

## HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA DENGAN PERILAKU KONSUMSI MINUMAN RINGAN DI SMKN 2 BALEENDAH BANDUNG

Mery Tania

Universitas BSI, [Merytania10592@gmail.com](mailto:Merytania10592@gmail.com)

### ABSTRAK

*Soft drink* ialah minuman berkarbonasi yang diberi tambahan berupa bahan perasa dan pemanis seperti gula. Konsumsi *soft drink* memiliki dampak buruk terhadap kesehatan dan kalangan remaja cenderung mengkonsumsi minuman ini. Konsumsi *soft drink* dapat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dimana pengetahuan memiliki pengaruh pada perkembangan perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi terhadap minuman ringan pada siswa kelas X dan XI SMKN 2 Baleendah Bandung tahun 2014. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei sampai Juli 2014 dengan total responden 74 orang. Penelitian ini bersifat analitik dengan desain korelasional. Jumlah populasi 743 orang siswa. Pengambilan sampel penelitian dilakukan secara randomisasi sederhana yakni 74 siswa. Kuesioner hasil rancangan peneliti digunakan untuk menilai tingkat pengetahuan terhadap bahaya *soft drink* dan perilaku konsumsi minuman ringan. SPSS 16 digunakan untuk melakukan analisis statistik. Analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman*. Dari 74 responden, didapati lebih dari setengahnya responden dengan tingkat pengetahuan cukup (53,1%) dan perilaku konsumsi rendah (59,2%). Hasil uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan bahwa terdapat hubungan cukup kuat antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi terhadap *soft drink* dengan nilai 0,430. Kurang dari setengahnya dijumpai pada responden dengan tingkat pengetahuan cukup dan konsumsi sedang. Pada pihak sekolah, perlu diajarkan pendidikan yang membahas mengenai *soft drink*.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Remaja, Perilaku Konsumsi, *Soft Drink*.

### ABSTRACT

*Soft drink is carbonated drink with added seasoning and sweetening such as sugar. Consumption of soft drink have bad effect for health and adolescence like to consume this kind of drink. Consumption of soft drink can be affected by factor of knowledge where knowledge have affection to development of behavior. This study aim to determine whether there is association between degree of knowledge with consumption about soft drink of student class X and XI SMKN 2 Baleendah Bandung year 2014. This study carried out at Mei until Juli 2014 with total of respondent is 74 person. This study is analytic study with correlational design. Sample of study was conducted by simple random sampling. Questionnaire programmed by researcher used to assess degree of knowledge about soft drink and consumption of soft drink. SPSS 16 was used to do the statistical analysis. Rank spearman hypothesis test was used to do bivariate analysis. From 74 respondent, found more than half of the respondents have moderate degree of knowledge (53,1%) and low consumption (59,2%). Result test from rank spearman illustrate a significant association between degree of knowledge with consumption about soft drink (0,430). Respondent with most frequency is respondent with sufficient degree of knowledge and midlle consumption. In school, there is a need to teach education about soft drink.*

**Keywords:** *degree of knowledge, teen, consumption, soft drink*

## PENDAHULUAN

Menurunnya derajat kesehatan masyarakat akhir – akhir ini diakibatkan oleh beberapa faktor yakni diantaranya semakin banyaknya jenis penyakit baru yang muncul, cuaca yang tidak dapat diprediksi ( berubah-ubah ), dan pola hidup masyarakat yang tidak sehat. Jika pola hidup seperti makan dan minum seseorang buruk atau tidak sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuhnya resiko terkena penyakit akan lebih besar. Sama halnya dengan konsumsi cairan pada kalangan masyarakat, selain air putih berbagai cara dilakukan untuk menambah kenikmatan dalam mengkonsumsi minuman termasuk melalui penambahan rasa, warna, maupun variasi bentuk kemasan. Banyak bangsa di dunia ini yang memiliki jenis minuman yang khas, hal ini menunjukkan bahwa manusia memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi minuman selain air putih (Dilapanga, 2008).

