

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sugar-sweetened beverages atau yang biasa disingkat SSBs merupakan minuman yang mengandung tambahan pemanis berkalori atau gula selama atau setelah proses produksi.^[1] Jenis-jenis SSBs mencakup minuman bersoda, minuman buah, minuman olahraga, minuman energi, susu berpemanis, serta minuman kopi dan teh dengan tambahan gula. Pemanis yang digunakan dalam SSBs dapat berupa glukosa, fruktosa, laktosa, sukrosa, neotam, siklamat, dan *high-fructose corn syrup* (HFCS). SSBs merupakan minuman yang memiliki nilai gizi yang rendah dan dikenal juga sebagai minuman berpemanis kalori karena kandungan kalornya yang tinggi.^[2]

Dari hasil analisis global yang dilakukan oleh Lara C, dkk. dari tahun 1990 hingga 2018 mengenai kebiasaan makan pada anak-anak, remaja, dan dewasa di 185 negara, menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi SSBs pada tahun 2018 meningkat hampir 23% dari tahun 1990. Pada tahun 2018, rata-rata konsumsi SSBs secara global pada usia dewasa adalah 2,7 porsi per minggu, sedangkan pada anak-anak dan remaja angka tersebut mencapai 3,6 porsi per minggu (1 porsi = 248 gram atau 8 ons). Pada analisis tersebut juga didapatkan bahwa SSBs lebih sering dikonsumsi oleh remaja dengan kelompok usia 15-19 tahun, angka konsumsi SSBs di kalangan anak muda tersebut mencakup lebih dari 10% populasi global.^[3]

Indonesia menempati urutan ketiga tertinggi dalam konsumsi SSBs di Asia Tenggara, dengan rata-rata konsumsi mencapai 20,23 liter per orang setiap tahunnya.^[4] Menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian

Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018, sebanyak 61,27% penduduk Indonesia tercatat mengonsumsi minuman manis lebih dari satu kali sehari.^[5] Pada hasil SKI 2023, angka konsumsi tersebut didapat sebanyak 47,5%.^[6] Minuman manis yang dijual di Indonesia mengandung gula sebanyak 37-54 gram, dengan kalori sekitar 310-420 kkal dalam setiap kemasan saji berukuran 300-500 ml. Kandungan gula ini melampaui batas rekomendasi penambahan gula yang aman pada minuman yakni sebesar 5-12 gram.^[7] Selain itu, dari hasil survei yang melibatkan 3.644 orang Indonesia berusia 4-65 tahun di 32 kota, SSBs menempati posisi sebagai sumber cairan terbesar ketiga di Indonesia, berada di bawah air putih dan minuman hangat.^[8]

Remaja didefinisikan sebagai kelompok usia dalam rentang 10 hingga 19 tahun. Selain mengalami perubahan perilaku dan fisik, remaja juga mengalami perubahan dalam pola makan.^[9] Remaja menyukai minuman manis bukan hanya karena rasa, tapi juga menunjukkan bagaimana cara mereka bergaul dan memperlihatkan gaya hidup mereka.^[10] Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat sebanyak 45,8% dari proporsi remaja usia 15-19 tahun mengonsumsi SSBs setiap hari, 48,6% mengonsumsi 1-6 kali per minggu, dan hanya 5,6% yang mengonsumsi kurang dari 3 kali per bulan.^[6] Pada penelitian yang dilakukan oleh Aphrodita (2023), didapatkan sebanyak 72% remaja di Indonesia gemar mengonsumsi SSBs, dengan frekuensi konsumsi setidaknya sekali dalam seminggu. Hal ini menunjukkan bahwa remaja di usia tersebut lebih sering mengonsumsi minuman manis dibandingkan kelompok umur lainnya.^[11]

Asupan gula tambahan meningkat seiring pertumbuhan anak-anak dan remaja, dengan minuman manis atau SSBs sebagai kontributor utama.^[12] Pada remaja, konsumsi SSBs secara berlebihan dapat memicu berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas, diabetes melitus tipe 2, peningkatan risiko sindrom metabolik, kerusakan gigi, penyakit

ginjal, dan penyakit jantung. Selain itu, pada remaja putri, konsumsi berlebihan minuman manis juga berisiko menyebabkan menarche dini hingga meningkatkan gejala depresi.^[2]

