

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, UANG SAKU DAN TEMAN  
SEBAYA DENGAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT  
SAJI PADA MAHASISWA PRODI S1 GIZI ANGKATAN 2023  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS PERINTIS  
INDONESIA**

**SKRIPSI**



**Oleh:**  
**SITI MARYANI**  
**2120272099**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA  
2025**

**PROGRAM STUDI S1 Gizi**  
**Universitas Perintis Indonesia**  
Skiptsi, September 2025

**Nama : SITI MARYANI**

**Nim : 2120272099**

Hubungan Pengetahuan, Sikap, Uang Saku Dan Teman Sebaya Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Prodi S1 Gizi Angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

**xiii + 58 Halaman + 9 Tabel + 4 Lampiran**

### **ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Perubahan gaya hidup dengan meningkatnya minat terhadap makanan cepat saji yang berdampak buruk bagi Kesehatan yang dipengaruhi oleh Pengetahuan, Sikap, Uang saku dan Teman Sebaya. Dari 20 sampel yang diambil secara acak, ditemukan Sebanyak 45% (9 mahasiswa) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, ditandai dengan kurangnya pemahaman tentang informasi gizi pada makanan cepat saji, Sisanya 55% (11 mahasiswa), menunjukkan pemahaman yang cukup baik terhadap informasi gizi, ditandai dengan baiknya pemahaman tentang informasi gizi yang ada pada makanan cepat saji. Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

**Metode :** Jenis Penelitian ini adalah penelitian menggunakan Desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di kampus Universitas Perintis Indonesia Kota Padang pada bulan Januari sampai dengan Agustus 2025. Pemilihan informasi ini dilakukan dengan menggunakan metode teknik *total sampling*, dengan sampel sebanyak 49 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan memberi kuesioner dan dengan formulir SQ FFQ. Analisis data yang digunakan adalah analisis hubungan *crosstab* dengan uji statistik *chi-square*.

**Hasil :** Hasil penelitian menggunakan uji *chi square* dari hubungan antara (1) pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji didapat p-value 0,024 ( $< 0,05$ ), (2) sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji didapat p-value 0,046 ( $< 0,05$ ), (3) Uang saku dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji didapat p-value 0,516 ( $> 0,05$ ), (4) teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji didapat p-value 0,879 ( $> 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan tidak adanya hubungan yang bermakna antara uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

**Daftar Pustaka : 88 (2002-2024)**

**Kata Kunci : Makanan Cepat Saji, Pengetahuan, Sikap, Uang Saku, Teman Sebaya**

**STUDY PROGRAM S1 Nutrition  
Indonesia Pioneer University**

**September 2025 Thesis**

**Nama : SITI MARYANI**

**Nim : 2120272099**

**The Relationship of Knowledge, Attitude, Pocket Money, and Peer Influence with Fast Food Consumption Habits among Undergraduate Nutrition Students, Class of 2023, Faculty of Health Sciences, Universitas Perintis Indonesia**

**xiii + 58 pages + 9 tables + 4 appendices**

**ABSTRACT**

**Introduction:** Lifestyle changes, marked by the increasing interest in fast food consumption, negatively affect health and are influenced by knowledge, attitude, pocket money, and peers. From 20 randomly selected samples, it was found that 45% (9 students) had a low level of knowledge, indicated by a lack of understanding of nutritional information in fast food. The remaining 55% (11 students) demonstrated a relatively good understanding of nutritional information, as reflected in their comprehension of nutrition labels on fast food. This study aims to determine whether there is a relationship between knowledge, attitude, pocket money, and peers with fast food consumption habits among undergraduate Nutrition students of the 2023 cohort at the Faculty of Health Sciences, Universitas Perintis Indonesia.

**Methods:** This research employed a cross-sectional design. The study was conducted at Universitas Perintis Indonesia, Padang, from January to August 2025. The sampling technique used was total sampling, involving 49 respondents. Data collection was carried out using questionnaires and SQ-FFQ forms. Data analysis was performed using crosstab relationship analysis with the chi-square statistical test.

**Results:** The chi-square test results showed: (1) knowledge and fast food consumption habits had a p-value of 0.024 ( $<0.05$ ), (2) attitude and fast food consumption habits had a p-value of 0.046 ( $<0.05$ ), (3) pocket money and fast food consumption habits had a p-value of 0.516 ( $>0.05$ ), and (4) peers and fast food consumption habits had a p-value of 0.879 ( $>0.05$ ).

**Conclusion:** There is a significant relationship between knowledge and attitude with fast food consumption habits, while no significant relationship was found between pocket money and peers with fast food consumption habits among undergraduate Nutrition students of the 2023 cohort at the Faculty of Health Sciences, Universitas Perintis Indonesia.

**Bibliography: 88 (2002–2024)**

**Keywords: Fast Food, Knowledge, Attitude, Pocket Money, Peer Influence**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kemajuan era modern saat ini membuat manusia tidak dapat terpisahkan dari perkembangan teknologi. Seperti, informasi dan komunikasi, ekonomi, sosial dan budaya mulai tidak dapat dikendalikan. Sehingga menciptakan perilaku gaya hidup baru pada manusia modern. Masyarakat modern sebagai bentuk transformasi dari masyarakat tradisional menjadi masyarakat yang lebih maju dan terarah dalam berbagai bidang seperti perkembangan ilmu pengetahuan, perkembangan teknologi serta cara berpikirnya, hal ini secara tidak sadar dapat mengubah gaya hidup serta pola konsumsi manusia secara instan. Realitas kehidupan manusia modern yang terjadi saat ini menunjukkan bahwa segala sesuatu mudah untuk dilakukan dan didapatkan, khususnya seperti gaya hidup dan konsumsi sebagai akibat dari perubahan dan perkembangan zaman (Mambela 2020).

