

# HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, SIKAP, DAN TEMAN SEBAYA DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD* PADA REMAJA DI SMAN 6 DEPOK

Cahya Wulandari Puspa Ningrum

## Abstrak

Remaja merupakan masa saat individu cenderung merasa labil serta mudah dipengaruhi lingkungan dan perkembangan zaman. Salah satunya berdampak pada perubahan pola makan yang sehat, maupun pola makan yang tidak sehat seperti konsumsi *fast food*. Pola konsumsi *fast food* pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan gizi, sikap, dan teman sebaya. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku terhadap pemilihan makanan, remaja rentan terhadap pengaruh teman sebaya sehingga dapat memiliki perilaku mengonsumsi *fast food*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, sikap, dan teman sebaya dengan pola konsumsi *fast food* pada remaja di SMAN 6 Depok. Penelitian menggunakan desain studi *cross sectional* dengan teknik *stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 108 partisipan. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner. Pengolahan data menggunakan uji *chi square*. Berdasarkan hasil uji statistik, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi *fast food* ( $p\text{-value}=0,286$ ). Terdapat hubungan antara sikap ( $p\text{-value}=0,000$ ), teman sebaya ( $p\text{-value}=0,035$ ) dengan pola konsumsi *fast food*. Pengetahuan remaja mengenai pola konsumsi makanan bergizi seimbang perlu ditingkatkan dan didukung dengan sikap, serta teman yang baik agar berdampak pada pola konsumsi makan yang sehat.

**Kata Kunci** : Makanan Siap Saji, Pengetahuan Gizi, Sikap, Teman Sebaya

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITION KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND PEERS WITH FAST FOOD CONSUMPTION PATTERNS IN ADOLESCENTS AT SMAN 6 DEPOK**

**Cahya Wulandari Puspa Ningrum**

## **Abstract**

Adolescence is a period when individuals tend to feel unstable and are easily influenced by the environment and the passage of time. One of the impacts is healthy as well as unhealthy eating patterns, such as consumption of fast food. Various factors influence fast food consumption patterns in adolescents, such as nutritional knowledge, attitudes, and peers. Nutritional knowledge can influence attitudes and behaviors toward food choices. Adolescents are vulnerable to peer influence, which may affect their fast-food consumption behaviors. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional knowledge, attitude, and peers with fast-food consumption patterns among adolescents at SMAN 6 Depok. This study used a cross-sectional design with a stratified random sampling technique. The sample involved 108 participants. Data was collected by filling out questionnaires. Data processed using the chi-square test. Based on the statistical tests, there is no relationship between nutritional knowledge and fast-food consumption patterns ( $p$ -value = 0.286). There is a relationship between attitude ( $p$ -value = 0.000), peers ( $p$ -value = 0.035), and fast-food consumption patterns. Increased balanced nutritious food-related knowledge as well as good attitudes and peers are needed to create an impact on healthy eating patterns.

**Keywords** : Fast Food, Nutritional Knowledge, Attitude, Peers