

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI
MAKANAN BERPEMANIS PADA REMAJA DI PADUKUHAN
KLEDOKAN, CATURTUNGAL, DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S1)



Oleh:

Pascarlos Gavriel Jensen Anjano Hae

KM.21.00684

**PEMINATAN PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2025



NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI
MAKANAN BERPEMANIS PADA REMAJA DI PADUKUHAN
KLEDOKAN, CATURTUNGAL, DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA**

Oleh:

Pascarlos Gavriel Jensen Anjano Hae

KM.21.00684

Telah diseminarkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 22 Agustus 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Prastiwi Putri Basuki, S.K.M., M. Si

Pembimbing Utama/Penguji I

Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M., M.P.H

Pembimbing Pendamping/Penguji II

Subagiyono, S. Sos., S.K.M., M.Si



Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Kesehatan Masyarakat

Yogyakarta, 25 September 2025

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana



Susi Damayanti, S.Si., M. Sc

**HUBUNGAN PENGETAHUAN MAKANAN DENGAN PERILAKU
KONSUMSI PADA REMAJA DI PADUKUHAN KLEDOKAN,
CATURTUNGAL, DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA**

Pascarlos Gavriel Jensen Anjano Hae¹, Dewi Ariyani Wulandari², Subagiyono³

INTISARI

Latar Belakang : Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan cenderung membentuk kebiasaan konsumsi makanan dan minuman berpemanis yang tinggi gula, yang berdampak pada risiko penyakit tidak menular seperti diabetes dan obesitas. Padukuhan Kledokan sebagai wilayah dengan populasi remaja tinggi menunjukkan indikasi konsumsi makanan berpemanis yang kurang sehat. Pengetahuan gizi yang memadai diduga berperan penting dalam membentuk perilaku konsumsi yang sehat pada remaja.

Tujuan : Mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang makanan berpemanis dengan perilaku konsumsi makanan berpemanis pada remaja di Padukuhan Kledokan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pendekatan kuantitatif. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi secara mandiri oleh 68 responden remaja. Variabel pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan berpemanis diukur menggunakan instrumen terstruktur yang telah diujikan validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji statistik bivariat dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil : Mayoritas responden (69,1%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai makanan berpemanis, namun perilaku konsumsi yang sering ditemukan hanya 47,1%. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan berpemanis ($p=0,951$; $OR=1,033$), yang mengindikasikan bahwa pengetahuan yang baik tidak langsung berimplikasi pada perubahan perilaku konsumsi.

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan tentang makanan berpemanis dengan perilaku konsumsi makanan berpemanis pada remaja di Padukuhan Kledokan, Kalurahan Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.

Kata Kunci : *Remaja, pengetahuan, perilaku konsumsi.*

¹ Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**RELATIONSHIP BETWEEN FOOD KNOWLEDGE AND CONSUMPTION
BEHAVIOR IN ADOLESCENTS IN PADUKUHAN KLEDOKAN,
CATURTUNGGAL, DEPOK, SLEMAN, YOGYAKARTA.**

Pascarlos Gavriel Jensen Anjano Hae¹, Dewi Ariyani Wulandari², Subagiyono³

ABSTRACT

Background : *Adolescents are an age group vulnerable to environmental influences, often forming consumption habits of high-sugar sweetened foods and beverages, which increases the risk of non-communicable diseases like diabetes and obesity. Padukuhan Kledokan, a region with a high adolescent population, shows indications of unhealthy sweetened food consumption. Adequate nutritional knowledge is presumed to play a crucial role in shaping healthy consumption behaviors among adolescents.*

Objective : *To determine if there is a relationship between knowledge about sweetened foods and the consumption behavior of sweetened foods among adolescents in Padukuhan Kledokan, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.*

Methods : *This study used a cross-sectional design with a quantitative approach. Data were collected through self-administered questionnaires from 68 adolescent respondents. Knowledge and sweetened food consumption behavior variables were measured using structured instruments whose validity and reliability had been tested. Data analysis used bivariate statistical tests with a significance level of 0.05.*

