

BAB V

PEMBAHASAN

Pada bab ini akan membahas dan menjelaskan tentang hasil penelitian yang sudah dilaksanakan melalui karakteristik responden, hasil uji univariat, dan hasil uji bivariat serta membahas berdasarkan teori yang ada dan hasil penelitian serupa yang pernah dilakukan sebagai berikut:

A. Pembahasan

Secara keseluruhan hasil penelitian menunjukkan bahwa kuesioner efektif terhadap peningkatan pengetahuan. Penelitian ini diawali dengan membagikan kuesioner penelitian terhadap 51 responden untuk mengetahui pengetahuan tentang konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja di SMP Islam Walisongo.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner penelitian dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan berupa pengisian lembar kuesioner tentang konsumsi makanan dan minuman manis jika dikonsumsi secara berlebihan dalam waktu jangka panjang untuk Kesehatan.

1. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan Hasil Penelitian diketahui bahwa karakteristik responden berusia 13 tahun sebanyak 23 orang (45,1%), diikuti usia 14 tahun sebanyak 22 orang (43,1%), dan usia 15 tahun sebanyak 6 orang (11,8%). Dengan demikian, sebagian besar responden berada pada rentang usia 13–14 tahun. penelitian ini, sebagian besar responden berusia 13-14 tahun yang termasuk dalam kategori remaja awal. Pada usia tersebut

kemampuan menerima dan memahami informasi mulai berkembang sehingga memudahkan remaja memperoleh pengetahuan dari sekolah, media sosial, internet, maupun lingkungan sekitar. Selain itu, siswa yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih memahami manfaat menjaga pola makan sehat serta resiko yang dapat timbul akibat konsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh melalui pembelajaran di sekolah, penyuluhan Kesehatan, media massa, maupun pengalaman sehari-hari

Menurut Akhsa, (2024) Kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja dapat dipengaruhi oleh faktor usia pada usia 13-15 tahun, remaja berada pada masa remaja awal yang ditandai dengan meningkatnya rasa ingin tahu, keinginan mencoba hal-hal baru, tahap perkembangan ini, remaja mulai memiliki kebebasan dalam memilih makanan dan minuman yang dikonsumsi tanpa pengawasan penuh dari orang tua menyebabkan siswa/siswi di sekolah lebih mudah tertarik pada makanan dan minuman manis yang memiliki rasa enak, mudah diperoleh banyak tersedia di kantin sekolah dan juga banyak dipromosikan melalui media sosial dan iklan. siswa/siswi cenderung memilih makanan dan minuman manis sebagai bagian dari hidup dan kebiasaan saat berkumpul dengan teman.

Pada penelitian ini, mayoritas responden berusia 13 tahun (45,1%). Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berada pada kelompok usia yang rentan membentuk kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis. Menjadi faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang

semakin bertambah usia maka kemampuan berpikir dan menerima informasi akan semakin berkembang sehingga dapat mempengaruhi perilaku Kesehatan kebiasaan tersebut apabila dilakukan secara terus-menerus dapat meningkatkan resiko berbagai masalah Kesehatan, seperti karies gigi, kelebihan berat badan, diabetes, dan penyakit tidak menular dikemudian hari.

2. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis kelamin

Berdasarkan penelitian dapat diketahui jenis kelamin responden dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin laki-laki, yaitu 32 orang (62,7%), sedangkan responden perempuan berjumlah 19 orang (37,3%) responden. Mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki. Remaja laki-laki umumnya memiliki kebutuhan energi yang lebih tinggi sehingga cenderung lebih sering mengonsumsi makanan dan minuman, termasuk makanan dan minuman manis, yang dapat memengaruhi perilaku konsumsi sehari-hari. Menurut peneliti, jenis kelamin berbeda memungkinkan seseorang pembentukan laki-laki dan perempuan. Perbedaan tersebut yakni dalam bagaimana jalan pembuatan keputusan etis serta kognitif, baik laki-laki maupun perempuan memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi makanan dan minuman manis sebagai bagian dari kebiasaan jajan di sekolah. Namun adanya perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi pola konsumsi, preferensi makana, serta aktivitas sehari-hari.