Teknologi pangan telah mampu membuat makanan-makanan sintesis, menciptakan berbagai macam zat pengawet makanan dan minuman, zat aditif serta zat-zat flavor. Merebaknya minuman ringan ini terjadi di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Dampak negatif pun muncul, antara lain penyakit degeneratif. Sejak penemuan *soft drink* di Amerika Serikat ( AS, 1830 ), terjadi peningkatan konsumsi yang sangat tajam dari tahun ke tahun, yang diikuti negara – negara lain. Pada tahun 1986, konsumsi sekitar 28 galon per kapita/tahun, lalu meningkat menjadi 41 galon pada tahun 1997. Minuman ini bahkan di konsumsi 74% dari populasi anak – anak/ remaja laki – laki dan 64% anak – anak/remaja perempuan (Bilal, 2010).

Tingkat pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, perilaku seseorang akan baik dan dapat berlangsung lama. Sebaliknya, bila perilaku tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran positif, maka perilaku tersebut tidak bertahan lama (Notoatmodjo, 2007). Oleh karena itu penelitian lebih berfokus terhadap remaja tentang hubungan pengetahuan

remaja tentang bahaya *soft drink* dengan perilaku konsumsi minuman ringan (*soft drink*) SMKN 2 Baleendah.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: ”Seberapa erat hubungan pengetahuan remaja tentang bahaya *soft drink* terhadap perilaku konsumsi minuman ringan (*soft drink*) di SMKN 2 Baleendah.?”

Tujuan penelitian mengetahui seberapa erat hubungan antara pengetahuan remaja tentang bahaya *soft drink* terhadap perilaku konsumsi minuman ringan (*soft drink*).

## KAJIAN LITERATUR

Menurut Notoatmodjo (2007), pengetahuan adalah sesuatu hal yang diketahui bila seseorang telah melakukan penginderaan yang meliputi indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba terhadap suatu objek. Pengetahuan diperoleh dari hasil usaha seseorang dalam mencari tahu rangsangan berupa objek dari luar terlebih dahulu melalui proses sensorik dan interaksi dirinya terhadap lingkungan sosial. Melalui hal inilah, seseorang dapat memperoleh pengetahuan baru tentang suatu objek. Dalam teori kognitif, pengetahuan merupakan hasil interaksi timbal balik antara seseorang dengan lingkungan sosial yang menghasilkan pengalaman tertentu.

Dengan tingkat pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, perilaku seseorang akan baik dan dapat berlangsung lama. Sebaliknya, bila perilaku tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran positif, maka perilaku tersebut tidak bertahan lama (Notoatmodjo,2007).

Perilaku ialah kegiatan atau aktivitas dari makhluk hidup terhadap stimulus atau rangsangan baik dapat diamati secara langsung, maupun tidak langsung. Perilaku manusia meliputi hal-hal seperti berjalan, berbicara, bereaksi, berpakaian, berfikir, persepsi, dan juga emosi (Notoatmodjo,2007).

Minuman Ringan (*Soft Drink*) adalah minuman berkarbonasi yang diberi tambahan berupa bahan perasa dan

pemanis seperti gula. *Soft drink* terdiri dari *sugar-sweetened soft drink* dan *non-sugar soft drink*. *Sugar-sweetened soft drink* merupakan *soft drink* dengan zat pemanis yang berasal dari gula, sedangkan *non-sugar soft drink* merupakan *soft drink* dengan zat pemanis yang berasal dari pemanis buatan (*Australian Beverages Council, 2004*).

Jenis-jenis kandungan yang terdapat dalam minuman ringan (*soft drink*) menurut *Australian Beverages Council* (2004), meliputi antara lain:

1. *Carbonated water* (air soda)
2. Bahan pemanis
3. Bahan penambah rasa
4. Asam
5. Kafein
6. Pewarna

Resiko konsumsi minuman ringan :

1. Kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas.
2. Karies Gigi
3. Diabetes
4. Osteoporosis dan Fraktur Tulang

#### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif merupakan suatu strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai penuntun penelitian pada seluruh proses penelitian (Nursalam, 2008). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *korelasional* yaitu jenis penelitian yang dapat digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan antara variabel-variabel ini (Arikunto, 2010).

