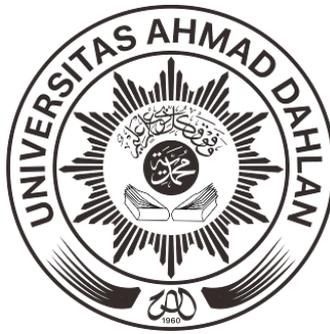


**NASKAH PUBLIKASI**

**FREKUENSI KONSUMSI JAJANAN TRADISIONAL TERHADAP  
KONTRIBUSI GULA PADA PENGUNJUNG DI PUSAT KULINER  
KOTA YOGYAKARTA**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan**

**Mencapai Derajat Sarjana S1**



**Diajukan Oleh :**

**FAIKA FARADINNA**

**NIM: 2000036063**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN  
YOGYAKARTA  
2024**

## FREKUENSI KONSUMSI JAJANAN TRADISIONAL TERHADAP KONTRIBUSI GULA PADA PENGUNJUNG DI PUSAT KULINER DI KOTA YOGYAKARTA

*Frequency of Consumption for Traditional Snack on the Sugar Contribution of Visitors as the Culinary Center in Yogyakarta*

Faika Faradinna<sup>1</sup>, Khairunisa Ramadhani<sup>2</sup>, Cita Eri Ayuningtyas<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta

Email koresponden : faika2000036063@webmail.uad.ac.id

### ABSTRACT

**Background:** *Traditional snack becomes the identity of a region with shapes and flavors. Nevertheless, traditional snacks contain sugar in the making process. Unwarranted consumption of traditional food can*

*increase sugar intake, so it will cause health problems such as Diabetes Mellitus (DM).*

**Objective:** *This study aims to determine the frequency consumption of the contribution of sugar intake in consuming traditional snacks.*

**Method:** *The method of this study is cross sectional research design. The research conducts in the Sunday Morning or Sunmor UGM culinary center and Alun-alun Kidul with 110 respondents using the Accidental Sampling technique. Univariate and bivariate analysis uses one way ANOVA.*

**Results:** *The result of this study finds that there is a significant differences ( $p < 0,05$ ) between the frequency of consumption of traditional snack and the contribution of sugar intake*

**Conclusion:** *It concludes that there are real differences in sugar intake with the frequency of consumption never, sometimes and often.*

**Keywords:** *Frequency of consumption, traditional snacks, sugar intake, culinary center*

## INTISARI

**Latar Belakang :** Jajanan tradisional merupakan camilan dengan bentuk dan cita rasa yang menjadi identitas suatu daerah. Jajanan tradisional mengandung gula dalam proses pembuatannya. Konsumsi jajanan tradisional secara berlebihan dapat meningkatkan asupan gula yang akan menyebabkan masalah kesehatan seperti Diabetes Mellitus (DM).

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui frekuensi konsumsi 222 jajanan tradisional terhadap kontribusi asupan gula.

**Metode :** Desain penelitian cross sectional. Lokasi penelitian di pusat kuliner Sunmor UGM dan Alun-alun Kidul dengan jumlah subjek 110 responden menggunakan teknik accidental sampling. Analisis univariat dan bivariat menggunakan one way ANOVA.

**Hasil :** Terdapat perbedaan nyata ( $p < 0,00$ ) antara frekuensi konsumsi jajanan tradisional dengan kontribusi asupan gula pengunjung pusat kuliner Sunmor UGM dan Alun-alun Kidul

**Kesimpulan :** Terdapat perbedaan nyata asupan gula dengan frekuensi konsumsi tidak pernah, kadang-kadang dan sering

**Kata Kunci :** Frekuensi konsumsi, jajanan tradisional, pusat kuliner

## PENDAHULUAN

Indonesia adalah sebuah negara kepulauan yang membentang dari Kota Sabang sampai Kota Merauke. Setiap daerah memiliki keanekaragaman seperti bahasa, kepercayaan, kebebasan beragama dan kuliner daerah<sup>18</sup>. Salah satu jenis makanan yang menjadi ciri khas dari sebuah daerah adalah jajanan tradisional. Jajanan tradisional merupakan suatu makanan yang menjadi camilan dengan bentuk dan cita rasa yang menjadi identitas suatu daerah. Jajanan tradisional merupakan wujud budaya yang berciri kedaerahan, spesifik, beraneka macam dan mencerminkan potensi alam daerah masing-masing (1). Setiap jajanan tradisional selalu memiliki resep, cara membuat dan cara menyajikan yang berbeda-beda (2).

