

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 182/Gizi Masy. dan Sumberdaya Keluarga

LAPORAN AKHIR

PENELITIAN DOSEN PEMULA

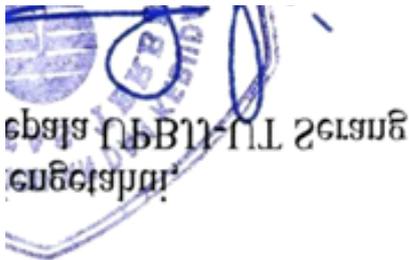


ANALISIS FAKTOR-FAKTOR DOMINAN YANG
MEMPENGARUHI KEPUTUSAN REMAJA UNTUK
MENGONSUMSI MAKANAN *FASTFOOD*

Marhamah, S.T.P, M.Si /Ketua/0010127607
Drs. Ron Makrony, M.Pd /Anggota/0008035705
Dra. Eko Yuliasuti, ES. M.Si /Anggota/0005076206

UNIVERSITAS TERBUKA

Desember 2013



[Handwritten Signature]
Ketua Lembaga

Sebagi 11 Maret 201

Isya Penelitian
: - mungkin serukan
- dana institusi lain Kb
- dana internal PT Kb: 12.000.00
: - diusulkan ke DIKTI Kb:

**Perwakilan Tinggi
IIDI
Nama Lembaga
Penggota Penelitian (3)**
: Universitas Terbuka
: 0002020200
: Drs. Eko Yuliasanti, ES, M.Si

**Perwakilan Tinggi
IIDI
Nama Lembaga
Penggota Penelitian (1)**
: Universitas Terbuka
: 0008032202
: Drs. Ron Makrony, M.Pd

**Alamat surel (e-mail)
Nomor HP
Program Studi
Jabatan Fungsional
IIDI
Nama Lembaga**
: marhamah@ut.ac.id
: 08138122448
: Cizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluar
: Asisten Ahli
: 0010122002
: Marhamah, S.T.P, M.Si

**etua Penelitian
od>Nama Rombongan**



dan Sumberdaya Ke
an Fasilitasi
usan Kemaja Untuk

idat Penelitian

: Universitas Terbuka - Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

RINGKASAN

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR DOMINAN YANG MEMPENGARUHI KEPUTUSAN REMAJA UNTUK MENGONSUMSI MAKANAN *FASTFOOD*

Marhamah, Makrony, Yuliasuti

Abstrak. Masa remaja merupakan masa penting dan kritis yang akan membawa pengaruh terhadap proses pertumbuhan dan pematangan individu. Kelompok usia ini merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, termasuk dalam hal konsumsi pangan. Konsumsi pangan yang kurang berkualitas dan rendah gizi umum dijumpai pada remaja. Konsumsi makanan *fastfood* menjadi pilihan remaja dengan berbagai alasan. Penelitian ini dilakukan untuk mengumpulkan data-data ilmiah tentang perilaku konsumsi remaja di Kota Serang terutama terkait dengan konsumsi *fastfood*. Data yang dikumpulkan mencakup data primer dan data sekunder. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* yang dilakukan pada 3 (tiga) SMA Negeri di Kota Serang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan gizi remaja putri lebih baik dibanding remaja putra. Alasan utama remaja mengonsumsi makanan *fastfood* atas dasar rasa yang enak (60.5%), dan perhatian terhadap aspek gizi masih sangat rendah (1.8%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari beberapa peubah yang diprediksi berkontribusi mempengaruhi keputusan remaja mengonsumsi *fastfood*, faktor jenis kelamin memiliki hubungan bermakna terhadap keputusan remaja untuk mengonsumsi *fastfood*. Remaja putri 3 kali lebih berpeluang mengonsumsi *fastfood* dibandingkan remaja putra. Perlu pembimbingan dan pengawasan terhadap perilaku konsumsi remaja, karena usia ini merupakan kelompok masyarakat yang rentan terhadap masalah gizi dan menjadi pintu masuknya risiko malnutrisi.

Keywords : *makanan fastfood, remaja, Kota Serang*

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga laporan penelitian yang berjudul "Analisis Faktor-Faktor Dominan yang Mempengaruhi Keputusan Remaja Untuk Mengonsumsi Makanan *Fastfood*" bisa diselesaikan. Dalam kesempatan ini kami menyampaikan ucapan terima kasih kepada LPPM Universitas Terbuka atas dukungan baik berupa materi serta arahan yang telah diberikan kepada kami sehingga kegiatan penelitian ini bisa kami laksanakan.

Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Dinas Pendidikan Kota Serang, Bapak/Ibu kepala sekolah dimana kami mengumpulkan data, para siswa yang menjadi responden yang telah membantu dalam proses pengumpulan data di lapangan. Serta ucapan terima kasih kepada para *reviewer* yang memberikan masukan dan bimbingan mulai dari pengembangan proposal sampai akhirnya Laporan ini dapat kami selesaikan.

Kami menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan dan banyak kelemahan. Untuk itu, saran dan kritikan yang membangun sangat kami harapkan untuk perbaikan dan masukan dalam melaksanakan kegiatan berikutnya. Akhir kata kami berharap semoga penelitian ini memberi manfaat bagi semua.

Serang, Desember 2013

Penulis

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL.....	ii
DAFTAR GAMBAR	iii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	2
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Remaja	4
2.2 Status Gizi Remaja	5
2.3 Pola Konsumsi Pangan	6
2.4 Pengetahuan Gizi Remaja	8
BAB 3. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN.....	10
3.1 Tujuan	10
3.2 Manfaat	10
BAB 4. METODE PENELITIAN	11
4.1 Desain, lokasi dan pemilihan contoh.....	11
4.2 Tempat dan waktu	12
4.3 Jenis dan cara pengumpulan data	12
4.4 Pengolahan dan analisis data.....	13
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN	14
5.1 Karakteristik remaja dan keluarga	14
5.2 Status Gizi Remaja	17
5.3 Perilaku Konsumsi Pangan.....	19
5.4 Konsumsi makanan <i>fastfood</i>	20
5.5 Pengetahuan Gizi	23
5.6 Faktor-faktor dominan yang berhubungan dengan konsumsi <i>fastfood</i>	25
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN	26
6.1 Kesimpulan	26
6.2 Saran.....	26
DAFTAR PUSTAKA	28

DAFTAR TABEL

	Halaman.
Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi Menurut IMT (WHO 2000)	5
Tabel 2. Variabel, data dan metode yang digunakan dalam penelitian	12
Tabel 3. Karakteristik siswa menurut jenis kelamin dan kelas	14
Tabel 4. Sebaran uang saku remaja.....	15
Tabel 5. Sebaran siswa berdasarkan kegiatan sepulang sekolah	15
Tabel 6. Sebaran tingkat pendidikan orang tua.....	16
Tabel 7. Sebaran pekerjaan orang tua	17
Tabel 8. Keragaan fisik remaja dan Indeks Massa Tubuh	18
Tabel 9. Sebaran siswa berdasarkan status gizinya	18
Tabel 10. Sebaran siswa menurut kebiasaan makan dan sarapan	20
Tabel 11. Sebaran siswa menurut keseringan makan di restoran <i>fastfood</i>	21
Tabel 12. Alasan remaja mengonsumsi makanan cepat saji (<i>fastfood</i>)	22
Tabel 13. Restoran <i>fastfood</i> yang paling sering dikunjungi remaja.....	22
Tabel 14. Jenis makanan <i>fastfood</i> yang banyak dikonsumsi remaja.....	23
Tabel 15. Sebaran siswa menurut jawaban benar terhadap pengetahuan gizi ..	24
Tabel 16. Sebaran siswa menurut kategori pengetahuan gizi	24
Tabel 17 Analisis Regresi Logistik terhadap keputusan konsumsi <i>fastfood</i> remaja.....	25

DAFTAR GAMBAR

	Halaman.
Gambar 1. Keterkaitan antar faktor yang mempengaruhi pola konsumsi pangan remaja.....	7

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman.
Lampiran 1. Instrumen Penelitian.....	30
Lampiran 2. Personalia Peneliti	33

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Kebiasaan makan di masa remaja berdampak pada status gizi dan kesehatan pada fase kehidupan selanjutnya. Salah satu masalah serius yang menghantui dunia kini adalah makanan olahan secara berlebihan. Makanan olahan sebagaimana iklan-iklan yang ditayangkan di televisi, diklaim kaya vitamin dan mineral, namun fakta bahwa makanan olahan ini terlalu banyak mengandung gula dan lemak, disamping zat aditif (Arisman 2002). Selain itu, makanan olahan juga cenderung rendah serat. Konsumsi berlebihan terhadap makanan olahan ini secara berlebihan dapat berakibat remaja rentan kekurangan gizi lainnya. Kegemaran terhadap makanan olahan yang berlebihan menyebabkan remaja mengalami perubahan patologis yang terlalu dini (Arisman 2002).

Banyak hal yang mempengaruhi pola konsumsi remaja. Dari segi ketersediaan pangan (secara geografis dan dapat terjangkau secara ekonomi), pengaruh keluarga dan lingkungan rumah tangga, lingkungan sekolah dan juga sikap dan nilai yang berkembang di masyarakat (Owen 1999).

Semakin maraknya tempat makan yang menyajikan menu cepat saji saat ini menyebabkan terjadinya transisi pola konsumsi remaja. Makanan cepat saji cenderung tinggi lemak, protein dan garam yang akan membawa pengaruh pada peningkatan berat badan serta perubahan komposisi tubuh. Jika pola konsumsi makanan cepat saji ini terus berlanjut sampai usia dewasa, tentu saja akan berdampak kepada meningkatnya berbagai risiko penyakit degeneratif. Hasil penelitian Davis dan Carpenter (2009) menyampaikan bahwa remaja-remaja yang sering mengunjungi restoran cepat saji yang berada dekat dengan lokasi sekolah mereka, rata-rata memiliki berat badan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang di dekat sekolahnya tidak terdapat restoran cepat saji. Seringnya anak-anak sekolah mengonsumsi makanan *fastfood* membawa dampak pada rendahnya kualitas makanan di lingkungan sekolah yang memberikan pengaruh penting terhadap pola makan remaja dan risiko kelebihan berat badan (*overweight*).