Perubahan gaya hidup di kalangan masyarakat, khususnya di era modern saat ini, memberikan dampak besar pada pola konsumsi mereka. Salah satu fenomena yang menarik perhatian adalah semakin tingginya minat terhadap makanan cepat saji. Fast Food, merupakan makanan dengan proses pembuatan dan penyajiannya sangat praktis dan cepat. Serta dikemas secara menarik, penyajiannya yang mudah, serta dibuat dengan menggunakan cara yang sederhana oleh industri pengolah makanan yang menggunakan teknologi tinggi dan mengandung zat adiktif untuk membuat makanan menjadi awet dan memberi aneka rasa untuk jenis makanan yang akan dijual (Nurdiansyah 2019 dalam Ufrida dkk, 2022).

Makanan cepat saji didefinisikan sebagai makanan yang sudah tersedia dan siap untuk disantap (Ranggayuni dan Aini, 2021). Tingkat konsumsi makanan cepat saji yang terjadi pada masyarakat dapat dipengaruhi oleh banyaknya restoran-restoran yang menyediakan makanan siap saji. Jenis-jenis makanan siap saji yang dapat ditemukan di berbagai restoran seperti McDonald's, KFC, Richeese, Burger King, Pizza Hut, Genki Sushi serta Softdrink yang memiliki jenis rasa yang enak.

Berbagai restoran-restoran tersebut menyediakan makanan siap saji dengan hidangan yang menarik, cepat dan praktis dan rasa yang enak serta harga yang terjangkau.

Pola hidup yang menginginkan segala hal serba cepat menyebabkan masyarakat membutuhkan sesuatu yang sifatnya praktis, sebagai contoh dengan menyantap olahan cepat saji (fast food) (Munasiroh et al., 2019). Remaja menjadi salah satu tokoh masyarakat yang mudah untuk melakukan perubahan, yang didalamnya terdapat perubahan pola makan yang menjadi gemar untuk mengkonsumsi makanan cepat saji (fast food). Perilaku dalam menyantap olahan cepat saji (fast food) diperkirakan akan semakin meningkat (Susanti, 2008 dalam sari dan pranata, 2024). Kebiasaan konsumsi fast food di kalangan remaja meluas di berbagai negara termasuk Indonesia.

Pada masa remaja pemilihan makanan juga tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi akan tetapi juga untuk bersosialisasi, untuk kesenangan, dan supaya tidak kehilangan status. Menurut penelitian Permana dkk., (2022) mahasiswa sebagian besar berasal dari berbagai daerah yang tinggal di kota dengan padatnya aktivitas perkuliahan menjadikannya tidak ada waktu untuk memasak makanannya sendiri, didukung dengan banyaknya waralaba makanan dan minuman dan tempat makan siap saji (fast food), menjadikan mahasiswa lebih memilih makanan dan minuman tersebut.

Berdasarkan data World Health Organisation tahun 2020 diketahui bahwa 80% remaja di dunia sering mengonsumsi fast food yang terdiri dari 50% makan siang, 15% makan malam, dan 15% makan pagi (Yetmi dkk, 2021). Didukung dengan hasil penelitian Nilsen dalam Adiningtyas (2018) menyatakan bahwa menyatakan bahwa 69% masyarakat kota Indonesia mengonsumsi fast food, 33% menyatakan makan siang sebagai waktu yang tepat untuk makan di restoran fast food, 25% untuk makan malam, 9% menyatakan sebagai makanan selingan, dan 2% menyatakan memilih fast food untuk makan pagi.

Total pengeluaran fast food atau makanan dan minuman cepat saji di Sumatra Barat berdasarkan data Rata-Rata Konsumsi Perkapita Seminggu Badan Pusat Statistik (2022) adalah 135.510.000 rupiah/minggu dengan pengeluaran tertinggi

pada makanan gorengan (tahu, tempe, bakwan, pisang) yaitu sebesar 30.530.000 rupiah/minggu dan pengeluaran terendah pada makanan bubur ayam sebesar 220.000 rupiah/minggu. Pengeluaran makanan dan minuman cepat saji ini lebih tinggi dari pada makanan lainnya seperti sayur, buah, daging, ikan, telur, dan susu (BPS, 2022). Khususnya Kota Padang, pengeluaran untuk makanan cepat saji ini sebesar 64.675.000 rupiah/minggu (BPS, 2019).

Fenomena perubahan pola makan masyarakat khususnya para remaja yang menjadi menggemari olahan cepat saji (fast food) tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Di era milenial seperti sekarang, olahan cepat saji selalu menjadi pilihan masyarakat yang semakin sibuk dengan aktivitasnya (Purnama, 2022). Hal ini juga menjadi faktor yang mendukung olahan cepat saji (fast food) menjadi hal yang digemari.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja adalah pengetahuan, pengaruh teman sebaya, cepat dan praktis, rasa yang enak, harga yang murah, serta uang saku. Dampak dari mengonsumsi makanan cepat saji bagi kesehatan diantaranya obesitas, hipertensi, diabetes, kanker, penyakit jantung, dan juga stroke. Pengetahuan remaja terhadap konsumsi makanan cepat saji juga merupakan salah satu penyebab timbulnya masalah kesehatan pada remaja sebagai akibat mengonsumsi makanan cepat saji. Konsumsi pangan individu dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi setiap individu meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi makanan setiap hari dengan baik dan memberikan zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi tubuh yang normal (Almatsier, 2014 dalam Alfora dkk, 2023 ).