Berdasarkan survei yang dilakukan Shafina melalui Godstat pada tahun 2022 tentang preferensi kuliner anak muda Indonesia, dari 440 responden menunjukkan bahwa sebanyak 71,4% di antaranya menjadikan makanan tradisional dan makanan khas daerah sebagai makanan favorit mereka (3). Sementara sisanya memilih makanan modern khas mancanegara seperti makanan khas Amerika, Jepang, Korea, dan Thailand. Sehingga dapat dikatakan bahwa saat ini jajanan tradisional masih banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia.

Hal tersebut diperkuat dengan maraknya acara atau festival yang bertajuk makanan tradisional yang menjual pangan tempo dulu seperti pasar malam atau pasar kangen yang diadakan oleh pengelola acara atau pemerintah daerah setempat. Selain itu, masih banyak orang yang beranggapan bahwa “jajanan tradisional” lebih sehat dibandingkan dengan snack modern karena jajanan tradisional tidak menggunakan pengawet (4).

Jajanan tradisional atau jajanan pasar biasanya identik dengan rasa manis karena merupakan simbol dari rasa hangat dalam kebersamaan dan kebahagiaan (5). Pembuatan jajanan tradisional dibuat menggunakan campuran bahan yang menggunakan karbohidrat sederhana yaitu gula yang ditambahkan pada jajanan seperti klepon, kue lumpur dsb. Karbohidrat sederhana yang terdapat pada jajanan tradisional merupakan jenis karbohidrat yang mudah diubah menjadi glukosa, sehingga karbohidrat ini sangat cepat meningkatkan kadar glukosa darah. Produk pangan seperti itu disebut sebagai empty calorie, karena hanya memberikan energi (kalori) bagi tubuh tetapi tidak menyuplai vitamin maupun mineral<sup>20</sup>. Salah satu produk yang menggunakan 30% sukrosa dari total kalori adalah jenang sedangkan pada jajanan dengan jenis klepon menggunakan 22% sukrosa dari total kalori (6).

Penggunaan gula yang berlebih meningkatkan kadar glukosa dalam darah yang menyebabkan risiko Diabetes Mellitus (DM). Sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana frekuensi konsumsi jajanan tradisional signifikan berpengaruh pada kenaikan gula darah pada pasien DM Tipe (7). Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi DM di Indonesia meningkat dari 6,9% menjadi 10,9%, di DI Yogyakarta sendiri prevalensi DM di semua umur menurut diagnosis dokter menempati urutan pertama dengan angka 2,9%, sedangkan prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada kategori umur > 15 tahun menempati urutan kedua setelah DKI Jakarta dengan angka 3,9%. Hal tersebut sebagian besar disebabkan oleh pola konsumsi makanan yang tinggi gula.

Kota Yogyakarta sebagai daerah yang berpotensi pariwisata besar. Yogyakarta dengan luas daerah 3.185,80 km<sup>2</sup>, memiliki berbagai daya tarik wisata menarik dan unik untuk dikunjungi, mulai dari wisata alam, budaya, sejarah, dan kuliner. Oleh karena itu, jajanan tradisional termasuk ke dalam daya tarik wisata kuliner dimana untuk menjaga eksistensinya jajanan tradisional kerap dijajakan pada event-event kuliner yang