Desain *Koreasional* pada penelitian ini digunakan untuk mengidentifikasi hubungan pengetahuan remaja tentang bahaya *soft drink* dengan perilaku konsumsi minuman ringan (*soft drink*) di SMKN 2 Baleendah Bandung.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas X dan XI siswa-siswi SMKN 2 Baleendah Bandung sebanyak 743 siswa. Siswa kelas XII tidak diikutsertakan karena siswa-siswi kelas XII sedang menunggu hasil kelulusan

dan jarang ke sekolah. Penggunaan sampel sebesar 10%-20% untuk subjek dengan jumlah lebih dari 100 dipandang sudah cukup. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 74 orang. Proses pengumpulan data dengan cara penyebaran kuisioner.

Teknik analisa data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisa bivariate.

Untuk analisa data tingkat pengetahuan dengan jumlah pertanyaan 19 point menggunakan *skala Guttman* yang setiap pertanyaan terdiri dari 2 pilihan jawaban dengan pembobotan nilai sebagai berikut :

- Benar (skor = 1)
- Salah (skor = 0)

Setelah nilai terkumpul, kemudian dihitung dan dapat digolongkan kedalam tingkatan pengetahuan sebagai berikut:

- Baik : 76 – 100%
- Cukup : 56 – 75%
- Kurang :  $\leq 56\%$

Untuk mengukur perilaku konsumsi *soft drink* digunakan pilihan jawaban yang sesuai (Manuel, 2013). Adapun pilihan yang digunakan :

- < 1 kali per minggu atau 1 kali per minggu ( skor 3)
- 2-4 kali per minggu ( skor 2)
- 5 – 6 kali per minggu atau >1 kali per hari ( skor 1)

Dari penilaian diatas dibagi menjadi 3 kategori perilaku konsumsi rendah, perilaku konsumsi sedang, dan perilaku konsumsi tinggi diinterpretasikan dengan kriteria sebagai berikut:

- Perilaku konsumsi rendah : jika konsumsi *soft drink* < 1 kali per minggu atau 1 kali per minggu
- Perilaku konsumsi sedang : jika konsumsi *soft drink* 2-4 kali per minggu
- Perilaku konsumsi tinggi : jika konsumsi *soft drink* 5-6 kali per minggu atau > 1 kali per hari.

Analisa bivariate ini digunakan untuk mendeskripsikan tabulasi silang antara variabel bebas dan variabel terikat serta mencari hubungan antara keduanya, untuk menguji adanya hubungan pengetahuan remaja tentang bahaya *soft*

*drink* dengan perilaku konsumsi *soft drink* pada remaja di SMAN 1 Dayeuh Kolot Bandung maka digunakan rumus uji korelasi spearman karena data yang dipakai menggunakan skala ordinal.

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan dengan perilaku konsumsi minuman ringan di SMKN 2 Baleendah Bandung dengan menggunakan instrument kuisisioner (angket) yang diberikan kepada 74 responden remaja di SMKN 2 Baleendah Bandung dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Data Responden

Tabel 1

Distribusi Responden berdasarkan Umur

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Umur 15 tahun	35 orang	47,30
Umur 16 tahun	39 orang	52,70
<b>Total</b>	<b>74 orang</b>	<b>100</b>

Tabel 2

Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin.

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Jenis Kelamin laki-laki	40 orang	54,05
Jenis Kelamin Perempuan	34 orang	45,95
<b>Total</b>	<b>74 orang</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 1 dan 2 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden berumur 16 tahun sebanyak 39 siswa, sedangkan kurang dari setengahnya responden yang berumur 15 tahun sebanyak 35 siswa. Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden berjenis kelamin laki-laki yakni sebanyak 40 orang, sedangkan kurang dari setengahnya

responden berjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 34 orang.

2. Analisa Univariat

Tabel 3

Distribusi Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Bahaya Minuman Ringan (*Soft drink*) di SMKN 2 Baleendah Bandung.

Pengetahuan Remaja tentang Bahaya <i>soft drink</i>	Jumlah	Persen (%)
Baik	18	36,7
Cukup	26	53,1
Kurang	5	10,2
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang bahaya minuman ringan (*soft drink*) dengan kategori cukup yakni berjumlah 26 orang, kurang dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik yakni berjumlah 18 orang dan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori kurang yakni berjumlah 5 orang.

Tabel 4

Distribusi Perilaku Konsumsi Minuman Ringan (*soft drink*) pada siswa SMKN 2 Baleendah Bandung.

