

Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* pada Wanita Usia Produktif

The Correlation between Knowledge and Attitude towards Sugar-Sweetened Beverages Consumption among Productive Aged Women

Anggita Rifky Setyanurlia^{1*}, Sri Sumarmi¹

¹Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 60115, Indonesia

Article Info

*Correspondence:

Anggita Rifky Setyanurlia
anggitarifky06@gmail.com

Submitted: 06-07-2023
Accepted: 15-10-2023
Published: 30-06-2024

Citation:

Setyanurlia, A. R., & Sumarmi, S. (2024). The Correlation between Knowledge and Attitude towards Sugar-Sweetened Beverages Consumption among Productive Aged Women. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), 67–74.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v13i1.2024.67-74>

Copyright:

©2024 by Setyanurlia and Sumarmi, published by Universitas Airlangga. This is an open-access article under CC-BY-SA license.



ABSTRAK

Latar Belakang: Konsumsi minuman manis atau *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) merupakan kebiasaan yang umum dilakukan masyarakat dengan anggapan bahwa minuman SSB sebagai minuman masyarakat atau *social drink*. Tingkat konsumsi SSB pada wanita usia produktif dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan sikap dalam mengonsumsi SSB. Apabila pengetahuan dan sikap positif terhadap konsumsi SSB dan kesehatan maka seseorang akan mencermati kualitas dan kuantitas makan dan minuman yang dikonsumsi. Kontrol glikemik diperlukan dalam mengontrol kadar glukosa darah berdasarkan diet yang meliputi jenis dan jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan pengetahuan dan sikap dengan konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) pada wanita usia produktif di Kota Surabaya.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan design penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian terdiri dari 125 responden wanita usia produktif berusia 18-30 tahun yang diambil dengan teknik pengambilan sampel bebas (*accidental sampling*). Pengumpulan data terdiri dari karakteristik responden yaitu umur, pendidikan, pendidikan, kuesioner pengetahuan responden terkait konsumsi SSB, kuesioner sikap dalam konsumsi SSB, dan SQ-FFQ (*Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*). Data yang dikumpulkan dianalisis dengan analisis statistik uji *Chi-Square* untuk menguji hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* dengan signifikansi kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ($p=0,504$) dan sikap ($p=0,332$) dengan konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB).

Kesimpulan: Responden wanita usia produktif memiliki pengetahuan baik, sikap positif terhadap konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB), mengonsumsi SSB dalam jumlah yang rendah ($<2x$ per minggu), rata-rata konsumsi energi total/hari dan rata-rata konsumsi gula/hari dari konsumsi SSB telah sesuai dengan rekomendasi. Namun, beberapa responden dengan pengetahuan dan sikap positif masih mengonsumsi SSB dalam jumlah tinggi. Pengetahuan dan sikap belum tentu menjadi faktor utama yang memberikan pengaruh terhadap konsumsi SSB. Faktor determinan pemilihan makanan dan minuman dapat diteliti lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor pendukung konsumsi SSB.

Kata kunci: Diabetes, Konsumsi *sugar-sweetened beverages*, Pengetahuan, Sikap, Usia produktif

ABSTRACT

Background: Consumption of sweet drinks, or *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB), is a common habit among people who think that SSB drinks are social drinks. The level of consumption of SSB by women of reproductive age can be influenced by their level

of knowledge and attitude toward consuming SSB. If knowledge and attitude are positive towards consumption of SSB and health, then a person will know the quality and quantity of food and drink consumed. Glycemic control is needed to control blood glucose levels based on diet, which includes the type and amount of food and drinks consumed.

Objectives: This study aims to analyze the relationship between knowledge and attitudes toward the consumption of Sugar-Sweetened Beverages (SSB) among women of reproductive age in the city of Surabaya

Methods: This research is a type of quantitative descriptive research with a cross sectional research design. The research sample consisted of 125 productive-age female respondents aged 18–30 years who were taken by accidental sampling technique. The data collection consisted of the characteristics of the respondents, namely age, education, the respondents' knowledge questionnaire related to SSB consumption, the attitude questionnaire on SSB consumption, and the SQ-FFQ (Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire). The collected data were analyzed by statistical analysis using the Chi-Square test to examine the relationship between the independent variables and the dependent variable with a significance level of 95% ($\alpha=0.05$)

Results: The results showed that there was no significant relationship between knowledge ($p=0.504$) and attitude ($p=0.332$) and the consumption of Sugar-Sweetened Beverages (SSB).

Conclusions: Female respondents of reproductive age have good knowledge, positive attitude towards consumption of Sugary Drinks (SSB), consume low amounts of SSB (<2x per week), average total energy consumption per day, and average sugar consumption per day of SSB consumption that is in accordance with the recommendations. However, some respondents with positive knowledge and attitudes still consumed high amounts of SSB. Knowledge and attitudes are not necessarily the main factors that influence SSB consumption. The determinants of food and beverage selection can be further investigated to determine the supporting factors for SSB consumption.