Berdasarkan data WHO pada tahun 2022, kasus obesitas pada remaja telah meningkat hingga empat kali lipat sejak tahun 1990. Sekitar 390 juta remaja usia 5 hingga 19 tahun mengalami kelebihan berat badan, dengan 160 juta di antaranya mengidap obesitas.^[13] Hasil dari SKI 2023 menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia pada tahun 2023 mengalami peningkatan yakni dengan hasil 23,4%^[6], yang sebelumnya sebesar 21,8% pada hasil Riskesdas 2018.^[5] Menurut penelitian yang dilakukan oleh Muhamad dan Mayang (2022), terdapat adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi minuman bergula dengan kejadian obesitas, dengan *p-value* $p = 0,000$.^[14] Terdapat juga sebuah studi yang dilakukan oleh Vasanti dan Frank (2019) yang melibatkan 33.097 individu dengan risiko genetik obesitas, menunjukkan bahwa mereka yang sering mengonsumsi SSBs memiliki risiko lebih tinggi mengalami obesitas dibandingkan dengan mereka yang tidak mengonsumsinya.^[15]

Selain obesitas, konsumsi SSBs secara berlebihan juga dapat menimbulkan risiko penyakit diabetes yang diakibatkan tingginya kandungan gula di dalamnya. Secara global, jumlah penderita diabetes meningkat dari 200 juta pada tahun 1990 menjadi 830 juta pada tahun 2022, dengan angka prevalensi yang lebih cepat berkembang pada negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah.^[16] Pada hasil laporan *International Diabetes Federation* (IDF), Indonesia sebagai salah satu negara yang termasuk kategori berpenghasilan rendah dan menengah, terdapat 19,5 juta penduduk yang menderita diabetes di tahun 2021. Hal ini menempatkan Indonesia pada peringkat kelima sebagai negara dengan jumlah pengidap diabetes tertinggi di dunia.^[17]

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Susanti Nofi, dkk tahun 2024, terdapat

korelasi yang signifikan antara pola konsumsi minuman dengan pemanis buatan dan risiko diabetes pada remaja.^[18] Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Fahria dan Ruhana (2022) yang menyatakan bahwa individu yang mengubah jumlah konsumsi yang sebelumnya mengonsumsi minuman manis sekali dalam seminggu menjadi sekali dalam sehari, memiliki resiko yang lebih tinggi terkena penyakit diabetes melitus dan penyakit kardiovaskuler karena jumlah konsumsi yang berlebihan.^[19]

Peningkatan prevalensi obesitas dan diabetes yang berkaitan dengan konsumsi minuman berpemanis menyoroti pentingnya regulasi yang ketat dalam memberikan informasi kepada konsumen. Peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan mengatur kewajiban pencantuman informasi yang jelas dan akurat pada label minuman berpemanis (SSBs) untuk melindungi konsumen. Produsen wajib mencantumkan kandungan gula total, jenis pemanis yang digunakan, serta peringatan untuk pemanis buatan. Klaim seperti "sehat" atau "alami" dilarang dicantumkan jika produk mengandung gula tinggi. Informasi nilai gizi dan persentase kontribusi gula terhadap Angka Kecukupan Gizi (AKG) juga harus dicantumkan. Regulasi ini bertujuan meningkatkan kesadaran konsumen terhadap dampak konsumsi SSBs yang berlebihan.^[20]

Berdasarkan hasil rumusan WHO (1988), perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu: pemikiran dan perasaan, acuan dari seseorang yang dipercaya, ketersediaan sumber daya, dan budaya setempat. Keempat faktor ini saling berkaitan dalam membentuk keputusan atau tindakan seseorang.^[21] Perilaku mengonsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) dapat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap individu.^[22] Penelitian oleh Park et. al (2019) menunjukkan bahwa konsumsi SSBs berhubungan dengan pengetahuan tentang dampaknya, seperti peningkatan berat badan, kerusakan gigi, dan penyakit jantung. Meski pengetahuan tentang risiko

kesehatannya masih rendah, konsumsi SSBs di Amerika masih sangat tinggi.^[23] Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Devita dan Sri (2023), terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi SSBs pada siswa SMA Negeri 2 Nganjuk, yakni dengan hasil *p-value* $p = 0,000$.^[7]