Menurut Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, (2024) Berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 82,9%. menunjukkan bahwa wanita lebih cenderung menggunakan rasa manis sebagai cara untuk mengatasi stres. Stres akan mendorong pelepasan faktor pelepasan Penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih sering memiliki pola makan yang kurang seimbang dibandingkan laki-laki. Sebanyak 75% remaja perempuan dalam sebuah studi memiliki pola makan kurang baik, dibandingkan dengan 52,9% pada remaja laki-laki Herlina, et al, (2023). Laki-laki cenderung lebih aktif secara fisik dibandingkan perempuan, sehingga energi yang dikeluarkan lebih banyak. Hal ini memengaruhi kebutuhan kalori harian mereka. jenis kelamin dapat menjadi salah satu karakteristik yang turut memengaruhi perilaku konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja.

3. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Berdasarkan hasil penelitian Responden dari kelas A berjumlah 26 orang (51,0%), sedangkan dari kelas B berjumlah 25 orang (49,0%). Komposisi responden pada dua kelas hampir seimbang. Distribusi responden yang hampir sama antara dua kelas VIII A dan VIII B memberikan Gambaran yang lebih merata mengenai karakteristik siswa kelas VIII SMP Islam Walisongo Penawangan. Kedua kelas berada pada Tingkat Pendidikan yang sama sehingga memiliki rentang usia kurikulum, dan lingkungan pembelajaran yang relative serupa. Kondisi tersebut

memungkinkan siswa memperoleh informasi dan pengalaman belajar yang tidak jauh berbeda.

Siswa kelas VIII termasuk dalam kelompok remaja awal yang sedang mengalami perkembangan fisik, psikologis, dan sosial. Pada usia ini, remaja mulai memiliki kebebasan dalam menentukan pilihan makanan dan minuman yang dikonsumsi. Menurut Dr. Bhavesh A. Prabhakar, (2023) Selain itu pengaruh teman sebaya, lingkungan sekolah, ketersediaan makanan dan minuman manis di sekitar sekolah serta frekuensi pendapatan orang tua yang tinggi dapat memengaruhi perilaku konsumsi mereka, dengan demikian hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sosial ekonomi (dengan perilaku konsumsi makan dan minum manis dapat menggambarkan kondisi siswa kelas VIII SMP Islam Walisongo secara lebih representatif.

4. Analisa Hasil Univariat

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan pengetahuan siswa/siswi SMP Islam Walisongo

Berdasarkan Tabel 4.4 hasil Penelitian dapat diketahui dari 51 responden bahwa Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan Kategori baik, yaitu sebanyak 38 responden (74,5%). Responden dengan pengetahuan kategori cukup sebanyak 6 responden (11,8%), sedangkan responden dengan pengetahuan kategori kurang berjumlah 7 responden (13,7%). Sebelum mengisi kuesioner peneliti penyampaian materi berkaitan pengertian tentang makanan manis, sumber makanan dan minuman manis,

dampak kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman manis, Berdasarkan kuesioner pengetahuan, responden telah mengetahui bahwa konsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai dampak kesehatan seperti obesitas, diabetes melitus, karies gigi, serta gangguan tidur. Selain itu, responden juga mengetahui bahwa minuman kemasan seperti teh manis dan minuman bersoda mengandung kadar gula yang tinggi serta pentingnya membatasi konsumsi gula sejak usia remaja.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai konsumsi makanan dan minuman manis. Tingginya tingkat pengetahuan responden dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, pendidikan, lingkungan, pengalaman dan kemudahan akses informasi. Sedangkan tingkat sosial ekonomi dan pendidikan dapat akan memberikan pengaruh yang besar terhadap keberlangsungan anggota keluarga, baik dari tingkat pendidikan dan kesehatan Informasi mengenai kandungan gula pada pangan olahan dan pangan siap saji seperti makanan dan minuman dalam kemasan. Kondisinya informasi yang terdapat pada label pangan ini terkadang tidak dibaca oleh konsumen. Penelitian menemukan bahwa sebagian remaja masih jarang memperhatikan informasi kandungan gula yang terdapat pada label kemasan makanan dan minuman sebelum membeli produk tersebut. Padahal membaca label gizi merupakan salah satu langkah penting dalam mengontrol asupan gula harian dan membantu remaja memilih produk yang lebih sehat, Selain itu, siswa yang

memiliki pengetahuan baik cenderung lebih memahami manfaat menjaga pola makan sehat serta resiko yang dapat timbul akibat konsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh melalui pembelajaran di sekolah, penyuluhan Kesehatan, media massa, maupun pengalaman sehari-hari.