Keywords: Attitude, Diabetes, Knowledge, Sugar-sweetened beverages consumption, Productive age.

PENDAHULUAN

Konsumsi minuman manis atau *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) sering dikaitkan sebagai salah satu penyebab permasalahan kesehatan salah satunya peningkatan risiko diabetes tipe II. *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) mengandung gula jenis sukrosa dan fruktosa dengan total gula sebesar 35 gram (9 sendok teh) dan energi total sebesar 140 kalori (World Health Organization, 2014). Batas anjuran konsumsi gula harian yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan RI sebesar empat sendok makan atau sebesar 50 gram per hari (Kemenkes RI, 2014). Konsumsi tinggi karbohidrat dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah (Wirawanni and Fitri, 2014). Sejumlah penelitian menyebutkan bahwa konsumsi SSB berkaitan dengan peningkatan risiko diabetes mellitus tipe II (Lumbuun and Kodim, 2017; Malik and Hu, 2022).

Jenis kelamin menjadi salah satu faktor risiko penyakit diabetes mellitus (DM). DM tipe II umumnya terjadi pada wanita (60%) dibandingkan dengan pria (40%) (Bertalina and Aindyati, 2016). Wanita cenderung lebih berisiko karena peningkatan

indeks massa tubuh yang lebih besar dibandingkan pria (Kirana, Murbawani and Panunggal, 2017). Sindrom siklus menstruasi (*premenstrual syndrome*) merupakan predisposisi timbunan lemak yang memicu obesitas, sehingga meningkatkan risiko DM (Bertalina and Aindyati, 2016).

Kebiasaan mengonsumsi SSB dapat dipengaruhi oleh sikap terhadap minuman berpemanis. Menurut penelitian Masri (2018), sikap seseorang terhadap preferensi minuman dipengaruhi oleh rasa suka dan tidak suka (*food preferences*), yang kemudian mempengaruhi konsumsi dan kebiasaan minumannya. SSB sering dianggap sebagai minuman sosial (*social drink*) dan sering disajikan dalam pertemuan, serta dikonsumsi secara terus-menerus walaupun telah mengetahui dampak konsumsi SSB yang berlebih terhadap kesehatan (Fadupin, Ogunkunle and Gabriel, 2014; Masri, 2018).

Secara umum, konsumsi SSB lebih banyak ditemukan pada usia anak-anak, namun tidak menutup kemungkinan dikonsumsi oleh dewasa. Pada usia dewasa, konsumsi SSB lebih dari satu sajian dipengaruhi oleh rendahnya pendidikan, tidak bekerja, rendahnya aktivitas fisik, dan pola makan

yang tidak sehat (White *et al.*, 2018). Sejumlah penelitian menyebutkan bahwa konsumsi SSB pada usia dewasa lebih banyak ditemukan pada usia dewasa muda dengan pendidikan rendah dan tidak bekerja (Park *et al.*, 2016; White *et al.*, 2018). Hal ini dapat disebabkan oleh anggapan SSB sebagai minuman sosial dan rendahnya pengetahuan akan kesehatan. Pengetahuan dapat menjadi faktor yang berpengaruh dalam perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2014). Apabila seseorang memiliki pengetahuan yang baik, maka seseorang akan mencermati kualitas dan kuantitas makan dan minuman yang dikonsumsi (Masri, 2018).

Kota Surabaya merupakan Ibu Kota Provinsi Jawa Timur dengan jumlah penduduk terbesar yaitu sebesar 3 juta jiwa. Berdasarkan survey Risesdas (2018), melaporkan bahwa DM tertinggi terjadi di wilayah perkotaan yaitu sebesar 1,9%, sedangkan 1% terjadi di wilayah pedesaan (Kemenkes RI, 2018). Hal tersebut didukung oleh *International Diabetes Federation* (2019) bahwa dua dari tiga orang penderita diabetes hidup di daerah perkotaan dan tiga dari empat penderita diabetes adalah seseorang dengan usia produktif (*International Diabetes Federation*, 2019). Kota Surabaya juga menduduki peringkat pertama sebagai kota dengan rata-rata pengeluaran per kapita untuk produk makanan dan minuman tertinggi di Jawa Timur. Rata-rata pengeluaran per kapita untuk produk makanan dan minuman yaitu sebesar 40,94% atau sebesar 776.985 rupiah per kapita pada tahun 2018 (Badan Pusat Statistik, 2019). Dengan jumlah penduduk terbesar di Jawa Timur dan besarnya pengeluaran untuk konsumsi makanan dan minuman jadi (*instant*), memberikan peluang kejadian *diabetes mellitus* (DM) tipe II dapat mencapai angka yang tinggi.