Result : *The majority of respondents (69.1%) had a good level of knowledge about sweetened foods, yet frequent consumption behavior was found in only 47.1%. Statistical test results showed no significant relationship between the level of knowledge and sweetened food consumption behavior ($p=0.951$; $OR=1.033$), indicating that good knowledge does not directly lead to changes in consumption behavior.*

Conclusion : *There is no relationship between knowledge about sweetened foods and the consumption behavior of sweetened foods among adolescents in Padukuhan Kledokan, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta.*

Keywords : *Teenagers, knowledge, consumption behavior*

¹ Student of Public Health Study Program (S1), STIKES Wira Husada Yogyakarta ² Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan, khususnya dalam pembentukan pola kebiasaan makan. Pada masa ini, kebebasan memilih makanan sering kali tidak diimbangi dengan pengetahuan gizi yang memadai, sehingga meningkatkan risiko kelebihan asupan gula yang dapat berdampak negatif pada kesehatan jangka panjang. Tren konsumsi makanan dan minuman berpemanis, yang tinggi kalori namun rendah nilai gizi, semakin mengkhawatirkan di kalangan remaja. (Widianti, 2012).

Kebiasaan makan sehari-hari sangat memengaruhi status gizi remaja, di mana pola konsumsi yang tidak seimbang dan kurang memperhatikan kaidah gizi dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Faktor-faktor seperti pengetahuan gizi yang rendah, pendidikan, usia, kondisi lingkungan, dan budaya sosial turut berperan dalam membentuk pola konsumsi ini. Di Indonesia, konsumsi gula dalam produk makanan dan minuman manis umumnya melebihi rekomendasi aman yang dianjurkan, sehingga berkontribusi pada peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes tipe 2, dan gangguan kardiovaskular. (Sumarwan et al., 2017).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi gula penduduk Indonesia melebihi batas yang direkomendasikan oleh WHO, sementara prevalensi obesitas pada remaja terus meningkat. Studi di Padukuhan Kledokan, dengan populasi remaja yang cukup besar, menemukan bahwa sebagian besar remaja mengonsumsi makanan berpemanis setidaknya satu kali sehari, walaupun sudah mengetahui dampak negatifnya. Hal ini menegaskan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku konsumsi.

Berdasarkan hal tersebut, penting untuk melakukan penelitian yang mendalam mengenai hubungan antara pengetahuan tentang makanan berpemanis dan perilaku konsumsi pada remaja sebagai upaya untuk mendorong promosi kesehatan dan pencegahan penyakit tidak menular sejak dini.

II. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan berpemanis pada remaja. Lokasi penelitian berada di Padukuhan Kledokan, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta, dan data dikumpulkan pada periode November 2024-Juli 2025. Populasi penelitian terdiri dari 210 remaja berusia 10 sampai 19 tahun, sampel sebanyak 68 responden dipilih menggunakan teknik *accidental sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner terstruktur yang mengukur dua variabel utama, yaitu tingkat pengetahuan tentang makanan berpemanis sebagai variabel bebas dan perilaku konsumsi makanan berpemanis sebagai variabel terikat. Instrumen kuesioner yang digunakan telah melalui uji validitas dengan *Pearson product moment* dan reliabilitas dengan *Cronbach's alpha* untuk menjamin keandalan data. Responden diberikan

kuesioner secara mandiri dengan instruksi yang jelas untuk mengisi data terkait karakteristik, pengetahuan, dan perilaku konsumsi.

