

# Perbedaan Proporsi Konsumsi Sugar Sweetened beverage (SSBs) Kemasan Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Fast Food, Screen Time, Faktor Individu dan Faktor Lingkungan pada Mahasiswa UI Tahun 2023

Aulia, Nur

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=136484&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

<div style="text-align: justify;"><span data-sheets-formula-bar-text-style="font-size:13px;color:#000000;font-weight:normal;text-decoration:none;font-family:'Arial';font-style:normal;text-decoration-skip-ink:none;">Sugar Sweetened Beverages (SSBs) merupakan cairan yang dimaniskan dengan berbagai bentuk gula tambahan seperti corn syrup, dekstrosa, fruktosa, glukosa, sukrosa, madu dan gula yang secara alami terdapat di dalam bahan pangan namun telah dipekatkan, jika dikonsumsi secara berlebihan maka akan menyebabkan kejadian obesitas dan mengakibatkan faktor risiko lain seperti penyakit tidak menular yaitu diabetes dan penyakit kardiovaskular. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan proporsi konsumsi Sugar Sweetened Beverages (SSBs) berdasarkan konsumsi fast food, screen time, karakteristik individu, karakteristik lingkungan pada mahasiswa Universitas Indonesia tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan jumlah sampel 185 orang. Data diambil melalui pengisian kuesioner online secara mandiri oleh responden. Data akan dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 61,6% mahasiswa Universitas Indonesia mengonsumsi SSB dalam tingkat tinggi ( $\geq 200$  kkal). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan proporsi yang signifikan antara ketersediaan SSBs p-value 0,045 dan odds ratio OR 2,057 (1,068-3,963), pengaruh media sosial p-value 0,025 dan odds ratio OR 2,273 (1,159-4,457), konsumsi fast food p-value 0,049 dan odds ratio OR 0,514 (0,277-0,954), dan screen time p-value 0,044 dan odds ratio OR 1,986 (1,066-3,699) terhadap konsumsi SSBs. Peneliti menyarankan konsumen untuk memperhatikan konsumsi SSBs dan memilih alternatif lain agar tidak mengonsumsi SSBs berlebihan saat melakukan kegiatan luar bersama dengan teman maupun keluarga. Produsen SSBs disarankan untuk mencantumkan label gizi pangan terkait jumlah gula yang ada di produk SSBs terutama SSBs yang berbentuk warlaba. Peneliti juga menyarankan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) dapat mencantumkan informasi nilai gizi dalam bentuk traffic light atau penggunaan warna yang berbeda untuk membedakan kandungan zat gizi yang rendah, sedang dan juga tinggi seperti warna hijau untuk kandungan zat gizi yang rendah, warna kuning untuk kandungan zat gizi yang sedang dan warna merah untuk kandungan zat gizi yang tinggi</span></div><hr /><div style="text-align: justify;"><span data-sheets-formula-bar-text-style="font-size:13px;color:#000000;font-weight:normal;text-decoration:none;font-family:'Arial';font-style:normal;text-decoration-skip-ink:none;">Sugar Sweetened Beverages (SSBs) are liquids that are sweetened with various forms of added sugar such as corn syrup, dextrose, fructose, glucose, sucrose, honey, and sugar which are naturally found in foodstuffs but have been concentrated, if it consumes in excess, it will cause an obesity and lead to other risk factors such as infectious diseases diabetes and cardiovascular disease. The purpose of this study is to determine the differences in the proportion of consumption of Sugar Sweetened Beverages (SSBs) based on consumption of fast food, screen time, individual characteristics, environmental characteristics among the students at University of Indonesia in 2023. This study used a cross-sectional

study design with a sample size of 185 respondents. Data was collected by filling online questionnaires independently by respondents. Data will be analyzed univariately and bivariate. The results showed that 61.6% of University of Indonesia students consumed high levels of SSB ( $\geq$  200 kcal). The results of the bivariate analysis showed that there was a significant proportion difference between the availability of SSBs p-value 0.045 and odds ratio OR 2.057 (1.068-3.963), social media influence p-value 0.025 and odds ratio OR 2.273 (1.159-4.457), consumption of fast-food p -value 0.049 and odds ratio OR 0.514 (0.277-0.954), and screen time p-value 0.044 and odds ratio OR 1.986 (1.066-3.699) for consumption of SSBs. Researchers suggest consumers to pay attention to consumption of SSBs and choose other alternatives to avoid heavy consumption of SSBs when doing outdoor activities with friends or family. SSBs producers are advised to put food nutrition labels related to the amount of sugar in SSBs products, especially SSBs in the form of franchises. Researchers also suggest that the Food and Drug Monitoring Agency (BPOM) can put nutritional value information in the form of traffic lights or the use of different colors to distinguish low, medium, and high nutrient content such as green for low nutrient content, yellow for medium nutrient content and red for high nutrient content.