1.2 Perumusan Masalah

Beberapa dekade terakhir, restoran penyedia makanan cepat saji berkembang sangat pesat. Perkembangan restoran cepat tersebut menyebabkan perubahan pola konsumsi masyarakat. Usia remaja merupakan kelompok masyarakat yang rentan mengalami masalah gizi, yang saat ini kecenderungannya telah bergeser, tidak lagi pada masalah gizi kurang, namun lebih besar adalah masalah gizi lebih.

Sebagaimana diketahui bahwa makanan cepat saji yang banyak dikonsumsi masyarakat saat ini adalah makanan yang hanya banyak mengandung energi, lemak, protein dan garam, tetapi kurang kandungan gizi mikro lainnya yang tak kalah pentingnya bagi tubuh. Konsumsi pangan dengan energi dan lemak tinggi secara berlanjut akan membawa remaja pada munculnya risiko obesitas dan kelebihan berat badan, dan pada akhirnya menjadi potensi munculnya penyakit degeneratif di usia selanjutnya dalam kehidupan mereka.

Maraknya restoran-restoran yang menyajikan makanan cepat saji saat ini dan mudahnya daya jangkauan membawa perubahan perilaku konsumsi remaja. Hal ini tentu saja perlu menjadi perhatian mengingat kelompok remaja merupakan kelompok masyarakat yang sangat rentan dan sangat mudah dipengaruhi, disamping juga rentan terhadap masalah gizi lebih (obesitas abdominal). Iklan dan promosi yang diperankan oleh tokoh idola mereka akan semakin besar mempengaruhi minat dan keinginan remaja tersebut untuk mencoba dan mengikuti idola mereka sebagai salah satu *trend*. Kurang lengkapnya zat gizi dalam makanan *fastfood* tersebut serta tingginya kandungan lemak serta garam yang dikonsumsi secara berlebih akan membawa pengaruh terhadap status gizi mereka.

Berbagai penelitian mengarah kepada fakta bahwa pada anak-anak remaja usia 12-18 tahun, persentase total energi yang berasal dari *fastfood* dan restoran lainnya mengalami peningkatan dari 6,5% pada tahun 1977-1978 menjadi 19,3% pada tahun 1994-1996. Pada hari-hari tertentu, hampir sepertiga anak-anak dan remaja mengonsumsi *fastfood*. Pada saat remaja mengonsumsi makanan *fastfood*, maka mereka mengonsumsi lebih banyak kalori, lemak, gula, minuman *soft drink* dan sedikit sayur dan buah. Di kalangan dewasa, kebiasaan makan di restoran *fastfood*

berkaitan dengan meningkatnya berat badan dan berkembangnya resistensi insulin yang kedua-duanya merupakan faktor risiko munculnya penyakit diabetes (Austin *et al.* 2005).

Sampai saat ini belum banyak studi tentang perilaku konsumsi kalangan remaja di Indonesia terkait dengan konsumsi makanan cepat saji, mengingat risiko yang ditimbulkan dari kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji tersebut terhadap status gizi dan kesehatan remaja. Untuk itu peneliti merasa perlu melakukan kajian dan penelitian terkait perilaku konsumsi remaja terhadap makanan *fastfood* untuk mengukur faktor-faktor apa saja yang berhubungan dan mempengaruhi keputusan remaja di Kota Serang untuk mengonsumsi makanan cepat saji.

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja

Masa remaja merupakan masa yang penting dan kritis yang akan menentukan proses pertumbuhan dan pematangan individu (Riyadi 2001). Istilah remaja *adolescence* diambil dari kata *adolescere* yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa" (Hurlock 1994). Banyak pendapat mengenai batasan usia remaja ini. Dari berbagai pendapat tersebut, secara teoritis dan empiris dapat disimpulkan bahwa rentang usia remaja berada dalam usia 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Jika dibedakan atas remaja awal dan akhir, maka remaja awal berada pada usia 12 atau 13 tahun sampai 17 atau 18 tahun dan remaja akhir pada rentang usia 17 atau 18 tahun hingga usia 21 atau 22 tahun (Panuju & Umami 1999).

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja ini, terjadi berbagai perubahan unik dan menyokong proses pematangan menjelang kedewasaan. Perubahan-perubahan hormonal juga terjadi dan sangat mempengaruhi pertumbuhan remaja. Selain pertumbuhan secara fisik juga terjadi perkembangan dan perubahan emosional dan sosial remaja. Untuk mendukung dan mengantisipasi terjadinya masalah yang mengganggu proses tumbuh kembang remaja ini, asupan makanan yang cukup dan berkualitas sangat penting diperhatikan. Karena kelompok remaja ini merupakan kelompok masyarakat yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, konsumsi pangan yang kurang berkualitas dan rendah gizi juga umum dijumpai pada remaja.

Pertumbuhan pada masa remaja termasuk ke dalam fase pertumbuhan lambat, karena pada masa ini tidak lagi terjadi proses pertumbuhan spesifik dan urgen seperti masa kanak-kanak (Owen 1999). Masa remaja merupakan suatu fase "jalan panjang" yang menjembatani masa kanak-kanak ke masa dewasa, berawal dari usia 9-10 tahun dan berakhir di usia 18 tahun, menjadi sebuah masa yang lengang dan rentan dalam artian fisik, psikis, sosial dan gizi. Pertumbuhan yang disertai dengan perubahan fisik, memicu berbagai kebingungan (Arisman 2002).

2.2 Status Gizi Remaja

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (*absorpsi*), dan pemanfaatan (*utilization*) zat gizi makanan. Penilaian terhadap status gizi seseorang atau sekelompok diperlukan untuk dapat mengelompokkan apakah orang atau sekelompok orang tersebut memiliki status gizi yang baik atau tidak (Riyadi 2001). Status gizi sangat ditentukan oleh konsumsi pangan dan status kesehatan individu. Konsumsi pangan dipengaruhi oleh akses terhadap pangan, sedangkan akses pangan sangat dipengaruhi oleh besarnya pendapatan.

Status gizi ditentukan dengan menggunakan skor Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT diukur dengan membagikan berat badan (kg) dengan kuadrat tinggi badan (m). Badan Kesehatan Dunia (WHO) telah mengeluarkan kategori status gizi yang cocok untuk masyarakat Asia, dimana pengelompokan status gizi diklasifikasikan sebagai berikut :

Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi Menurut IMT (WHO 2000)

Kategori	IMT (kg/m ²)	Risiko Penyakit
Kurus (<i>Underweight</i>)	<18.5	Rendah
Normal (ideal)	18.5-22.9	Rata-rata
<i>Overweight</i>	≥23	
<i>At risk</i>	23.0-24.9	Meningkat
<i>Obes I</i>	25.0-29.9	Sedang
<i>Obes II</i>	≥30	Berbahaya

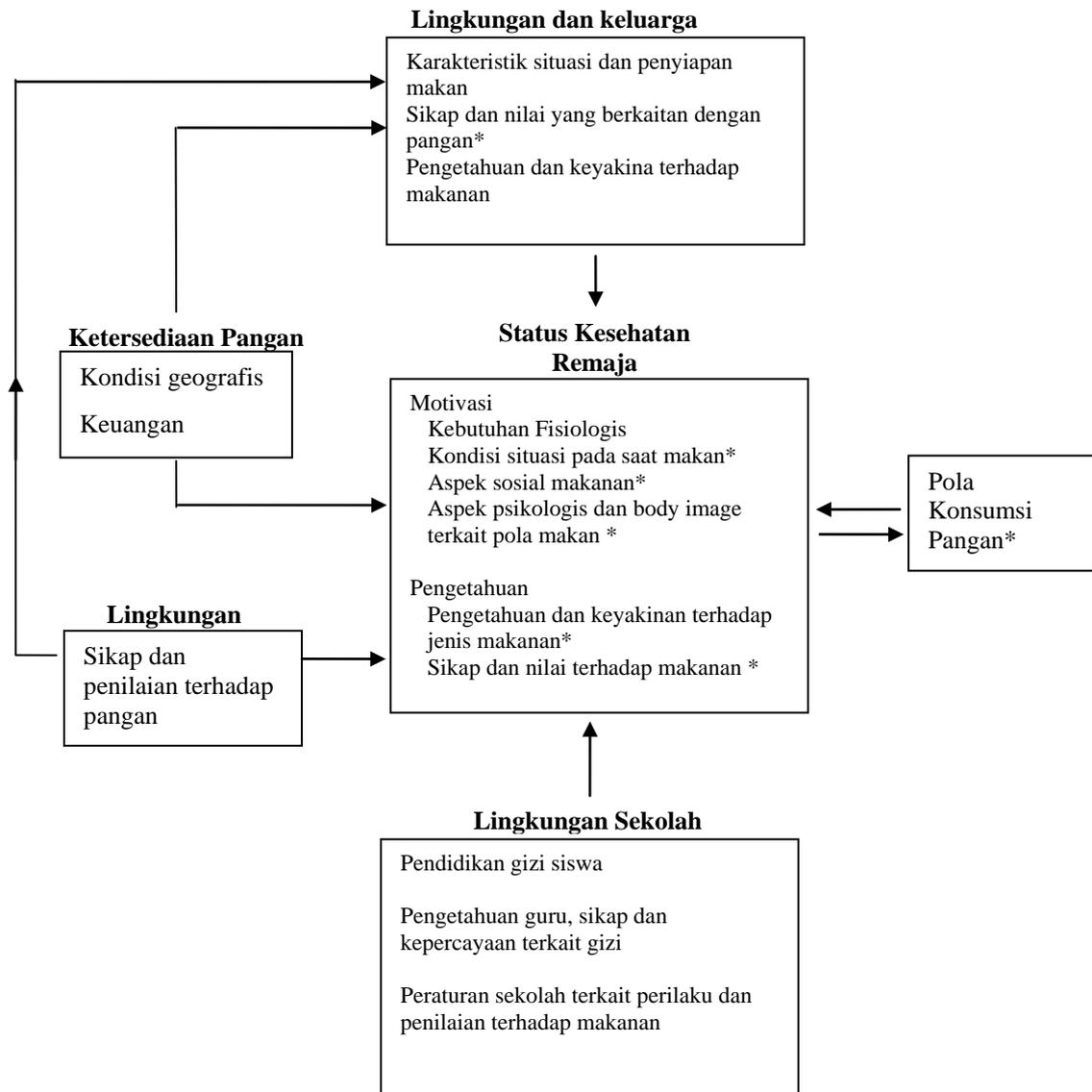
Usia remaja merupakan masa rentan munculnya masalah gizi. Di kota-kota, masalah gizi tidak hanya dihadapkan pada masalah gizi kurang, bahkan kecenderungannya lebih besar pada munculnya masalah gizi lebih. Beberapa hal yang dapat memicu munculnya masalah gizi pada usia remaja antara lain adalah : (1) kebiasaan makan yang buruk. Hal ini terkait dengan kebiasaan makan keluarga yang tidak baik; (2) pemahaman gizi yang keliru. Pemahaman yang keliru terhadap gizi terkait dengan *body image* yang muncul di kalangan remaja, terutama pada remaja putri. *Trend* tubuh langsing membawa remaja putri kepada pola makan yang tidak baik dan selalu membatasi makan. Pada remaja putra, kebiasaan merokok