Selain pengetahuan, perilaku juga dipengaruhi oleh sikap, hal tersebut dikarenakan sikap merupakan kesiapan untuk bertindak atau berperilaku, sikap belum merupakan suatu tindakan akan tetapi merupakan faktor predisposisi perilaku, sehingga sikap merupakan faktor yang sangat penting dalam terbentuknya perilaku atau tindakan seseorang (Notoadmojo, 2012).

Menurut (Saleh, 2019), faktor yang membuat remaja lebih memilih makanan cepat saji antara lain karena uang saku, seperti halnya Remaja yang memiliki uang saku besar cenderung melewati sarapan pagi karena berpikir dapat membeli sarapan tersebut di luar dengan menggunakan uang saku yang ia miliki. Ajakan teman sebaya juga menjadi penyebab tingginya konsumsi makanan cepat saji pada remaja. Padahal remaja tersebut sudah mengetahui bahaya makanan cepat saji bagi kesehatan. Selain itu, remaja lebih senang makan bersama teman-temannya daripada makan di rumah, sehingga dapat menyebabkan remaja memiliki kebiasaan makan yang buruk (Arisandi, 2023)

Menurut temuan penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Ariyana dan Ni Wayan, terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai korelasi 0,358 memperlihatkan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah (Ariyana, 2020). Hal ini dikarenakan pengetahuan gizi seseorang berdampak pada sikap dan perilaku saat memilih makanan alhasil berdampak pada kondisi gizi orang tersebut (Soekirman, 2011).

Menurut penelitian yang sudah dilakukan oleh (Ida Bagus Nuraini, 2020) yang meneliti mengenai Hubungan Sikap dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda, hasil penelitian menunjukkan dengan nilai  $p\text{-value } 0,000 < 0,05$  terdapat hubungan signifikan (bermakna) antara sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMANegeri Samarinda.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suhada (2019) Adanya hubungan yang signifikan teman Sebaya terhadap kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dibuktikan dengan nilai  $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ .

Dari hasil survey awal yang dilakukan terhadap mahasiswa Universitas Perintis Indonesia didapatkan dari total 20 sampel yang diambil secara acak, ditemukan Sebanyak 45% (9 mahasiswa) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, ditandai dengan kurangnya pemahaman tentang informasi gizi pada makanan cepat saji, Sisanya 55% (11 mahasiswa), menunjukkan pemahaman yang cukup baik

terhadap informasi gizi, ditandai dengan baiknya pemahaman tentang informasi gizi yang ada pada makanan cepat saji.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Hubungan Pengetahuan, Sikap, Uang saku dan Teman Sebaya Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Capat Saji Pada Mahasiswa Prodi S1 Gizi Angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia”**.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bagaimanakah “Hubungan antara pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Untuk mengetahui distribusi frekuensi makana cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

1.3.2.2 Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

1.3.2.3 Untuk mengetahui distribusi frekuensi sikap pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

- 1.3.2.4 Untuk mengetahui distribusi frekuensi uang saku pada mahasiswa Prodi Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.5 Untuk mengetahui distribusi frekuensi teman sebaya pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.6 Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.7 Untuk mengetahui hubungan sikap dengan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.8 Untuk mengetahui hubungan uang saku dengan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.9 Untuk mengetahui hubungan teman sebaya dengan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.
- 1.3.2.10 Untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap hubungan antara pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman dan wawasan dalam meneliti permasalahan kesehatan serta menjadi sarana untuk menambah pengetahuan penulis.

#### **2. Bagi responden**

Dapat dijadikan sebagai bahan bacaan diperpustakaan dan juga sebagai sumber informasi bagi mahasiswa mengenai hubungan pengetahuan, sikap, uang saku dan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia.

#### **3. Bagi institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah referensi, dan sebagai bahan bacaan untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam pada masa yang akan datang atau bagi peneliti selanjutnya.

### **1.5 Ruang lingkup penelitian**

Tempat pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan di Universitas Perintis Indonesia dengan waktu penelitian dari bulan januari-bulan agustus 2025 dengan responden mahasiswa Prodi S1 Gizi angkatan 2023 yang berjumlah 49 responden.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **5.2 Analisis Univariat**

##### **5.2.1 Karakteristik Responden**

Berdasarkan dari hasil penelitian didapatkan bahwa usia dari responden mahasiswa adalah usia 19 tahun, 20 tahun, 21 tahun, 22 tahun dan 23 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada mahasiswa dengan umur 20 tahun lebih banyak yaitu 20 orang (65.3 %). Responden pada penelitian ini , responden yang masih tergolong usia remaja akhir *late adolascence*.

Masa remaja merupakan fase penting dalam kehidupan seseorang, di mana mereka mengalami banyak perkembangan menuju kematangan mental, emosional, fisik, dan sosial. Pada fase ini, para remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh tren dan lingkungan sekitar baik remaja awal sampai remaja akhir. Beragam pilihan makanan yang tidak sehat seringkali menjadi bagian dari tren tersebut, dan dapat berdampak buruk bagi kesehatan mereka (Ariyana et al., 2020).