Upaya pencegahan DM dapat dilakukan dengan melakukan kontrol glikemik dalam mengontrol kadar glukosa darah berdasarkan diet yang meliputi jenis dan jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi. Dengan melakukan kontrol pola makan (diet), pengetahuan, dan gaya hidup yang baik merupakan upaya mencegah penyakit, khususnya penyakit diabetes mellitus tipe II (Bertalina and Aindyati, 2016). Penelitian ini akan menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap perilaku konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) pada wanita usia produktif di Kota Surabaya.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan *cross sectional*, dengan data penelitian berupa data variabel terikat (tingkat konsumsi SSB) dan data variabel bebas (pengetahuan dan sikap). Data penelitian diambil dengan melakukan *survey online* menggunakan kuesioner tentang karakteristik responden yaitu

umur, pendidikan, pendidikan, kuesioner pengetahuan responden terkait konsumsi SSB, kuesioner sikap dalam konsumsi SSB, dan SQ-FFQ (*Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*).

Populasi dalam penelitian adalah wanita berusia 18-30 tahun (usia produktif) yang berdomisili di Kota Surabaya. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu: bersedia menjadi responden dalam penelitian, pernah melakukan pemeriksaan gula darah selama satu tahun terakhir, tidak ada riwayat DM sebelumnya, wanita berusia 18-30, tidak buta huruf dan kooperatif berkomunikasi secara daring, dan tidak sedang dalam keadaan hamil dan menyusui. Data diambil pada bulan Agustus hingga November 2020 dan telah mendapatkan persetujuan surat etik dalam pengambilan data.

Besar sampel ditentukan dengan pedoman kasar *Rule of The Thumb* yaitu $n \geq 50 + 8(p)$ dengan p sebagai variabel independen atau jumlah prediktor. Penentuan sampel dengan metode ini mendapatkan besar sampel yaitu 125 orang. Sampel diperoleh dari pengguna media sosial yang mengakses *link* formulir kuesioner *online* yang disebarluaskan dalam jangka waktu tertentu. Pengambilan sampel dilakukan dengan bantuan media poster dengan *link* kuesioner yang tertaut pada poster untuk menarik pengguna media sosial. Poster yang digunakan memberikan gambaran penelitian dan kriteria responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik pengambilan sampel bebas (*accidental sampling*). Responden dipilih berdasarkan kebetulan yang terjadi pada responden yang memiliki kecocokan untuk dijadikan sumber data sesuai dengan kriteria inklusi.

Kuesioner terdiri dari empat bagian, yaitu karakteristik responden, kuesioner pengetahuan, kuesioner sikap, dan SQ-FFQ terkait konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) yang disajikan dalam bentuk kuesioner *online*. Karakteristik responden terdiri dari nama, usia, nomor *handphone* yang dapat dihubungi, pendidikan terakhir, dan jenis pekerjaan. Kuesioner pengetahuan terdiri dari dua jenis pernyataan positif dan pernyataan negatif dengan total 10 pertanyaan terkait dengan SSB dan dampaknya pada kesehatan. Responden akan diberikan 10 pernyataan dengan pilihan jawaban yang tersedia yaitu benar dan salah. Data dari pengetahuan responden diklasifikasikan menjadi dua, yaitu pengetahuan baik dan pengetahuan kurang. Kuesioner sikap terdiri dari lima jenis pernyataan yaitu dua pertanyaan positif dan tiga pernyataan negatif terkait dengan sikap dalam konsumsi SSB dan pemilihan makan. Pilihan jawaban dari kuesioner sikap terdiri dari dua pilihan jawaban yaitu setuju dan tidak setuju. Data sikap akan diklasifikasikan menjadi sikap positif dan sikap negatif terhadap konsumsi SSB. SQ-FFQ terdiri dari pertanyaan yang berisikan jenis, jumlah, dan frekuensi konsumsi dengan bantuan foto jenis minuman dengan takaran sebagai panduan

pengisian. Jenis SSB terdiri dari minuman rasa buah, minuman jenis teh kemasan, minuman jenis kopi, minuman bersoda atau *soft drink*, dan minuman berenergi atau minuman isotonik.