Menurut Notoatmodjo., (2019), Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra. Pengetahuan yang baik akan menjadi besar dalam pembentukan sikap dan perilaku seseorang. Oleh karena itu, semakin baik pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut untuk menerapkan perilaku kesehatan yang baik.

Namun demikian, masih terdapat 13,7% responden yang memiliki pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada siswa yang belum memahami secara optimal mengenai dampak konsumsi makanan dan minuman manis terhadap kesehatan. Kurangnya pengetahuan dapat disebabkan oleh kurangnya paparan informasi kesehatan, rendahnya minat mencari informasi, atau kurang optimalnya edukasi yang diterima. Secara keseluruhan penelitian ini menunjukkan hasil baik bahwa mayoritas responden memiliki Tingkat pengetahuan yang cukup baik. Kondisi tersebut menjadi modal penting dalam membentuk perilaku konsumsi makan dan minum manis yang lebih sehat pada remaja, sehingga Risiko gangguan Kesehatan akibat konsumsi gula berlebih dapat diminimalkan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, (2024) terdahulu yang menemukan bahwa Sebagian besar hasil ini menunjukkan bahwa sebenarnya siswa mengetahui bahwa minuman manis kekinian mengandung gula dan kalori yang tinggi. siswa tetap membeli dan mengonsumsi minuman manis karena dapat dipengaruhi oleh selera, kebiasaan sosial, rendahnya kepercayaan diri untuk berubah, dan pengetahuan saja tidak cukup untuk mengubah perilaku konsumsi. Sebagian besar mahasiswa memiliki pengetahuan yang cukup tentang risiko kesehatan dari minuman manis, namun pengetahuan tersebut tidak berkorelasi langsung dengan pengurangan konsumsi. Sebenarnya siswa mengetahui bahwa minuman manis kekinian memberikan dampak buruk terhadap Kesehatan mereka namun mahasiswa tetap membeli dan mengonsumsi minuman manis karena dengan alasan yang sama dengan pengetahuan mereka atas kandungan gula dan kalori yang tinggi pada minuman tersebut namun tetap membeli dan mengonsumsi minuman manis karena dapat dipengaruhi oleh selera, kebiasaan sosial dan pengetahuan saja tidak cukup untuk mengubah perilaku konsumsi.

Berdasarkan pemaparan diatas menurut peneliti hubungan pengetahuan siswa/siswi di SMP Islam Walisongo, hasil ini menunjukan bahwa mayoritas responden sudah memiliki landasan pengetahuan yang baik dengan ini peneliti berharap siswa-siswi memperhatikan dan membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan yang kurang cenderung konsumsi makanan dan minuman

manis secara berlebihan karena belum memahami dampak jangka Panjang, bagi Kesehatan.

- b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sosial Ekonomi (pendapatan orang tua) siswa/siswi SMP Islam Walisongo.

Berdasarkan hasil Tabel 4.5 penelitian diketahui bahwa Sebagian besar responden berdasarkan pendapatan orang tua, diketahui bahwa dari total 51 responden, sebagian besar memiliki pendapatan orang tua dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 27 responden (52,9%). Selanjutnya, responden dengan pendapatan orang tua kategori sedang sebanyak 13 responden (25,5%), sedangkan responden dengan pendapatan orang tua kategori rendah sebanyak 11 responden (21,6%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari keluarga dengan kondisi ekonomi yang relatif baik. Tingkat pendapatan orang tua merupakan salah satu indikator status sosial ekonomi yang dapat memengaruhi kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidup, termasuk kebutuhan pangan, Pendidikan, dan Kesehatan. Keluarga dengan pendapatan yang lebih tinggi umumnya memiliki daya beli yang lebih besar sehingga memiliki akses yang lebih mudah terhadap berbagai jenis makanan dan minuman, termasuk makanan dan minuman manis seperti minuman kemasan, teh manis, minuman bersoda, coklat, permen, dan makanan ringan manis lainnya. Dan keluarga dengan Pendapatan setabil memungkinkan keluarga menyediakan makanan yang bergizi, memperoleh akses layanan Kesehatan yang memadai, serta mendapatkan informasi Kesehatan yang lebih baik.