juga mempengaruhi status gizi. Hasil penelitian Saarni *et al.* (2009), menyimpulkan bahwa usia merupakan salah faktor risiko munculnya obesitas abdominal, dan kelompok usia remaja baik putra maupun putri merupakan kelompok rentan risiko mengalami obesitas abdominal tersebut; (3) kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu. Hal ini menyebabkan remaja cenderung hanya mengonsumsi makanan tertentu saja dan kurang beragam, sehingga asupan gizi juga tidak lengkap. Saat ini kecenderungan terhadap makanan cepat saji menjadi *trend* di masyarakat karena menawarkan cita rasa gurih serta kepraktisan dan mengusung gaya hidup modern; (4) promosi yang berlebihan melalui media massa. Remaja merupakan kelompok masyarakat yang sangat mudah terpengaruh oleh hal-hal baru. Kondisi ini dimanfaatkan oleh industri makanan untuk memproduksi produk mereka dan memanfaatkan sosok remaja idola saat ini dan (5) masuknya produk-produk makanan baru yang berasal dari negara-negara lain secara bebas dan sangat cepat berkembang, sehingga membawa pengaruh pada kebiasaan remaja. Jenis-jenis makanan cepat saji (*fast food*) yang siap santap saat ini banyak diminati remaja antara lain burger, pizza, hot dog, *fried chicken* dan berbagai jenis keripik (*junk food*). Karena ketersebarannya sangat pesat dan mudah diakses, semakin banyak remaja mengonsumsinya seolah menjadi *trend* dikalangan remaja. Kekhawatiran terhadap makanan cepat saji ini terutama disebabkan karena kadar lemak jenuh dan kolesterol yang tinggi pada makanan tersebut serta kandungan garamnya yang dapat memicu berbagai penyakit kardiovaskuler di usia dini. Karena itu disarankan para remaja agar menjadi konsumen yang cerdas dan peduli pada makanan yang mereka konsumsi serta membiasakan membaca label gizi pada makanan kemasan.

2.3 Pola Konsumsi Pangan

Banyak hal yang dapat mempengaruhi pola konsumsi pangan individu. Faktor pengetahuan gizi, kepercayaan dan keyakinan terhadap jenis makanan tertentu, motivasi (saat ini berkembang banyak konsep-konsep yang dapat merubah pandangan dan motivasi seseorang untuk memilih jenis pangan tertentu, seperti

menjalani pola diet tertentu dan *body image*). Gambar 1 menjabarkan tentang keterkaitan antar faktor yang mempengaruhi pola konsumsi remaja.



Gambar 1. Keterkaitan antar faktor yang mempengaruhi pola konsumsi pangan remaja

*merupakan faktor-faktor yang telah diteliti dalam survei yang dilakukan di Edmonton. Sumber : diadaptasi dari Lund LA, Burk MC : Analisis multidisiplin terhadap perilaku konsumsi anak. University of Minnesotas' Agriculture Experimental Station Technical Bulletin 265,1965.University of Minnesota's Press (Owen, 1999).

Konsumsi pangan merupakan faktor yang sangat penting dalam memenuhi kebutuhan gizi individu. Pola konsumsi makan remaja tidak dapat dipisahkan dari faktor ketersediaan makanan baik secara geografis maupun secara finansial (Owen

2009). Dari sisi lingkungan, pengaruh dapat datang dan dibangun oleh pihak industri pangan. Kemudahan konsumen untuk mengakses makanan dari restoran cepat saji menjadi prioritas mereka untuk memperluas peredaran produknya. Dalam menentukan lokasi, pihak restoran cepat saji akan mempertimbangkan bahwa lokasi yang akan mereka pilih merupakan lokasi yang dekat dengan pusat aktifitas konsumen. Dekatnya restoran *fastfood* dari lingkungan sekolah ini, menyebabkan anak-anak terpapar pada kondisi rendahnya kualitas makanan selama mereka di lingkungan sekolah.

Hal lain yang perlu mendapat perhatian terkait pola konsumsi remaja adalah meningkatnya aktifitas fisik. Peningkatan aktifitas fisik di usia remaja tentu saja akan berpengaruh terhadap kebutuhan terhadap zat gizi, akibatnya kebutuhan gizi remaja juga meningkat. Pada anak laki-laki, nafsu makan sangat bertambah hingga tidak akan kesulitan dalam memilih makanan untuk memenuhi kebutuhannya. Sedangkan anak perempuan, cenderung lebih mementingkan penampilannya, hingga akan lebih membatasi diri dalam memilih makanan, dan sangat perhatian terhadap *body image*. Mereka harus diyakinkan bahwa masukan zat gizi yang kurang akan berakibat pada kesehatannya (Pudjiadi 1997).

2.4 Pengetahuan Gizi

Kecukupan akan zat gizi individu ditentukan juga oleh pengetahuan gizi individu. Agar kesehatan tubuh dapat diraih secara optimal, diperlukan pengetahuan tentang kualitas dari makanan yang akan dikonsumsi, selain pengetahuan tentang jumlah konsumsinya. Pengetahuan gizi memegang peran penting dalam membentuk kebiasaan makan seseorang, karena dengan latar belakang pengetahuan yang dimilikinya seseorang akan lebih cerdas memilih jenis serta jumlah makanan yang akan dikonsumsi (Harper *et al.* 1985).

Pengetahuan gizi menjadi salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi keputusan remaja untuk memilih dan menerapkan sikap dan perilaku gizi. Dengan dasar pengetahuan yang lebih baik, diharapkan perilaku konsumsi yang baik akan muncul dari diri remaja. Perilaku yang didasari atas pengetahuan akan bertahan lebih lama. Tingkat pengetahuan gizi remaja diperoleh

berdasarkan jawaban benar terhadap beberapa pertanyaan terkait gizi dan makanan. Skor benar yang diperoleh dari jawaban pertanyaan, kemudian digolongkan kepada tingkat pengetahuan gizi (Khomsan 2000), dengan kategori pengetahuan gizi baik (skor >80%), sedang (skor 60-80%) dan kurang (skor < 60%).

Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam menentukan dan memilih makanan yang akan dikonsumsi. Hal ini akan berdampak terhadap terhadap keadaan gizi individu. Semakin baik pengetahuan gizi individu, diharapkan akan semakin baik pula keadaan gizinya.

BAB 3. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

3.1 Tujuan

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan data-data ilmiah mengenai faktor-faktor dominan yang berhubungan dengan keputusan remaja untuk mengonsumsi makanan *fastfood* di Kota Serang. Secara khusus, tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah :

1. mengukur perilaku konsumsi remaja
2. mengukur status gizi remaja
3. menganalisis kebiasaan makan *fastfood* (jenis dan tempat)
4. menganalisis pengetahuan gizi remaja termasuk tentang makanan *fastfood*
5. menganalisis berbagai alasan yang mempengaruhi keputusan remaja dalam memilih dan mengonsumsi makanan *fastfood*

3.2 Manfaat

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi pemerintah, pihak swasta maupun bagi para akademisi. Bentuk keluaran dari hasil penelitian ini antara lain diharapkan :

1. tersedianya informasi tentang jenis makanan *fastfood* yang banyak dikonsumsi remaja di Kota Serang
2. tersedianya informasi tentang alasan remaja mengonsumsi makanan *fastfood*.
3. tersedianya informasi tentang pengetahuan gizi remaja mengenai kandungan gizi makanan *fastfood*
4. tersedianya informasi tentang status gizi remaja.

BAB 4. METODE PENELITIAN

4.1 Desain, lokasi dan pemilihan contoh

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Mempertimbangkan bahwa perbedaan uang saku memberikan kontribusi dalam hal kemampuan mengonsumsi makanan *fastfood* serta ketersebaran restoran *fastfood*, maka penelitian ini dilakukan pada siswa Sekolah Menengah Atas yang memiliki yang memiliki uang jajan ≥ 10.000 perhari, dengan lokasi sekolah berada di Kota Serang, karena keberadaan restoran penyedia makanan cepat saji sudah mulai berkembang dengan cepat di Kota Serang.

Kebiasaan makan *fastfood* merupakan salah satu faktor risiko munculnya masalah obesitas. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007, prevalensi nasional obesitas umumnya pada penduduk dengan usia di atas 15 tahun adalah 10.3%. Berdasarkan data tersebut, jumlah responden minimum di setiap lokasi ditentuka dega menggunakan rumus sebagai berikut :

$$n \geq z_{\alpha}^2 \times p(1 - p)/d^2 \text{ (Lemeshow et al, 1997)}$$

n = jumlah contoh/responden minimum

$$z_{\alpha}^2 = 1,96$$

p = 10.3% (Riskesdas 2007)

d = perkiraan ketepatan penelitian (0,1)

Berdasarkan rumus di atas, jumlah responden minimum di masing-masing lokasi penelitian adalah sebanyak 36 orang. Jumlah tersebut dibulatkan menjadi 40 untuk meningkatkan ketepatan penelitian dan menghindari *missing data*. Karena penelitian dilakukan pada tiga lokasi berbeda, maka jumlah keseluruhan responden sebanyak 120 orang. Dalam kegiatan penelitian ini, siswa yang dipilih sebagai responden adalaah siswa dari kelas X dan XI, dengan perbandingan antara jumlah siswa laki-laki dan perempuan dipilih secara acak sederhana.

Dari keseluruhan kuesioner yang dikumpulkan terdapat sebanya 119 siswa yang mengisi lengkap informasi dalam kuesioner penelitian, 112 yang diambil sebagai responden, karena memiliki uang saku harian \geq Rp. 10.000.