Data yang dikumpulkan kemudian akan dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik sampel dengan melakukan analisis distribusi dan persentase dari masing-masing variabel. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* dengan tujuan menarik kesimpulan. Analisis data diolah dengan menggunakan analisis statistik uji *Chi-Square* untuk menguji hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* dengan signifikansi kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$), jika p -value $< 0,05$ maka H_0 ditolak, dengan kata lain terdapat hubungan antara kedua variabel, sebaliknya jika p -value $> 0,05$ maka H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan antara kedua variabel yang diuji. Analisis tersebut dilakukan dengan menggunakan *software SPSS Statistic 24*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat memberikan sebaran distribusi karakteristik responden, pengetahuan, sikap, dan konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) pada wanita usia produktif. Variabel yang ditampilkan meliputi usia, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, tingkat pengetahuan, dan tingkat sikap yang dapat dilihat pada Tabel 1. Responden pada penelitian didominasi oleh wanita usia produktif dengan rentang usia 20–25 tahun dengan persentase sebesar 78,4%. Artinya, sebagian besar responden didominasi oleh dewasa muda. Sebanyak 64,8% responden memiliki tingkat pendidikan tinggi yaitu D1-S3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah mahasiswa dengan persentase sebesar 58,4%.

Penelitian terkait perilaku konsumsi SSB oleh Veronica dan Ilmi (2020) memberikan gambaran serupa, bahwa sebagian besar responden suka mengonsumsi SSB didominasi oleh remaja dan dewasa muda yaitu 16–24 tahun (Veronica and Ilmi, 2020). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi *et al.* (2015) yang menunjukkan bahwa jenis minuman tergolong SSB lebih disukai oleh remaja dan dewasa muda berusia 18–25 tahun (Dewi, L. A. P., Rachmawati I., Prabowo, 2015). Berdasarkan Tabel 1. Juga diketahui bahwa mayoritas responden memiliki jenis pengetahuan yang baik dengan persentase sebesar 96,8%. Mayoritas responden telah mengetahui pengertian dari SSB (97,6%), minuman SSB tidak baik bagi tubuh (95,2%), minuman SSB mengandung pemanis buatan (96,8%), minuman SSB bukan merupakan minuman gizi seimbang (92%), kopi kemasan dan *soft drink* termasuk minuman SSB (99,2%), dampak konsumsi SSB

secara berlebihan (93,6%), dan risiko penyakit akibat mengonsumsi SSB dalam jumlah berlebih (97,6%), dan anjuran konsumsi SSB (92,8%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Warner dan Ha (2017), yaitu responden usia remaja dan dewasa muda (53%) serta dengan latar belakang mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik terkait dengan konsumsi gula dan minuman jenis SSB (86,1%) (Warner and Ha, 2017). Sebagian besar responden juga memiliki sikap yang positif terhadap konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 85,5%. Hasil ini sejalan dengan penelitian pendahulu oleh Fadupin, Ogunkunle, dan Gabriel (2014) yang memberikan gambaran sikap positif terhadap konsumsi SSB. Pendidikan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam memahami ilmu yang diperoleh. Pendidikan yang tinggi akan memberikan pengaruh pada informasi dan pengetahuan yang diperoleh termasuk pengetahuan terhadap kesehatan (Zaenurrohman and Rachmayanti, 2017).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Usia		
< 20	7	5,6
20 – 25	98	78,4
25 – 30	16	12,8
> 30	4	3,2
Total	125	100,0
Tingkat Pendidikan		
Dasar (Tamat SD/SMP)	0	0
Menengah (Tamat SMA/SMK)	44	35,2
Tinggi (Tamat D1-S3)	81	64,8
Total	125	100,0
Jenis Pekerjaan		
Tidak bekerja/Ibu RT	10	8
Mahasiswa	73	58,4
Wiraswasta/pedagang	7	5,6
Karyawan swasta	26	20,8
Pegawai Negeri Sipil (PNS)	5	4
<i>Freelancer</i>	4	3,2
Total	125	100,0
Pengetahuan		
Baik	121	96,8
Kurang	4	3,2
Total	125	100,0
Sikap		
Positif	107	85,6
Negatif	18	14,4
Total	125	100,0

Batas anjuran konsumsi gula harian yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan RI sebesar empat sendok makan atau sebesar 50 gram per hari (Kemenkes RI, 2014). Konsumsi gula dari SSB pada wanita usia produktif yang telah sesuai dengan rekomendasi sebesar 120 responden (96%) dan yang berlebih sebesar 5 responden (4%).

Sementara konsumsi energi dari konsumsi SSB pada penelitian ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden mengonsumsi energi sesuai dengan rekomendasi dengan jumlah 118 responden (94,4%). Responden dengan konsumsi energi berlebih dari SSB sebanyak 7 responden (5,6%). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi energi total/hari dari konsumsi SSB sebesar (Mean±SD) 85,7±1,139 kurang dari 10% kebutuhan energi *intake* total/hari yang berarti telah sesuai dengan rekomendasi WHO (World Health Organization, 2014). Sedangkan rata-rata konsumsi gula/hari (Mean±SD) 17,1±22,4 telah sesuai dengan rekomendasi konsumsi gula harian atau di bawah 50 ≤g/hari atau empat sendok makan yang disarankan oleh Kemenkes RI (Kemenkes RI, 2014). Penelitian ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden mengonsumsi gula dan energi total dari SSB sesuai dengan anjuran WHO dan Kemenkes RI.