Termuat beberapa faktor, seperti usia, minat, dan pengalaman, memengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin bertambahnya usia, terjadi perubahan fisik dan psikologis yang bisa berdampak pada pengetahuan. Minat yang kuat mendorong seseorang untuk mendalami sesuatu, sehingga mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam. Sementara itu, pengalaman adalah cara untuk memverifikasi dan memperkaya pengetahuan

Berdasarkan table 4.1 menunjukkan bahwa mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 46 orang (93,9 %) dibandingkan laki-laki yaitu 3 orang (6,1 %). Berdasarkan gaya hidup, kebiasaan makan remaja putri menunjukkan signifikansi yang tinggi. Peningkatan aktivitas di luar rumah mendorong mereka untuk mengonsumsi makanan dari luar, sehingga pemilihan makanan mereka sangat dipengaruhi oleh lingkungan. Makanan baru juga lebih mudah diadopsi oleh remaja putri karena tingkat sugestibilitas mereka yang tinggi. Sehingga responden pada penelitian ini lebih banyak pada mahasiswa perempuan dibandingkan responden laki-

laki. Sejalan dengan penelitian Ariyana et al., (2020) pada responden penelitian menunjukkan bahwa siswa-siswi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak yaitu 157 orang (50,5%).

### **5.2.2 Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji**

Melihat pada tabel 4.2 dari total 29 responden, konsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi sering yaitu sekitar 25 responden (51.0%) dan konsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi atau kebiasaan jarang yaitu 24 responden (49.0%). Dari data yang diperoleh dapat diketahui bahwa tingkat kebiasaan konsumsi makanan cepat saji mahasiswa prodi S1 gizi Universitas Perintis Indonesia tergolong sering.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian T. S. L. Hanum et al., (2009) bahwa dari 83 siswa yang menjadi responden penelitian terdapat 46 responden (55,4%) yang memiliki kebiasaan sering konsumsi makanan cepat saji dan 37 responden (46,6%) memiliki kebiasaan jarang konsumsi makanan cepat saji. Ini juga diketahui bahwa siswa SMAN 1 Pekanbaru memiliki kebiasaan sering dalam konsumsi makanan cepat saji.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Lee *et al* (dalam Ariyana et al., 2020) konsumsi makanan cepat saji di kalangan siswa sekolah dasar dan menengah cukup sering, dengan 38,5% siswa SD dan 40,5% siswa SMP mengonsumsinya satu hingga dua kali dalam sebulan. Makanan ini seringkali dinikmati saat perayaan (42,2%) atau ketika berkumpul dengan teman (23%). Ada perbedaan pola konsumsi antara gender: anak laki-laki cenderung mengonsumsi makanan cepat saji sebagai camilan (43,2%), sedangkan anak perempuan lebih sering menjadikannya sebagai makanan utama (67,6%).

Di lapangan, kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada responden cukup tinggi karena dianggap praktis, cepat, dan mudah dijangkau. Banyak responden memilih fast food ketika jadwal kuliah padat atau tidak sempat memasak, ditambah dengan rasa yang enak serta harga yang relatif terjangkau. Fast food juga sering menjadi pilihan saat berkumpul bersama teman karena suasananya lebih nyaman dan modern. Meski sebagian responden menyadari dampak buruk fast food bagi

kesehatan, mereka tetap mengonsumsinya sesekali bahkan rutin, dengan alasan kemudahan dan gaya hidup. Kondisi ini menunjukkan bahwa konsumsi fast food tidak hanya dipengaruhi pengetahuan gizi, tetapi juga oleh faktor waktu, ekonomi, dan sosial responden.

### **5.2.3 Pengetahuan**

Melihat pada tabel 4.3 dari total 49 responden, didapatkan bahwa sebanyak 31 responden (63.3%) memiliki pengetahuan yang baik terakait makanan cepat saji dan terdapat sebanyak 18 responden (36.7%) yang memiliki pengetahuan yang kurang terkait makanan cepat saji. Berdasarkan data yang didapatkan bahwa mahasiswa prodi S1 gizi Universitas Perintis Indonesia bahwa pengetahuan terkait makanan cepat saji tergolong baik.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Ariyana et al., (2020) bahwa dari 311 siswa-siswi yang menjadi responden penelitian terdapat 254 responden (81,7%) yang memiliki pengetahuan baik, 47 responden (15,1%) memiliki pengetahuan yang cukup dan 10 responden (3,2%) memiliki pengetahuan kurang terkait makanan cepat saji. Ini juga Diketahui bahwa siswa SMAN 1 Pekanbaru memiliki kebiasaan sering dalam konsumsi makanan cepat saji.

Studi ini menemukan bahwa subjek penelitian menunjukkan tingkat literasi kesehatan yang memadai terkait dampak konsumsi makanan cepat saji. Pengetahuan tentang makanan dan nutrisi merupakan faktor internal fundamental yang memengaruhi perilaku konsumsi individu. Aspek krusial dari pengetahuan ini meliputi pemahaman akan nutrisi, sanitasi pangan, dan peran zat aditif dalam makanan cepat saji (Ariyana et al., 2020). Notoadmojo (dalam T. S. L. Hanum et al., 2009) berpendapat bahwa paparan informasi memegang peranan penting dalam membentuk pengetahuan seseorang. Meskipun tingkat pendidikan formal rendah, akses terhadap informasi yang berkualitas dari berbagai media, seperti televisi, radio, atau surat kabar, dapat meningkatkan pengetahuan individu secara signifikan. Kemudahan dalam mendapatkan informasi juga mempercepat proses seseorang untuk mempelajari hal-hal baru.