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian. Selanjutnya, uji statistik bivariat menggunakan chi-square diterapkan untuk menguji adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan berpemanis dengan taraf signifikansi 0,05. Penelitian ini juga telah memperhatikan aspek etika dengan mendapatkan izin dari pihak berwenang dan *informed consent* dari para responden untuk menjamin privasi dan keterlibatan sukarela.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dusun Kledokan merupakan salah satu dari 20 padukuhan di Kalurahan Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, dengan jumlah penduduk sekitar 1.200 jiwa dan 210 remaja usia 10-19 tahun. Wilayah ini tergolong trans-sosial dengan campuran suasana perkotaan dan pedesaan serta perkembangan infrastruktur yang pesat, termasuk perumahan dan fasilitas pendidikan. Letaknya strategis, dekat pusat pemerintahan Depok, Sleman, dan Yogyakarta, menjadikannya area yang dinamis dan berkembang.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
<18	16	23,5%
≥ 18	52	76,5%
Total	68	100,0%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	31	45,6%
Perempuan	37	54,4%
Total	68	100,0%
Aktivitas		
Sekolah	16	23,5%
Kuliah	27	39,7%
Bekerja	25	36,8%
Total	68	100,0%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan data, mayoritas responden berusia ≥ 18 tahun sebanyak 52 orang (76,5%), menunjukkan mayoritas berada pada kelompok dewasa awal dengan tingkat kematangan fisik dan psikis yang lebih baik dibanding remaja. Distribusi jenis kelamin menunjukkan sebagian besar perempuan, yaitu 37 orang (54,4%), sedangkan laki-laki 31 orang (45,6%), yang bisa dipengaruhi oleh ketersediaan dan partisipasi responden serta perbedaan preferensi dan peran sosial. Berdasarkan aktivitas, responden terbanyak adalah mahasiswa sebanyak 27 orang (39,7%), diikuti pekerja 25 orang (36,8%), dan pelajar 16 orang (23,5%), menandakan sebagian besar sudah memasuki pendidikan tinggi atau dunia kerja yang memengaruhi pola waktu dan interaksi sosial mereka.

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase %
Pengetahuan		
Baik	47	69,1
Kurang	21	30,9
Total	68	100,0
Perilaku		
Sering	32	47,1
Tidak sering	36	52,9
Total	68	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 6, sebanyak responden (69,1%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai topik penelitian, sedangkan 30,9% sisanya memiliki pengetahuan yang kurang baik. Namun, distribusi perilaku menunjukkan bahwa hanya 47,1% responden yang sering melakukan perilaku pencegahan, sementara 52,9% lainnya tidak. Temuan ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan penerapan perilaku pencegahan, di mana sebagian responden dengan pengetahuan baik belum menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Kesenjangan tersebut menegaskan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk mendorong perubahan perilaku; diperlukan faktor pendukung lain, seperti motivasi, dukungan sosial, dan lingkungan yang kondusif.

Tabel 7
Tabulasi Silang Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Responden

Pengetahuan	Perilaku konsumsi berpemanis				Total	P- Value	OR
	Sering	%	Tidak sering	%			
Kurang	10	31,3	25	30,6	21	0,951	1,033
Baik	22	68,8	11	69,4	47		
Total	32	100,0	36	100,0	68		

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 7, dari 47 responden dengan pengetahuan baik, 22 orang (68,8%) sering melakukan perilaku pencegahan, sedangkan 25 orang (69,4%) tidak. Dari 21 responden dengan pengetahuan tidak baik, 10 orang (31,3%) sering melakukannya dan 11 orang (30,6%) tidak. Uji statistik menunjukkan p -value 0,951 ($>0,05$), mengindikasikan tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan ($OR = 1,033$). Temuan ini menekankan peran dominan faktor lain, seperti motivasi dan dukungan sosial, dalam memengaruhi perilaku responden.

Mayoritas remaja di Kledokan Caturtunggal memiliki pengetahuan baik tentang makanan berpemanis (69,1%), didukung oleh usia dewasa awal, latar pendidikan tinggi, dan akses informasi luas. Responden memahami

anjuan konsumsi, kandungan gula, dan risiko kesehatan pemanis buatan dengan baik, namun masih ada kesalahpahaman terkait peran energi makanan manis dan rasa ragu pada produk rendah kalori. Temuan ini menunjukkan perlunya edukasi lebih lanjut yang menggabungkan aspek pengetahuan dan perubahan perilaku. Hasil ini sejalan dengan studi lain yang menegaskan bahwa pengetahuan perlu didukung faktor tambahan seperti pengaruh sosial dan motivasi untuk mengubah pola konsumsi menjadi sehat.

