

Analisis Faktor Karakteristik Orangtua Terhadap Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Pada Remaja Siswa Kelas XI SMAIT Ukhuwah Banjarmasin

St. Hateriah^{1*}, Esti Yuandari²

^{1,2}Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Universitas Sari Mulia

*Corresponding Author e-mail: siti.hateriah@gmail.com

Abstract: Parents have a role in influencing teenagers to consume fast food. Mothers who don't have time to prepare food at home because they are busy cause teenagers to use fast food as an alternative food. The aim of this research is to analyze parental characteristics regarding the frequency of fast food consumption in adolescents. This type of quantitative research uses descriptive observational with a cross sectional design. The research objects were Class XI students at SMAIT Ukhuwah Banjarmasin with a population of 173 students. Sampling used a simple random sample (Simple Random Sampling) totaling 52 people. The results of the research show that there is no influence of parental characteristics on the frequency of fast food consumption in adolescents, namely father's education with a *p* value of 0.14, Mother's education with a *p* value of 0.80, father's occupation with a *p* value of 0.70, Mother's occupation *p* value 0.62 and parents' income *p* value 0.83. The types of fast food that are most often consumed are Kentucky chicken, instant noodles and nugget. The frequency of fast food consumption shows that the most students are in the category "Frequently (>3x per week) as many as 31 people (59.6%), while the "Rarely" category ($\leq 3x$ per week) was 21 people (40.4%). Descriptively, fast food consumption occurs more often in higher education groups in the PT category. The occupation of self-employed parents in fast food consumption is more dominant in the "Frequent" category, because job flexibility allows time and income to access fast food more easily. The group with the highest income continues to show dominance in fast food consumption in the "Frequent" category. There is a need to increase awareness of teenagers and families about the importance of maintaining a healthy and balanced diet.

Keywords: Fast food, Frequency, Fast food, , Behavior, Adolescents

Abstrack: Orang tua memiliki peran untuk mempengaruhi remaja mengkonsumsi *fast food*. Ibu yang tidak sempat menyiapkan makanan di rumah karena kesibukan mengakibatkan remaja menjadikan fast food sebagai makanan alternatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis karakteristik orangtua terhadap frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan deskriptif observasional dengan desain cross sectional. Objek penelitian adalah siswa Kelas XI SMAIT Ukhuwah Banjarmasin dengan jumlah populasi sebanyak 173 siswa, penarikan sampel menggunakan sampel acak sederhana (*Simple Random sampling*) yang berjumlah 52 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh faktor karakteristik orang tua terhadap frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja yaitu Pendidikan ayah dengan *p* value 0,14, Pendidikan Ibu dengan *p* value 0,80, Pekerjaan Ayah dengan *p* value 0,70, Pekerjaan Ibu *p* value 0,62 dan Penghasilan orangtua *p* value 0,83. Jenis makanan *fast food* yang paling sering dikonsumsi adalah ayam kentucky, mie instan dan nugget. Frekuensi konsumsi *fast food* menunjukkan bahwa siswa paling banyak dengan kategori "Sering (>3x per minggu) sebanyak 31 orang (59,6%), sedangkan kategori "Jarang" ($\leq 3x$ per minggu) sebanyak 21 orang (40,4 %). Secara deskriptif, bahwa konsumsi *fast food* lebih sering terjadi pada kelompok pendidikan yang lebih tinggi kategori PT. Pekerjaan orangtua Wiraswasta dalam konsumsi *fast food* lebih dominan pada kategori "Sering," karena fleksibilitas pekerjaan memungkinkan waktu dan pendapatan untuk mengakses *fast food* lebih mudah. Kelompok dengan penghasilan tertinggi tetap menunjukkan dominasi konsumsi *fast food* dalam kategori "Sering". Perlu meningkatkan kesadaran remaja dan keluarga tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan seimbang.

Kata Kunci: *Fast food*, Frekuensi, Makanan cepat saji, Perilaku, Remaja

Pendahuluan

Pola pemikiran masyarakat yang serba cepat menyebabkan manusia menginginkan segala sesuatunya menjadi serba instant, sehingga kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji saat ini. Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan yang disiapkan dan disajikan secara cepat. Menurut (Nurwijayanti N, 2018) yang menyatakan bahwa pola



makan menunjukkan cara seseorang dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan nutrisi bagi seseorang yang diwujudkan dalam bentuk konsumsi jenis makanan, waktu makan dan frekuensi makan. Pergeseran konsep makan bangsa Indonesia merupakan contoh konkret dampak adanya pengaruh budaya asing yang masuk ke dalam tubuh manusia bangsa Indonesia. Salah satu bentuk pergeseran konsep makan yaitu menjamurnya makanan cepat saji atau yang sering disebut *fast food* di Indonesia ((Widyastuti DA,2018)).