4.2 Tempat dan waktu

Penelitian ini dilakukan di Kota Serang, pada tiga SMAN di Kota Serang, yaitu SMAN 1 Kota Serang, SMAN 3 Kota Serang dan SMAN 5 Kota Serang. Pengumpulan data dimulai bulan April hingga September 2013.

4.3 Jenis dan cara pengumpulan data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Tabel 2 menjelaskan jenis dan cara pengumpulan data penelitian.

Tabel 2. Variabel, data dan metode yang digunakan dalam penelitian

Variabel	Data	Metode
Sosial-ekonomi-demografi	Karakteristik individu dan keluarga (umur, jenis kelamin, jumlah anggota keluarga, besar uang saku dan uang jajan, pekerjaan dan tingkat pendidikan orang tua)	Wawancara kuesioner
Pola Konsumsi Pangan	Kebiasaan makan sehari-hari, frekuensi makan dan sarapan	Wawancara kuesioner
Konsumsi makanan <i>fastfood</i>	Kesukaan terhadap jenis makanan <i>fastfood</i> tertentu	Wawancara kuesioner
Kebiasaan makanan <i>fastfood</i>	Alasan, dan tempat paling sering dikujugi untuk mengkonsumsi makanan <i>fastfood</i>	Wawancara kuesioner
Status Gizi	Hasil pengukuran terhadap berat badan dan tinggi badan, serta penghitungan terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT)	Hasil Pengukuran
Pengetahuan gizi	Pengetahuan tentang zat gizi yang dibutuhkan tubuh, sumber energi, vitamin, protein dan serat. Kandungan zat gizi dalam makanan <i>fastfood</i>	Wawancara kuesioner

4.4 Pengolahan dan analisis data

Pengolahan data dilakukan secara bertahap mulai dari data yang telah dikumpulkan berupa kuesioner, sampai data yang siap untuk dianalisis. Data yang telah dikumpulkan kemudian diedit dan dilakukan kontrol serta verifikasi kembali bahwa setiap pertanyaan-pertanyaan maupun hasil pengukuran telah terisi sepenuhnya dan tidak ada kolom pertanyaan yang kosong.

Input dan cleaning data

Data yang telah terkumpul di lapangan secara bertahap dimasukkan ke dalam table *dummy* yang telah disediakan sesuai dengan kebutuhan analisis. Sebelum dimasukkan ke dalam tabel, terlebih dahulu dilakukan pengecekan kelengkapan data serta mengecek ulang data yang kurang jelas sehingga seluruh data benar benar telah bersih dan siap dianalisis. Data yang telah dikumpulkan akan diberi kode untuk memudahkan proses analisis.

Pengolahan dan analisis data

Data yang telah selesai diinput selanjutnya akan diolah secara statistik. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menjawab pertanyaan penelitian. Untuk uji prediksi faktor dominan yang mempengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi fastfood dilakukan uji regresi. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program SPSS for windows v 15.

BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Karakteristik remaja dan keluarga

Karakteristik remaja

Sebaran siswa remaja dalam penelitian ini sebagian besar (52,6%) adalah kelompok remaja putra, sedangkan jumlah remaja putri sebesar 47,4%. Rerata usia remaja baik putra maupun putri berada pada kisaran usia 17,16 tahun, siswa laki-laki dan perempuan tidak berbeda jauh dalam hal usia. Mengacu pada kelompok usia remaja oleh Monks *et al.* 1982, kelompok remaja dalam penelitian ini termasuk dalam kelompok usia remaja pertengahan (kisaran usia 15-18 tahun).

Tabel 3. Karakteristik siswa menurut jenis kelamin dan kelas

<i>Peubah</i>	<i>n</i>	<i>%</i>
Jenis kelamin		
- Laki – laki	60	52.6
- Perempuan	54	47.4
Umur rata-rata		mean ± SD
- Laki-laki		17,20 ± 0,62
- Perempuan		17,11 ± 0,50
- Total		17,16 ± 0,573

Semua siswa setiap hari diberi uang saku oleh orang tuanya. Uang saku merupakan uang yang diberikan orang tua sehari-hari yang dipergunakan baik untuk kebutuhan transportasi dan juga untuk uang jajan siswa. Besarnya uang saku siswa dipengaruhi juga oleh besarnya pendapatan orang tua. Semakin besar uang saku yang diterima remaja, maka akan semakin leluasa remaja memanfaatkan uang mereka baik untuk keperluan membeli makanan dan minuman yang beraneka ragam ataupun untuk kebutuhan lainnya.

Besar uang saku maksimal yang diterima siswa remaja sebesar Rp. 50.000, dan minimal sebesar Rp. 10.000. Dari uang saku yang mereka terima, ada yang menghabiskan semuanya untuk belanja makanan dan minuman, namun ada juga yang hanya menghabiskan uang sebesar Rp. 2.000 untuk belanja makanan dan minuman. Sebaran besar uang saku harian remaja disajikan dalam Tabel 4.

Tabel 4. Sebaran remaja berdasarkan besar uang saku

Peubah	Laki-laki	Perempuan	Total
	mean \pm SD	mean \pm SD	mean \pm SD
Uang saku harian (Rp.)	18.183.3 \pm 7.911.57	21.777.8 \pm 8.599.90	19.885.9 \pm 8.403.28
Uang jajan makanan dan minuman (Rp)	12.800.0 \pm 8.008.05	14.324.1 \pm 6.256.44	13.521.9 \pm 7.240.62

Uang saku harian yang diterima remaja putri rata-rata lebih besar dibandingkan remaja putra. Dari uang saku yang mereka terima, pemanfaatan uang saku untuk membeli uang jajan makanan dan minuman juga lebih besar pada remaja putri dibandingkan remaja putra.

Sepulang sekolah, remaja umumnya melakukan berbagai aktifitas fisik, baik yang dilakukan di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Kegiatan yang paling banyak dilakukan remaja sepulang sekolah umumnya adalah mengikuti kegiatan tambahan berupa les. Kegiatan lain yang juga umum dilakukan remaja sepulang sekolah adalah tidur siang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Amelia di Kab. Kerinci Provinsi Jambi, bahwa jenis kegiatan yang sering dilakukan remaja selain belajar dan tidur adalah menonton TV yaitu selama 2.3 ± 0.75 jam. Remaja putri banyak menghabiskan waktu melakukan pekerjaan rumah seperti menyetrika, memasak, mencuci piring membersihkan rumah. Sedangkan remaja putra lebih banyak menghabiskan waktunya untuk kegiatan olah raga dan jalan santai (Amelia 2008). Sebaran kegiatan siswa sepulang sekolah disajikan dalam Tabel 5.

Tabel 5. Sebaran remaja berdasarkan kegiatan sepulang sekolah

Kegiatan siswa sepulang sekolah	Laki-laki n (%)	Perempuan n (%)	Total n (%)
- Tidur siang	16 (26.7)	11 (20.4)	27 (23.7)
- Bermain	13 (21.7)	5 (9.3)	18 (15.8)
- Les	23 (38.3)	24 (44.4)	47 (41.2)
- Lainnya	8 (13.3)	14 (25.9)	22 (19.2).

Kegiatan lain yang biasa dilakukan remaja di Kota Serang setelah pulang sekolah adalah berolah raga, termasuk jogging, dan ada juga yang biasa menjaga adiknya sepulang sekolah.

Karakteristik keluarga

Pendidikan orang tua

Pendidikan merupakan salah satu modal penting dalam pengembangan sumberdaya keluarga. Semakin tinggi pendidikan orang tua, kemampuan mengakses informasi akan lebih baik, yang diharapkan akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang lebih baik. Sebaran tingkat pendidikan orang tua remaja sangat beragam, mulai dari pendidikan rendah (SD) sampai pendidikan tinggi (Strata S2). Sebaran tingkat pendidikan orang tua remaja disajikan dalam Tabel 6.

Tabel 6. Sebaran tingkat pendidikan orang tua

Tingkat Pendidikan	Ayah n (%)	Ibu n (%)
- SD	4 (3.5%)	6 (5.3)
- SMP	2 (1.8)	6 (5.3)
- SLTA	35 (30.7)	48 (42.1)
- D1- D3	13 (11.4)	14 (12.3)
- S1	37 (32.5)	22 (19.3)
- S2	16 (14.0)	10 (8.8)
- Lainnya	7 (6.1)	8 (7.0)

Rerata tingkat pendidikan ayah lebih tinggi dibandingkan ibu. Persentase ayah yang mencapai pendidikan sampai pada strata II (S2) lebih besar dibandingkan ibu. Persentase tingkat pendidikan rendah (SD dan SMP) lebih besar pada ibu dibandingkan ayah. Tingginya tingkat pengetahuan orang tua adak membawa pengaruh terhadap kemampuan dan kemauan orang tua dalam memilih menu makanan yang lebih baik untuk anggota keluarganya.

Pekerjaan orang tua

Berdasarkan jenis pekerjaan yang ditekuni orang tua siswa, diketahui bahwa jenis pekerjaan yang paling banyak ditekuni ayah adalah berwiraswasta (26.3%),

selain sebagai PNS (18.4%) dan pegawai BUMN (14.9%). Pekerjaan ibu lebih banyak berperan sebagai ibu rumah tangga (57.9%), selain juga sebagai PNS (14.9%). Sebaran pekerjaan orang tua baik ayah maupun ibu disajikan dalam Tabel 7.

Tabel 7. Sebaran pekerjaan orang tua

<i>Peubah</i>	<i>n (%)</i>
Pekerjaan ayah	
- PNS	21 (18.4)
- Karyawan swasta	20 (17.5)
- Wiraswasta	30 (26.3)
- Polisi / TNI	13 (11.4)
- Pegawai BUMN	17 (14.9)
- Guru / Dosen	2 (1.8)
- Lainnya	11 (9.6)
Pekerjaan ibu	
- PNS	17 (14.9)
- Karyawan swasta	5 (4.4)
- Wiraswasta	10 (8.8)
- Polisi / TNI	1 (0.9)
- Guru / Dosen	8 (7.0)
- Ibu rumah tangga	66 (57.9)
- Lainnya	7 (6.1)

Selain profesi yang disebut di dalam Tabel 7, ada juga orang tua siswa yang sudah tidak lagi bekerja (pensiunan) dan ada yang bekerja sebagai anggota DPRD.

5.2 Status Gizi Remaja

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (*absorpsi*), dan pemanfaatan (*utilization*) zat gizi makanan. Dengan menilai status gizi seseorang, kita dapat mengetahui apakah seseorang memiliki status gizi yang baik atau tidak.