Sebanyak 52,9% remaja menunjukkan perilaku pencegahan diabetes yang baik, namun hampir setengahnya (47,1%) belum optimal. Perilaku pencegahan dipengaruhi oleh persepsi kerentanan, manfaat, hambatan, dan dukungan lingkungan sesuai HBM. Remaja yang merasa tidak rentan kurang termotivasi melakukan pencegahan. Hambatan utama meliputi kurangnya informasi, pengaruh lingkungan sosial, serta akses terbatas ke fasilitas olahraga. Konsumsi makanan dan minuman berpemanis cenderung tidak rutin, dengan kesadaran mengurangi asupan gula, meski kontrol atas informasi nutrisi masih rendah. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi edukasi dan lingkungan pendukung untuk meningkatkan perilaku pencegahan diabetes sejak dini.

Hasil uji *chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan tentang makanan berpemanis dengan perilaku konsumsi pada remaja di Padukuhan Kledokan ($p=0,951$; $OR=1,033$). Ini menunjukkan bahwa peluang perilaku konsumsi yang sama terjadi pada kelompok dengan pengetahuan baik maupun kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor lain seperti kebiasaan, preferensi rasa, pengaruh teman sebaya, dan ketersediaan makanan/minuman berpemanis lebih dominan dalam membentuk perilaku konsumsi. Studi terdahulu juga mendukung hasil ini, bahwa pengetahuan tidak selalu langsung memengaruhi perilaku konsumsi, dan faktor sosial serta lingkungan memiliki peranan penting. Teori perilaku terencana *Theory of Planned Behavior* dan *Health Belief Model* menguatkan bahwa sikap, norma sosial, persepsi risiko, dan hambatan lingkungan turut memengaruhi perubahan perilaku sehingga intervensi harus melibatkan strategi yang lebih komprehensif di luar peningkatan pengetahuan semata.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan temuan tersebut tidak terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan berpemanis pada remaja di padukuhuan Kledokan Caturtunggal, saran dari peneliti agar remaja terus meningkatkan pengetahuan mengenai dampak konsumsi makanan berpemanis untuk mendukung perilaku pencegahan yang berkelanjutan. Puskesmas Depok III diharapkan memberikan edukasi kesehatan secara berkelanjutan dengan pendekatan mudah dipahami dan melibatkan keluarga serta kader kesehatan guna memperkuat pembentukan perilaku sehat. Peneliti selanjutnya dianjurkan untuk memasukkan variabel tambahan seperti sikap, dukungan keluarga, dan peran tenaga kesehatan agar mendapatkan gambaran faktor yang lebih komprehensif dalam memengaruhi perilaku konsumsi remaja.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih juga disampaikan kepada pembimbing dan dosen yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan berharga selama proses penyusunan naskah ini. Bagi masyarakat Kledokan yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pengumpulan data serta kepada pihak-pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam kelancaran penelitian ini. Tak lupa, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan rekan-rekan yang selalu memberikan dukungan dan motivasi.

VI. DAFTAR PUSTAKA

- Widianti, W. (2012). *Pola Konsumsi Gula dan Risiko Penyakit Tidak Menular pada Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumarwan, U., Jatiningrum, C., & Rachmawati, R. (2017). *Perilaku Konsumen: Teori dan Penerapannya dalam Pemasaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- World Health Organization. (2015). *Guideline: Sugars intake for adults and children*. Geneva: WHO.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Rosenstock, I. M., Strecher, V. J., & Becker, M. H. (1988). Social learning theory and the health belief model. *Health Education Quarterly*, 15(2), 175–183. <https://doi.org/10.1177/109019818801500203>