Kehadiran makanan cepat saji dalam industri makanan di Indonesia juga bisa mempengaruhi pola makan kaum remaja di kota. Khususnya bagi remaja tingkat menengah ke atas, restoran makanan cepat saji merupakan tempat yang tepat untuk bersantai. Makanan di restoran *fast food* ditawarkan dengan harga terjangkau dengan kantong mereka, servisnya cepat dan jenis makanannya memenuhi selera. Makanan cepat saji umumnya mengandung energi, kadar lemak, gula dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Makanan cepat saji adalah gaya hidup remaja (Wandansari DN, 2015)

Remaja adalah golongan yang paling mudah terkena pengaruh budaya dari luar bukan hanya penampilan fisik tetapi perubahan gaya hidup dan pola dalam konsumsi makanan. Usia remaja (10-18 tahun) merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab, karena usia remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi untuk peningkatan pertumbuhan fisik. Adanya perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan.. Pada masa remaja pemilihan makanan juga tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi juga untuk bersosialisasi, dan kesenangan. Makanan merupakan kebutuhan pokok untuk perkembangan dan pertumbuhan, sehingga remaja harus mengkonsumsi makanan yang bergizi baik kualitas maupun kuantitasnya.

Berdasarkan data World Health Organisation (WHO) tahun 2020 diketahui bahwa 80% remaja di dunia sering mengkonsumsi *fast food* yang terdiri dari 50% makan pagi. Saat ini banyak remaja yang menyukai makanan cepat saji atau *fast food*. Di kota besar banyak dijumpai remaja mengkonsumsi makanan cepat saji atau *fast food*. Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan yang tersedia dalam waktu cepat dan siap disantap. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan beberapa faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas. (Hanafi S, Hafid W, 2019).

Perubahan pola perilaku hidup sebagai dampak perbaikan tingkat hidup dan kemajuan teknologi juga mendorong terjadinya perubahan pola makan dan kebiasaan makan. Seperti kenaikan penghasilan keluarga secara bertahap dapat mempengaruhi pola makan dan kebiasaan makan. Kemampuan daya beli yang lebih mendorong untuk dapat mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang diinginkan.(Putri, 2014)

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis deskriptif observasional dengan desain cross sectional melalui pendekatan kuantitatif untuk mengetahui faktor karakteristik orangtua yaitu Pendidikan, Pekerjaan dan Penghasilan orangtua terhadap frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja.

Populasi dan Sampel:

Objek penelitian adalah siswa XI SMAIT Ukhuwah Banjarmasin dengan jumlah populasi sebanyak 173 siswa, penarikan sampel menggunakan sampel acak sederhana (*Simple Random sampling*) menurut Sugiyono, (2017) sampel acak sederhana (*Simple Random sampling*) adalah pengambilan anggota sampel dari populasi secara acak tanpa

memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut dengan sampel sebanyak 52 orang.

Instrumen Pengumpulan Data:

Data akan dikumpulkan melalui kuesioner, Pengumpulan data melalui kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab. Menurut Sugiyono (2017:142) angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Prosedur:

Pertama adalah Perencanaan yang meliputi penyusunan laporan penelitian dan mengurus perizinan, kedua adalah Persiapan meliputi menyusun instrumen penelitian dan jadwal penelitian, ketiga adalah Pelaksanaan meliputi pengumpulan dan pengolahan data, keempat Pelaporan yang meliputi penyajian data, analisis data, hasil penelitian dan publikasi.

Hasil dan Pembahasan

Hasil:

Masa remaja merupakan bagian penting dalam perjalanan hidup seorang manusia. Masa tersebut merupakan masa peralihan dari fase anak-anak menjadi dewasa, atau juga dapat disebut sebagai 'in between periode' (Shidiq AF, Raharjo ST, 2028)

Fast food, atau yang biasa disebut juga makanan cepat saji adalah bagian dari makanan yang berasal dari Amerika. *Fast food* mengandung kalori, lemak, protein, gula dan garam yang relatif tinggi dan rendah serat. Jika dikonsumsi secara berkesinambungan dan berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih. (Afifah LP, 2017)

Konsumsi makanan yang kurang sehat, seperti *fast food*, akan mempengaruhi kesehatan remaja. *Fast food* mengandung kalori, lemak, protein, gula dan garam yang relatif tinggi dan rendah serat. Jika *fast food* dikonsumsi secara berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih dan penyakit di masa mendatang. Berdasarkan data dari Global School Healty Survey tahun 2015 bahwa remaja yang tidak pernah sarapan (65,2%), kurang mengkonsumsi buah dan sayur (93%), dan sering konsumsi makanan berpenyedap (75%), jika dikonsumsi secara terus menerus akan menjadi suatu kebiasaan perilaku pola makan yang kurang sehat, hal ini bisa meicu dan meningkatkan resiko penyakit tidak menular. (Kementrian kesehatan, 2019)

1. Pendidikan Orangtua

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 52 orangtua siswa didapatkan tingkat pendidikan ayah paling tinggi adalah PT sebanyak 33 orang (40,24%), SMA sebanyak 12 orang (14,63%), sedangkan Pendidikan Ibu juga paling banyak adalah PT 29 orang (35,37 %) SMA sebanyak 20 orang (40,24).