diselenggarakan oleh pemerintah maupun di pusat kuliner seperti pasar tiban/pasar malam. Pasar tiban merupakan pasar yang muncul pada suatu waktu tertentu seperti malam hari maupun pagi hari (8). Kota Yogyakarta sendiri memiliki pusat kuliner yang dikunjungi oleh pengunjung luar kota maupun pengunjung lokal yang terletak di Alun-Alun Kidul atau biasa dikenal Alkid dan juga pasar tiban Sunday Morning Universitas Gajah Mada atau Sunmor UGM8. Menurut data Dinas Pariwisata dan Kebudayaan Kota Yogyakarta Tahun 2020 rata-rata wisatawan sebesar 235,562 per bulan dengan rata-rata 5000 orang per hari. Sedangkan, Perkumpulan Pedagang Sunday Morning (PPSM) menyebutkan bahwa ramainya pengunjung di pasar tiban Sunmor UGM membuat lonjakan jumlah pedagang yang tercatat sebanyak 810 menjadi 1030 pedagang. Hal tersebut menjadikan pusat kuliner dari dua tempat tersebut menjadi pusat kuliner paling ramai dikunjungi di Kota Yogyakarta dimana banyak dijumpai berbagai macam makanan jajanan mulai dari jajanan tradisional hingga jajanan modern.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian yang bertujuan mengidentifikasi dan menganalisis frekuensi konsumsi yang mempengaruhi kontribusi asupan gula pada berbagai jenis jajanan tradisional.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif pendekatan *cross sectional study*, Penelitian ini dilakukan melalui survei pada masyarakat terkait lokasi dan variabel yang diteliti menggunakan kuesioner SQ-FFQ (*Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire*). Waktu dan tempat penelitian dilakukan di Kota Yogyakarta, tepatnya di pusat kuliner alun-alun kidul dan *Sunday morning* (Sunmor) di sekitar kampus Universitas Gajah Mada Yogyakarta pada bulan Januari 2024. Populasi penelitian ini adalah masyarakat yang mengunjungi pusat kuliner di Kota Yogyakarta. Sampel penelitian menggunakan teknik *accidental sampling* dengan memilih responden di lokasi penelitian yang sering mengonsumsi jajanan tradisional di pusat kuliner Kota Yogyakarta. Penelitian ini melibatkan 110 subjek yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi konsumen jajanan di pusat kuliner Kota Yogyakarta, usia > 17 tahun, bersedia mengisi dan mengikuti penelitian secara lengkap. Sementara untuk kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu pengunjung yang tidak bersedia memberikan informasi terkait pola konsumsi jajanan tradisional. Analisis dan pengolahan data menggunakan SPSS versi 16 dengan metode analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *one way ANOVA*. Jumlah asupan gula diperoleh dari kuesioner SQ-FFQ yang didalamnya memuat standar porsi jajanan tradisional dan frekuensi konsumsi yang dikonversi menjadi asupan harian sehingga diperoleh jumlah rata-rata berat porsi konsumsi. Data tersebut kemudian dimasukkan menggunakan NutriSurvey 2007 untuk mendapatkan jumlah asupan gula selama sehari responden. Nilai *Cut off* asupan gula yang dikonsumsi selama sehari adalah 26,25 gram yang didapatkan dari anjuran PERKENI bahwa asupan gula dari jajanan tradisional adalah 5% dari 2100 total kebutuhan kalori selama sehari (9).

## **HASIL**

### **a. Karakteristik Responden**

Pada penelitian ini peneliti menuliskan karakteristik responden dengan kategori jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, pendapatan uang saku serta jarak dari lokasi penelitian dengan tujuan untuk mengetahui gambaran secara umum responden di lokasi penelitian.

