membandingkan antara sosial ekonomi dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada remaja.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku

Menurut Santina, (2020) bahwa kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh faktor-faktor, yakni faktor perilaku dan faktor diluar perilaku, selanjutnya perilaku itu sendiri ditentukan atau dibentuk dari 3 faktor:

- a) Faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya.
- b) Faktor pendukung (*enabling factors*) yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedianya atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana.
- c) Faktor pendorong (*reinforcing factors*) yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

e. Sikap (*Attitude*)

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Beberapa batasan lain tentang sikap ini dapat dikutipkan sebagai berikut:

“an individual’s social attitude is a syndrome of response consistency with regard to social object” (Campbell, 1950).

“Attitude entails an existing predisposition to response to social objects which in interaction with situational and other dispositional variables, guides and direct the overt behavior of the individual” (Cardno, 1955).

Dari batasan-batasan diatas dapat disimpulkan bahwa manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Newcomb, salah satu seorang ahli psikologis sosial menyatakan bahwa sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu.

f. Tingkatan Perilaku

Menurut Setyawati & Rachmawati, (2021), perilaku mempunyai 4 tindakan dari yang terendah hingga yang tertinggi yaitu:

1) Persepsi (*perception*)

Mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan di ambil merupakan praktik tingkat pertama.

2) Respon terpimpin (*guided response*)

Hal ini dapat berarti melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai dengan contoh.

3) Mekanisme (*mechanism*)

Mekanisme berarti dapat melakukan suatu dengan benar secara otomatis, atau telah merupakan kebiasaan.

4) Adopsi (*adaption*)

Adopsi adalah suatu praktik atau tindakan yang telah berkembang dengan baik. Hal ini berarti tindakan tersebut telah dimodifikasi tanpa mengurangi kebesaran tindakan tersebut. menyimpulkan bahwa perubahan perilaku tidak selalu melewati tahap-tahap di atas. Apabila penerima perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama. contohnya pada remaja setelah mengetahui bahaya konsumsi manis dalam waktu jangka panjang bagi kesehatan, maka mereka akan mengurangi konsumsi manis.

g. Kriteria perilaku

Menurut Rogers (1974) dalam Notoatmodjo., (2019), pengukuran perilaku yang berisi pernyataan-pernyataan terpilih dan

telah diuji reabilitas dan validitasnya maka dapat digunakan untuk mengungkapkan perilaku kelompok responden.

Kriteria pengukuran perilaku yaitu:

- 1) Perilaku positif jika nilai T skor yang diperoleh responden dari kuesioner T mean.
- 2) Perilaku negatif jika nilai T skor yang diperoleh responden dari kuesioner T mean.
- 3) Subyek memberi respon dengan empat kategori ketentuan, yaitu: selalu, sering, jarang, tidak pernah.

h. Cara mengukur perilaku

Pengukuran perilaku dapat dilakukan secara tidak langsung yakni dengan wawancara terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan beberapa jam, hari, atau bulan yang lalu (*recall*). Pengukuran juga dapat dilakukan secara langsung, yakni dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan responden Ketut Suwarjana, (2022).

Menurut Ketut Swarjana (2022), Pengukuran perilaku yang sering digunakan adalah dengan skala Guttman dengan kuesioner yang terstruktur dan responden diminta menyatakan jawabannya atas pernyataan tentang perilaku terdiri dari 10 pernyataan. Siswa-siswi sebagai responden akan diminta untuk menyatakan perilakunya dengan menjawab Benar atau Salah. Jika jawaban benar skor nilai 1 jika jawaban salah skor nilai 0, pengukuran data dilakukan

berdasarkan dengan jumlah skor yang diperoleh responden dan hasilnya diukur dengan kriteria.

1. Jika perilaku baik dengan kategori nilai 0-5.
2. Jika perilaku kurang baik dengan kategori nilai 6-10.

4. Konsumsi Makan dan Minum Manis

a. Definisi

Menurut Andreanto, (2022), mengatakan bahwa konsumsi secara umum adalah sebagai penggunaan barang-barang dan jasa yang secara langsung akan memenuhi kebutuhan manusia. Konsumsi sebagai pembelanjaan yang dilakukan oleh seseorang atas barang dan jasa dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan dari orang yang melakukan pekerjaan tersebut.