Tabel. 1 Pendidikan Orangtua

Pendidikan Orangtua	n	%
Pendidikan Ayah		
1. SD	1	1,22%
2. SMP	6	7,32%
3. SMA	12	14,63%
4. PT	33	40,24%
Total	52	63%

Pendidikan Ibu		
1. SD	2	2,44%
2. SMP	1	1,22%
3. SMA	20	24,39%
4. PT	29	35,37%
Total	52	63%

Sumber : Data primer 2024

2. Pekerjaan Orangtua

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 52 orangtua siswa didapatkan jenis pekerjaan ayah paling banyak adalah Wiraswasta sebanyak 21 orang (25,61%), sebagai Pegawai Negeri 15 orang (18,29%), Pegawai Swasta sebanyak 13 orang (15,85%), TNI/Polri hanya 3 orang (3,66%), sedangkan Pekerjaan Ibu juga paling banyak adalah Wiraswasta sebanyak 25 orang (30,49 %), Pegawai Negeri sebanyak 10 orang (21,17%), dan Pegawai Swasta sebanyak 8 (9,76%.. Data Pekerjaan Orangtua siswa adalah sebagai berikut :

Tabel. 2 Pekerjaan Orangtua Siswa

Pekerjaan Orangtua	n	%
Pekerjaan Ayah		
1. Pegawai Negeri	15	18,29%
2. Pegawai Swasta	13	15,85%
3. TNI / POLRI	3	3,66%
4. Wiraswasta	21	25,61%
Total	52	63%
Pekerjaan Ibu		
1. Pegawai Negeri	19	23,17%
2. Pegawai Swasta	8	9,76%
3. TNI / POLRI	0	0,00%
4. Wiraswasta	25	30,49%
Total	52	63%

Sumber : Data primer 2024

3. Penghasilan Orangtua Siswa

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 52 orangtua siswa didapatkan jumlah rata-rata penghasilan orangtua paling banyak adalah lebih dari Rp. 10.000.000,- sebanyak 26 orang (31,71%), penghasilan antara Rp. 5.000.000 – Rp. 10.000.000 sebanyak 18 orang (21,95%), sedangkan penghasilan antara Rp. 3.000.000 – Rp. 5.000.000 sebanyak 8 orang (9,76%). Data Penghasilan Orangtua siswa adalah sebagai berikut :

Tabel. 3 Penghasilan Orangtua Siswa

Penghasilan Orangtua	n	Persentase
1 : < Rp. 3000.000	0	0,00%
2 : Rp. 3.000.000 - Rp. 5.000.000	8	9,76%
3 : Rp. 5.000.000 - Rp. 10.000.000	18	21,95%
4 : > Rp. 10.000.000	26	31,71%
Total	52	63%

Sumber : Data primer 2024

4. Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast food*)

Jumlah minimum frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dalam seminggu pada satu bulan terakhir adalah 0 kali dan nilai maksimum adalah 6 kali, sehingga didapatkan nilai median 3 kali dalam seminggu.

Datanya dapat dilihat pada grafik berikut :



Sumber : Data primer 2024

Grafik. 1 Frekuensi Konsumsi *Fast food*

Berdasarkan grafik 1 tentang Frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa kelas XI di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin menunjukkan bahwa siswa responden paling banyak dengan kategori “Sering (>3x per minggu) sebanyak 31 orang (59,6%), sedangkan kategori “Jarang” (≤3x per minggu) sebanyak 21 orang (40,4 %).

5. Jenis Makanan cepat saji (*Fast food*) Yang Sering Dikonsumsi.

Jenis makanan cepat saji (*fast food*) yang paling sering dikonsumsi adalah “Ayam Kentucky, Mie Instan dan Nuget.



Sumber : Data primer 2024

Grafik. 2 Jenis *Fast food* yang sering konsumsi

Analisis bivariat

Analisis bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga mempengaruhi antara variabel independen dengan menggunakan uji *chi square* yaitu Pengaruh Pendidikan, Pekerjaan, dan Penghasilan Orangtua terhadap konsumsi makanan siap saji (*fast food*) Kelas XI di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin.

Analisis Karakter Orangtua terhadap Frekuensi konsumsi *Fast food*.

Karakteristik orangtua terdiri dari variabel Pendidikan Orangtua, Pekerjaan Orangtua, dan Penghasilan Orangtua.