Tabel 2. Distribusi Konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) pada Wanita Usia Produktif

Variabel	n	%
Konsumsi Energi (kkal/hari)		
Sesuai Rekomendasi	118	94,4
Berlebih	7	5,6
Konsumsi Gula (g/hr)		
Sesuai Rekomendasi	120	96,0
Berlebih	5	4,0
Total	125	100,0
Frekuensi Konsumsi SSB		
Rendah (<2x/minggu)	82	65,6
Tinggi (≥2x/minggu)	43	34,4
Total	125	100,0

Konsumsi SSB dikatakan rendah jika dikonsumsi kurang dari dua kali seminggu, sedangkan konsumsi SSB dikatakan tinggi apabila dikonsumsi lebih dari dua kali dalam seminggu (Masri, 2018). Konsumsi SSB yang tinggi dapat menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan peningkatan risiko DM. Pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa frekuensi konsumsi SSB pada responden wanita usia produktif sebagian besar mengonsumsi dengan frekuensi rendah sebanyak 82 (65,6%). Responden yang mengonsumsi SSB dengan frekuensi tinggi (≥2x/minggu) masih lebih rendah jika dibandingkan dengan responden yang mengonsumsi SSB dengan frekuensi rendah (<2x/minggu). Perilaku konsumsi SSB tersebut dapat dipengaruhi oleh anggapan bahwa SSB adalah minuman yang umum dikonsumsi masyarakat (*social drink*) walaupun telah mengetahui implikasi kesehatan yang dapat terjadi jika mengonsumsi SSB secara berlebihan (Fadupin, Ogunkunle and Gabriel, 2014).

SSB merupakan jenis minuman karbonasi dan minuman non-karbonasi yang mengandung gula dan tambahan pemanis alami atau pemanis buatan.

Penambahan gula pada makanan atau minuman akan menambah jumlah kandungan kalori. *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) mengandung gula dengan jenis sukrosa dan fruktosa pada produk seperti *soft drink* dengan total gula sekitar 35 gram (9 sendok teh) dengan energi total sebesar 140 kalori (World Health Organization, 2014). Minuman SSB mengandung kandungan energi (kalori) yang dianggap sebagai minuman berenergi yang tidak membahayakan tubuh. Anggapan SSB sebagai minuman berenergi membuat jenis minuman ini dikonsumsi sebagai penambah *intake* makanan harian (Khosravi-Boroujeni *et al.*, 2012). SSB mengandung indeks glikemik tinggi yang erat kaitannya dengan kejadian *diabetes mellitus* (DM) (Lumbuan and Kodim, 2017). Bahan makanan dengan indeks glikemik tinggi akan meningkatkan kadar glukosa dalam darah yang berlangsung secara cepat (Malik and Hu, 2012). Perilaku konsumsi SSB yang berlangsung terus-menerus akan meningkatkan peningkatan berat badan karena tingginya kalori dan gula yang terkandung dalam SSB dan peningkatan risiko DM.

Tabel 3. Distribusi Jenis *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB) pada Wanita Usia Produktif

Variabel	n	%
Jenis <i>Sugar-Sweetened Beverages</i> (SSB)		
Minuman rasa buah	91	72,8
Minuman Teh	78	62,4
Minuman Kopi	72	57,6
Minuman Bersoda	54	43,2
Minuman Isotonik	57	45,6

Jenis SSB yang dikonsumsi oleh responden diklasifikasikan menjadi lima jenis minuman, yaitu minuman rasa buah, minuman jenis teh kemasan, minuman jenis kopi, minuman bersoda atau *soft drink*, dan minuman berenergi atau minuman isotonik. Sebaran jenis konsumsi SSB yang dipilih responden pada penelitian tersaji pada Tabel. 3. Jenis minuman rasa buah lebih banyak dikonsumsi oleh responden sebesar 91 orang dari 125 responden (72,8%), diikuti dengan jenis minuman teh (78%), minuman kopi (57,6%), minuman isotonik (45,6%), dan minuman bersoda (43,2%).

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan konsumsi konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB). Tabulasi silang pengetahuan dan sikap dengan konsumsi SSB dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi SSB pada wanita usia produktif di Kota Surabaya. Hasil analisis hubungan pengetahuan dan sikap dengan konsumsi SSB dapat dilihat pada Tabel 4.