Pola Konsumsi adalah kegiatan menggunakan atau memanfaatkan barang dan jasa untuk memenuhi kebutuhan hidup, baik kebutuhan fisik maupun nonfisik. Dalam konteks pangan atau kebutuhan, konsumsi berarti tindakan seseorang dalam memilih, mendapatkan, dan mengonsumsi makanan atau minuman untuk memperoleh energi dan kepuasan yang diperlukan tubuh. Perilaku konsumsi makanan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh seseorang dengan waktu tertentu. Menurut Masyarakat & Sriwijaya, (2023).

b. Dimensi perilaku konsumsi makanan dan minuman manis

Pola konsumsi makan dan minuman manis merupakan kebiasaan seseorang dalam mengonsumsi yang meliputi jenis, jumlah, frekuensi, waktu dan tempat. untuk memenuhi kebutuhan tubuh sehari-hari, terdapat 5 komponen penting yaitu Alfora et al., (2023).

1) Jenis makanan/minuman yang dikonsumsi

Ragam produk makanan dan minuman manis yang biasa dikonsumsi, seperti minuman kemasan, teh manis, kopi susu, serta makanan yang sering dicari remaja sekarang makanan cepat saji seperti kue manis, permen dan coklat.

2) Jumlah atau porsi makan

Takaran atau porsi makanan dan minuman manis yang dikonsumsi dalam satu waktu diambil pada tiap kali makan. Jumlah makanan harus disesuaikan dengan ukuran yang diambil. Bagi yang memiliki berat badan ideal, mengonsumsi makanan dan minuman tidak perlu menambah maupun mengurangi takaran. Sedangkan, bagi yang memiliki berat badan berlebih, jumlah makanan yang diambil harus dikurangi.

3) Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah pengukuran berapa seringnya makan dalam sehari dengan termasuk sarapan, makan siang, makan malam dan camilan diantara waktu makan. Seberapa

sering mengonsumsi makanan dan minuman manis dalam periode tertentu (per hari, per minggu) Menurut Alfora et al., (2023).

4) Tempat membeli

Lokasi atau tempat pembelian makanan dan minuman manis yang banyak tersedia dan mudah diakses remaja (di kantin sekolah, warung, minimarket, dan lewat media sosial).

c. Makan dan Minum Manis

Menurut Anggorowati et al., (2023) makanan manis adalah makanan yang banyak mengandung gula. Makanan manis rendah nutrisi tetapi tinggi kalori. Makanan dan minuman manis adalah berbagai jenis makanan atau minuman yang memiliki kandungan gula sederhana (seperti sukrosa, glukosa, fruktosa, atau sirup jagung fruktosa tinggi) dalam jumlah tinggi sehingga memberikan rasa manis yang dominan. Gula tersebut dapat berasal dari penambahan gula (*added sugar*) maupun gula alami yang terdapat dalam bahan pangan.

d. Perilaku makan dan minum manis pada remaja

Makan dan Minum adalah gejala dari suatu kondisi yang dikenal sebagai perilaku. Remaja menyukai makanan manis dan menyukai makanan olahan tinggi gula seperti hamburger, pizza, ayam goreng, kentang goreng, biskuit gurih, minuman ringan, dan permen. Remaja juga sangat menyukai makanan cemilan yang

menjadi makanan setiap hari disamping makan utamanya. Remaja cenderung mengonsumsi makanan manis dan cenderung memiliki perilaku kurang mengonsumsi sayur dan buah Ayu et al., (2023).