Tabel. 4 Analisis Berdasarkan Pendidikan Ayah Terhadap Frekuensi Konsumsi (*Fast food*)

Pendidikan Ayah	Frekuensi Konsumsi <i>fast food</i>				Total	%	P - Value
	Jarang	%	Sering	%			
1. SD	0	0,0	1	100	1	100	0,14
2. SMP	4	66,7	2	33,3	6	100	
3. SMA	7	58,3	5	41,7	12	100	
4. PT	10	30,3	23	69,7	33	100	
Total	21	40,4	31	59,6	52		

Sumber : Data Primer 2024

Hasil analisis karakteristik orangtua berdasarkan Pendidikan Ayah didapatkan bahwa Pendidikan Ayah yang memiliki frekuensi konsumsi *fast food* dengan kategori “Sering” tertinggi adalah Perguruan Tinggi (PT) sebanyak 23 orang (69,7 %), sedangkan Pendidikan ayah dengan kategori “Jarang” konsumsi *fast food* tertinggi adalah SMP sebesar 66.7%. berdasarkan uji statistik didapatkan p-value sebesar 0,14 maka tidak ada pengaruh antara pendidikan ayah dan frekuensi konsumsi *fast food*. terdapat kecenderungan bahwa responden dengan ayah berpendidikan lebih tinggi (PT) lebih sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Tabel. 5 Analisis Berdasarkan Pendidikan Ibu Terhadap Frekuensi Konsumsi (*Fast food*)

Pendidikan Ibu	Frekuensi Konsumsi <i>fast food</i>				Total	%	P - Value
	Jarang	%	Sering	%			
1. SD	1	50,0	1	50	2	100	0,80
2. SMP	0	0,0	1	100,0	1	100	
3. SMA	9	45,0	11	55,0	20	100	
4. PT	11	37,9	18	62,1	29	100	
Total	21	40,4	31	59,6	52		

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa responden Pendidikan Ibu dengan kategori “Sering” dalam mengonsumsi *fast food* tertinggi adalah PT yaitu 18 orang (62,1%), dengan p-value 0,80 artinya tidak ada pengaruh antara pendidikan Ibu terhadap frekuensi konsumsi *fast food*. Responden dengan ibu yang berpendidikan lebih tinggi (PT) cenderung lebih sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan dengan kelompok Pendidikan Ibu yang lain. Walaupun tidak signifikan secara statistik namun tingkat pendidikan ibu menunjukkan tren, dimana pendidikan lebih tinggi memiliki proporsi konsumsi *fast food* yang lebih sering.

Tabel. 6 Analisis Berdasarkan Pekerjaan Ayah Terhadap Frekuensi Konsumsi (*Fast food*)

Pekerjaan Ayah	Frekuensi Konsumsi <i>fast food</i>				Total	%	P - Value
	Jarang	%	Sering	%			
1. Pegawai Negeri	5	33,3	10	67	15	100	0,70
1. Pegawai Swasta	6	46,2	7	53,8	13	100	
2. TNI / POLRI	2	66,7	1	33,3	3	100	

3. Wiraswasta	8	38,1	13	61,9	21	100
Total	21	40,4	31	59,6	52	

Sumber : Data Primer 2024

Dari data tabel 6 menunjukkan bahwa responden dengan Pekerjaan Ayah sebagai “Wiraswasta” paling tinggi pada kategori “Sering” sebanyak 13 orang (61,9 %). Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai p-value 0,70, artinya tidak ada pengaruh antara Pekerjaan ayah terhadap frekuensi konsumsi *fast food*. Responden dengan ayah sebagai “Wiraswasta” memiliki kecenderungan lebih sering dalam mengonsumsi *fast food*. Meskipun tidak signifikan secara statistik, jenis pekerjaan ayah dapat menunjukkan variasi dalam pola konsumsi *fast food*.

Tabel. 7 Analisis Berdasarkan Pekerjaan Ibu Terhadap Frekuensi Konsumsi (*Fast food*)

Pekerjaan Ibu	Frekuensi Konsumsi <i>fast food</i>				Total	%	P - Value
	Jarang	%	Sering	%			
1. Pegawai Negeri	8	42,1	11	58	19	100	0,62
2. Pegawai Swasta	2	25,0	6	75,0	8	100	
3. Wiraswasta	11	44,0	14	56,0	25	100	
Total	21	40,4	31	59,6	52		

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 7 didapatkan bahwa responden dengan Pekerjaan Ibu dalam Konsumsi *Fast food* paling tinggi pada Pekerjaan “Wiraswasta” dengan kategori “Sering” sebanyak 14 orang (56 %). Dari uji statistik didapatkan nilai p-value 0,62 karena nilai $p > 0,05$ maka tidak ada pengaruh antara pekerjaan ibu dan frekuensi konsumsi *fast food*. Interpretasi awal menunjukkan bahwa mayoritas ibu dengan pekerjaan apa pun lebih sering mengonsumsi *fast food* dibandingkan jarang.

Tabel. 8 Analisis Berdasarkan Penghasilan Orangtua Terhadap Frekuensi Konsumsi (*Fast food*)

Penghasilan Orangtua	Frekuensi Konsumsi <i>fast food</i>				Total	%	P - Value
	Jarang	%	Sering	%			
1 : < Rp. 3000.000	0		0				0,83
2 : Rp. 3.000.000 - Rp. 5.000.000	4	50,0	11	50	8	100	
3 : Rp. 5.000.000 - Rp. 10.000.000	7	38,9	6	61	18	100	
4 : > Rp. 10.000.000	10	38,5	14	62	26	100	
Total	21	40,4	31	59,6	52		

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa responden dengan Penghasilan Orangtua dalam mengonsumsi *fast food* yang paling tinggi adalah penghasilan orangtua lebih dari 10.000.000 dengan kategori “Sering” sebanyak 14 orang (62 %). Dari uji statistik didapatkan nilai p-value sebesar 0,83 artinya tidak ada pengaruh penghasilan orangtua terhadap frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa.