Status gizi dihitung berdasarkan Indeks Massat Tubuh (IMT), sehingga diperlukan hasil pengukuran berat dan tingi badan siswa. Dari hasil pengamatan terhadap ukuran antropometri siswa, diketahui bahwa rentang berat badan remaja putra sangat besar, dimana berat badan (BB) minimal remaja putra sebesar 43 kg,

dan maksimal 123 kg. Ukuran tinggi badan (TB) remaja putra minimal 159 cm dan paling tinggi 192 cm. Sebaran hasil pengukuran antropometri remaja disajikan dalam Tabel 8.

Tabel 8. Keragaan fisik remaja dan Indeks Massa Tubuh

Antropometri	Laki-Laki			Perempuan			Total		
	BB	TB	IMT	BB	TB	IMT	BB	TB	IMT
Min	43	159	14.68	39	143	16.14	39	143	14.68
Max	123	192	37.96	95	170	35.34	123	192	37.96
Mean	68.50	172.98	22.76	54.91	159.72	21.49	62.06	166.70	22.16
SD	16.35	6.57	4.47	11.25	6.16	4.15	15.66	9.20	4.30

Pada remaja putri, berat badan minimal siswa 39 kg, dan berat badan maksimal 95 kg. Untuk tinggi badannya, minimal 143 cm dan maksimal 170 cm. Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan angka yang dapat dijadikan indikator kondisi status gizi individu. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa status gizi remaja menurut IMT juga beragam. Baik remaja putra maupun putri, ada yang mengalami masalah gizi kurang/kurus (ditandai dengan $IMT < 18.5$), dan juga ada yang mengalami gizi lebih/*overweight* (ditandai dengan $IMT \geq 23$). Pengelompokan remaja kepada kategori status gizinya disajikan dalam Tabel 9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja (46.5%) tergolong dalam status gizi normal (ideal). Porsi remaja putri dengan status gizi normal lebih besar dibandingkan pada remaja putra.

Tabel 9. Sebaran remaja berdasarkan status gizinya

Status Gizi	Laki-laki	Perempuan	Total
	<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)	<i>n</i> (%)
Kurus (<i>Underweight</i>)	10 (16.7)	12 (22.2)	22 (19.3)
Normal (ideal)	23 (38.3)	30 (55.6)	53 (46.5)
<i>Overweight</i>			
<i>At risk</i>	11 (18.3)	4 (7.4)	15 (13.2)
<i>Obes I</i>	12 (20.0)	6 (11.1)	18 (15.8)
<i>Obes II</i>	4 (6.7)	2 (3.7)	6 (5.3)

Jika diamati kelompok remaja dengan status gizi lebih (*overweight*), diketahui bahwa risiko *overweight* rata-rata lebih besar pada kelompok remaja putra (Tabel 9). Sebaliknya, pada kelompok status gizi kurang (*undeweight*), lebih banyak dijumpai pada remaja putri. Pertumbuhan yang cepat, aktifitas fisik yang meningkat dan besarnya pengaruh teman sebaya mengakibatkan kelompok remaja rawan mengalami masalah gizi. Kelompok remaja putra, nafsu makannya meningkat, aktifitas fisik di luar rumah juga tinggi. Meningkatnya nafsu makan pada kelompok remaja putra mengakibatkan mereka tidak sulit mencari jenis makanan tertentu yang akan mereka konsumsi. Disisi lain, remaja putri sangat berhati-hati memilih jenis makanan yang akan mereka konsumsi, karena pada usia remaja pertengahan ini, remaja putri sudah lebih mementingkan penampilannya, dan lebih membatasi asupan makanannya. Remaja putri merupakan kelompok masyarakat yang perlu diyakinkan bahwa asupan gizi yang kurang akan memberi pengaruh buruk terhadap kesehatan (Pudjiadi 1997).

5.3 Perilaku Konsumsi Pangan

Kelompok remaja termasuk kelompok masyarakat yang memiliki kebiasaan yang unik dibandingkan dengan kelompok usia lain. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kebiasaan makan anak remaja, antara lain teman sebaya, keadaan emosional, pelaksanaan diet, penurunan berat badan, lingkungan termasuk *snack* dan *fast food*, dan juga pengetahuan gizi remaja. Perilaku konsumsi remaja dipengaruhi juga oleh pengetahuan gizinya. Namun, seseorang dengan pengetahuan gizi yang baik, belum tentu memiliki perilaku konsumsi gizi yang baik pula.

Perilaku konsumsi adalah kegiatan, tindakan, serta proses psikologis yang mendorong tindakan tersebut pada saat membeli, ketika membeli, menggunakan, menghabiskan produk dan jasa setelah melakukan hal-hal di atas atau kegiatan mengevaluasi Sumarwan (2003). Sehingga, perilaku konsumsi merupakan proses bagaimana seorang individu akhirnya memutuskan untuk mengonsumsi sesuatu dengan mengalokasikan sumberdaya yang tersedia (waktu, uang usaha dan energi).

Perilaku konsumsi remaja dijabarkan dalam Tabel 10. Data tentang kebiasaan sarapan, frekuensi makan harian dan sarapan pagi sebelum berangkat

sekolah juga dikumpulkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase remaja yang makan 3 kali sehari paling besar (64%) dibandingkan dengan remaja yang makan kurang dari 3 kali sehari.

Tabel 10. Sebaran siswa menurut kebiasaan makan dan sarapan

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>
Frekuensi makan (kali/hari)			
- 1 kali	1 (1.7)	1 (1.9)	2 (1.8)
- 2 kali	11 (18.7)	20 (37)	31 (27.2)
- 3 kali	41 (68.3)	32 (59.3)	73 (64.0)
- > 3 kali	7 (11.67)	1 (1.9)	8 (7.1)
Sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat sekolah			
- Ya	31 (51.7)	33 (61.1)	64 (56.1)
- Tidak	29 (49.8)	21 (38.9)	50 (43.9)
Suka membawa bekal sarapan			
- Ya	18 (30.0)	30 (55.6)	48 (42.1)
- Tidak	42 (70.0)	24 (44.4)	66 (57.9)
Frekuensi sarapan pagi (kali/minggu)			
- 1 kali	2 (3.3)	4 (7.4)	6 (5.3)
- 2 kali	9 (15.0)	5 (9.3)	14 (12.3)
- 3 kali	4 (6.7)	9 (16.7)	13 (11.4)
- 4 kali	4 (6.7)	6 (11.1)	10 (8.8)
- 5 kali	21 (35.0)	9 (16.7)	30 (26.3)
- 6 kali	5 (8.3)	2 (3.7)	7 (6.1)
- 7 kali	15 (25.0)	19 (35.2)	34 (28.8)

Sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah sangat penting. Hal ini akan membantu siswa mempertahankan stamina dan membantu mereka dalam proses belajar mengajar. Banyak penelitian telah menyampaikan pentingnya sarapan bagi siswa sebelum berangkat sekolah. Hal ini akan mempengaruhi prestasi belajar dan konsentrasi. Remaja yang tidak sarapan di rumah ternyata membawa bekal untuk di makan di sekolah.

5.4 Konsumsi makanan *fastfood*

Pada remaja usia 12 – 18 tahun di Amerika, persentase total intik energi yang dikonsumsi dari makanan *fastfood* dan berbagai restoran lainnya meningkat

dari 6.5% pada era 1977-1978 menjadi 19.3% di era 1994-1996. Pada hari-hari tertentu, hampir sepertiga anak-anak dan remaja mengonsumsi *fastfood*. Dikala remaja mengonsumsi makanan *fastfood*, dibandingkan dengan saat tidak mengonsumsi *fastfood*, maka total kalori, lemak dan gula akan mengalami peningkatan, sedangkan sayur dan buah cenderung lebih sedikit. Hal ini akan mempengaruhi Indeks Massa Tubuh (IMT) dan secara berkelanjutan akan menyebabkan peningkatan berat badan dan mendekati risiko berkembangnya resistensi insulin yang menjadi risiko berkembangnya diabetes (Austin *et al.* 2005).

Di tanah air kita juga, belakangan ini pola konsumsi masyarakat mengalami pergeseran. Tren konsumsi makanan cepat saji (*fastfood*) sudah menjadi bagian gaya hidup. Pada kelompok remaja, banyak hal yang mempengaruhi keputusan remaja sehingga mereka mengonsumsi makanan *fastfood* tersebut. Sebaran remaja menurut frekuensi (keseringan) makan di restoran *fastfood* dan kesukaan mengonsumsi minuman *softdrink*, susu dan jus buah disajikan dalam Tabel 11.

Tabel 11. Sebaran siswa menurut keseringan makan di restoran *fastfood*

<i>Peubah</i>	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>
Sering makan di restoran <i>fastfood</i>			
- Ya	39 (65.0)	47 (87.0)	86 (75.4)
- Tidak	21 (35.0)	7 (13.0)	28 (24.6)
Suka mengonsumsi <i>softdrink</i>			
- Ya	48 (80.0)	48 (88.9)	96 (84.2)
- Tidak	12 (20.0)	6 (11.1)	18 (15.8)
Suka minum susu			
- Ya	52 (86.7)	43 (79.6)	95(83.3)
- Tidak	8 (13.3)	11 (20.4)	19 (16.7)
Suka konsumsi jus buah			
- Ya	51 (85.0)	50 (92.6)	101 (88.6)
- Tidak	9 (15.0)	4 (7.4)	13 (11.4)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ternyata persentase remaja yang sering mengonsumsi makanan *fastfood* lebih besar (75.4%) dibandingkan yang jarang. Hal ini sejalan dengan penelitian Kristianti dkk 2009, yang juga menunjukkan bahwa

persentase remaja yang sering mengonsumsi makanan *fastfood* lebih besar (54.7%) dibandingkan dengan remaja yang jarang mengonsumsi makanan *fastfood* (45.3%).

Kebiasaan minum minuman *softdrink* juga diakui remaja lebih tinggi (84.2%) dibandingkan dengan remaja yang jarang mengonsumsi minuman *softdrink*.