Salah satu karakteristik saat memasuki masa remaja adalah timbulnya rasa ingin tahu terhadap informasi. Remaja memiliki kegemaran mengonsumsi makanan tinggi kalori seperti minum dan makanan cepat saji, dikarenakan iklan di televisi yang dapat menyebabkan masalah gizi. Kelompok remaja juga cenderung menyukai kebiasaan ngemil, melewati makan, makan diluar rumah, mengonsumsi makanan tinggi gula seperti coklat, permen, kue, donat, ice cream. Perilaku tidak sehat pada remaja lain seperti kecenderungan konsumsi makanan tinggi lemak, lemak jenuh, kolesterol, garam dan gula Supriyati et al., (2025).

1) Jenis- jenis makanan manis

Makanan manis adalah makanan yang mengandung gula baik dari bahan alami maupun yang ditambahkan selama proses pengolahan.

Contohnya:

- a) Kue brownis, martabak manis, donat, kue bolu
- b) permen, coklat, mochi, permen jelly
- c) Es krim
- d) biskuit atau wafer manis
- e) jajanan kemasan ciki-ciki manis
- f) jajanan pasar dengan pemanis (serabi, klepon, dll)

2) Dampak konsumsi makan minum manis

Menurut Supriyati et al., (2025) Konsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan dalam jangka panjang membawa konsekuensi serius bagi kesehatan, antara lain:

- a) Obesitas : Gula memberikan kalori tanpa rasa kenyang yang cukup sehingga memicu kenaikan berat badan dan obesitas.
- b) Diabetes : Asupan gula tinggi menyebabkan resistensi insulin, dimana tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif untuk mengatur gula darah.
- c) Kerusakan Gigi : Sisa gula di mulut menjadi makanan bagi bakteri yang menghasilkan asam, mengikis enamel, gigi dan menyebabkan karies (gigi berlubang).
- d) Kerusakan ginjal : Kadar gula darah tinggi dalam jangka panjang dapat merusak fungsi ginjal dalam menyaring racun dan cairan dari tubuh.
- e) Gangguan kesehatan mental : Gula dapat memicu fluktuasi kadar gula darah yang drastis, yang dapat memengaruhi suasana hati dan meningkatkan risiko kecemasan serta depresi.
- f) Gangguan tidur : Makanan dengan indeks glikemik tinggi dapat memicu fluktuasi gula darah yang berujung pada gangguan tidur.

3) Hal-hal yang dapat remaja lakukan untuk membatasi asupan gula meliputi:

- a) Perhatikan label nutrisi pada kemasan makanan atau minuman yang dikonsumsi.
- b) Makanan tinggi fruktosa seperti gula merah, gula merah, madu dan banyak buah lainnya lebih aman daripada gula pasir, karena fruktosa jika diberikan dengan dosis yang tepat dan disiplin dalam konsumsi akan jauh lebih baik.
- c) Makan Makanan secukupnya, karena gangguan makan dapat menyebabkan penurunan gula darah dan mendorong seseorang untuk mengonsumsi makanan manis.
- d) Lakukan aktivitas fisik seperti olahraga minimal 10-20 menit setiap hari.

4) Minum manis

Minuman manis dengan banyak kalori dapat menyebabkan kegemukan. Selain itu, kalori dalam minuman manis mungkin tidak terdeteksi oleh kontrol nafsu makan, sehingga banyak orang tetap makan dalam jumlah besar, bahkan setelah minum minuman manis. Menurut Muhammad Amin, (2024), telah terbukti bahwa minum minuman ringan berkarbonasi atau minuman manis dapat terkait dengan peningkatan ukuran pinggang. Minuman manis tidak kalah populernya di Indonesia. Menurut hasil Riskesdas tahun 2021, persentase penduduk

Indonesia umur 10 tahun ke atas yang mengonsumsi makanan dan minuman manis lebih dari satu kali per hari adalah 5,1%. Menurut Hardiansyah et al., (2022) asupan gula di atas 50 gram per orang per hari akan menyebabkan kenaikan berat badan, jika dikonsumsi dalam jangka panjang akan pada kesehatan.

a) Jenis Minuman Manis yang sering diminati

(1) Tinggi gula Seperti : es teh jumbo manis, es buatan seperti marimas, jus buah kemasan, minuman boba, es teller, es buah campur, minuman bersoda, minuman kemasan kaleng, kopi susu dengan tinggi gula.

