

Analisis Hubungan Faktor Individu, Lingkungan, Dan Komersial Terhadap Konsumsi Ultra-Processed Foods Pada Siswa SMA Negeri 81 Jakarta Tahun 2026

Arianditha, Revaline

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=139603&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Ultra-Processed Foods (UPF) merupakan produk olahan industri dengan kepadatan energi tinggi serta kandungan lemak, gula, dan garam berlebih yang konsumsinya terus meningkat di kalangan remaja dan berisiko menimbulkan berbagai penyakit tidak menular. Berbagai faktor individu, lingkungan, dan komersial diduga berperan terhadap tingginya konsumsi UPF pada kelompok remaja, termasuk jenis kelamin, uang saku, screen time, penggunaan online food delivery (OFD), kebiasaan sarapan, pengetahuan terkait UPF, tingkat stres, pengaruh peer group, dan akses terhadap UPF. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan faktor individu, lingkungan, dan komersial dengan konsumsi UPF pada siswa SMA Negeri 81 Jakarta tahun 2026. Penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan melibatkan 117 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data konsumsi UPF dikumpulkan menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) untuk periode satu bulan terakhir, dan hubungan antar variabel dianalisis menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50,4% responden memiliki konsumsi UPF kategori tinggi. Hasil uji Chi-square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan ($p=0,001$), pengetahuan terkait UPF ($p=0,001$), dan pengaruh peer group ($p=0,021$) dengan konsumsi UPF. Sementara itu, jenis kelamin, uang saku, screen time, tingkat stres, penggunaan OFD, dan akses terhadap UPF tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan konsumsi UPF. Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah dan pembuat kebijakan dalam merancang intervensi edukasi gizi yang berfokus pada peningkatan pengetahuan terkait UPF, pembentukan kebiasaan sarapan yang rutin, serta pemanfaatan pengaruh kelompok sebaya secara positif untuk mendorong pola konsumsi pangan yang lebih sehat pada remaja.</div><hr /><div style="text-align: justify;">Ultra-Processed Foods (UPF) are industrially manufactured products with high energy density and excessive content of fat, sugar, and salt, whose consumption continues to rise among adolescents and poses risks for various non-communicable diseases. Multiple individual, environmental, and commercial factors are presumed to contribute to high UPF consumption among adolescents, including sex, pocket money, screen time, the use of online food delivery (OFD) services, breakfast habits, nutrition knowledge related to UPF, stress levels, peer influence, and access to UPF. This study aimed to analyze the relationship between individual, environmental, and commercial factors and UPF consumption among students of SMA Negeri 81 Jakarta in 2026. The study employed a cross-sectional design involving 117 respondents selected through purposive sampling. UPF consumption data were collected using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) covering the past one month, and the relationships between variables were analyzed using the Chi-square test. The results showed that 50.4% of respondents had a high category of UPF consumption. The Chi-square test results showed significant associations between breakfast habits ($p=0.001$; OR=3.709), knowledge related to UPF ($p=0.001$; OR=3.690), and peer group influence ($p=0.021$; OR=2.389) with UPF consumption. Meanwhile, sex ($p=0.110$), pocket money ($p=0.508$), screen time ($p=0.406$), stress level ($p=0.494$), OFD use ($p=0.198$), and access to UPF ($p=0.176$) showed no significant association with UPF

consumption. This study may serve as a basis for schools and policymakers in designing nutrition education interventions that focus on improving knowledge related to UPF, establishing regular breakfast habits, and leveraging peer group influence positively to promote healthier dietary patterns among adolescents.</div>