Menurut Astuti, (2020) setatus sosial ekonomi, pendapatan keluarga yang tinggi umumnya berkaitan dengan kemampuan keluarga dalam mempertahankan kestabilan ekonomi sehingga kebutuhan dasar anggota keluarga dapat terpenuhi secara optimal. Meskipun demikian, pada kelompok responden dengan pendapatan tinggi masih ditemukan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang kurang baik. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kemudahan akses dan daya beli yang lebih tinggi sehingga remaja lebih mudah membeli minuman kemasan seperti teh manis, minuman bersoda, cokelat, permen, maupun makanan ringan manis lainnya yang tersedia di kantin sekolah maupun di lingkungan sekitar. Selain itu, pengaruh teman sebaya, iklan di media sosial, serta pemberian uang saku yang lebih besar juga dapat memengaruhi keputusan remaja dalam memilih makanan dan minuman sehari-hari.

Hal ini didukung terdahulu yang dilakukan (Sari et al., 2024). tentang Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi Keluarga, Konsumsi Sugar Sweetened Beverages dengan Status Gizi Lebih pada Remaja di SMPN 9 Kota Jambi, menunjukan sebanyak 24 responden (61.5%) memiliki status sosial ekonomi rendah dan 15 responden (38.5%) memiliki status sosial ekonomi tinggi. Status sosial ekonomi yang dapat memengaruhi proses pertumbuhan salah satunya yaitu pendapatan. Pendapatan keluarga memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengakses makanan tertentu yang akan berpengaruh pada status gizi anak. Seseorang dengan status sosial ekonomi rendah memiliki keterbatasan kemampuan dalam mengakses

makanan tertentu, sehingga beresiko mengonsumsi makanan dengan jumlah yang kurang. Ketahanan pangan yang tidak memadai pada keluarga dapat mengakibatkan masalah gizi pada anak.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti berpendapat bahwa tingginya proporsi responden dengan pendapatan orang tua kategori tinggi menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berasal dari keluarga yang memiliki kestabilan ekonomi yang baik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki akses yang cukup besar terhadap berbagai pilihan makanan dan minuman. Oleh karena itu, peran orang tua dalam mengawasi pola konsumsi anak dan memberikan edukasi mengenai pentingnya membatasi konsumsi gula menjadi sangat penting agar perilaku konsumsi makanan dan minuman manis tetap berada pada kategori yang baik.

c. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan perilaku siswa/siswi SMP Islam Walisongo.

Berdasarkan Tabel 4.6, diketahui bahwa Sebagian besar responden memiliki perilaku dalam kategori baik dalam mengonsumsi makanan dan minuman manis, yaitu sebanyak 29 responden (56,9%). Sementara itu, responden yang memiliki perilaku kurang baik berjumlah 22 responden (43,1%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa/siswi SMP Islam Walisongo telah memiliki perilaku yang baik, meskipun masih terdapat cukup banyak responden yang memiliki perilaku kurang baik. Perilaku yang baik dalam penelitian ini dapat dilihat dari kecenderungan responden untuk tidak selalu memilih minuman manis dibandingkan air putih, tidak mudah

terpengaruh oleh iklan makanan dan minuman manis di media sosial, tidak selalu mengikuti kebiasaan teman dalam mengonsumsi minuman manis, serta tidak terbiasa mengonsumsi makanan manis pada malam hari. Selain itu, perilaku baik juga ditunjukkan dengan adanya perhatian terhadap kandungan gula pada label kemasan sebelum membeli makanan atau minuman