(2) Dengan gula sedang : Susu kemasan, minuman karbonasi, minuman isotonik.

5. Remaja

a. Pengertian remaja ,,

Menurut WHO, remaja adalah orang-orang yang berada dalam tahap perubahan antara anak-anak dan dewasa. Remaja merupakan masa kemajuan yang dialami oleh manusia setelah anak-anak hingga dewasa, rentang usia berkisar 12-13 hingga rentang 20 tahun. Perubahan yang dialami pada masa muda sangat besar dalam segala perbaikan termasuk fisik, mental, social dan kepribadian atau watak Anggorowati et al., (2023)

Masa remaja adalah masa tumbuh dewasa yang biasanya dimulai sekitar usia 12 atau 13 tahun berlangsung hingga pubertas

diakhir masa remaja atau pertengahan usia dua puluhan. Hubungan dengan wali dan cita-cita mereka berubah, dan pertumbuhan agama membentuk jalan masa depan Saputro, (2022).

Masa remaja sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa baik secara fisik, sosial, psikologis maupun perilaku, batas usia remaja terbagi menjadi tiga yaitu remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir serta belum menikah. Rentang usia remaja 10-19 tahun, masa remaja merupakan masa penting dalam membangun fondasi kehidupan dimasa depan, baik buruknya perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi akan berdampak pada kesehatan reproduksinya Anggorowati et al., (2023).

b. Ciri-ciri Remaja

- 1) Remaja mulai mengomunikasikan kesempatan mereka dan pilihan untuk menawarkan sudut pandang mereka sendiri. Hal ini dapat menimbulkan tekanan dan konflik, serta dapat menjauhkan remaja dari keluarganya.
- 2) Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-teman mereka daripada saat mereka masih anak-anak. Ini menyiratkan bahwa pengaruh orang tua semakin hilang. Remaja bertindak dan bersenang-senang yang berbeda, yang mengejutkan, terlepas dari perilaku dan pengalihan keluarga. Seperti halnya dalam berpakaian, gaya rambut, kesenangan melodi, yang semuanya harus luar biasa.

3) Remaja mengalami perubahan nyata yang luar biasa, baik perkembangan maupun seksualitas. Sentiment seksual yang mulai muncul bisa menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber sensasi tanggung jawab dan ketidakpuasan.

4) Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (over confidence) Bersama dengan perasaan mereka yang biasanya terngkat, membuat sulit untuk mengakui nasihat dan Haluan orang tua.

c. Karakteristik Remaja yang berkaitan dengan perilaku konsumsi

1) Perkembangan remaja

Remaja mulai mampu berpikir abstrak dan kritis, namun sering kali masih terbatas dalam mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari perilaku mereka.mereka cenderung fokus pada manfaat jangka pendek (rasa enak, kesegaran) dari pada resiko jangka panjang (penyakit degeneratif).

2) Perkembangan Sosial

Remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, terutama teman sebaya. Keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial mendorong remaja untuk mengikuti tren dan kebiasaan kelompoknya, termasuk dalam hal konsumsi makanan dan minuman kekinian.

Pencarian jati diri

Remaja sedang dalam proses mencari identitas diri, yang sering diekspresikan melalui gaya hidup, termasuk pilihan makanan dan minuman. Konsumsi produk-produk kekinian menjadi salah satu

cara remaja mengekspresikan diri dan menunjukkan eksistensi di lingkungan sosialnya.

3) Kemandirian dalam pengambilan keputusan

Remaja mulai memiliki otonomi dalam memilih makanan, terutama saat di luar rumah. Mereka bebas menentukan jajanan yang akan dibeli dengan uang saku yang dimiliki, namun belum sepenuhnya memiliki kemampuan untuk mengevaluasi pilihan tersebut secara kritis.