Di lapangan ditemukan bahwa pengetahuan responden tentang gizi dan dampak konsumsi makanan cepat saji cukup beragam. Sebagian responden sudah mengetahui dengan baik bahwa fast food umumnya tinggi lemak, garam, dan gula, serta dapat memicu penyakit seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes jika dikonsumsi berlebihan. Mereka biasanya memperoleh pengetahuan tersebut dari perkuliahan, media sosial, maupun informasi kesehatan di internet. Namun, masih ada responden yang pengetahuannya terbatas, misalnya hanya sebatas tahu fast food kurang sehat tetapi tidak benar-benar memahami kandungan gizi maupun dampak jangka panjangnya. Perbedaan tingkat pengetahuan ini tampak memengaruhi kebiasaan makan mereka. Responden yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih berhati-hati dan mengurangi konsumsi fast food, sedangkan yang pengetahuannya rendah cenderung mengonsumsi tanpa pertimbangan gizi. Kondisi nyata ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan ada, penerapannya dalam perilaku sehari-hari tidak selalu konsisten karena masih dipengaruhi faktor lain seperti rasa, kebiasaan, dan ketersediaan makanan di sekitar kampus.

#### **5.2.4 Sikap**

Melihat pada tabel 4.4 dari total 49 responden, didapatkan bahwa sebanyak 32 responden (65.3%) memiliki sikap yang baik terkait makanan cepat saji dan terdapat sebanyak 17 responden (34.7%) yang memiliki sikap yang kurang terkait makanan cepat saji. Berdasarkan data yang didapatkan bahwa mahasiswa prodi S1 gizi Universitas Perintis Indonesia bahwa sikap terkait makanan cepat saji tergolong baik dibandingkan dengan responden yang mempunyai sikap kurang dalam kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Sri Mulyati, (2018) bahwa dari 51 responden terdapat bahwa 20 responden (39,22%) memiliki sikap yang baik , terdapat bahwa 30 responden (58,82%) memiliki sikap yang cukup dan 1 responden (1,96%) memiliki sikap yang kurang.

Sikap terhadap gizi memiliki keterkaitan yang erat dengan pengetahuan yang dimiliki seseorang. Sikap yang cenderung stabil, tidak mudah berubah, dan terus-

menerus merupakan cerminan dari kecenderungan individu untuk setuju atau tidak setuju terhadap suatu pernyataan yang diajukan. Secara umum, sikap terbentuk dari dua faktor utama, yaitu pengetahuan dan pengalaman. Sikap juga mengandung komponen afektif yang berasal dari pengalaman pribadi, berkembang melalui proses internal, dan melibatkan keseluruhan diri seseorang dalam menanggapi suatu objek atau situasi terkait gizi (Sri Mulyati, 2018). Dengan kata lain, sikap tidak hanya didasarkan pada informasi yang diterima, tetapi juga pada bagaimana informasi tersebut diinternalisasi dan memengaruhi respons individu secara menyeluruh.

Sikap responden terhadap makanan cepat saji juga memperlihatkan variasi yang menarik di lapangan. Sebagian besar responden menunjukkan sikap positif, misalnya menyatakan setuju bahwa konsumsi fast food sebaiknya dibatasi karena dapat menimbulkan masalah kesehatan. Mereka juga mendukung pola makan sehat dengan memilih makanan rumah atau kantin kampus yang lebih sederhana. Namun, meski memiliki sikap positif, ada responden yang tetap mengonsumsi fast food dengan alasan kesibukan kuliah, rasa yang lebih enak, serta suasana praktis saat makan di restoran cepat saji bersama teman. Di sisi lain, terdapat pula responden dengan sikap yang lebih permisif terhadap fast food, menganggap makanan ini tidak berbahaya selama dikonsumsi sesekali dan dalam jumlah wajar. Kenyataannya di lapangan, sikap yang dimiliki tidak selalu sejalan dengan perilaku aktual, sehingga meskipun banyak responden sudah menyadari dampak buruk fast food, mereka tetap menjadikannya pilihan karena praktis, enak, dan mendukung gaya hidup responden.

#### **5.2.5 Uang Saku**

Melihat dari tabel 4.5 dari 49 responden, bahwa 16 responden (32,7%) memiliki jumlah uang saku perbulan yang tinggi, 28 responden (57,1%) memiliki jumlah uang saku perbulan yang sedang dan 5 responden (10,2%) memiliki jumlah uang saku perbulan yang rendah. Uang saku yang dimiliki oleh mahasiswa.

Penelitian ini selaras dengan penelitian Ariyana et al., (2020) bahwa dari 311 responden terdapat 215 responden (69,1%) memiliki uang saku sebanyak Rp10.000,00 - Rp20.000,00, 86 responden (27,7%) memiliki uang saku sebanyak

Rp30.000,00 – Rp50.000,00 dan 10 responden memiliki uang saku sebanyak > Rp50.000,00.

Berdasarkan hasil distribusi tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki uang saku dalam kategori sedang, sedangkan hanya sebagian kecil yang memiliki uang saku rendah. Hal ini menggambarkan bahwa secara umum responden memiliki tingkat kemampuan ekonomi yang relatif cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, termasuk dalam hal konsumsi makanan. Data ini memberikan gambaran awal mengenai kondisi responden terkait faktor ekonomi, yang nantinya dapat menjadi dasar untuk melihat kecenderungan perilaku konsumsi responden.