Menurut Notoatmodjo.,(2019), perilaku kesehatan merupakan respons seseorang terhadap rangsangan yang berkaitan dengan kesehatan dan dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, serta lingkungan. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai dampak konsumsi gula berlebih cenderung lebih mampu mengontrol kebiasaan makan dan minumannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Mubaraqin et al., (2024), tentang Hubungan Pengetahuan Efek Negatif dengan Perilaku Konsumsi Minuman Kemasan pada Remaja. Pada penelitian diketahui bahwa dari 58 responden terdapat sebanyak 36 remaja memiliki perilaku konsumsi minuman kemasan pada remaja yang dikategorikan jarang (62,1%), dan 22 remaja perilaku konsumsi minuman kemasan di kategorikan sering (37,95). Remaja memiliki kebiasaan yang cukup baik untuk konsumsi minum air putih karena banyak dan mengetahui Batasan konsumsi gula berlebihan peran penting dapat dipengaruhi dari luar atau remaja sudah terbiasa dengan minum – minuman selain air putih.

Menyatakan bahwa Faktor lain yang mempengaruhi perilaku konsumsi adalah teman sebaya, mode dan trend Asriati, (2023), pengaruh iklan baik di televisi maupun media sosial dan jumlah uang saku. Responden menyatakan

bahwa konsumsi minuman kemasan pada saat kumpul bersama keluarga, mengerjakan tugas, saat kehausan, mengikuti trend serta minuman kemasan yang mudah di dapatkan lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah.

Berdasarkan pemaparan diatas hasil penelitian tersebut, peneliti berpendapat bahwa tingginya persentase responden dengan perilaku baik sebanyak 29 orang (56,9%). dapat dipengaruhi oleh adanya edukasi kesehatan sebelum melakukan penyebaran kuesioner dan juga mendapatkan informasi yang diperoleh dari keluarga, sekolah, maupun media informasi. Namun, masih terdapat responden yang memiliki perilaku kurang baik berjumlah 22 responden (43,1%). Diharapkan remaja mampu mengurangi konsumsi gula berlebih dan mengetahui dampak konsumsi makanan dan minuman manis berlebihan terhadap kesehatan akan cenderung lebih mampu memilih jenis makanan yang sehat serta membatasi konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula tinggi.

5. Analisa Hasil Uji Bivariat

Hasil uji *Spearman-Rank* Hubungan Pengetahuan dan Sosial Ekonomi (pendapatan) dengan Perilaku Konsumsi makan dan minum manis di SMP Islam Walisongo Kecamatan Penawangan.

a. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Remaja Konsumsi Makanan dan Minuman Manis

Berdasarkan Tabel 4.7 Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa dari 38 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sebanyak 29 responden

(56,9%) memiliki perilaku yang baik dan 9 responden (17,6%), yang memiliki perilaku kurang baik. Seluruh responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan kurang memiliki perilaku yang kurang baik, masing-masing sebanyak 6 responden (11,8%) dan 7 responden (13,7%). Dengan Hasil Uji korelasi *Spearman- Rank* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,664$. Sehingga H_a diterima dan H_o ditolak yang berarti menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis pada siswa-siswi SMP Islam Walisongo Penawangan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,664 menunjukkan kekuatan hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif, yang berarti semakin baik tingkat pengetahuan responden maka semakin baik pula perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang dimiliki responden. Penelitian ini masih ditemukan 9 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik tetapi menunjukkan perilaku konsumsi yang kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti oleh perilaku yang baik.

Konsumsi makanan dan minuman manis yang berlebihan dapat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan seperti obesitas, karies gigi, gangguan tidur, serta meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus di kemudian hari. Oleh karena itu, perilaku membatasi konsumsi makanan dan minuman manis sejak usia remaja merupakan langkah penting dalam menjaga kesehatan jangka panjang. Faktor lain seperti pengaruh teman sebaya, lingkungan sekolah, kebiasaan keluarga, kemudahan akses terhadap makanan