Perilaku seringkali berhubungan dengan sikap seseorang.^[21] Sikap seseorang terhadap minuman dipengaruhi oleh rasa suka atau tidak suka terhadap makanan dan minuman (*food preferences*), yang kemudian berdampak pada pola konsumsi dan kebiasaan minum mereka.^[22] Penelitian yang dilakukan oleh Masri (2018) menunjukkan responden yang menyukai minuman berkalori tinggi 9 kali lebih sering mengonsumsi minuman tersebut dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak menyukainya.^[22] Penelitian oleh Teng et. al. (2020) mengenai hubungan KAP (*knowledge, attitude, and practice*) terhadap konsumsi SSBs pada remaja Malaysia menyatakan bahwa meski sebagian besar remaja memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi SSB, hal ini tidak berpengaruh pada upaya mereka dalam membatasi konsumsi minuman tersebut.^[24]

Faktor selanjutnya yang berhubungan dengan konsumsi SSBs adalah jenis kelamin.^[25] Minuman manis sering dianggap sebagai *comfort food* atau sesuatu yang bisa memperbaiki suasana hati. Tak jarang perempuan lebih sering mencari kenyamanan dari makanan atau minuman manis saat menghadapi stres atau perubahan emosi. Pada penelitian Yahya M. (2020), diketahui keluarga dengan kepala rumah tangga perempuan cenderung mengonsumsi minuman berpemanis gula sebanyak 2,236 kali lebih banyak dibandingkan dengan keluarga yang kepala rumah tangganya laki-laki.^[25] Pada hasil susenas tahun 2019 mengenai konsumsi minuman berpemanis di Indonesia, laki-laki lebih banyak mengonsumsi minuman manis (52,66%) dibandingkan perempuan (47,34%)^[26], angka tersebut tidak jauh berbeda dengan hasil SKI pada tahun 2023, yakni dengan laki-

laki (52,4%) lebih sering mengonsumsi minuman manis dengan frekuensi satu kali atau lebih per hari dibandingkan perempuan (42,6%).^[6]

Peran dari orang-orang yang dipercaya, seperti orang-orang terdekat contohnya keluarga dan teman, idola, serta tokoh masyarakat juga dapat menjadi faktor yang dapat memengaruhi perilaku konsumsi SSBs pada remaja.^[21] Pengaruh tokoh atau figur yang dipercaya sangat signifikan dalam membentuk perilaku seseorang. Hasil dari penelitian kualitatif oleh Wang, dkk. (2022), menyatakan bahwa aksesibilitas SSBs di rumah sangat dipengaruhi oleh peran orang tua. Orang tua berperan penting saat membeli kebutuhan rumah tangga dan juga sebagai contoh dalam pola makan keluarga. Pengaruh negatif muncul apabila orang tua mengonsumsi makanan dan minuman manis di rumah, sehingga mendorong anak-anak untuk juga mengikuti kebiasaan tersebut. Sebaliknya, pengaruh positif muncul ketika orang tua mengontrol konsumsi makanan dan minuman tersebut, memberikan contoh perilaku yang lebih sehat, dan memberi pengawasan serta batasan terkait konsumsi SSBs dan camilan manis.^[27] Penelitian kualitatif oleh M. Newman et. al. (2023) menunjukkan bahwa banyak orang tua yang sadar akan dampak buruk konsumsi minuman manis dan mengakui air putih sebagai pilihan lebih sehat. Meski memiliki motivasi untuk berubah, mereka menghadapi beberapa kendala seperti anak yang tidak menyukai air putih, preferensi rasa, akses mudah ke minuman manis, serta pengaruh sosial. SSBs tetap menjadi pilihan utama keluarga meskipun mereka menyadari risikonya bagi kesehatan karena lebih praktis dan tersedia di berbagai tempat.^[28]

Pada saat menginjak usia remaja, remaja lebih sering menghabiskan waktunya di luar rumah, terlebih bersama teman-temannya.^[29] Pengaruh teman juga merupakan faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi SSBs.^[10] Penelitian oleh Fawziya, dkk. (2024) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara peran teman

sebaya dan tingkat konsumsi minuman berpemanis. memperoleh *p-value* sebesar 0,001.^[10] Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karyoko (2024) dengan hasil Dukungan Teman Sebaya terbukti signifikan terhadap konsumsi SSB (*p-value* = 0,018). Hal ini dapat terjadi karena remaja menghabiskan banyak waktu bersama teman-teman di sekolah, sehingga muncul keinginan untuk menyesuaikan diri dan meniru kebiasaan mereka.^[29]