### **5.2.6 Teman Sebaya**

Melihat dari tabel 4.6 dari 49 responden, bahwa 26 responden (53%) dipengaruhi oleh teman sebaya dalam konsumsi makanan cepat saji dan 23 responden (47%) tidak dipengaruhi oleh teman sebaya. Data ini menunjukkan bahwa sebagian responden dipengaruhi oleh teman sebaya dalam kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Suhada et al., (2019) dari 311 responden bahwa 155 responden (49,8%) dipengaruhi oleh teman sebaya dalam konsumsi makanan cepat saji dan 156 responden (50,2%) tidak dipengaruhi oleh teman sebaya dalam konsumsi makanan cepat saji. Peneliti berasumsi bahwa pengaruh teman sebaya (peer influence) adalah faktor signifikan dalam kebiasaan konsumsi makanan cepat saji di kalangan remaja. Hal ini disebabkan oleh intensitas interaksi sosial yang lebih tinggi dengan teman sebaya dibandingkan dengan keluarga selama fase perkembangan ini. Kebiasaan berkumpul dalam konteks sosial, seperti saat mengerjakan tugas atau bersantai, seringkali diiringi dengan konsumsi makanan cepat saji. Selain media sosial, jejaring sosial antar teman sebaya menjadi sumber informasi primer terkait promosi atau tren makanan cepat saji terkini (Suhada et al., 2019).

Di lapangan, peran teman sebaya dalam memengaruhi kebiasaan konsumsi fast food responden terlihat bervariasi. Ada responden yang menyatakan bahwa mereka lebih sering makan fast food karena diajak atau mengikuti teman, terutama

ketika ada diskon atau paket hemat untuk makan bersama. Suasana kebersamaan saat makan di restoran cepat saji juga menjadi daya tarik tersendiri bagi responden yang sedang ingin bersosialisasi. Namun, banyak pula responden yang berpendapat bahwa konsumsi fast food lebih dipengaruhi oleh preferensi pribadi, misalnya karena rasa yang enak, kemudahan akses, atau kesibukan perkuliahan yang membuat mereka membutuhkan makanan cepat saji. Dengan kata lain, meskipun ada pengaruh dari teman sebaya, pengaruh tersebut tidak selalu menjadi faktor utama. Beberapa responden tetap memilih makanan sesuai keinginan mereka meskipun berbeda dengan kelompok temannya. Realitas ini menggambarkan bahwa pengaruh teman sebaya pada konsumsi fast food lebih berperan sebagai faktor pendukung, bukan sebagai penentu utama.

### **5.3 Analisis Bivariat**

#### **5.3.1 Hubungan Pengetahuan Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji**

Menyusuaikan dari hasil penelitian bisa didapatkan dari 49 responden, dari 31 responden dengan pengetahuan gizi baik, terdapat 12 orang (38,7%) memiliki kebiasaan sering dalam mengonsumsi makanan cepat saji dan terdapat 19 orang (61,3%) memiliki kebiasaan jarang dalam mengonsumsi makanan cepat saji. Didapatkan juga dari 18 responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang, terdapat 13 orang (72,2%) memiliki kebiasaan sering mengonsumsi makanan cepat saji dan hanya 5 orang (27,8%) memiliki kebiasaan jarang dalam mengonsumsi makanan cepat saji. Melihat dari keseluruhan bahwa 49 responden, ada 25 responden (51,0%) yang sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 24 orang (49,0%) yang jarang mengonsumsi makanan cepat saji..

Melihat analisis bivariat dengan melakukan uji *chi-square* untuk melihat terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji, didapatkan hasil yang memperlihatkan nilai Pearson Chi-Square sebesar 5,118 dengan nilai signifikansi 0,024 ( $p < 0,05$ ). Hal ini bermakna bahwa adanya hubungan

antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa prodi S1 Gizi Angkatan 2023 Universitas Perintis Indonesia.

Selaras dengan hasil penelitian Sri Mulyati, (2018) pada hasil dari penelitian memperlihatkan bahwa pengetahuan makanan baik sejumlah 19 responden (37,26%), responden dengan pengetahuan makanan cukup sejumlah 30 responden (58,82%), dan pengetahuan makanan kurang sejumlah 2 responden (3,92%). Hasil perhitungan analisis data diperoleh rata-rata nilai siswa pengetahuan makanan sebesar 13,78 sehingga rata-rata nilai pengetahuan makanan siswa berada pada interval  $10 < X \leq 14,95$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan makanan siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Yogyakarta adalah kategori cukup.

Meskipun seseorang memiliki pemahaman yang komprehensif tentang gizi (pengetahuan yang baik), hal ini tidak secara otomatis menjamin terwujudnya perilaku makan yang sehat. Pembentukan kebiasaan dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara pengetahuan kognitif, proses mental (seperti pola pikir dan keyakinan), serta kondisi afektif (emosi). Dengan demikian, informasi yang diterima harus diinternalisasi dan diolah secara adekuat agar dapat berfungsi sebagai stimulus yang memicu perubahan perilaku. Kurangnya pemahaman yang memadai sering kali menjadi faktor etiologis utama di balik kebiasaan makan yang maladaptif dan kesalahan dalam seleksi bahan pangan (Ariyana et al., 2020).