dan minuman manis, iklan, serta preferensi rasa dapat memengaruhi perilaku konsumsi remaja. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa sebagian remaja masih jarang memperhatikan informasi kandungan gula yang terdapat pada label kemasan sebelum membeli makanan dan minuman, padahal membaca label gizi merupakan salah satu langkah penting dalam mengontrol asupan gula harian.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu Mubaraqin et al., (2024) dengan hasil analisis Uji Rank Spearman peroleh nilai $p = 000$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan tentang efek negatif dengan perilaku konsumsi minuman kemasan pada remaja di SMP IT Al –Azhar. Pengetahuan akan mempengaruhi perilaku melalui persepsi, kemudian persepsi tersebut akan tertanam dalam diri seseorang, sehingga perilaku tersebut akan sesuai dengan pengetahuannya, semakin tinggi pengetahuan remaja, diharapkan semakin baik pula perilaku remaja untuk mengurangi konsumsi makan minum manis pada remaja (Kanah, 2020).

Tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi perilakunya, sebagaimana teori yang dikemukakan oleh (Ilmiah, 2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang merupakan faktor predisposisi untuk bertindak. Remaja yang memiliki pemahaman baik mengenai dampak negatif minuman kemasan cenderung menunjukkan perilaku konsumsi yang lebih sehat. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai dampak konsumsi makanan dan minuman manis berlebihan terhadap kesehatan akan cenderung lebih mampu memilih jenis makanan yang sehat

serta membatasi konsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula tinggi. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan seseorang kurang menyadari risiko kesehatan sehingga perilaku konsumsi yang ditunjukkan cenderung kurang baik.

Pengalaman dan penelitian didasarkan pada pengetahuan dan merupakan perilaku dominan yang sangat penting berdasarkan pengetahuan dan kognitif (Notoatmodjo., 2019). Pengetahuan bisa didapatkan dengan mencari tahu, Tahap tahu (know) di bedakan menjadi 3 yaitu baik cukup kurang. Merupakan faktor predisposisi yang berpengaruh positif terhadap pemahaman siswa mengenai dampak konsumsi makanan dan minuman manis berperan penting dalam membentuk perilaku mereka sehari-hari. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang ditunjukkan. Kurangnya pengetahuan mengenai konsumsi makanan dan minuman manis dapat mengaruhi terbentuknya perilaku seseorang dalam konteks konsumsi, dengan tingkat pengetahuan yang rendah juga mudah terpengaruh oleh lingkungan, teman sebaya, iklan, dan tren makanan atau minuman yang sedang populer, mereka lebih memilih makanan dan minuman berdasarkan rasa dan kesukaan tanpa memperhatikan kandungan gizinya. Menyebabkan remaja tidak menyadari pentingnya membatasi asupan gula sesuai anjuran Kesehatan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al., (2023). Sebagian besar tingkat pengetahuan siswa tentang minuman berpemanis siswa di SMP Muhammadiyah 1 Surakarta dalam kategori baik dengan presentase 59,8%,

namun 40,2% siswa memiliki pengetahuan yang tidak baik. Sebagian besar Perilaku pada siswa di SMP Muhammadiyah 1 Surakarta dalam kategori baik dengan presentase 62,9%. Berdasarkan hasil analisis terdapat hubungan antara pengetahuan tentang minuman berpemanis dengan perilaku remaja, hasil dengan $p = 0,018$ dan koefisien korelasi $-0,239$. subjek dengan pengetahuan yang baik Sebagian besar memiliki perilaku yang baik (74,13%). Pengetahuan kesehatan manusia memiliki efek mendalam dalam menilai atau berpikir tentang nutrisi yang baik dan buruk untuk nutrisi yang mempromosikan kesehatan dan nutrisi yang merugikan sehingga berdampak pada perilaku sehari-hari.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi makan dan minum manis pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan remaja mengenai dampak konsumsi makanan dan minuman manis terhadap kesehatan, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam mengendalikan konsumsi makanan dan minuman manis. Sebaliknya, remaja yang memiliki pengetahuan rendah cenderung kurang memahami risiko kesehatan akibat konsumsi gula berlebihan sehingga lebih mudah mengonsumsi makanan dan minuman manis tanpa mempertimbangkan dampaknya.

b. Hubungan Sosial Ekonomi (Pendapatan Orang Tua) dengan Perilaku Remaja Konsumsi Makanan dan Minuman Manis.