Ketersediaan uang saku sebagai salah satu sumber daya juga dapat menjadi faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi SSBs.^[27] Pada penelitian Wang, dkk., responden mengungkapkan bahwa keputusan mereka untuk membeli SSBs dan camilan manis dipengaruhi oleh uang saku yang diberikan oleh orang tuanya. Selain itu, harga SSBs dan camilan manis juga memainkan peran penting dalam keputusan mereka untuk membeli makanan tersebut. Beberapa responden mengungkapkan bahwa salah satu SSBs yang rutin mereka konsumsi adalah jenis SSBs yang harganya terjangkau.^[27] Penelitian Zhuang et al. (2021) menunjukkan bahwa anak-anak dengan nominal uang saku yang tinggi cenderung mengonsumsi lebih banyak SSBs. Uang saku ditemukan sebagai faktor risiko utama yang berkontribusi pada kebiasaan makan tidak sehat, obesitas, dan masalah kesehatan lainnya.^[30]

Snehandu B Kar (1986) pada hasil analisisnya menyatakan bahwa faktor seperti minat, dukungan sosial, aksesibilitas informasi atau sumber daya, otonomi pribadi, dan situasi khusus dapat memengaruhi suatu perilaku.^[31] Teori ini menyatakan pentingnya akses informasi sebagai salah satu faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan. Akses informasi yang tidak digunakan dengan bijak, akan menuntun seseorang terhadap perilaku yang buruk, contohnya seperti paparan media sosial pada remaja yang dapat menjadi faktor yang berpengaruh terhadap perilaku konsumsi SSBs.^[32]

Dalam era digital, media sosial menjadi sumber informasi yang dominan dan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi SSBs.^[33] Informasi atau iklan makanan dan minuman tidak sehat yang acap kali muncul di berbagai media sosial dapat meningkatkan konsumsi minuman berpemanis^[33] Yulianti dan Mardiyah (2023) pada penelitiannya mengenai faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman kemasan berpemanis pada remaja, menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media massa terhadap kebiasaan konsumsi minuman kemasan berpemanis pada remaja, dengan *p-value* = 0,020.^[34] Hasil penelitian oleh Fawziya, dkk. (2024) juga menunjukkan adanya hubungan antara paparan media sosial dengan konsumsi SSBs, sejumlah responden mengaku bahwa mereka cenderung mulai mengonsumsi minuman berpemanis setelah terpapar iklan atau rekomendasi yang mereka temui di media sosial.^[10]

Data SKI 2023 menunjukkan bahwa Sumatera Barat menempati urutan tertinggi ke-13 dalam persentase dengan angka 48,4%, di antara seluruh provinsi yang tercatat untuk konsumsi minuman manis ≥ 1 kali per hari, angka tersebut melebihi rata-rata nasional yakni sebanyak 47,5%, hal ini mencerminkan proporsi konsumsi yang berisiko.^[6] Dari hasil Laporan Program Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Jantung Pembuluh Darah (PJPD) dan Diabetes Melitus Gangguan Metabolik (DMGM) Dinas Kesehatan Sumatera Barat Tahun 2024 mengenai faktor resiko diabetes melitus, sebanyak 8.394 orang di Provinsi Sumatera Barat mengonsumsi gula secara berlebihan dengan Kota Padang sebagai kota yang jumlah konsumsi gula berlebihnya paling tinggi.^[17] Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024, mengenai rata-rata konsumsi mingguan per kapita berdasarkan kelompok minuman di berbagai kabupaten/kota, Kota Padang memiliki kenaikan angka pada tingkat konsumsi gula pasir dan kopi instan (*sachet*) dari tahun sebelumnya, pada tahun 2023 rata-rata konsumsi gula pasir dalam seminggu sebesar

0,914% dan meningkat pada tahun 2024 sebesar 0,915%, serta konsumsi kopi instan (*sachet*) yang sebelumnya sebesar 0,244% pada tahun 2023 menjadi 0,325% di tahun 2024.^[35]

Kota Padang berada pada urutan pertama untuk kabupaten/kota dengan prevalensi obesitas tertinggi di Sumatera Barat yakni sebesar 2,9%.^[36] Berdasarkan data penjarangan siswa baru Dinas Kesehatan Kota Padang tahun ajaran 2023/2024, tercatat 1.931 dari 18.394 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Padang, atau sekitar 10,50%, mengalami gizi lebih dan obesitas. Remaja dengan kondisi ini tersebar di berbagai wilayah kerja puskesmas di Kota Padang, dengan jumlah tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Pauh, yang mencatat sebanyak 447 siswa dari beberapa sekolah.^[37]