Pengetahuan yang baik tentang kesehatan makanan tidak selalu cukup untuk mengubah kebiasaan makan seseorang, terutama pada remaja. Meskipun mereka mengetahui dampak buruk dari konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yang berlebihan, dalam situasi lapar dan mendesak, mereka cenderung memprioritaskan pilihan yang praktis dan cepat. Akibatnya, mereka akan tetap memilih untuk mengonsumsi *fast food* meskipun menyadari risiko kesehatan yang ada, karena kebutuhan akan makanan yang mudah diakses dan dapat segera mengatasi rasa lapar lebih dominan daripada pengetahuan yang dimiliki (Yetmi et al., 2021).

Di lapangan terlihat bahwa mahasiswa dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih selektif dalam memilih makanan cepat saji, misalnya mereka jarang mengonsumsinya atau hanya sesekali ketika terpaksa. Sementara mahasiswa dengan

pengetahuan rendah lebih sering mengonsumsi fast food tanpa memperhatikan kandungan gizinya, karena menganggap makanan tersebut praktis, murah, dan enak. Hal inilah yang menjelaskan mengapa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi fast food pada mahasiswa.

### **5.3.2 Hubungan Sikap Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji**

Melihat dari hasil penelitian bisa didapatkan dari 49 responden yang merupakan mahasiswa prodi S1 Gizi Universitas Perintis Indonesia, dari 19 responden (59,4%) mempunyai kebiasaan jarang dalam mengonsumsi makanan cepat saji dan 13 responden (40,6%) mempunyai kebiasaan sering. Didapatkan juga dari 17 responden yang memiliki sikap negatif, terdapat 5 responden (29,4%) jarang mengonsumsi makanan cepat saji dan 12 responden (70,6%) sering mengonsumsinya.

Melihat dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan *chi-square* untuk melihat adanya hubungan antara sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 3,989 dengan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,046 ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada responden.

Selaras dengan hasil penelitian Diahtanri, (2011) pada hasil penelitian terhadap siswa di SMA Negeri 10 Kota Bekasi diketahui bahwa dari 56 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food baik terdapat 9 responden (16,1%) yang mengalami obesitas, sedangkan dari 49 responden yang memiliki sikap konsumsi fast food kurang, terdapat 11 responden (22,4%) yang mengalami obesitas. Terlihat bahwa proporsi obesitas pada kelompok sikap konsumsi fast food kurang lebih tinggi daripada kelompok sikap konsumsi fast food baik. Hasil analisis dengan uji statistik Chi-Square diperoleh *p-value* sebesar 0,406 ( $p\text{-value} > \alpha 0,05$ ) yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap konsumsi fast food dengan obesitas pada remaja di SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

Sikap terhadap gizi memiliki korelasi yang erat dengan pengetahuan gizi, di mana sikap ini merepresentasikan kecenderungan afektif seseorang untuk menyetujui atau menolak suatu pernyataan. Sikap bersifat relatif stabil dan resisten terhadap perubahan, yang terbentuk melalui interaksi antara faktor kognitif (pengetahuan) dan pengalaman empiris. Pembentukan sikap memerlukan penguatan yang berkelanjutan. Sebagai sebuah proses internal yang melibatkan totalitas kepribadian, sikap juga mengandung komponen afektif dan pengalaman masa lalu, yang secara signifikan dapat memengaruhi preferensi dan pilihan individu terhadap makanan.

Pada penelitian ini memperlihatkan bahwa mahasiswa dengan sikap yang positif memiliki kebiasaan yang jarang dalam mengonsumsi makanan cepat saji. Maswati *et al* (dalam Diahtanri, 2011) menyatakan bahwa Seseorang akan lebih memilih makanan yang mereka makan jika mereka memiliki sikap positif terhadap gizi dari makanan tersebut. Azwar *et al* (dalam Sri Mulyati, 2018) berpendapat bahwa sikap terhadap makanan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, yang menjelaskan mengapa penelitian ini berada dalam kategori cukup. Faktor-faktor tersebut meliputi pengalaman pribadi, pengaruh orang-orang terdekat, budaya, media massa, serta peran lembaga pendidikan dan agama. Selain itu, faktor emosional juga turut memengaruhi preferensi dan pilihan makanan seseorang, membentuk sikap yang tidak hanya didasarkan pada pengetahuan, tetapi juga pengalaman dan lingkungan sekitarnya.

### **5.3.3 Hubungan Uang Saku Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji**

Melihat dari hasil penelitian dengan 49 responden yang merupakan mahasiswa prodi S1 Gizi Universitas Perintis Indonesia bahwa 16 responden memiliki uang saku yang tinggi, yang dimana 10 responden (62,5%) sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 6 responden (37,5%) jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Didapatkan juga bahwa 28 responden dengan uang saku sedang, yang dimana 13 responden (46,4%) sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 15 responden (53,6%) jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Didapatkan juga 5

responden dengan uang saku rendah , yang dimana 2 responden (40,0%) sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 3 responden (60,0%) jarang mengonsumsinya.

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan *chi-square* untuk melihat adanya hubungan antara jumlah Uang Saku dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji diperoleh hasil yang menunjukkan nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 1,323 dengan nilai signifikansi (*p*-value) 0,516 ( $p > 0,05$ ). Didapatkan bahwa, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada responden.

Penelitian menunjukkan bahwa anggapan terkait uang saku yang lebih tinggi secara langsung meningkatkan konsumsi makanan cepat saji itu tidak selalu benar. Hubungan antara keduanya lebih kompleks dan dipengaruhi oleh faktor lain yang seringkali lebih dominan. Meskipun memiliki uang lebih bisa mempermudah pembelian, itu tidak berarti seseorang akan memilih untuk membelanjakannya untuk makanan cepat saji.