**Tabel 1. Karakteristik Responden (n=110)**

Variabel	Frekuensi konsumsi			
	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah	Total
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	4(33,3%)	6(50,0%)	2(16,6%)	12(10,9%)
Perempuan	58(59,1%)	35(35,7%)	5(5,1%)	98 (89,1%)
<b>Usia</b>				
18-20 tahun	30(63,8%)	14(29,7%)	3(6,3%)	47(42,7%)
21-30 tahun	31(50,0%)	27(43,5%)	4(6,4%)	62(56,4%)
>30 tahun	1(100%)	0(0,0%)	0(0,0%)	1(0,9%)
<b>Pekerjaan</b>				
Pelajar/Mahasiswa	53(58,2%)	32(35,1%)	6(6,5%)	91(82,7%)
Karyawan/Swasta	4(44,4%)	4(44,1%)	1(11,1%)	9(8,2%)
Wiraswasta	1(25%)	3(75%)	0(0,0%)	4(3,6%)
Lainnya	4(66,6%)	2(33,3%)	0(0,0%)	6(5,5%)
<b>Pendidikan</b>				
Tidak Sekolah	1(50,0%)	1(50,0%)	0(0,0%)	2(1,8%)
SMP/SMA	15(60%)	8(32,0%)	2(8,0%)	25(22,7%)
D3/D4/S1	46(55,4%)	32(38,5%)	5(6,0%)	83(75,5%)
<b>Pendapatan Uang Saku</b>				
<1 juta	34(61,8%)	17(30,9%)	4(7,2%)	55(50,0%)
1-3 juta	23(48,9%)	21(44,6%)	3(6,3%)	47(42,7%)
>3 juta	5(62,5%)	3(37,5%)	0(0,0%)	8(7,3%)
<b>Jarak</b>				
<1 km	3(60,0%)	2(40,0%)	0(0,0%)	5(4,5%)
1-3 km	22(62,8%)	12(34,2%)	1(2,8%)	35(31,8%)
>3 km	37(52,8%)	27(38,5%)	6(8,5%)	70(63,6%)

Hasil dari **Tabel 4**. Menyajikan data bahwa mayoritas pengunjung di Alun-Alun Kidul dan Sunmor UGM memiliki karakteristik yang sebagian besar berjenis kelamin perempuan (89,1%) kategori frekuensi konsumsi sering (59,1%) dengan usia

kelompok pada konsumen dalam rentang 21-30 tahun (50,0%) dengan kategori frekuensi konsumsi terbanyak sering (58,2%). Selanjutnya, pekerjaan responden terbanyak adalah pelajar/mahasiswa (82,7%) dengan kategori frekuensi konsumsi terbanyak sering (48,2%) diikuti kategori pendidikan yang paling banyak di jenjang perguruan tinggi D3/D4/S1 (75,5%) dengan kategori frekuensi konsumsi sering (55,4%). Kemudian, pendapatan uang saku yang terbanyak adalah <1 juta (50,0%) kategori frekuensi konsumsi terbanyak sering (61,8%) serta jarak tempat tinggal dan lokasi responden dari pusat kuliner dengan kategori jarak >3 km (63,6%) dengan kategori frekuensi konsumsi terbanyak sering (52,8%).

b. Gambaran Frekuensi Konsumsi Jajanan Tradisional

Gambaran frekuensi konsumsi jajanan tradisional terhadap kontribusi asupan gula responden pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui konsumsi jajanan tradisional responden dalam sehari yang konsumsinya baik dari kategori kurang atau lebih dari batas normal (cut off) yang sudah ditentukan.

**Tabel 2. Gambaran Frekuensi Konsumsi dengan Asupan Gula**

Asupan Gula	Frekuensi Konsumsi				Total
	Tidak pernah	Jarang	Kadang - kadang	sering	
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
<26,25 gr	7(6,4%)	0(0,0%)	40(36,4%)	38(34,5%)	85(77,3%)
≥26,25 gr	0(0,0%)	0(0,0%)	2(1,8%)	23(20,9%)	25(22,7%)
Total	7(6,4%)	0(0,0%)	42(38,2%)	61(55,5%)	110(100%)