4) Rentan terhadap pengaruh media

Remaja merupakan kelompok yang paling aktif menggunakan media sosial dan mudah terpengaruh oleh konten yang viral, termasuk tren makanan dan minuman. Media sosial berperan penting dalam mempromosikan gaya hidup dimana makanan manis sering menjadi simbol perayaan kebahagiaan dan kesuksesan Pratiwi & Nailuvar, (2023).

d. Faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi makan minum manis pada remaja.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Remaja Perkembangan remaja dipengaruhi oleh berbagai variabel, termasuk konteks pola makan, kesehatan emosional, status sosial ekonomi, dan genetika. Selain itu, perkembangan fisik remaja juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Menurut Rahmadani et al., (2023). Kemampuan dan kemauan remaja untuk berbicara tentang kekhawatiran dan

kekhawatiran mereka dengan orang lain memainkan peran penting dalam seberapa besar perubahan ini akan memengaruhi perilaku mereka.

1) Sosial ekonomi

Sosial ekonomi pada keluarga, seperti halnya Pendapatan yang sedikit dari kepala keluarga, dan wawasan pengetahuan tentang makanan sehat ditambah dengan kebiasaan ibu sekarang lebih memilih menyajikan makanan yang instan dan membiasakan memberikan makanan olahan cepat saji yang sudah jelas tidak ada gizi dan tinggi gula. dapat mengurangi kemampuan keluarga untuk menyediakan makanan yang lebih sehat dan beragam, mendorong remaja untuk mencari makanan manis yang lebih terjangkau.

2) Tingkat Pendidikan Orang Tua

Tingkat pendidikan orang tua yang rendah berhubungan dengan pengetahuan makanan dan minuman sehat yang kurang baik. Hal ini dapat berdampak pada kurangnya pemahaman mengenai dampak konsumsi makanan manis yang berlebihan pada kesehatan remaja.

3) Dukungan sosial teman sebaya

Teman sebaya dapat memengaruhi seseorang untuk mengonsumsi makanan. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada nilai pengetahuan tetapi hanya untuk

bersosialisasi, bersenang-senang, dan tidak kehilangan teman. Perilaku dan pengambilan keputusan konsumen sering dipengaruhi oleh interaksi dengan kelompok teman sebaya. Pengaruh teman sebaya bisa positif (mendorong konsumsi makanan sehat) atau negatif (meningkatkan konsumsi makanan cepat saji atau minuman manis). Andraeni & Rasmikayati, (2025).

4) Ketersediaan dan akses di lingkungan sekolah

Lokasi penjual makanan dan minuman manis yang mudah dijangkau di sekitar sekolah dapat memengaruhi kebiasaan konsumsi remaja, karena sebagian besar waktu mereka dihabiskan di lingkungan sekolah.

5) Iklan

Remaja sangat dipengaruhi oleh teman sebayanya dalam hal makanan yang mereka makan. Dikhawatirkan ketidakpatuhan terhadap teman akan mengakibatkan pengucilan sosial dan menurunkan harga dirinya. Tujuan dari pendekatan daya tarik dalam periklanan adalah untuk mendorong khalayak sasaran melakukan beberapa tindakan yang mirip atau identik dengan yang digambarkan dalam iklan. Reny, (2021).

