

Abstrak

PERBEDAAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL, DURASI TIDUR DAN TINGKAT KONSUMSI NATRIUM MAKANAN KOREA INSTAN PADA PENGGEMAR KPOP DAN NON-KPOP

Mayra Al Farra¹, Yovita Puri Subardjo², Izzati Nur Khoiriani²

Latar Belakang: Berkembangnya budaya K-Pop di Indonesia menyebabkan peningkatan penggunaan media sosial, berkurangnya durasi tidur dan membawa makanan khas Korea instan dengan kadar natrium tinggi menjadi populer, baik pada penggemar K-Pop maupun penggemar non K-Pop. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas penggunaan media sosial, durasi tidur dan tingkat konsumsi natrium makanan Korea instan pada penggemar K-Pop dan non K-Pop.

Metodologi: Penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*, pada 108 penggemar K-Pop dan non K-Pop usia 18-34 tahun di Indonesia, menggunakan teknik *simple random sampling*. Penelitian dilakukan secara daring menggunakan kuesioner SONTUS, STQ dan SQ-FFQ. Analisis bivariat menggunakan uji *Mann-Whitney*.

Hasil Penelitian: Tidak terdapat perbedaan signifikan pada intensitas penggunaan media sosial ($p = 0,488$) dan durasi tidur ($p = 0,353$), namun terdapat perbedaan signifikan pada tingkat konsumsi natrium makanan Korea instan antara penggemar K-Pop dan non K-Pop ($p = 0,013$).

Kesimpulan: Tidak terdapat perbedaan pada intensitas penggunaan media sosial dan durasi tidur serta terdapat perbedaan pada tingkat konsumsi natrium makanan Korea instan antara penggemar K-Pop dan non K-Pop.

Kata Kunci: Media Sosial, Durasi Tidur, Tingkat Konsumsi Natrium, Makanan Korea Instan, Penggemar K-Pop

¹Mahasiswa Jurusan Ilmu Gizi FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Jurusan Ilmu Gizi FIKes Universitas Jenderal Soedirman

Abstract

DIFFERENCES OF SOCIAL MEDIA USAGE INTENSITY, SLEEP DURATION AND SODIUM CONSUMPTION LEVELS OF INSTANT KOREAN FOOD ON KPOP AND NON-KPOP FANS

Mayra Al Farra¹, Yovita Puri Subardjo², Izzati Nur Khoiriani²

Background: K-Pop culture in Indonesia has led to an increase in the use of social media, reduced sleep duration and bringing instant Korean food with a high sodium content to become popular, both for K-Pop fans and non-K-Pop fans. The purpose of this study was to determine the differences of social media usage intensity, sleep duration and sodium consumption levels of instant Korean food on K-Pop and non-K-Pop fans.

Methods: Cross-sectional quantitative study in 108 K-Pop and non K-Pop fans aged 18-34 years in Indonesia, was taken with simple random sampling. The research was conducted online using Social Networking Time Use SCALE (SONTUS) questionnaire, Sleep Timing Questionnaire (STQ) and Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Bivariat analysis used Mann-Whitney test.

Results: There was no difference on social media usage intensity ($p = 0.488$) and sleep duration ($p = 0.353$) meanwhile there was a significant difference in the sodium consumption levels of instant Korean food between K-Pop and non-K-Pop fans ($p = 0.013$).

Conclusion: There was no difference on social media usage intensity and sleep duration meanwhile there is a difference in the sodium consumption levels of instant Korean food between K-Pop and non-K-Pop fans.

Key Words: Social Media, Sleep duration, Sodium Consumption Rates, Instant Korean Food, K-Pop Fans

¹Student of Department of Nutritional Science, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

²Department of Nutritional Science, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University