**Tabel 5.** Menunjukkan gambaran frekuensi konsumsi jajanan tradisional terhadap asupan gula dari 110 responden yang diteliti. Sesuai dengan anjuran PERKENI yang juga menyatakan bahwa asupan gula adalah 5 % dari total energi perhari sebesar 2100 kkal. Sehingga setelah dilakukan perhitungan maka didapatkan cut off untuk asupan gula selama sehari adalah 26,25 gram. Asupan gula <26,25 didapatkan total hasil terbanyak (77,3%) dengan nilai tertinggi pada kategori frekuensi konsumsi sering (34,5%). Selanjutnya diikuti persentase asupan gula >26,25 (22,7%) dengan nilai tertinggi pada kategori frekuensi konsumsi didapatkan pada sering (20,9%).

c. Analisis Uji One Way ANOVA Rata-Rata Asupan Gula

Penelitian ini menggunakan uji *one way* ANOVA yang digunakan untuk mengetahui rata-rata asupan gula jajanan tradisional dari frekuensi konsumsi sering, kadang-kadang dan tidak pernah pada responden.

**Tabel 3. Hasil Analisis Uji Anova Rata-Rata Asupan Gula**

	n	Mean	Std. Deviation	p
Tidak pernah	7	,0000	,0000	
Kadang	42	10,5714	7,57770	0,000
Sering	61	24,7213	19,32195	

Tabel 3. Menyajikan data berdasarkan hasil analisis menggunakan uji one way ANOVA yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan terkait frekuensi konsumsi pada asupan gula jajanan tradisional ( $p = <0,05$ ). Semakin tinggi frekuensi konsumsi dari jajanan tradisional maka asupan gula akan meningkat. Sebaliknya, apabila frekuensi konsumsi rendah maka asupan gula akan menurun. Berdasarkan hasil uji yang dilakukan rata-rata tertinggi adalah frekuensi konsumsi “sering” dengan  $n = 61$  (mean = 24,7231), sedangkan rata-rata terendah frekuensi konsumsi “tidak pernah”  $n = 7$  (mean = ,0000).

## PEMBAHASAN

### a. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah wanita (89,1%). Wanita cenderung lebih konsumtif dibandingkan dengan laki-laki, karena seringkali wanita membeli bukan karena kebutuhan dan menjadikan kegiatan berbelanja sebagai perayaan (10). Pernyataan tersebut juga didukung oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa wanita merupakan responden terbanyak dalam mengonsumsi makanan jajanan (11). Hal tersebut dapat terjadi karena pola konsumsi wanita yang dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal. Faktor lain yang mempengaruhi adalah adanya faktor internal pada wanita yang cenderung mengalami stress yang memicu peningkatan nafsu makan termasuk makanan manis. Hal ini disebabkan oleh pelepasan hormon kortikosteroid oleh kelenjar adrenal yang memicu peningkatan nafsu makan (12). Faktor eksternal yang mempengaruhi adalah faktor usia dan pengetahuan (13). Usia menjadi faktor dalam pengambilan sebuah keputusan dimana pada penelitian ini usia yang terbanyak adalah 21-30 tahun (56,3%) yang menunjukkan usia dalam rentang dewasa awal. Sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa usia mempengaruhi pemilihan makanan, dimana pada usia dewasa awal maka akan berkaitan dengan aspek pengetahuan dan kebiasaan seseorang. Konsumen yang memiliki usia lebih muda cenderung mengonsumsi *fast food*, namun seiring bertambahnya usia maka akan mengalami perubahan pola pikir yang menyebabkan penurunan dari mengonsumsi makanan cepat saji atau *fast food* dan beralih kepada makanan *real food* atau makanan dengan bahan alami (14). Pengetahuan menjadi salah satu faktor eksternal pola konsumsi wanita dibuktikan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan kategori pendidikan yang paling banyak adalah tingkat D3/D4/S1 (75,5%). Konsumen yang memiliki pengetahuan lebih tinggi cenderung memperhatikan suatu produk dari aspek kesehatan, kualitas dan keamanan produk itu sendiri. Selain tingkat pengetahuan, perilaku konsumsi jajanan pada penelitian ini menyebutkan tingkat pekerjaan dan pendapatan yang memiliki kesamaan pada penelitian lain bahwa ketiga faktor tersebut memiliki hubungan yang berkaitan

