

IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI POLA KONSUMSI PANGAN POKOK SUMBER KARBOHIDRAT PADA REMAJA

INTISARI

Mirasari Kurnia¹, Siti Helmyati², Toto Sudargo²

Latar Belakang: Jumlah penderita diabetes dari tahun ke tahun semakin meningkat dan kini juga merambah pada usia remaja. Salah satu penyebabnya dikarenakan terdapat penurunan kualitas diet khususnya karbohidrat. Disisi lain, pola konsumsi pangan pokok yang terbentuk juga berpengaruh terhadap kualitas diet seseorang. Guna menurunkan prevalensi diabetes tersebut perlu dilakukan modifikasi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat di masyarakat. Sehingga penting untuk memahami faktor-faktor yang berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat.

Tujuan: Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat pada remaja.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan wawancara mendalam. Dua puluh empat informan yang terlibat merupakan mahasiswa Universitas Gadjah Mada yang berasal dari beberapa daerah yang dibagi berdasarkan zona waktu di Indonesia. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat pada remaja dilihat dari karakteristik individu dan karakteristik lingkungan.

Hasil: Sebagian besar informan mengungkapkan bahwa pangan pokok yang dikonsumsi adalah beras. Selain itu, pangan lokal seperti umbi-umbian dan jagung dikonsumsi sebagai makanan selingan dan bahan tambahan ke dalam masakan. Karakteristik individu yang memengaruhi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat adalah usia, pendidikan, pengetahuan, selera dan kesukaan, keterampilan memasak, kebiasaan, serta kesehatan. Sedangkan karakteristik lingkungan yang memengaruhi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat adalah iklim, musim panen, akses, ketersediaan, ekonomi, budaya dan adat istiadat, pemerintah, pekerjaan, perpindahan penduduk, tingkat sosial, mobilitas, teman sebaya, media massa, dan keluarga.

Kesimpulan: Faktor-faktor dari karakteristik individu dan karakteristik lingkungan memengaruhi pola konsumsi pangan pokok sumber karbohidrat dan faktor-faktor tersebut saling berkaitan.

Kata kunci: Pangan pokok, pola konsumsi, karakteristik individu, karakteristik lingkungan

¹Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Kesehatan FK-KMK UGM

²Dosen Departemen Gizi Kesehatan FK-KMK UGM

IDENTIFICATION OF FACTORS AFFECTING CARBOHYDRATE STAPLE FOOD PATTERNS IN ADOLESCENT

ABSTRACT

Mirasari Kurnia¹, Siti Helmyati², Toto Sudargo²

Background: Nowadays, the number of people with diabetes has been increasing across the globe and begins to reach teenagers. Decreasing in diet quality especially carbohydrate become one of major reasons. On the other hand, dietary patterns affect quality of diet. For reducing the prevalence of diabetes, it is necessary to modify the dietary pattern of staple food sources of carbohydrates in the community. It is important to understand factors that influence the dietary patterns of carbohydrate as staple food in adolescents.

Objective: Identifying factors that influence the dietary patterns of carbohydrate as staple food in adolescents.

Methods: It was a descriptive qualitative research using in-depth interview as a method of data collecting. Twenty four students consisting of various regions in Indonesia were involved in this study. The variables examined in this study were factors that influence the dietary patterns of carbohydrate intake in adolescents from their individual and environmental characteristics.

Results: The most consumed staple carbohydrate source was rice. Local foods such as tubers and corn were consumed as snacks, and also as an additives ingredient in a dish. Individual characteristics that influence the dietary patterns of carbohydrate sources were ages, education, knowledge, tastes and preferences, cooking skills, habits, and health. Whereas the environmental characteristics that influence the dietary patterns of carbohydrate sources were climate, harvest season, access, availability, economy, society culture, government, type of job, migration, social level, mobility, peers, mass media, and family.

Conclusion: Both of individual and environmental characteristics influenced the dietary pattern of staple food sources of carbohydrates. These factors were also interrelated.

Keywords: Staple food, dietary patterns, individual characteristics, environmental characteristics.

¹Student of Health and Nutrition Undergraduate Program, FK-KMK UGM

²Lecturer of Health and Nutrition Undergraduate Program, FK-KMK UGM