Faktor-faktor seperti lingkungan sosial, pengaruh teman sebaya, dan kebiasaan keluarga memiliki peran yang sangat signifikan. Seseorang mungkin memilih makanan cepat saji bukan karena uang saku yang melimpah, melainkan karena teman-temannya juga melakukannya, atau karena itu adalah pilihan yang paling praktis dan cepat saat berada di luar rumah. . Kebiasaan makan yang diajarkan di rumah juga menjadi penentu kuat. Jika sebuah keluarga cenderung memasak makanan sehat dan membatasi konsumsi makanan cepat saji, kebiasaan ini akan terus dibawa oleh anak, terlepas dari berapa banyak uang saku yang mereka miliki (Sholichah, 2023).

Hasil pada variable ini sejalan dengan penelitian Cahyaning, (2019) bahwa di SMPN Kota Malang juga menunjukkan hasil yang sama, yaitu  $p = 0,574$  yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara uang saku dengan status gizi. Hal ini dapat disebabkan karena siswa menggunakan uang sakubukan hanya untuk membeli makanan saja, tetapi juga untuk ongkos perjalanan ke sekolah, membeli bensin, pulsa, fotocopy, serta untuk ditabung.

Remaja sering kali membelanjakan uangnya untuk keperluan lain seperti pulsa, kuota internet, hobi, atau barang-barang lain yang dianggap penting. Pengalokasian uang saku ini sangat bervariasi, peningkatan jumlah uang saku tidak secara otomatis mengarah pada peningkatan pembelian makanan cepat saji. Jadi, sementara uang saku adalah salah satu faktor, ia bukanlah satu-satunya dan seringkali bukan yang paling utama dalam menentukan pola konsumsi makanan cepat saji.

#### **5.3.4 Hubungan Teman Sebaya Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji**

Melihat dari hasil penelitian bahwa dari 49 responden mahasiswa S1 Gizi Universitas Perintis Indonesia sebanyak 26 orang menyatakan terpengaruh teman sebaya, dimana 13 responden (50,0%) sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 13 responden (50,0%) jarang mengonsumsinya. Sementara itu, dari 23 responden yang berada pada kategori sedang, terdapat 12 responden (52,2%) sering mengonsumsi makanan cepat saji dan 11 responden (47,8%) jarang mengonsumsinya.

Melihat dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan *chi-square* untuk melihat adanya hubungan antara Teman Sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji diperoleh hasil yang menunjukkan nilai *Pearson Chi-Square* sebesar 0,023 dengan nilai signifikansi (p-value) 0,879 ( $p > 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya mahasiswa prodi S1 Gizi Universitas Perintis Indonesia dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada responden.

Hasil penelitian ini berbeda dari penelitian Suhada et al., (2019) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji di kalangan siswa kelas XI SMA Negeri Samarinda, sebagaimana dibuktikan oleh nilai p-value yang kurang dari 0,05, sehingga hipotesis nol ditolak. Meskipun demikian, hubungan ini tergolong lemah dengan nilai korelasi positif sebesar 0,259. Hal ini mengindikasikan bahwa sementara teman sebaya memang memiliki peran, pengaruhnya tidak terlalu kuat dan

hanya menjadi salah satu dari banyak faktor lain yang berkontribusi terhadap kebiasaan makan cepat saji.

Meskipun penelitian Suhada et al., (2019) menunjukkan adanya korelasi positif antara teman sebaya dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji, hubungan ini dapat diinterpretasikan secara berbeda. Nilai korelasi sebesar 0,259 yang tergolong lemah mengindikasikan bahwa teman sebaya hanya menyumbang sedikit terhadap variasi kebiasaan konsumsi makanan cepat saji. Ini bermakna terdapat banyak faktor lain yang memiliki bobot lebih besar dalam menentukan pilihan makanan seseorang.

Menurut penelitian Mahmood et al., (2021) faktor-faktor seperti keuangan pribadi, pengaruh keluarga, dan *preferensi* (Kesukaan) rasa seringkali menjadi penentu yang lebih kuat. Salah satu halnya pada seorang siswa mungkin memiliki uang saku yang terbatas atau tidak diizinkan oleh orang tuanya untuk sering membeli makanan cepat saji, sehingga meskipun diajak oleh teman-temannya, dia tidak dapat memenuhinya. Selain itu, seseorang mungkin memiliki *preferensi* (Kesukaan) rasa yang kuat terhadap makanan rumahan yang dimasak orang tuanya, sehingga ia tidak tertarik untuk makan cepat saji bersama teman-temannya.

Memakan makanan cepat saji bersama teman adalah bentuk sosialisasi, hal ini tidak berarti bahwa teman sebaya adalah penyebab utama dari kebiasaan tersebut. Sebaliknya, hal itu bisa jadi hanya konsekuensi atau aktivitas tambahan dari kebiasaan yang sudah ada. . Jika seorang siswa sudah memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, dia akan cenderung melakukannya bersama teman-temannya. Jadi, bukan teman sebaya yang memengaruhinya untuk makan cepat saji, melainkan ia yang memilih teman-teman yang memiliki kebiasaan serupa dengannya. Hal ini menunjukkan bahwa kesamaan minat adalah yang membentuk kelompok pertemanan bukan tekanan dari kelompok pertemanan yang mengubah minat.