Tabel 12. Alasan remaja mengonsumsi makanan cepat saji (*fastfood*)

Alasan mengonsumsi <i>fastfood</i>	Laki-laki	Perempuan	Total
	n (%)	n (%)	n (%)
Rasanya enak	40 (66.7)	29 (53.7)	69 (60.5)
Hanya ingin mencoba	8 (13.3)	17 (31.5)	25 (21.9)
Harga terjangkau	2 (3.3)	2 (3.7)	4 (3.5)
Lokasinya dekat dengan sekolah	4 (6.7)	1 (1.9)	5 (4.4)
Bergizi	2 (3.3)	0 (0.0)	2 (1.8)
Produk menarik	2 (3.3)	2 (3.7)	4 (3.5)
Lainnya	2 (3.3)	3 (5.6)	5 (4.4)

Mengamati hasil penelitian di Tabel 12, diketahui bahwa alasan utama remaja mengonsumsi makanan *fastfood* adalah alasan cita rasa yang enak. Alasan lain yang juga menjadi pertimbangan remaja dalam mengonsumsi makanan *fastfood* adalah karena hanya ingin mencoba saja.

Penelitian yang dilakukan Kristianti dkk. 2009 menyampaikan bahwa alasan remaja mengonsumsi makanan *fastfood* paling besar adalah karena makanan *fastfood* dianggap bisa memenuhi selera (46.7%). Menurut beliau, hal ini diasumsikan bahwa makanan *fastfood* menawarkan berbagai macam menu makanan yang bervariasi dengan rasa yang sangat enak dan lezat sehingga sangat disukai dan pas dengan selera siapa saja yang mengonsumsinya (Sari 2008).

Daya keterjangkauan dari restoran *fastfood* juga mempengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi makanan *fastfood*. Restoran *fastfood* yang banyak dikunjungi remaja dan jenis makanan yang banyak dikonsumsi disajikan dalam Tabel 13 dan 14.

Tabel 13. Restoran *fastfood* yang paling sering dikunjungi remaja

Restoran <i>fastfood</i>	Laki-laki	Perempuan	Total
	n (%)	n (%)	n (%)

KFC	28 (46.7)	12 (22.2)	40 (35.1)
Mc. Donalds	22 (36.7)	25 (46.3)	47 (41.2)
A&W	3 (5.0)	3 (5.6)	6 (5.3)
Pizza Hut	2 (3.3)	4 (7.4)	6 (5.3)
Lainnya	5 (8.3)	10 (18.5)	15 (13.2)

Restoran yang paling sering dikunjungi remaja di Kota Serang adalah restoran *fastfood* Mc. Donalds. Penelitian Kristianti dkk 2009, menunjukkan bahwa restoran *fastfood* modern Mc Donalds (20.0%) dan Pizza Hut (24.0%) menjadi tempat makan *fastfood* yang paling sering dikunjungi remaja.

Jenis makanan cepat saji yang dikonsumsi remaja juga beragam. Jika diamati dari angka dalam Tabel 14, diketahui bahwa makanan *fastfood* dalam bentuk ayam goreng masih menjadi idola bagi remaja di Kota Serang. Untuk makanan *fastfood* lainnya yang dikonsumsi remaja, tingkat konsumsinya masih rendah yang dibuktikan dengan persentase konsumsi yang kecil, baik pada remaja putri maupun remaja putra.

Tabel 14. Jenis makanan *fastfood* yang banyak dikonsumsi remaja

Jenis makanan <i>fastfood</i>	Laki-laki	Perempuan	Total
	n (%)	n (%)	n (%)
Ayam goreng	39 (65.0)	27 (50.0)	66 (57.9)
Burger / Donat / Roti	14 (23.3)	11 (20.4)	25 (21.9)
Kentang Goreng	3 (5.0)	6 (11.1)	9 (7.9)
Pizza	2 (3.3)	2 (3.7)	4 (3.5)
Spageti dan sejenisnya	1 (1.7)	7 (13.0)	8 (7.0)
Lainnya	1 (1.7)	1 (1.9)	2 (1.8)

5.5 Pengetahuan Gizi

Pengetahuan tentang gizi dapat mempengaruhi keputusan seseorang untuk mengonsumsi makanan tertentu. Selain pengetahuan, kepercayaan dan sikap terhadap jenis makanan tertentu juga dapat merupakan komponen dari pola konsumsi pangan (Owen *et al*, 1999). Pengetahuan gizi menjadi andalan yang menentukan konsumsi pangan. Individu dengan pengetahuan gizi yang baik akan menerapkan pengetahuannya dalam memilih makanan yang akan mereka konsumsi.

Pengetahuan gizi remaja diukur dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait gizi dan juga pertanyaan tentang makanan *fastfood*. Berdasarkan sebaran jawaban yang diberikan remaja terhadap pertanyaan-pertanyaan terkait gizi, dapat dilihat bahwa remaja putri memiliki tingkat pengetahuan gizi yang lebih baik dibandingkan remaja putra. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya persentase jawaban benar dari remaja putri dibandingkan dengan remaja putra. Sebaran jawaban pertanyaan remaja terhadap pertanyaan-pertanyaan terkait gizi disajikan dalam Tabel 15.

Tabel 15. Sebaran siswa menurut jawaban benar terhadap pengetahuan gizi

Skor jawaban benar	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>
- Zat gizi yang dibutuhkan tubuh	50 (83.3)	53 (98.1)	103 (90.4)
- Zat gizi sumber tenaga	48 (80.0)	52 (96.3)	100 (87.7)
- Zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh	48 (80.0)	46 (85.2)	94 (82.5)
- Dalam makanan <i>fastfood</i> , kandungan gizi yang dapat kita peroleh dalam jumlah besar, kecuali	42 (70.0)	45 (83.3)	87 (76.3)
- Fungsi serat dalam tubuh	52 (86.7)	48 (88.9)	100 (87.7)
- Banyak air yang harus dikonsumsi dalam sehari	48 (80.0)	42 (77.8)	90 (78.9)
- Kelebihan energi yang dikonsumsi akan disimpan dalam bentuk	37 (61.7)	43 (79.6)	80 (70.2)
- Kegemukan (obesitas) bisa terjadi jika konsumsi kita kebanyakan mengandung	51 (85.0)	53 (98.1)	104 (91.2)
- Kandungan zat gizi yang terkandung dalam buah-buahan dan sayuran	42 (70.0)	43 (79.6)	85 (74.6)
- Zat gizi utama yang terkandung di dalam segelas susu adalah	46 (76.7)	51 (94.4)	97 (85.1)

Dari sebaran jawaban yang diberikan remaja terhadap pertanyaan terkait gizi, skor rata-rata kemudian dikelompokkan kedalam kategori pengetahuan gizi remaja. Hasil pengelompokan pengetahuan gizi remaja disajikan dalam Tabel 16.

Tabel 16. Sebaran siswa menurut kategori pengetahuan gizi

Kategori Pengetahuan Gizi	<i>Laki-laki</i>	<i>Perempuan</i>	<i>Total</i>
	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>	<i>n (%)</i>

Kurang	7 (11.7)	0 (0.0)	7 (6.1)
Sedang	25 (41.7)	17 (31.5)	42 (36.8)
Baik	28 (46.7)	37 (68.5)	65 (57.0)

Tingkat pengetahuan gizi remaja sebagian besar (57%) tergolong masuk kategori baik, kelompok remaja putri dengan kategori pengetahuan gizi baik lebih besar (68.5%) dibandingkan remaja putra (46.7%). Penelitian yang dilakukan Amelia (2008), yang juga mengukur pengetahuan gizi remaja di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Propinsi Jambi, diketahui bahwa tingkat pengetahuan gizi remaja sebagian besar (55%) masuk kategori sedang, dan pengetahuan gizi remaja putri lebih baik dibandingkan remaja putra.

Pengetahuan gizi menjadi penting, karena dengan pengetahuan gizi yang baik, remaja diharapkan memiliki keterampilan dan informasi yang cukup untuk memilih makanan yang dibutuhkannya untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Pengetahuan gizi yang baik juga diharapkan akan membantu remaja untuk mencukupi kebutuhan gizi untuk pertumbuhannya dan menghindari munculnya masalah gizi salah.

5.6 Faktor-faktor dominan yang berhubungan dengan konsumsi *fastfood*

Untuk memprediksi faktor dominan yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *fastfood*, dilakukan analisis multifariat terhadap faktor-faktor yang diduga mempengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi *fastfood*. Setelah melalui analisis bivariat, diketahui bahwa faktor yang diprediksi mempengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi jajanan *fastfood* adalah jenis kelamin. Hasil analisis regresi logistik disajikan dalam Tabel 17.

Tabel 17. Analisis Regresi Logistik terhadap keputusan konsumsi *fastfood* remaja

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step	JK	1.285	.487	6.958	1	.008	3.615
1(a)	Constant	-.666	.676	.971	1	.325	.514

a Variable(s) entered on step 1: JK.

Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin berhubungan bermakna dengan keputusan remaja untuk mengonsumsi makanan *fastfood*, dengan

odd ratio (OR) 3.6. Hal ini menjelaskan bahwa remaja putri lebih mempunyai peluang untuk mengonsumsi makanan *fastfood* 3 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja putra.

BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Kelompok remaja merupakan kelompok masyarakat dengan perilaku dan pola konsumsi pangan yang unik karena pada usia ini banyak sekali faktor yang memengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi makanan tertentu, baik faktor internal maupun eksternal.
2. Dalam hal mengonsumsi makanan *fastfood*, alasan cita rasa masih menjadi alasan terbesar, sementara perhatian terhadap nilai gizi masih rendah.
3. Dari beberapa alasan remaja mengonsumsi makanan *fastfood*, alasan cita rasa yang enak berhubungan dengan tingkat pengetahuan gizi, sedangkan alasan lainnya tidak memiliki hubungan bermakna.
4. Keragaman jenis makanan *fastfood* yang dikonsumsi remaja masih rendah. Konsumsi ayam goreng masih mendominasi dengan persentase yang sangat tinggi dibandingkan dengan makanan *fastfood* lainnya.
5. Faktor jenis kelamin memiliki hubungan bermakna dengan keputusan mengonsumsi makanan *fastfood*, dengan OR 3.6. Remaja putri 3 kali lebih berpeluang mengonsumsi makanan *fastfood* dibanding remaja putra.