Tingkat konsumsi SSB cenderung rendah pada responden dengan pengetahuan yang baik (66,1%) dibandingkan dengan responden berpengetahuan kurang (50%). Pada penelitian studi

cross-sectional pada wanita usia produktif ini, hasil penelitian tidak memberikan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan terkait SSB dengan konsumsi SSB ($p=0,504$). Hasil ini dapat mungkin terjadi karena jumlah sampel yang kecil. Pengetahuan menjadi salah satu penentu pertimbangan seseorang dalam pemilihan makanan dan minuman. Apabila pengetahuan semakin baik terkait dengan pengetahuan gizi dan pangan, maka akan semakin memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan dan minuman yang dikonsumsi (Soediaoetama, 2004). Akan tetapi penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden dengan pengetahuan baik juga masih mengonsumsi SSB dalam jumlah tinggi (33,9%) walaupun telah mengetahui tentang jenis minuman SSB dan dampaknya terhadap kesehatan.

Tabel 4. Analisis Bivariat Pengetahuan dan Sikap dengan Konsumsi SSB pada Wanita Usia Produktif

Variabel	Konsumsi Sugar-Sweetened Beverages (SSB)				P-value
	Rendah		Tinggi		
	n	%	n	%	
Pengetahuan					
Baik	80	66,1	41	33,9	0,504
Kurang	2	50,0	2	50,0	
Sikap					
Positif	72	67,3	35	35,7	0,332
Negatif	10	55,6	8	44,4	

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Masri (2018), bahwa pengetahuan berhubungan dengan perilaku konsumsi minuman berkalori tinggi walaupun memberikan gambaran hasil analisis yang serupa bahwa tingkat konsumsi minuman berkalori akan lebih tinggi pada orang dengan pengetahuan kurang baik. Penelitian sejalan dengan penelitian oleh Warner and Ha (2017) yang menyatakan bahwa pengetahuan terkait gizi dan SSB tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat konsumsi SSB. Pengetahuan belum tentu menjadi faktor utama yang memberikan pengaruh terhadap konsumsi SSB (Warner and Ha, 2017). Faktor determinan pemilihan makanan dan konsumsi makanan seperti kebiasaan makan keluarga, pengaruh produk kemasan seperti label dan atribut, ketersediaan, dan akses pangan memiliki pengaruh dalam pemilihan makanan dan minuman (Geuens, 2023). Faktor-faktor determinan pemilihan minuman dapat diteliti lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor pendukung konsumsi SSB dan mengetahui penyebab seseorang dengan pengetahuan baik masih mengonsumsi SSB dalam jumlah berlebih.

Sikap yang mempengaruhi asupan nutrisi ditentukan oleh baik dan buruk anggapan terhadap jenis makanan dan minuman yang dapat mempengaruhi status gizi (Notoatmodjo, 2014). Penelitian ini menunjukkan bahwa responden

dengan sikap positif terhadap SSB mengonsumsi SSB dalam jumlah yang rendah (67,3%). Sikap seseorang dalam preferensi minuman suka dan tidak suka (*food preference*) akan mempengaruhi konsumsi dan kebiasaan minuman seseorang (Masri, 2018).

Mayoritas responden telah mengetahui dampak konsumsi SSB secara berlebihan (93,6%) dan risiko penyakit akibat mengonsumsi SSB dalam jumlah berlebih (97,6%). Namun, masih ditemukan beberapa responden dengan pengetahuan baik yang masih mengonsumsi SSB dalam jumlah tinggi. Penelitian oleh Park (2014) menyebutkan bahwa pengetahuan terkait SSB tidak cukup berpengaruh terhadap konsumsi SSB. Pemahaman terhadap informasi terkait *intake* energi dan gula tidak berhubungan secara signifikan dengan pemilihan makanan, konsumsi makanan, dan pembelian produk pangan (Park *et al.*, 2014). Dalam penelitian *cross sectional* dengan pengambilan data pada satu titik waktu, tidak dapat menggambarkan hubungan antara perubahan pengetahuan terkait SSB dengan *intake* SSB. Studi longitudinal lebih direkomendasikan untuk melihat hubungan antara pengetahuan terkait SSB dengan konsumsi SSB dan pengetahuan lain yang dapat menjadi faktor determinan dalam konsumsi SSB. Selain itu, responden usia dewasa yang menyadari kandungan energi dari minuman jenis SSB dapat mengimbangi dan memilih asupan energi dari makanan lain, sehingga pengetahuan terkait SSB tidak mempengaruhi *intake* SSB yang dikonsumsi. Pengetahuan terkait kandungan SSB tidak cukup berpengaruh terhadap perubahan perilaku hidup sehat dalam hal ini terkait dengan pembatasan konsumsi SSB (Park *et al.*, 2014, 2016).