dengan keputusan seseorang dalam mengkonsumsi jajanan pasar atau jajanan tradisional (15). Selanjutnya, Jarak tempat tinggal responden paling banyak pada kategori jarak >3 km (63,6%). Pada hasil penelitian lain mengemukakan bahwa jarak yang dekat dengan lokasi pembelian berhubungan dengan keputusan seseorang dalam berbelanja (16). Sementara itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jarak tidak memiliki hubungan dengan keputusan seseorang dalam berbelanja sesuai dengan hasil pada Tabel 4. hal tersebut dapat terjadi karena adanya keinginan pada periode usia dewasa muda yang cenderung menyukai eksplorasi hal baru seperti kuliner yang jarak lokasinya jauh dari tempat tinggal karena anggapan memiliki banyak waktu dan energi untuk mencoba hal-hal baru (17).

#### **b. Gambaran Frekuensi Konsumsi**

Memasuki era globalisasi, segala bentuk kebudayaan mulai dari benda hingga makanan mulai bervariasi (18). Hal ini mempengaruhi gaya hidup terutama dari pola konsumsi (19). Pola konsumsi masyarakat berubah dari makanan tradisional ke makanan modern. Fenomena tersebut didorong oleh perubahan gaya hidup. Konsumsi jajanan tradisional di kalangan remaja yang berusia 17 tahun keatas mengalami penurunan yang disebabkan oleh lunturnya nilai budaya akibat dari globalisasi dan pengaruh budaya asing. Penelitian lain menyebutkan bahwa remaja dapat pergi ke outlet atau restoran (20). Frekuensi konsumsi jajanan tradisional responden menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi jajanan tradisional pada responden paling tinggi (34,5%) pada kategori “sering” asupan gula <26,25gram diikuti dengan asupan >26,25gram (20,9%). Rendahnya asupan gula terjadi karena konsumsi jajanan oleh responden meskipun dikatakan sering namun porsi jajanan yang dikonsumsi tergolong sedikit. Berdasarkan hal tersebut dikatakan bahwa, asupan gula jajanan tradisional pada responden frekuensinya masih tergolong rendah. Meskipun demikian, hal tersebut tidak bisa dianggap remeh. Pada penelitian ini, peneliti hanya membahas terkait asupan gula yang berasal dari konsumsi jajanan tradisional. Sementara itu, dalam kebiasaan sehari-hari manusia mengonsumsi makanan utama yang kandungannya lebih kompleks dengan porsi yang cukup besar dibandingkan dengan porsi jajanan tradisional. Asupan gula selama sehari bisa menjadi tinggi apabila konsumsi makanan dan jajanan tidak terkontrol (21).

#### **c. Pengaruh Frekuensi Konsumsi Jajanan Tradisional dengan Asupan Gula**

Jajanan tradisional mengandung sukrosa yang merupakan gabungan dua golongan gula sederhana yaitu glukosa dan fruktosa (22). Frekuensi konsumsi jajanan tradisional memiliki perbedaan nyata dengan asupan gula jajanan tradisional pada responden ( $p = <0,05$ ). Konsumsi makanan yang mengandung sukrosa secara berlebihan dapat meningkatkan asupan gula dalam tubuh. Hal ini dibuktikan dengan hasil pada frekuensi konsumsi sering memiliki nilai tertinggi (55,5%).