Pembahasan

Dalam penelitian ini yakni menganalisis karakteristik orangtua siswa yaitu Pendidikan, Pekerjaan, dan Penghasilan terhadap frekuensi dalam mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa kelas XI SMAIT Ukhuwah Banjarmasin.

Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan yang disiapkan dan disajikan secara cepat. (Hanafi S, Hafid W, 2019) menyatakan bahwa pola makan menunjukkan cara seseorang dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan nutrisi bagi seseorang yang diwujudkan dalam bentuk konsumsi jenis makanan, waktu makan dan frekuensi makan. Masalah perubahan gaya hidup pada remaja biasanya timbul dan menjadi pengaruh yang cukup besar untuk kebiasaan makan pada remaja, dimana remaja mulai untuk berinteraksi dengan lingkungan yang memiliki pengaruh lebih banyak dan remaja juga mulai mengalami pembentukan perilaku, yang membuat remaja untuk lebih aktif, memilih lebih sering makan di luar rumah, serta banyak mendapat pengaruh dalam menentukan pilihan makanan yang akan dimakan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Hateriah, 2024) mengatakan bahwa peran orangtua sangat penting terutama untuk asupan makanan yang dikonsumsi oleh siswa. Makanan cepat saji (*fast food*) adalah makanan yang paling cepat dan praktis untuk disajikan. Hasil penelitian yang didapatkan bahwa sebagian besar orangtua tidak berpengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji sebanyak 50 orang (61%) artinya orangtua selalu memantau makanan yang dikonsumsi oleh siswa setiap hari dan tidak menyajikan makanan cepat saji (*fast food*) untuk sarapan.

1. Analisis berdasarkan Pendidikan Orangtua

a. Pendidikan Ayah

Dari total 52 responden, 21 orang (40,4%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori jarang, sedangkan 31 orang (59,6%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori sering. P-value sebesar 0,14 ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan secara statistik antara tingkat pendidikan ayah dan frekuensi konsumsi *fast food*. Artinya, tingkat pendidikan ayah tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap pola konsumsi *fast food*. Pola konsumsi *fast food* cenderung lebih sering terjadi pada kelompok pendidikan ayah yang lebih tinggi, terutama pada kategori PT, sebaliknya, responden dengan ayah berpendidikan SMP dan SMA lebih banyak melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori jarang. Dominasi konsumsi *fast food* pada kategori "Sering" mencerminkan bahwa pendidikan tinggi tidak selalu sejalan dengan penghindaran *fast food*. Hal ini bisa disebabkan oleh gaya hidup yang sibuk atau pilihan kepraktisan.

Tidak sejalan dengan penelitian (Kim H, 2021) bahwa Ayah dengan pendidikan rendah lebih cenderung memilih *fast food* karena kepraktisan dan keterbatasan waktu, sementara ayah dengan pendidikan tinggi lebih cenderung memasukkan pola makan sehat dalam rutinitas keluarga. Penelitian juga yang dilakukan oleh (Rahmawati A, 2021) mengatakan dalam konteks keluarga Indonesia, pendidikan ayah yang lebih tinggi berkorelasi dengan pembatasan konsumsi *fast food* pada remaja Pendidikan tinggi memberi akses pada wawasan tentang nutrisi dan kemampuan ekonomi untuk memilih makanan yang lebih sehat.

b. Pendidikan Ibu

Dari total 52 responden, 21 orang (40,4%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori jarang, sedangkan 31 orang (59,6%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori sering. Secara deskriptif, konsumsi *fast food* lebih sering terjadi pada kelompok pendidikan ibu yang lebih tinggi, terutama pada kategori SMA dan PT.

Namun, secara statistik, hubungan antara pendidikan ibu dan frekuensi konsumsi *fast food* tidak signifikan. Hal ini berarti perbedaan pola konsumsi antar kelompok pendidikan ibu mungkin dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak tercakup dalam data ini. Meskipun ibu berpendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan lebih baik tentang pola makan sehat, konsumsi *fast food* tetap tinggi karena lebih terkait dengan gaya hidup atau kepraktisan.

Penelitian yang tidak sejalan dengan hasil penelitian ini dilakukan oleh (Brown J, Smith L, Taylor H, 2020) tentang Hubungan pendidikan Ibu dengan Pola Makan Anak menunjukkan bahwa Pendidikan ibu yang lebih tinggi berkorelasi dengan konsumsi *fast food* yang lebih rendah pada anak-anak dan remaja. Sehingga Ibu berpendidikan tinggi lebih sadar akan pentingnya makanan bergizi dan cenderung memasak di rumah. Selain itu penelitian (Putri W, 2021) mengatakan bahwa remaja yang ibunya memiliki pendidikan tinggi lebih jarang mengonsumsi *fast food*. Pendidikan ibu berperan penting dalam pengambilan keputusan makanan keluarga. Ibu dengan pendidikan tinggi lebih terlibat dalam memilih makanan sehat dan memberikan edukasi tentang risiko konsumsi *fast food*.