Berdasarkan Tabel 4.8, Berdasarkan Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa dari 27 responden yang memiliki pendapatan orang tua

kategori tinggi, sebanyak 5 responden (9, 8%) memiliki perilaku konsumsi yang baik dan 22 responden (43,1%) memiliki perilaku konsumsi makan dan minum manis yang kurang baik. Sementara itu, seluruh responden dengan pendapatan orang tua kategori sedang memiliki perilaku baik yaitu sebanyak 13 responden (25,5%). Begitu pula seluruh responden dengan pendapatan orang tua kategori rendah memiliki perilaku yang baik yaitu sebanyak 11 responden (21,6%).

Dengan Hasil Uji Korelasi *Spearman- Rank* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($<0,05$) dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,782$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis pada siswa-siswi SMP Islam Walisongo Penawangan. Dengan kekuatan hubungan sangat kuat dan arah hubungan positif. Semakin tinggi pendapatan orang tua, semakin tinggi pula perilaku (bergerak dari baik ke kurang baik), sehingga semakin tinggi pendapatan orang tua maka kecenderungan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang kurang baik semakin meningkat.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar responden berasal dari keluarga dengan pendapatan kategori tinggi dan memiliki perilaku yang baik dalam konsumsi makanan dan minuman manis. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat pendapatan yang tinggi tidak selalu menyebabkan remaja memiliki perilaku konsumsi yang buruk. Pendapatan keluarga yang tinggi justru dapat memberikan kesempatan bagi orang tua

untuk menyediakan makanan yang lebih sehat dan bergizi serta memberikan pengawasan yang lebih baik terhadap pola konsumsi anak.

Hal ini sejalan dengan penelitian Kasingku & Mantow, (2022) mengatakan bahwa faktor finansial juga dapat menjadi indikator untuk mengukur status sosial ekonomi seseorang. Status sosial ekonomi memiliki hubungan dengan setiap aspek kehidupan manusia. Meskipun demikian, pada kelompok responden dengan pendapatan tinggi masih ditemukan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang kurang baik. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kemudahan akses dan daya beli yang lebih tinggi sehingga remaja lebih mudah membeli minuman kemasan seperti teh manis, minuman bersoda, coklat, permen, maupun makanan ringan manis lainnya yang tersedia di kantin sekolah maupun di lingkungan sekitar. Selain itu, pengaruh teman sebaya, iklan di media sosial, serta pemberian uang saku yang lebih besar juga dapat memengaruhi keputusan remaja dalam memilih makanan dan minuman sehari-hari.

Pendapatan menurut Andreanto, (2022) adalah suatu penerimaan bagi seseorang atau kelompok dari hasil sumbangan, baik tenaga dan pikiran yang dicurahkan sehingga akan memperoleh balas jasa. Pendapatan menunjukan seluruh uang atau hasil material lainnya yang dicapai dari penggunaan kekayaan atau jasa yang diterima oleh seseorang atau rumah tangga selama jangka waktu tertentu pada suatu kegiatan ekonomi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sari et al., (2024). menunjukan sebanyak 24 responden (61.5%) memiliki status sosial ekonomi tinggi dan 15

responden (38.5%) memiliki status sosial ekonomi sedang. Status sosial ekonomi yang dapat memengaruhi proses pertumbuhan salah satunya yaitu pendapatan. Pendapatan merupakan salah satu indikator status sosial ekonomi keluarga yang dapat memengaruhi pola konsumsi anak dan remaja. Keluarga dengan pendapatan yang lebih tinggi umumnya memiliki daya beli yang lebih besar sehingga anak memiliki akses yang lebih mudah untuk membeli berbagai jenis makanan dan minuman, termasuk makanan dan minuman manis seperti minuman kemasan, teh manis, minuman bersoda, cokelat, permen, biskuit, dan makanan ringan manis lainnya. Sebaliknya, pada keluarga dengan pendapatan sedang dan rendah, pengeluaran rumah tangga cenderung lebih diprioritaskan untuk kebutuhan pokok sehingga frekuensi pembelian makanan dan minuman manis menjadi lebih terbatas. Kondisi tersebut dapat menyebabkan anak memiliki perilaku konsumsi makanan dan minuman manis yang lebih baik dibandingkan dengan anak dari keluarga dengan pendapatan yang lebih tinggi. Namun demikian, pendapatan yang tinggi tidak selalu menyebabkan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis menjadi kurang baik. Perilaku konsumsi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat pengetahuan, pendidikan orang tua, pola asuh keluarga, pengawasan orang tua terhadap uang saku anak, pengaruh teman sebaya, serta lingkungan sekolah. Orang tua dengan status sosial ekonomi yang baik tetapi memberikan edukasi gizi dan pengawasan yang cukup kepada anak tetap dapat membentuk perilaku konsumsi yang sehat