Seseorang tidak dianjurkan untuk makan berlebihan seperti makanan dan minuman manis. Makanan dan minuman manis biasanya mengandung sukrosa yang tidak dapat dimetabolisme oleh tubuh. Sehingga, sukrosa dapat langsung masuk ke aliran darah dan meningkatkan kadar glukosa darah serta meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya mengungkapkan bahwa konsumsi jajanan tradisional akan meningkatkan kadar gula darah pada pasien DM (7). Sesuai dengan hasil penelitian lain yang mengungkapkan bahwa asupan jajanan dengan kadar fruktosa tinggi yang merupakan turunan dari gula sederhana

sukrosa berpengaruh terhadap komplikasi nefropati diabetik pada pasien DM (23). Seseorang yang terbiasa mengonsumsi makanan manis cenderung akan merasa tidak puas dan akan semakin meningkatkan frekuensi konsumsi. Hal itu disebabkan karena asupan fruktosa yang tinggi dapat merusak kerja hormon leptin yang berfungsi untuk menurunkan nafsu makan dan menyebabkan tubuh menggunakan energi yang berlebihan (23).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden terbanyak adalah wanita diikuti dengan kelompok usia terbanyak adalah 21-20 tahun diikuti dengan pendidikan terbanyak pada jenjang perguruan tinggi D3/D4/S. Selanjutnya, pendapatan uang saku terbesar <1 juta dengan kategori jarak terbanyak >3km.

Pada gambaran frekuensi konsumsi jajanan tradisional menunjukkan bahwa asupan gula yang dikonsumsi responden dari jajanan tradisional sebagian besar tidak melebihi batas normal (77,3%).

Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan terdapat perbedaan nyata antara frekuensi konsumsi jajanan tradisional tidak pernah, kadang-kadang dan sering yang mempengaruhi kontribusi asupan gula pada responden di pusat kuliner Kota Yogyakarta ( $p < 0,05$ ).

## **SARAN**

Saran yang dapat diberikan pada penelitian ini adalah diharapkan pada responden yang sering mengonsumsi jajanan tradisional perlu dibatasi jumlah porsi pada setiap konsumsi jajanan tradisional.

Bagi peneliti selanjutnya adalah perlu adanya penelitian lanjutan untuk mengetahui perbedaan frekuensi konsumsi jajanan tradisional dengan kandungan gizi selain gula untuk mengetahui dampak yang mempengaruhi kesehatan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Sari YP, Nurrizati. Kemas Ulang Informasi Jajanan Tradisional Di Kabupaten Pesisir Selatan. *J Ilmu Inf Perpust dan Kearsipan*. 2018;(September):168–80.
2. Swandawidharma YE, Bahruddin M, Prayitno Yosep S. Perancangan Buku Ilustrasi Karakter Jajanan Tradisional Khas Surabaya dengan Teknik Vektor Guna Meningkatkan Minat Anak Pada Produk Lokal. 2016;5(2):1–117.
3. Shafina G. Makanan Tradisional Khas Indonesia Dominasi Selera Anak Muda [Internet]. [cited 2024 Jun 24]. Available from: <https://data.goodstats.id/statistic/makanan-tradisional-khas-indonesia-dominasi-selera-anak-muda-x5398>
4. Arifah S, Swedia ER, Septian MRD. Analisis Perbandingan Algoritma Clustering Dalam Melakukan Segmentasi Warna Pada Citra Jajan Tradisional. *Sebatik*. 2023;27(1):70–6.
5. Hanifa A, Khoiriyah N. Preferensi Konsumen Terhadap Pembelian Jajanan Tradisional (Studi Kasus : Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang). *J Ketahanan*