2. Analisis berdasarkan Pekerjaan Orangtua

a. Pekerjaan Ayah

Dari total 52 responden, 21 orang (40,4%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori jarang, sedangkan 31 orang (59,6%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori sering. P-value sebesar 0,7 ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan secara statistik antara pekerjaan ayah dan frekuensi konsumsi *fast food*. Artinya, jenis pekerjaan ayah tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap pola konsumsi *fast food*. Konsumsi *fast food* paling sering terjadi pada keluarga dengan ayah yang bekerja sebagai Pegawai Negeri (67%) dan Wiraswasta (61,9%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Meyer J, 2019) bahwa Keluarga dengan ayah yang memiliki pekerjaan dengan jam kerja panjang lebih cenderung mengonsumsi *fast food* secara lebih sering. Ayah yang bekerja lebih lama atau dalam pekerjaan yang menuntut waktu tidak dapat mengawasi pola makan anak-anak mereka dengan baik. Hal ini meningkatkan ketergantungan pada makanan cepat saji karena praktis dan cepat. Pekerjaan ayah, terutama yang mengharuskan mereka bekerja dalam jam panjang atau menuntut waktu banyak di luar rumah, dapat memengaruhi peningkatan konsumsi *fast food* pada remaja. Sebaliknya, ayah dengan pekerjaan fleksibel atau yang memiliki waktu lebih banyak di rumah cenderung lebih terlibat dalam membentuk pola makan anak. Penelitian (Zogara AU, 2022) mengatakan bahwa tidak ada hubungan pekerjaan ayah dengan perilaku konsumsi *fast food* pada remaja putri.

b. Pekerjaan Ibu

Dari total 52 responden, 21 orang (40,4%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori jarang, sedangkan 31 orang (59,6%) melaporkan konsumsi *fast food* dalam kategori sering. P-value sebesar 0,62 ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara pekerjaan ibu dan frekuensi konsumsi *fast food*. Artinya, jenis pekerjaan ibu tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap pola konsumsi *fast food* dalam data ini. Konsumsi *fast food* "sering" paling tinggi terjadi pada keluarga dengan ibu yang bekerja sebagai Pegawai Swasta (75%).

Penelitian (Zogara AU, 2022) mengatakan bahwa tidak ada hubungan pekerjaan ayah dengan perilaku konsumsi *fast food* pada remaja putri. Remaja dalam keluarga dengan ibu yang bekerja penuh waktu cenderung lebih sering mengonsumsi *fast food*

karena alasan praktis. Ketika ibu tidak ada di rumah atau sibuk bekerja, anak-anak memilih *fast food* sebagai alternatif yang lebih mudah dan cepat diakses. Sejalan dengan penelitian (Smith A, 2017) mengatakan bahwa anak-anak dari ibu yang bekerja penuh waktu lebih cenderung mengonsumsi *fast food* dibandingkan dengan anak-anak dari ibu yang bekerja paruh waktu atau tidak bekerja. Ketika ibu bekerja penuh waktu, mereka memiliki lebih sedikit waktu untuk menyiapkan makanan sehat di rumah, sehingga anak-anak lebih memilih *fast food* karena praktis dan cepat. Hasil penelitian (Kim H, 2021) juga mengatakan bahwa Keluarga dengan ibu yang bekerja penuh waktu atau memiliki pekerjaan dengan jam kerja panjang sering kali memiliki tingkat konsumsi *fast food* yang lebih tinggi pada anak-anak mereka. Ibu yang bekerja dengan jam kerja panjang atau penuh waktu sering kesulitan menyediakan makanan sehat di rumah, dan *fast food* menjadi pilihan yang lebih mudah dan cepat.

3. Analisis berdasarkan Penghasilan Orangtua

Konsumsi *fast food* dalam kategori "Sering" lebih dominan pada keluarga dengan penghasilan Rp 5.000.000 - Rp 10.000.000 (61%) dan > Rp 10.000.000 (62%). P-value sebesar 0,83 ($p > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan secara statistik antara penghasilan orangtua dan frekuensi konsumsi *fast food*. Artinya, tingkat penghasilan orangtua tidak memiliki pengaruh yang berarti terhadap pola konsumsi *fast food* dalam data ini, tidak ada bukti kuat bahwa tingkat penghasilan orangtua secara langsung berhubungan dengan seberapa sering keluarga mereka mengonsumsi *fast food*.