6.2 Saran

1. Usia remaja merupakan usia yang perlu mendapatkan perhatian dan bimbingan dalam hal konsumsi pangan, karena pada usia remaja ini pola konsumsi pangan sangat unik dan sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan *peer group*. Pihak sekolah diharapkan sering memberikan informasi kepada siswa bahwa pemilihan makanan yang baik sangat penting untuk pemenuhan kebutuhan gizi siswa.
2. Perlu dilakukan kajian yang lebih dalam lagi terhadap perilaku konsumsi remaja terkait makanan *fastfood*, yang mampu mengukur sampai kepada kontribusi zat gizi makanan *fastfood* terhadap kecukupan gizi remaja.
3. Rendahnya kepedulian remaja terhadap aspek gizi dalam hal pemilihan makanan jajanan, menjadi tugas kita untuk memberikan penguatan dan

menyebarkan informasi tentang pentingnya gizi dan kecukupan zat gizi bagi remaja, karena usia remaja menjadi pintu masuknya berbagai risiko penyakit, yang akan terus terakumulasi sampai ke usia lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia F. 2008. Konsumsi pangan, pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan Status gizi pada remaja di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Propinsi Jambi. Skripsi. Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Arisman,MB. 2002. *Gizi dalam daur kehidupan. Buku Ajar Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Austin S.B, *et al.* 2005. Clustering of fast-foods restaurants around schools: A Novel Application of spatial statistic to the study of food environments. *American Journal Public Health*. vol;95:1575-1581.doi:10.2105/AJPH.2004.056341.
- Davis B & Carpenter C. 2009. Proximity of fast-food restaurants to schools and adolescent obesity. *Am. Journal of Public Health*. Vol; 99:505-510.doi:10.215/AJPH.2008.137638.
- Harper LJ, Deaton BJ, Driskel JA. 1985. Pangan, Gizi dan Pertanian. Suhardjo, penerjemah. Jakarta: UI Press.
- Hastono ST. 2001. Analisis Data. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia.
- Hurlock EB. 1994. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Khomsan A. 2000. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Bogor: Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor
- Kristanti N., Sarbini D dan Mutalazimah. 2009. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Konsumsi Fastfood dengan Status Gizi Siswa SMA negeri 4 Surakarta. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 2 No. 1 Juni 2009.
- Lemeshow, S., Hosmer, D.W., Klar, J., Lwanga, S. 2007. *Besar sampel dalam penelitian kesehatan*. Alih Bahasa Pramono, D. Dan Kusnanto, H. Jogjakarta: Gajah Mada University.
- Neumark-Sztainer D, Story M, Hannan PJ, Croll J. 2002. Overweight status and eating pattern among adolescent: Where do youth stand in comparison with the *Healthy People 2010* Objectives?. Research and practice. *American Journal Public Health*. 2002;92:844-851.
- Owen GM, Anita L.O, Patricia L.S, 1999. *Nutrition in community. The Art and Science of delivering Services*. 4th edn. United States of America : Mc-Graw Hill Companies.
- Panuju P, Ida U. 1999. Psikologi Remaja. Yogyakarta :Tiara Wacana.
- Pudjiadi S. 1997. Ilmu Gizi Klinis pada Anak. Jakarta: Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia.

- Riyadi 2001. Metode Penilaian Status Gizi secara Antropometri. Diktat Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Bogor: Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor.
- Saarni SE. *et al.* 2009. Research and practice. Association of smoking in adolescence with abdominal obesity in adulthood: A follow-up study of 5 birth cohorts of Finnish twins. *American Journal Public Health*. Vol;99:348-354.doi:10.2105/AJPH.2007.123851.
- Sumarwan, U. 2003. Perilaku Konsumen : Teori dan Penerapannya Dalam Pemasaran. Ghalia Indonesia, Jakarta

Lampiran 1. Instrumen Penelitian

Analisis faktor-faktor dominan yang mempengaruhi keputusan remaja untuk mengonsumsi makanan *fastfood*

Berilah tanda silang (X) pada pilihan yang benar/sesuai, ATAU isi jawaban pada bagian yang disediakan

I. Asal sekolah		
1.	Sekolah : (1) SMA N 1 Kota Serang (2) SMAN 3 Kota Serang (3) SMA 5 Kota Serang	<input type="checkbox"/>
II. Karakteristik individu		
1.	Nama siswa : _____ No HP : _____	
2.	Tanggal lahir : _____ Umur (tahun):	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3.	Jenis Kelamin: (1) Laki-laki (2) Perempuan	<input type="checkbox"/>
4.	Rata-rata uang saku (jajan, transport, dan lainnya) Rp/hari:	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5.	Rata-rata uang jajan untuk makanan dan minuman (Rp/hari):	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6.	Cara pergi sekolah : (1) Jalan kaki (2) Sepeda (3) Motor (4) Angkot (5) Mobil	<input type="checkbox"/>
7.	Cara pulang sekolah : (1) Jalan kaki (2) Sepeda (3) Motor (4) Angkot (5) Mobil	<input type="checkbox"/>
8.	Perjalanan dari rumah ke sekolah : menit	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.	Jarak dari rumah ke sekolah : KM	
10.	Kegiatan sepulang sekolah: (1) Tidur siang, sampai jam.... (2) Bermain, sampai jam.... (3) Les, sampai jam... (4) Lainnya....	<input type="checkbox"/>
11.	Pernah tidak naik kelas : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
12.	Jika pernah tidak naik kelas, berapa kali :	<input type="checkbox"/>
13.	Peringkat (ranking) kelas tertinggi yang pernah diraih :	<input type="checkbox"/>
III. Karakteristik Keluarga		
1.	Pekerjaan ayah :	<input type="checkbox"/>
2.	Pendidikan terakhir ayah :	<input type="checkbox"/>
3.	Tempat ayah bekerja :	<input type="checkbox"/>
4.	Pekerjaan ibu :	<input type="checkbox"/>
5.	Pendidikan terakhir ibu :	<input type="checkbox"/>
6.	Tempat ibu bekerja :	<input type="checkbox"/>
7.	Jumlah bersaudara : (termasuk yang diwawancara), anak ke:	<input type="checkbox"/>
IV. Perilaku Konsumsi		
1.	Berapa kali makan dalam sehari :kali	<input type="checkbox"/>
2.	Apakah sebelum berangkat ke sekolah sudah sarapan terlebih dahulu dari rumah: (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
3.	Bila ya, sebutkan sarapan yang paling sering dimakan (pilih salah satu) (1) Nasi dan lauknya (3) Roti basah (5) Lainnya, sebutkan (2) Lontong sayur (4) Biskuit	<input type="checkbox"/>
4.	Bila tidak sarapan di rumah, apakah biasa membawa bekal makanan ke sekolah: (1) Ya, sebutkan..... (2) Tidak	<input type="checkbox"/>

5.	Jika tidak sempat sarapan di rumah, makanan yang dipilih saat sampai di sekolah : (1) Lontong sayur (2) Biskuit (3) Bakso tusuk (4) Roti basah (5) Nasi uduk (6) Cireng (7) Gorengan (8) Rujak (9) Bakso (10) Lainnya, sebutkan	<input type="checkbox"/>
6.	Dalam satu minggu, frekuensi sarapan pagi sebanyak kali	<input type="checkbox"/>
7.	Apakah ada kantin di sekolah: (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
8.	Jajanan yang paling disukai yang dibeli di kantin sekolah : (1) Lontong (2) Biskuit (3) Bakso tusuk (4) Roti basah (5) Nasi uduk (6) Cireng (7) Gorengan (8) Rujak (9) Bakso (10) Lainnya, sebutkan	<input type="checkbox"/>
9.	Suka minum susu : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
10.	Jumlah konsumsi susu dalam seminggu : ... kali/minggu	<input type="checkbox"/>
11.	Suka minum jus : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
12.	Jumlah konsumsi jus dalam seminggu : ... kali/minggu	<input type="checkbox"/>

V. Konsumsi makanan *fastfood*

1	Selain kantin sekolah, juga sering jajan di restoran cepat saji : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
2	Restoran tempat menjual makanan cepat saji yang paling sering dikunjungi : (1) KFC (2) Mc Donalds (3) A&W (4) Pizza Hut (5) Lainnya :	<input type="checkbox"/>
3	Dalam satu bulan, berapa kali biasanya makan di restoran cepat saji ? kali/bulan	<input type="checkbox"/>
4	Jenis makanan cepat saji yang paling sering dibeli : (1) Ayam goreng (3) Kentang goreng (5) Spageti dan sejenisnya (2) Burger/Roti/Donat dan sejenisnya (4) Pizza (6) Lainnya, sebutkan :....	<input type="checkbox"/>
5	Selain jajanan makanan, apakah sering jajan minuman ringan : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
6	Jenis minuman yang sering dibeli saat berada di restoran cepat saji :	<input type="checkbox"/>
7	Alasan memilih restoran yang menyajikan makanan cepat saji : (1) Rasa yang enak (3) Harga yang terjangkau (5) Bergizi (7) Produk menarik (2) Coba-coba (4) Dekat dengan sekolah (6) Gengsi (8) Lainnya :	<input type="checkbox"/>
8	Kebiasaan makan di restoran cepat saji lebih sering dilakukan : (1) Sendiri (2) Berdua dengan teman (3) Dengan <i>peer group</i> (4) dengan keluarga	<input type="checkbox"/>
9	Apakah selalu membiasakan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
10	Pernah mengalami keracunan sesaat setelah makan di restoran cepat saji : (1) Ya (2) Tidak	<input type="checkbox"/>
11	Jika Ya, keluhan apa yang dirasakan :	<input type="checkbox"/>

V. Karakteristik Kesehatan Individu

1.	Berat badan kg	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2.	Tinggi badan cm	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

VI. Pengetahuan Gizi

1.	Zat gizi yang dibutuhkan tubuh adalah : a. Karbohidrat, lemak, protein, mineral dan vitamin b. Karbohidrat dan protein c. Vitamin d. Vitamin dan mineral	<input type="checkbox"/>
2.	Zat gizi yang sumber tenaga adalah : a. Karbohidrat b. Protein c. Lemak d. Serat	<input type="checkbox"/>
3.	Zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh adalah : a. Lemak	<input type="checkbox"/>