Sejumlah keterbatasan penelitian dapat mendukung hasil yang berbeda pada penelitian ini. Pengambilan data karakteristik responden tidak dilakukan secara menyeluruh dengan memanfaatkan media cetak dan terpusat pada media sosial serta terbatas pada pengambilan data secara *online*. Pengambilan data dengan metode pengisian *online* hanya menggantungkan potensi interaksi dari *audience* dan terbatas pada media sosial terpilih seperti *Instagram*, *Twitter*, *Facebook*, dan *What's App* dengan rata-rata *audience* merupakan pelajar dan mahasiswa. Berdasarkan laporan We Are Social (2021) pada digital 2021 Indonesia, kelompok usia yang menghabiskan waktu menggunakan media sosial secara aktif adalah kelompok usia 18–25 tahun dengan jenis kelamin wanita, sehingga pada penelitian ini *audience* akan memberikan gambaran yang lebih besar pada kelompok usia tersebut. Pada penelitian ini sebagian besar *audience* memiliki pekerjaan sebagai mahasiswa dan merupakan kelompok tingkat pendidikan tinggi dengan rentang usia 20–25 tahun, sehingga dengan metode pengisian *online* menggunakan penyebaran kuesioner melalui media sosial bukan metode yang

tepat dalam memberikan gambaran karakteristik seluruh sampel wanita usia produktif usia 18-30 tahun di Kota Surabaya.

SSB merupakan minuman non-karbonasi atau minuman karbonasi yang mengandung tinggi gula dan tambahan pemanis baik pemanis alami atau pemanis buatan. SSB dianggap sebagai minuman tinggi kalori yang dikonsumsi sebagai asupan makanan tambahan (Malik *et al.*, 2010; Malik and Hu, 2022). Konsumsi SSB telah sering dikaitkan dengan peningkatan risiko obesitas dan sindrom metabolik. Namun, perilaku konsumsi SSB tetap dilakukan karena anggapan bahwa SSB adalah minuman yang umum dikonsumsi masyarakat (*social drink*) walaupun telah mengetahui implikasi kesehatan yang dapat terjadi akibat konsumsi SSB yang berlebihan (Fadupin, Ogunkunle and Gabriel, 2014). Pada pengambilan data, pembagian jenis-jenis minuman SSB terbatas pada minuman rasa buah, minuman jenis teh kemasan, minuman jenis kopi, minuman bersoda atau *soft drink*, dan minuman berenergi atau minuman isotonik dalam produk kemasan. Penelitian ini tidak memberikan gambaran konsumsi SSB dari jenis minuman tambahan gula selain dari produk kemasan atau minuman tambahan gula lainnya yang tidak termasuk ke dalam penelitian.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSB). Pengetahuan dan sikap belum tentu menjadi faktor utama yang memberikan pengaruh terhadap konsumsi SSB. Faktor determinan pemilihan makanan dan minuman dapat diteliti lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor pendukung konsumsi SSB dan mengetahui penyebab seseorang dengan pengetahuan baik masih mengonsumsi SSB dalam jumlah berlebih.

Acknowledgement

Terima kasih kepada seluruh responden, dosen, teman-teman, serta staf Prodi S1 Gizi Universitas Airlangga yang telah membantu dan membimbing hingga tercapainya tujuan dari penelitian ini.

Conflict of Interest dan Funding Disclosure

Penulis menyatakan tidak ada *conflict of interest* dan *funding disclosure* yang terlibat dan digunakan dalam penelitian.

Author Contributions

ARS: *conceptualization, data curation, data analysis, methodology; project administration,*

resources; software, writing—original draft; SS: supervision dan validation. Semua author telah membaca dan menyetujui naskah yang diterbitkan.