Makanan cepat saji sering dikonsumsi bukan hanya karena kemampuan finansial, tetapi juga karena gaya hidup modern, kepraktisan, atau preferensi rasa. *Fast food* sering kali dianggap sebagai makanan yang relatif terjangkau oleh berbagai kelompok ekonomi. Hal ini membuatnya mudah diakses oleh keluarga dengan penghasilan rendah maupun tinggi. Orang tua dengan penghasilan lebih rendah akan mengalokasikan sebagian kecil penghasilan mereka untuk membeli *fast food*, sementara orang tua dengan penghasilan lebih tinggi akan mengalokasikan jumlah yang lebih besar. Namun, kedua kelompok tetap bisa memiliki frekuensi konsumsi yang sama. Penelitian yang dilakukan oleh (Roberts T, 2020) mengatakan bahwa keluarga dengan penghasilan menengah mengonsumsi *fast food* dengan frekuensi sering hal ini terkait dengan gaya hidup sibuk kedua orang tua yang bekerja. Penghasilan menengah memungkinkan akses ke *fast food* sebagai solusi praktis, tetapi keluarga ini juga cenderung memperhatikan keseimbangan makanan sehat.

4. Analisis berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast food*)

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan didapatkan bahwa Frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa kelas XI di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin menunjukkan bahwa siswa responden paling banyak dengan kategori "Sering (>3x per minggu) sebanyak 31 orang (59,6%), sedangkan kategori "Jarang" ($\leq 3x$ per minggu) sebanyak 21 orang (40,4 %). Jumlah minimum frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dalam seminggu pada satu bulan terakhir dengan nilai minimum adalah 0 kali dan nilai maksimum adalah 6 kali, sehingga didapatkan nilai median 3 kali dalam seminggu. Hal tersebut bisa dikatakan bahwa siswa hampir setiap hari mengonsumsi makanan *fast food*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pascaramadhani R, 2014), bahwa nilai maksimum konsumsi *fast food* sebesar 5x dalam seminggu dengan frekuensi konsumsi *fast food* Sering ($\geq 3x$ per minggu) lebih rendah dari penelitian ini. Selain itu penelitian yang juga dilakukan oleh (15) didapatkan frekuensi konsumsi *fast food* dengan

kategori sering (>3x/minggu) yaitu sebesar (48%), nilai maksimum frekuensi konsumsi *fast food* sebesar 10,5x dalam seminggu.

5. Analisis berdasarkan Jenis Makanan cepat saji (*Fast food*) Yang Sering Dikonsumsi.

Makanan di restoran *fast food* ditawarkan dengan harga terjangkau dengan kantong mereka, servisnya cepat dan jenis makanannya memenuhi selera. Makanan cepat saji umumnya mengandung energi, kadar lemak, gula dan sodium (Na) yang tinggi tetapi rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Makanan cepat saji adalah gaya hidup remaja (Putri A, 2016). Jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi adalah ayam kentucky sebanyak 165 kali, kemudian mie instan sebanyak 138 kali, dan nugget sebanyak 106. Penelitian (Pascaramadhani R, 2014) pada remaja SMA di Kabupaten Tangerang mendapatkan hasil yang sama yaitu jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi responden adalah *fried chicken* atau ayam kentucky karena di kota Banjarmasin banyak terdapat restoran dan warung makan yang menu utamanya adalah *fried chicken* atau ayam kentucky. Kehadiran makanan cepat saji dalam industri makanan di Indonesia juga bisa mempengaruhi pola makan kaum remaja di kota. Khususnya bagi remaja tingkat menengah ke atas, restoran makanan cepat saji merupakan tempat yang tepat untuk bersantai. Kebiasaan masyarakat khususnya kalangan remaja mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) karena dianggap praktis dan mengikuti tren gaya hidup. Penelitian juga yang sejalan adalah (Sari A, 2018) Ayam goreng cepat saji, seperti yang ditawarkan oleh KFC dan McDonald's, adalah salah satu jenis makanan cepat saji yang paling populer di kalangan remaja Indonesia karena harga yang relatif terjangkau, rasa yang cocok dengan selera lokal, dan adanya promosi paket keluarga atau paket hemat. Konsumsi ayam goreng meningkat terutama di kalangan remaja perkotaan yang sering makan di luar bersama teman-teman.

Kesimpulan

Pendidikan orangtua tidak menjadi faktor utama yang mempengaruhi perilaku konsumsi *fast food*. Secara deskriptif, bahwa konsumsi *fast food* lebih sering terjadi pada kelompok pendidikan yang lebih tinggi, terutama pada kategori Perguruan Tinggi (PT). Pekerjaan orangtua Wiraswasta dalam Konsumsi *fast food* lebih dominan pada kategori "Sering," kemungkinan karena fleksibilitas pekerjaan memungkinkan waktu dan pendapatan untuk mengakses *fast food* lebih mudah. Kelompok dengan penghasilan tertinggi tetap menunjukkan dominasi konsumsi *fast food* dalam kategori "Sering." Hal ini karena keluarga dengan pendapatan tinggi lebih mampu membeli makanan cepat saji tanpa mempertimbangkan keterbatasan anggaran. Konsumsi *fast food* lebih tinggi pada kelompok penghasilan menengah hingga tinggi, tetapi tidak berbeda secara signifikan dibandingkan dengan kelompok penghasilan rendah. Keluarga yang lebih sadar akan dampak kesehatan *fast food* mungkin cenderung membatasi konsumsinya, terlepas dari pendapatan. Frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan sosial, ekonomi, dan budaya. Jenis makanan cepat saji seperti ayam goreng, mie instan, nugget, kentang goreng dan burger menjadi pilihan utama di kalangan remaja. Faktor utama yang memengaruhi konsumsi termasuk harga, aksesibilitas, budaya makan di luar, pengaruh teman sebaya, dan promosi dari media sosial. Meskipun konsumsi ini memberikan kepuasan jangka pendek, edukasi mengenai pola makan sehat perlu ditingkatkan untuk mengurangi dampak negatif terhadap kesehatan remaja. Konsumsi yang terlalu sering dapat berdampak buruk pada kesehatan dan pola makan jangka panjang. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran remaja dan