- Pangan. 2024;8(1):8–19.
6. Widiantara T. Pengaruh Perbandingan Gula Merah Dengan Sukrosa Dan Perbandingan Tepung Jagung, Ubi Jalar Dengan Kacang Hijau Terhadap Karakteristik Jenang. *Pas Food Technol J.* 2018;5(1):1.
  7. Nirrawati F, Nurwanti E, Suryani I. Jajanan tradisional jawa meningkatkan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 rawat jalan di RSUD Panembahan Senopati Bantul. *J Gizi dan Diet Indones (Indonesian J Nutr Diet.* 2016;4(2):81.
  8. Tambunan ES. Pengaruh Modal Usaha, Kemampuan Wirausaha Dan Strategi Pemasaran Terhadap Keberhasilan Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) Di Pasar Tiban Sunday Morning Ugm. *J Pendidik dan Ekon.* 2020;9(3):239–47.
  9. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. Percepatan Penurunan Stunting Melalui Revitalisasi Ketahanan Pangan dan Gizi dalam Rangka Mencapai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Vol. 01, Universitas Nusantara PGRI Kediri. 2018. 1–261 p.
  10. Dewandari BP, Putri ET. Pengaruh Citra Tubuh dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif pada Wanita Dewasa Awal di Kota Samarinda. *Psikoborneo J Ilm Psikol.* 2021;9(2):402.
  11. Astuti YD. MEDIA DAN GENDER (Studi Deskriptif Representasi Stereotipe Perempuan dalam Iklan di Televisi Swasta). *Profetik J Komun.* 2016;9(2):25.
  12. Pribadi SP, Ruhana A. Perbedaan Konsumsi Gula Selama Stress Akademik Antara Mahasiswi Gizi Dengan Mahasiswi Non Gizi Angkatan 2018 Universitas Negeri Surabaya. *J Gizi Univ Negeri Surabaya.* 2018;(3):409–18.
  13. Putri PA. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Kalori dan Kopi, Durasi Tidur, dan Tingkat Stress dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Media Gizi Kesmas.* 2022;11(02):464–74.
  14. Rajmohan D, Madhusudhanan S, Anthuvanraj S, Balamurugan S. An Empirical Study On Factors Determining Intention Towards Fast Food Consumption Behavior Among College Students ; A Scoping Review. 2024;30(5):3147–55.
  15. Fitriarni D, Arahman E. Analisa Perilaku Konsumen Dalam Pengambilan Keputusan Pembelian Jajanan Pasar Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Delta Pawan Kabupaten Ketapang The Analysis of Consumer ' s Behaviour In The Decision Making of Traditional Snack Purchase During The Co. 5(1):19–27.
  16. Cynthia D, Hermawan H, Izzudin A. Pengaruh Lokasi dan Kualitas Pelayanan Terhadap Keputusan Pembelian. *PUBLIKjurnal Manaj sumber daya manusia, Adm dan pelayanan publik.* 2022;IX:104–12.
  17. Ratih D, Ruhana A, Astuti N, Bahar A. Alasan Pemilihan Makanan dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Sehat pada Mahasiswa UNESA Ketintang. *J Tata Boga.* 2022;11(1):22–32.
  18. Kurniawan N, Hanjani VP. Pudarnya Eksistensi dan Pegeseran Nilai Jajanan

- Tradisional: Studi Kasus Es Gempol Pleret di Semarang. *Sabda J Kaji Kebud.* 2023;18(2):14–28.
19. Devina Febrianti Mulyana, Nadia Naswa Salsabila, Rahil Salimah. Keterkaitan Gaya Hidup Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Terhadap Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. *J Kesehat Masy Indones.* 2023;1(2):21–8.
  20. Kurdanti W, Suryani I, Syamsiatun NH, Siwi LP, Adityanti MM, Mustikaningsih D, et al. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *J Gizi Klin Indones.* 2015;11(4):179.
  21. Sinaga J, Sinambela JL, Purba BC, Pelawi S. Gula dan Kesehatan: Kajian Terhadap Dampak Kesehatan Akibat Konsumsi Gula Berlebih. 2024;2(1):54–68.
  22. Arziyah D, Yusmita L, Wijayanti R. Analisis Mutu Organoleptik Sirup Kayu Manis Dengan Modifikasi Perbandingan Konsentrasi Gula Aren dan Gula Pasir. *J Has Penelit Dan Pengkaj Ilm Eksakta.* 2022;01(02):105–9.
  23. Choirunnisa H, Rudiyanto W, Sutarto. Pengaruh Asupan Tinggi Fruktosa Terhadap Komplikasi Nefropati Diabetik Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Medula.* 2019;9(2):314–22.