6) Uang Saku

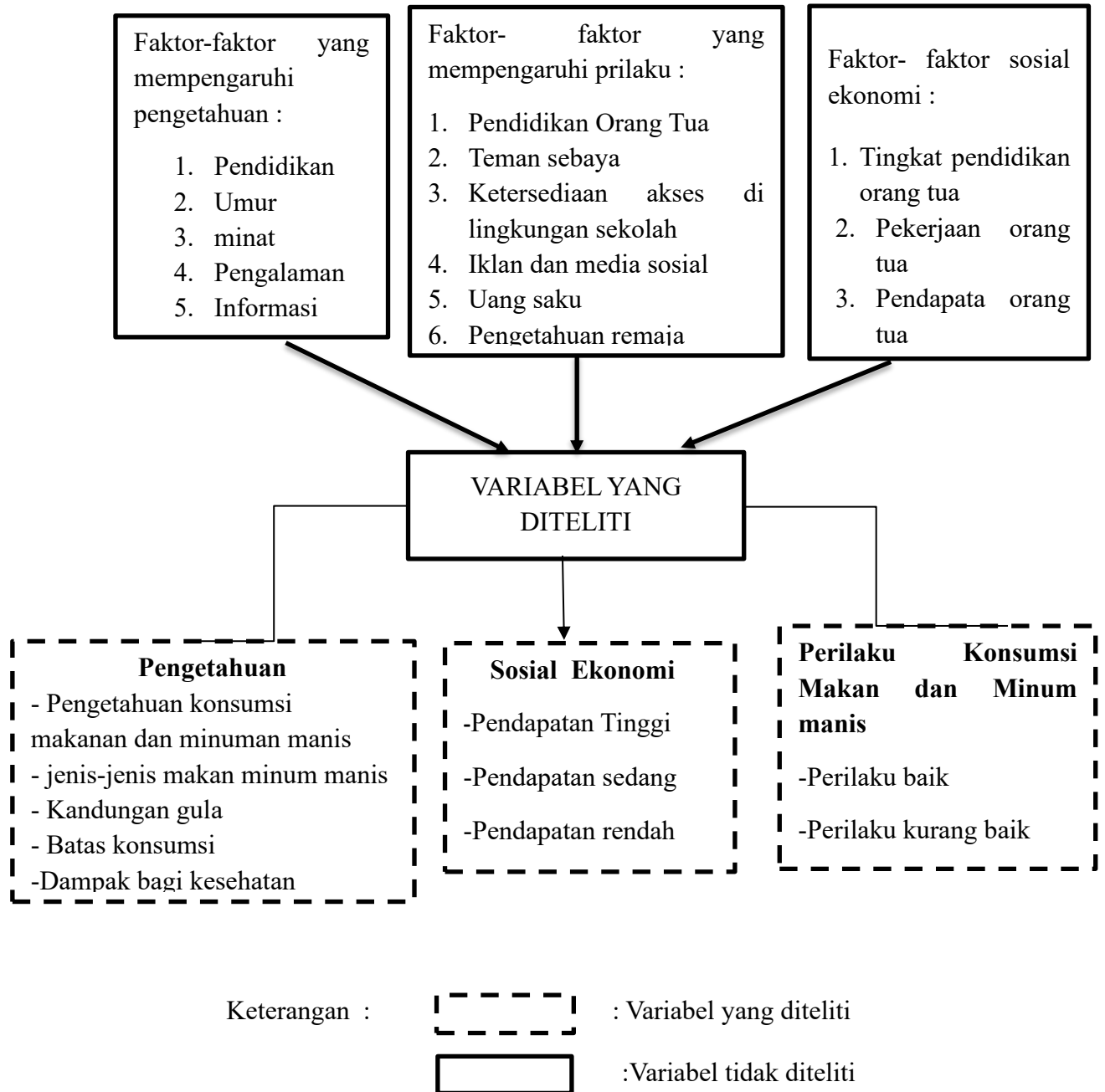
Uang saku adalah sejumlah uang yang diberikan secara rutin (biasanya harian atau mingguan) oleh orang tua kepada anak

untuk memenuhi kebutuhan diluar kebutuhan pokok yang sudah di sediakan rumah, ada indikasi semakin tinggi uang saku, semakin tinggi pula frekuensi kemungkinan siswa membeli makan minum manis secara berulang Zogara et al., (2022).

7) Pengetahuan remaja

Komponen pendidikan dalam kebiasaan makan adalah bagian dari pengetahuan yang didapatkan dan memengaruhi pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi dengan pengetahuan yang kurang bisa menyebabkan resiko penyakit kronis akibat sering konsumsi makanan dan minuman manis jika terlalu sering dikonsumsi secara berlebihan Ayu et al., (2023).

B. Kerangka teoriti



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

Sumber : Mubarak, (2020); Kuswati, (2020); (Supriyati et al., 2025);

Alfora et al., (2023).