Perilaku Konsumsi <i>Soft Drink</i>	Jumlah	Persen (%)
Tinggi	10	20,4
Sedang	10	20,4
Rendah	29	59,2
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki perilaku konsumsi dengan kategori rendah yakni berjumlah 29 orang dan sebagian kecil responden memiliki perilaku konsumsi minuman ringan (*soft drink*) dengan kategori tinggi dan sedang yang keduanya sama berjumlah 10 orang.

3. Analisa Bivariat

Tabel 5  
Distribusi Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja tentang bahaya minuman ringan Dengan Perilaku Konsumsi minuman ringan.

Hubungan variable		Frekuensi	Porsentase (%)
Pengetahuan	Perilaku		
Baik	Tinggi	1	1.35
Baik	Sedang	2	2.70
Baik	Rendah	19	25.68
Cukup	Tinggi	11	14.86
Cukup	Sedang	12	16.22
Cukup	Rendah	22	29.73
Kurang	Tinggi	4	5.41
Kurang	Sedang	2	2.70
Kurang	Rendah	1	1.35
<b>Total</b>		74	100.00

Tabel 6  
Distribusi Hasil Korelasi Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Minuman Ringan.

Variabel	(r)	$\lambda$	p	Keterangan
<b>Tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan</b>				
<b>Perilaku konsumsi minuman ringan</b>	0.430	0.0	0.0	Cukup Kuat

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa hasil uji statistic untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan dengan perilaku konsumsi minuman ringan di SMKN 2 Baleendah Bandung dengan menggunakan *Spearman Rank*, diperoleh hasil *Spearman Rho* = 0.430 dengan nilai p = 0.01 yang lebih kecil dari  $\alpha = 0.05$ . Nilai *Spearman Rho* = 0.430 termasuk berpola positif dan berada dalam rentang korelasi cukup kuat yang artinya hubungan antara tingkat pengetahuan remaja dengan

perilaku konsumsi minuman ringan menunjukkan tingkat keeratan hubungan yang cukup kuat. Sedangkan nilai p = 0.01 yang lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0.05$  tersenut menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna secara statistic antara tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan dengan perilaku konsumsi minuman ringan di SMKN 2 Baleendah Bandung. Dengan demikian hipotesis penelitian Ha diterima artinya secara statistic terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan dengan perilaku konsumsi minuman ringan di SMKN 2 Baleendah Bandung.

### PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil keputusan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang bahaya minuman ringan (soft drink) dengan kategori cukup yakni berjumlah 26 orang, kurang dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik yakni berjumlah 18 orang dan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori kurang yakni berjumlah 5 orang.
2. Lebih dari setengahnya responden memiliki perilaku konsumsi dengan kategori rendah yakni berjumlah 29 orang dan sebagian kecil responden memiliki perilaku konsumsi minuman ringan (soft drink) dengan kategori tinggi dan sedang yang keduanya sama berjumlah 10 orang.
3. Terdapat hubungan cukup kuat antara pengetahuan remaja tentang bahaya minuman ringan dengan perilaku konsumsi minuman ringan pada siswa SMKN 2 Baleendah Bandung tahun 2014 (*p-value* = 0,430).

Setelah meninjau hasil penelitian dan pembahasan, maka dirumuskan beberapa saran sebagai berikut :

1. Pihak sekolah perlu melakukan promosi kesehatan terutama

mengenai dampak kesehatan akibat konsumsi minuman ringan atau *soft drinks* yang dimasukkan dalam ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, guna meningkatkan pengetahuan siswa mengenai minuman ringan atau *soft drinks*.