Hasil penelitian ini sejalan dengan Andreanto, (2022). Analisis Pengaruh Pendapatan Terhadap Perilaku Konsumsi Masyarakat (Studi Kasus Kelurahan Kuripan Yosorejo) signifikan terhadap perilaku konsumsi masyarakat Kelurahan Kuripan Yosorejo. Dimana apabila pendapatan masyarakat naik maka tingkat konsumsinya pun akan naik. Hal ini terjadi karena masyarakat baik dari kalangan pedagang, buruh, petani maupun PNS memiliki kecenderungan untuk meningkatkan persentase tingkat konsumsi mereka karena merasa memiliki pendapatan yang lebih besar. Pendapatan berpengaruh positif dan signifikan dalam meningkatkan tingkat konsumsi masyarakat Kelurahan Kuripan Yosorejo. Hal ini dapat dilihat nilai signifikansi F hitung sebesar 40837,604 dengan F tabel sebesar 3,942 yaitu ($40837,604 > 3,942$) dan ($\text{sig} = 0,000 < 0,05$) dari hasil pengelolaan data dapat disimpulkan bahwa variable bebas (X) yaitu pendapatan berpengaruh terhadap variable terikat (Y) perilaku konsumsi) secara simultan.

Berdasarkan Hasil Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebagian responden dengan pendapatan orang tua yang tinggi tetap memiliki perilaku konsumsi yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa selain faktor ekonomi, pengetahuan dan pengawasan dari keluarga juga memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja. dengan demikian, upaya pencegahan konsumsi makanan dan minuman manis berlebihan tidak hanya difokuskan pada aspek ekonomi keluarga, tetapi juga perlu melibatkan pendidikan kesehatan, peningkatan edukasi mengenai pembatasan konsumsi gula dan membentuk kebiasaan

konsumsi, serta peran orang tua dalam mengawasi pola konsumsi anak sehari-hari.

B. Keterbatasan

Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti mengakui adanya banyak kelemahan dan kekurangan. Sehingga memungkinkan hasil yang ada belum optimal atau bisa dikatakan belum sempurna banyak sekali kekurangan-kekurangan tersebut antara lain:

1. Segi desain studi penelitian yang digunakan dalam penelitian *Cross Sectional* memiliki kelemahan yang hanya dapat menggambarkan hubungan antarvariabel dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat, hanya menjelaskan hubungan keterkaitan meskipun demikian, desain ini dipilih karena paling sesuai dengan tujuan penelitian, serta efektif dari segi waktu dan biaya.
2. Kelemahan penelitian ini terletak pada sampel yang digunakan tidak terlalu banyak yaitu hanya sebanyak 51 responden. Jumlah responden yang lebih banyak akan lebih membantu proses penelitian menjadi lebih baik.
3. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, sehingga jawaban responden sangat bergantung kepada kejujuran, pemahaman pembahasan isi kuesioner dan kemampuan responden dalam mengingat kebiasaan konsumsi makanan dan minuman manis. Hal ini memungkinkan terjadinya bias informasi dalam pengisian kuesioner.
4. Secara teoritis banyak sekali masalah yang harus diteliti dalam masalah Pengetahuan konsumsi makan dan minum manis dikalangan remaja, tetapi

karena keterbatasan waktu, tenaga, dan dana peneliti maka peneliti hanya meneliti beberapa variabel yang terkait dengan perilaku konsumsi manis seperti (pengetahuan resiko gula berlebih, frekuensi makan dan minum, jenis makanan dan minuman, dan pendapatan orang tua.