Di wilayah kerja Puskesmas Pauh, SMA Negeri 9 Padang mencatat jumlah kasus gizi lebih dan obesitas tertinggi, dengan jumlah sebanyak 167 siswa dari total 1.145 siswa yang mengikuti penjarangan kesehatan. Selain itu, SMA Negeri 9 Padang juga memiliki tingkat perilaku berisiko dalam hal jajan sembarangan yang dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan sekolah-sekolah lain yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pauh.^[38]

Dari hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara singkat kepada 10 siswa SMA Negeri 9 Padang, sebanyak 60% siswa masih sering mengonsumsi SSBs, dengan 3 diantaranya meminum SSBs setiap hari, dan 3 siswa lainnya meminum SSBs 1-6 kali per minggu. Selain itu, 6 dari 10 siswa yang diwawancara menyatakan bahwa mereka belum pernah mendengar atau mengetahui tentang apa itu *sugar-sweetened beverages* (SSBs).

Data penelitian terdahulu mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi SSBs serta tingginya angka penyakit obesitas dan diabetes di Indonesia

terutama di Kota Padang, menunjukkan bahwa masih banyaknya remaja yang gemar mengonsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs). Selain itu, masih belum ditemukan penelitian yang membahas mengenai faktor perilaku konsumsi SSBs pada anak usia sekolah di Kota Padang. Oleh karena itu, peneliti berhipotesis bahwa perilaku konsumsi SSBs dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan, sikap, peran orang tua, Dukungan Teman Sebaya, uang saku, dan Paparan Media Sosial. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data kelebihan gizi dan obesitas pada remaja di Kota Padang, SMA Negeri 9 di Padang tercatat sebagai salah satu penyumbang tertinggi untuk kasus-kasus tersebut, serta hasil survey awal yang telah dilakukan didapatkan masih tingginya angka konsumsi SSBs pada siswa SMA Negeri 9 Padang. Oleh karena itu, peneliti merumuskan masalah penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang tahun 2025.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya distribusi frekuensi pengetahuan siswa SMA Negeri 9 Padang terkait

konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs).

2. Diketuainya distribusi frekuensi sikap siswa SMA Negeri 9 Padang terkait konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs).
3. Diketuainya distribusi frekuensi jenis kelamin siswa SMA Negeri 9 Padang terkait konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs).
4. Diketuainya distribusi frekuensi peran orang tua terkait konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
5. Diketuainya distribusi frekuensi pengaruh teman sebaya terkait konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
6. Diketuainya distribusi frekuensi uang saku terkait konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
7. Diketuainya distribusi Paparan Media Sosial pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
8. Diketuainya distribusi frekuensi perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
9. Diketuainya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
10. Diketuainya hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
11. Diketuainya hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
12. Diketuainya hubungan antara peran orang tua dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
13. Diketuainya hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
14. Diketuainya hubungan antara uang saku dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.

15. Diketuinya hubungan antara Paparan Media Sosial dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.
16. Diketuinya faktor yang paling dominan berhubungan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan bagi remaja dan masyarakat mengenai pentingnya pola konsumsi yang sehat. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan bacaan dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang membahas topik terkait.

1.4.2 Manfaat Akademis

Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai bahan bacaan dan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengeksplorasi faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada remaja.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperluas wawasan dan pemahaman mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada remaja. Penelitian ini juga memberikan kesempatan untuk mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan di Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

2. Bagi Dinas Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi Dinas Pendidikan dalam merancang strategi untuk membentuk siswa yang unggul, aktif, dan kreatif melalui penerapan gaya hidup sehat.

3. **Bagi SMA Negeri 9 Padang**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi SMA Negeri 9 Padang untuk merumuskan kebijakan yang mendukung mengenai konsumsi makanan dan minuman bergizi di kalangan siswa.

4. **Bagi Siswa**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga pola konsumsi minuman yang sehat dan status gizi yang optimal selama masa remaja.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *sugar-sweetened beverages* (SSBs) pada siswa SMA Negeri 9 Padang tahun 2025. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSBs) pada siswa dan variabel independen dari penelitian ini yaitu pengetahuan, sikap, jenis kelamin, peran orang tua, dukungan Teman Sebaya, uang saku, dan kebiasaan menggunakan gadget. Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Cross-Sectional* yang dilaksanakan pada bulan Desember 2024 - Mei 2025 di SMA Negeri 9 Padang.