#### REFERENSI

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Australian Beverages Council, 2004. *What is a Soft Drink?*. Di ambil dari : <http://www.australianbeverages.org/scripts/cgiip.exe/WService=ASP0002/ccms.r?PageId=10053.htm> [Diakses: 21 Februari 2014]
- Bilal,Moch. 2010. *Bahaya Soft Drink*. Di ambil dari [:http://bilal.student.umm.ac.id/2010/02/10/bahaya-soft-drink/](http://bilal.student.umm.ac.id/2010/02/10/bahaya-soft-drink/) [Diakses: 21 Februari 2014]
- Currie, Jeffrey. 2013. *Industry Office of Chief Economst*. Di ambil dari : <http://industry.update.mandiri.com> [Diakses: 19 April 2014]
- Dilapanga. 2008. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi soft drinks pada siswa smp negeri 1 ciputat tahun 2008*. Di ambil dari [:http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21455/4/Chapter%20II.pdf](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21455/4/Chapter%20II.pdf) [Diakses: 19 April 2014]
- Dorland, W.A.N., 2002. Dalam: Hartanto, H. *et al. Kamus Kedokteran Dorland*. Edisi 29. Jakarta: EGC.
- Euromonitor Internasional dalam Kompas edisi 1 Mei 2009
- Fowler. 2008. *Diet Soda Meningkatkan Resiko Obesitas*. Diambil dari : <http://www.pasarinfo.com>. [Diakses: 19 April 2014]
- Hector, Debra dkk. 2009. *Soft Drinks, Weight Status and Health:A Review* Di ambil dari [:http://www0.health.nsw.gov.au/pubs/2009/pdf/soft\\_drinks\\_report.pdf](http://www0.health.nsw.gov.au/pubs/2009/pdf/soft_drinks_report.pdf) [Diakses: 25 Maret 2014]
- Hardi. 2010. *Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi terhadap soft drink pada siswa kelas xi sma sutomo 1 medan tahun 2010*. Di ambil dari [:http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21455/4/Chapter%20II.pdf](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21455/4/Chapter%20II.pdf) [Diakses: 21 Februari 2014]
- Horst, K., 2009. *The School Food Environment: Association with Adolescent Soft Drink and Snack Consumption*. In: *ENDORSE: Enviromental Determinants of Overweight in Rotterdam Schoolchildren*. Rotterdam: Erasmus MC. Di ambil dari [:http://publishing.eur.nl/ir/repub/asset/16933/091007.pdf](http://publishing.eur.nl/ir/repub/asset/16933/091007.pdf). [Diakses: 21 Februari 2014]
- Jacobson, M.F., 2008. *Liquid Candy -- How Soft Drinks Are Harming Americans' Health, Diet and Diabetes Homepage*. Diambil dari [:http://www.karlloren.com/diet/p24.htm](http://www.karlloren.com/diet/p24.htm). [Diakses: 21 Februari 2014]
- Kurniawan, Rifky. 2000. *Factor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman ringan dan suplemen pada remaja di SMUN 70 dan SMUN 72 Jakarta*. Diambil dari [:http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/22686/A00rku.pdf](http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/22686/A00rku.pdf) [Diakses: 21 Februari 2014]
- Lin, Julie, Curhan, Gary. 2011. *Association of Sugar and Artificially Sweetened Soda with Albuminuria and Kidney Function Decline in Women*. Diambil dari : [www.cjasn.org](http://www.cjasn.org) [Diakses: 5 Maret 2014]
- Manuel, Pietro, dkk. 2013. *Soda and Other Beverages and Risk of Kidney Stone*. Di ambil dari : [www.cjasn.org](http://www.cjasn.org) [Diakses: 5 Maret 2014]
- Notoatmodjo, S., 2007. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Dalam Kesehatan Masyarakat: Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Sarwono. S.W. 2011. Psikologi Remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono.Dr.prof. 2011. *Metode penelitian kombinasi (mixed method)*. Bandung: alfabeta Bandung.
- Susanto, Riani. 2013. *The Detox Lifestyle: Natural Ways to be Healthy*. Jakarta: Trubus.
- Sumarwan, Ujang. 2011. *Perilaku Konsumen ( Teori dan Penerapannya dalam Pemasaran )*. Bogor : Ghalia Indonesia. Di ambil dari : <http://ebookbrowse.net/gdoc.php?id=467557082&url=0ef8f35901cf807c1564bbc6895b060a> [Diakses: 5 Maret 2014]
- Whitney, Ellie and Rolfes Sharon Rady. *Understanding Nutrition. 10th ed.* USA : Peter Marshall.
- WHO, 2000. *The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and It's Treatment*, International Association for The Study of Obesity. Di ambil dari :[http://www.diabetes.com.au/pdf/obesity\\_report.pdf](http://www.diabetes.com.au/pdf/obesity_report.pdf). [Diakses: 5 Maret 2014]