REFERENSI

- Bertalina, B. and Aindyati, A. (2016) “Hubungan Pengetahuan Terapi Diet dengan Indeks Glikemik Bahan Makanan yang Dikonsumsi Pasien Diabetes Mellitus,” *Jurnal Kesehatan*, 7(3), p. 377. doi: 10.26630/jk.v7i3.219.
- Dewi, L. A. P., Rachmawati I., Prabowo, F. S. A. (2015) “Analisis Positioning Franchise Bubble Drink Berdasarkan Persepsi Konsumen Di Kota Bandung (Studi Pada Calais , Chatime , I-Cup , Presotea , Sharetea) Positioning Analysis of Bubble Drink ’ S Franchise Based on Consumer Perceptions in Bandung City,” *Analisis Positioning Franchise Bubble Drink Berdasarkan Persepsi Konsumen Di Kota Bandung*, 2(3), pp. 2511–2517.
- Fadupin, G. T., Ogunkunle, M. O. and Gabriel, O. O. (2014) “Knowledge, Attitude and Consumption Pattern of Alcoholic and Sugar-Sweetened Beverages Among Undergraduates in a Nigerian Institution,” *African Journal of Biomedical Research*, 17(2), pp. 75–82.
- Geuens, M. (2023) “Research on Influencing Factors of Food Choice and Food Consumption,” *Foods*, 12(6), pp. 12–15. doi: 10.3390/foods12061306.
- International Diabetes Federation. (2019). *IDF Diabetes Atlas Ninth Edition 2019*. Brussels: International Diabetes Federation.
- Kemendes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Available at: [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK No. 41 ttg Pedoman Gizi Seimbang.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_41_ttg_Pedoman_Gizi_Seimbang.pdf).
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Khosravi-Boroujeni, H. *et al.* (2012) “Consumption of Sugar-Sweetened Beverages in Relation to The Metabolic Syndrome among Iranian Adults,” *Obesity Facts*, 5(4), pp. 527–537. doi: 10.1159/000341886.
- Kirana, S. M. A. B., Murbawani, E. A. and Panunggal, B. (2017) “Zat Gizi, Massa Lemak Tubuh, dan Tekanan Darah pada Wanita Vegetarian dan Non-vegetarian Berusia 20-30 Tahun,” *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), pp. 17–28. doi: 10.14710/jgi.6.1.17-28.
- Lumbuun, N. and Kodim, N. (2017) “Pengaruh Konsumsi Fruktosa pada Minuman Kemasan

- terhadap Toleransi Glukosa Terganggu pada Kelompok Usia Muda di Perkotaan di Indonesia Influence of Fructose Consumption in Softdrinks / Beverages on Impaired Glucose Tolerance in Young Adult in Indonesian U,” 1(2), pp. 19–23.
- Malik, V. S. *et al.* (2010) “Sugar-Sweetened Beverages and Risk of Metabolic Syndrome and Type 2 Diabetes: A Meta-Analysis,” *Diabetes Care*, 33(11), pp. 2477–2483. doi: 10.2337/dc10-1079.
- Malik, V. S. and Hu, F. B. (2012) “Sweeteners and Risk of Obesity and Type 2 Diabetes: The Role of Sugar-Sweetened Beverages,” *Current Diabetes Reports*, 12(2), pp. 195–203. doi: 10.1007/s11892-012-0259-6.
- Malik, V. S. and Hu, F. B. (2022) “The Role of Sugar-Sweetened Beverages in The Global Epidemics of Obesity and Chronic Diseases,” *Nature Reviews Endocrinology*. Springer US, 18(4), pp. 205–218. doi: 10.1038/s41574-021-00627-6.
- Masri, E. (2018) “Faktor Determinan Konsumsi Minuman Berkalori Tinggi pada Mahasiswa,” *Scientia : Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 8(1), p. 53. doi: 10.36434/scientia.v8i1.155.
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Park, S. *et al.* (2014) “The Relationship Between Health-Related Knowledge and Sugar-Sweetened Beverage Intake among US Adults,” *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 114(7), pp. 1059–1066. doi: 10.1016/j.jand.2013.11.003.
- Park, S. *et al.* (2016) “Prevalence of Sugar-Sweetened Beverage Intake Among Adults—23 States and the District of Columbia, 2013,” *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 65(7), pp. 1–8.
- Soediaoetama, A. D. (2009). Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Edisi Keenam. Jakarta: Dian Rakyat.
- Veronica, M. T. and Ilmi, I. M. B. (2020) “Minuman Kekinian di Kalangan Mahasiswa Depok Dan Jakarta,” *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), pp. 83–91.
- Warner, R. S. and Ha, M. (2017) “University Students’ Knowledge, Consumption Patterns and Health Perceptions of Sugar Sweetened Beverages (SSB),” 6, pp. 223–232.
- White, A. H. *et al.* (2018) “Sugar Sweetened Beverage Consumption Among Adults With Children in the Home,” *Frontiers in Nutrition*, 5(May), pp. 1–7. doi: 10.3389/fnut.2018.00034.
- Wirawanni, Y. and Fitri, I. R. (2014) “Hubungan Konsumsi Karbohidrat, Konsumsi Total Energi, Konsumsi Serat, Beban Glikemik Dan Latihan Jasmani Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2,” *Diponegoro Journal of Nutrition and Health*, 2(3), pp. 1–27.
- World Health Organization (2014) “e-Library of Evidence for Nutrition Actions (eLENA): Reducing consumption of sugar-sweetened beverages to reduce the risk of unhealthy weight gain in adults,” (12), pp. 1–5. Available at: https://www.who.int/elena/titles/ssbs_adult_weight/en/.
- Zaenurrohmah, D. H. and Rachmayanti, R. D. (2017) “Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly,” *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), p. 174. doi: 10.20473/jbe.v5i22017.174-184.