	<ul style="list-style-type: none"> b. Karbohidrat c. Protein d. Serat 	
4	<p>Dalam makanan cepat saji (<i>fastfood</i>), kandungan zat gizi yang bisa kita peroleh dalam jumlah besar antara lain, kecuali:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Protein b. Lemak c. Karbohidrat d. Serat 	<input type="checkbox"/>
5	<p>Fungsi serat dalam tubuh adalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mengganti sel-sel tubuh yang rusak b. Sumber energi c. Membantu proses pencernaan d. Zat pembangun 	<input type="checkbox"/>
6	<p>Banyak air yang harus dikonsumsi dalam sehari :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. 4 gelas b. 6 gelas c. 7 gelas d. 8 gelas 	<input type="checkbox"/>
7	<p>Kelebihan energi yang dikonsumsi akan disimpan dalam bentuk :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Tenaga b. Energi c. Lemak d. Protein 	<input type="checkbox"/>
8	<p>Kegemukan (obesitas) bisa terjadi jika konsumsi kita kebanyakan mengandung:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Serat b. Vitamin c. Karbohidrat d. Mineral 	<input type="checkbox"/>
9	<p>Buah-buahan dan sayuran merupakan bahan makanan yang mengandung zat gizi :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Protein b. Vitamin dan Mineral c. Lemak d. Vitamin saja 	<input type="checkbox"/>
10	<p>Zat gizi utama yang terkandung didalam segelas susu adalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Protein b. Karbohidrat c. Lemak d. Serat 	<input type="checkbox"/>

Lampiran 2. Biodata Peneliti (Ketua dan Anggota)

A. Identitas Diri Ketua

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Marhamah, S.T.P., M.Si
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP/NIK/Identitas Lainnya	197612102008122002
5	NIDN	0010127607
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Medan, 10 Desember 1976
7	E-mail	marhamah@ut.ac.id
8	Nomor Telpon/HP	081381724884
9	Alamat Kantor	UPBJJ-UT Serang, Banten
10	Nomor Telepon/Faks	Telp. (0254)202728, Fax (0254) 282719
11	Lulusan yang telah dihasilkan	S-1= ...orang; S-2=...orang; S-3=...orang
12	Matakuliah yang diampu	1. Teknik Pengolahan Industri Pangan
		2. Pengetahuan Bahan Pangan Nabati
		3. Nutrifikasi Pangan

B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Sumatera Utara	Institut Pertanian Bogor	
Bidang Ilmu	Teknologi Hasil Pertanian	Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga	
Tahun Masuk-Lulus	1995 – 2000	2002 – 2006	
Judul Skripsi/Tesis /Disertasi	Pengaruh Konsentrasi Kalsium Klorida dan Lama Penyimpanan terhadap Mutu Manisan Kering Tomat.	Indeks Massa Tubuh dan Gaya Hidup Kaitannya dengan Skor Kesehatan dan Kemampuan Kognitif Usia Lanjut di Kota Depok	
Nama Pembimbing /Promotor	Ir. Taufik, M.Sc Ir. Bekman Purba, MP Ir. Rona J Nainggolan, SU	Prof. Dr. Hardinsyah, M.Si Prof. Dr. Ahmad Sulaeman, M,Si	

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1	2007	Study and Analysis on Government Policy Related on Foods (Asisten Peneliti)	Departemen Perdagangan (Kerjasama dengan SEAFAST (Southeast Asian Food and Agricultural Technology) CENTER – IPB	125
2	2008	Study on Model Prediction of Elderly According to Knee Height, Length of Arm and Sitting Height (Asisten Peneliti)	Penelitian Mahasiswa Sekolah Pascasarjana, Program Doktorat di lingkungan Insitut Pertanian Bogor	5
3	2008	Survey on drinking habits and magnitude of mild – moderate dehydration among teenagers and young adults in two different ecological areas of Indonesia (Asisten Peneliti)	Aqua – Danone. (Bekerjasama dengan Fakultas Ekologi Manusia, Insitut Pertanian Bogor)	174,200
4	2011	Perilaku Konsumsi dan Status Gizi siswa Sekolah Dasar di Kota Serang (Ketua Peneliti)	LPPM Universitas Terbuka	20

D. Pengalaman Pengabdian Pada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian Pada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1	2012	Peningkatan Kemampuan Guru SD untuk Melakukan Penelitian Tindakan Kelas (Anggota Pengusul)	LPPM - UT	11
2	2012	Pelatihan Keterampilan Memasak Dalam Pembuatan Makanan Berbahan Hasil Laut (Kecap Ikan / Udang dan Somay) untuk Ibu-ibu Rumah Tangga dan Pedagang Kecil Desa Susukan Pontang (Peserta)	LPPM -UT	--
3	2011	Penanaman Sejuta Pohon di Desa Banjarnegara, Kabupaten Pandeglang (peserta)	LPPM - UT	--

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1.	Konsumsi minuman dan preferensinya pada remaja di Jakarta dan Bandung	Jurnal Gizi Indonesia	34 /No.1/Maret 2011
2.	Status gizi awal kehamilan dan penambahan berat badan ibu hamil kaitannya dengan BBLR	Jurnal Gizi dan Pangan	4/No.1/ Maret 2009

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama pertemuan Ilmiah/seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional Tahunan Matematika, Sains dan Teknologi FMIPA 2011	Konsumsi Gizi dan Aktifitas Fisik Usia Lanjut di Kota Depok Kaitannya dengan Status Kesehatan dan Kemampuan Kognitif	11 Juli 2011
2	Seminar Nasional Tahunan Matematika, Sains dan Teknologi FMIPA 2012	Perilaku Konsumsi Pangan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kota Serang	10 September 2012

G. Karya Buku Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
	--	--	--	--

H. Perolehan HKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	--	--	--	--
2				

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir

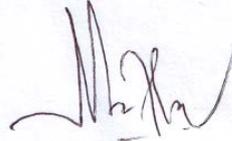
No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
	----	---	---	---

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari Pemerintah Asosiasi atau Institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam penelitian ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidak sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian Biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah Bersaing Dikti.

Tangerang Selatan, 11 Maret 2013
Pengusul,



(Marhamah)

B. Identitas Diri Anggota

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Ron Makrony, Drs., M.Pd.
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas Lainnya	19570308 198111 1 001
5	NIDN	0008035705
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Cirebon, 8 Maret 1957
7	E-mail	ron-makrony@ut.ac.id
8	Nomor Telpon/HP	081221031001
9	Alamat Kantor	UPBJJ-UT Serang, Banten
10	Nomor Telepon/Faks	Telp. (0254)202728, Fax (0254) 282719
11	Lulusan yang telah dihasilkan	S-1= ...orang; S-2=...orang; S-3=...orang
12	Matakuliah yang diampu	1. PDGK 4504
		2. PDGK 4207
		3.

B. Riwayat Pendidikan

Tahun	S1	S2	S3
1983	IKIP Bandung		
1996	IKIP Malang		
2009		UPI Bandung	

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1	2009	Implementasi Kinerja Tutor pada Pelaksanaan TTM-RK Program Pendas 2009.1 di UPBJJ Bandung	Swadana	
2	2012	Metode Kooperatif dengan Strategi Model Grup Investigasi sebagai Solusi Pengajaran Karya Ilmiah di SMA IX Kelas IX semester 2	Swadana	
3	2012	Pelatihan Persepsi Visual melalui Strategi Permainan Bahasa sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Belajar Membaca Permulaan pada anak Berkesulitan Belajar	Swadana	
4	2012	Membangun Karakter Siswa melalui Metode Pembelajaran Kooperatif dalam Pengajaran Bahasa Indonesia	Swadana	
5	2012	Perkembangan Sintaksis Anak Berusia 3 Tahun	Swadana	

D. Pengalaman Pengabdian Pada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian Pada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1.	2011	Abdimas Penghijauan/ Penanaman Pohon	UPBJJ	
2.	2011	Abdimas Penghijauan/ Penanaman Bibit Pohon	UPBJJ	
3.	2012	Peningkatan Gizi Anak Balita melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT)	UPBJJ	

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1.			
2.			

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama pertemuan Ilmiah/seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	OSMB Non Pendas	Strategi Belajar Cerdas	Bandung, 4 Maret 2012
2	Upacara Penyerahan Ijazah	Kontribusi Lulusan UT dalam Menumbuhkan Semangat Nasionalisme pada Kalangan Peserta Didik	GBI Bandung, 11 Juli 2012

G. Karya Buku Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

H. Perolehan HKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1				
2				
3				

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir

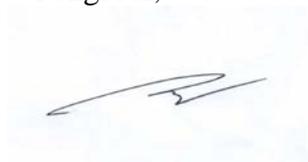
No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari Pemerintah Asosiasi atau Institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Piagam Tanda Kehormatan Satyalancana Karya Satya 20 Tahun	Presiden RI Megawati Soekarno Putri	2004

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam penelitian ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidak sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian Biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah Bersaing Dikti.

Tangerang Selatan, 11 Maret 2013
Pengusul,



Ron Makrony

C. Identitas Diri Anggota

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Dra. Eko Yuliasuti ES., M.Si
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas Lainnya	NIP: 19620705 199103 2 002
5	NIDN	0005076206
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Kudus. 5 Juli 1962
7	E-mail	eko@ut.ac.id
8	Nomor Telpon/HP	081398182009
9	Alamat Kantor	UPBJJ-UT Pusat, Tangerang Selatan
10	Nomor Telepon/Faks	Telp. (012)7490941,ext. 1604 Fax (021) 7420038
11	Lulusan yang telah dihasilkan	S-1= ...orang; S-2=...orang; S-3=...orang
12	Matakuliah yang diampu	1. Pengetahuan Bahan Pangan Nabati
		2. Keamanan Pangan
		3.

B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto	1989		
Institut Pertanian Bogor, Bogor		2005	

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)
1.	2009	Evaluasi Kualitas Butir Soal Objektif pada Ujian Akhir Semester (UAS) di Universitas Terbuka (Studi pada Mata Kuliah MSDM tahun 2008)	UT	20

D. Pengalaman Pengabdian Pada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian Pada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jml (Juta Rp)

E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun
1.			
2.			

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama pertemuan Ilmiah/seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1			
2			

G. Karya Buku Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

H. Perolehan HKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1				
2				
3				

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir

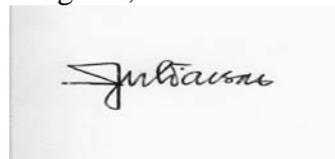
No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa lainnya yang telah diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat

J. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari Pemerintah Asosiasi atau Institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam penelitian ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidak sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian Biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah Bersaing Dikti.

Tangerang Selatan, 11 Maret 2013
Pengusul,



(Eko Yuliasuti, ES)