keluarga tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan seimbang. Kebijakan yang mendukung aksesibilitas makanan sehat dengan harga terjangkau dapat membantu semua tingkatan penghasilan untuk mengurangi konsumsi *fast food*.

Daftar Pustaka

- Afifah, L.P., Suyatno, Aruben, R. & Kartini, A., 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), pp.706–713.
- Brown, J., Smith, L. & Taylor, H., 2020. Maternal education and its impact on children's dietary patterns: A global perspective. *Journal of Nutrition and Public Health*, 15(4), pp.327–338.
- Hanafi, S. & Hafid, W., 2019. Hubungan aktivitas fisik dan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat (The Journal of Public Health)*, 1(1), pp.6–10.
- Hateriah, S., Sarkiah, S., & Yuandari, E. (2024). Determinan Perilaku Konsumsi Makanan Fast Food Dengan Pendekatan Social Cognitive Theory Upaya Preventif Obesitas Pada Siswa Sma It Ukhuwah Banjarmasin. *DINAMIKA KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN*, 15(1), 43-56.
- Kementerian Kesehatan, 2019. Remaja Indonesia harus sehat [serial on internet].
- Kim, H., Lee, J. & Park, S., 2021. Impact of maternal employment on children's *fast food* consumption in Asian families. *Asian Journal of Nutrition and Health*, 13(2), pp.112–120.
- Meyer, J., Thompson, L. & Roberts, K., 2019. Impact of paternal work hours on family *fast food* consumption patterns. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(2), pp.125–133.
- Nurwijayanti, N., 2018. Pola makan, kebiasaan sarapan dan status gizi berhubungan dengan prestasi belajar siswa SMK di Kota Kediri. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(1), p.54.
- Pascaramadhani, R., 2014. Faktor-faktor yang mempengaruhi frekuensi konsumsi *fast food* pada remaja di perkotaan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 6(2), pp.123–130.
- Putri, A., 2016. Hubungan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja di wilayah perkotaan. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(1), pp.45–52.
- Putri, D.Y., 2014. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada remaja putri di SMA Negeri 10 Padang Tahun 2013. Padang (ID): Universitas Andalas.
- Putri, W., Sari, A. & Nugraha, D., 2021. The influence of maternal education on adolescents' *fast food* consumption patterns in Indonesia. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 14(3), pp.215–225.
- Rahmawati, A., Putri, D. & Nugroho, S., 2021. Hubungan tingkat pendidikan orang tua dengan pola konsumsi makanan cepat saji pada remaja di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(3), pp.45–55.
- Roberts, T., Williams, J. & Martinez, P., 2020. Income levels and dietary choices: Examining *fast food* consumption in dual-income households. *Journal of Public Health Nutrition*, 23(7), pp.456–468.
- Sari, A., Pratiwi, L. & Nugroho, A., 2018. Konsumsi ayam goreng cepat saji di kalangan remaja perkotaan: faktor harga, selera, dan promosi paket hemat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), pp.120–128.

- Shidiq, A.F. & Raharjo, S.T., 2018. Peran pendidikan karakter di masa remaja sebagai pencegahan kenakalan remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), pp.176–187.
- Smith, A., Johnson, R. & Lee, H., 2017. Maternal employment and children's dietary patterns: The influence of work hours on *fast food* consumption. *Journal of Nutrition and Family Studies*, 14(4), pp.213–225.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Wandansari, D.N., 2015. Hubungan antara konsumsi *fast food*, kebiasaan olahraga, faktor genetik dan durasi tidur dengan status gizi lebih pada remaja [Internet]. Skripsi Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember. Available at: <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/68371>.
- Widyastuti, D.A. & Sodik, M.A., 2018. Pengaruh kebiasaan konsumsi junk food terhadap kejadian obesitas remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* [Internet], 1(2), pp.1–5.
- Zogara, A.U., Loaloka, M.S. & Pantaleon, M.G., 2022. Sosio ekonomi orang tua, uang saku, dan media sosial berhubungan dengan perilaku konsumsi *fast food* pada remaja putri di Kota Kupang. *Jurnal Nutrisi Kolegi*, 11(4), pp.303–309. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i4.35589>.