

FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA MAHASISWA DI ORGANISASI IKATAN MAHASISWA TORAJA DI MANADO (IKMA TORNADO)

Chasandra Tiara Mendila^{1*}, Irny E. Maino², Chreisye K.F. Mandagi³

Program Studi S1 kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi Manado^{1,2,3}

*Corresponding Author : chasandramendila121@student.unsrat.ac.id

ABSTRAK

Makanan cepat saji adalah jenis makanan yang dipersiapkan dan disajikan dalam waktu singkat dengan menggunakan metode memasak yang efisien. Makanan ini umumnya diolah dengan bahan yang telah diproses sebelumnya atau menggunakan teknik memasak yang cepat dan praktis, sehingga dapat disajikan segera setelah pemesanan. Namun, di balik kemudahan tersebut, makanan cepat saji juga sering mendapat kritik dari para ahli gizi dan kesehatan. Salah satu alasan utama adalah karena makanan ini cenderung memiliki kandungan kalori yang sangat tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Makanan cepat saji. Penelitian ini dilakukan di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) dengan jenis penelitian deskriptif analisis univariat dan bivariat, menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 220 orang dengan sampel sebanyak 74 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner, aplikasi *Microsoft Excel* dan *Statistical Programme for Social Science (SPSS)*. Hasil penelitian diperoleh bahwa 51.4% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik, 86.5% responden memiliki Sikap yang kurang baik, 57.7% responden memiliki pengaruh Teman Sebaya yang tidak baik dan 51.1% responden memiliki Pengaruh Iklan yang tidak baik. 4 variabel yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji yaitu pengetahuan tentang perilaku konsumsi makanan cepat saji ($p\text{-value}=0,017$), sikap ($p\text{-value}=0,030$), pengaruh teman sebaya ($p\text{-value}=0,003$), dan pengaruh iklan ($p\text{-value}=0,003$).

Kata kunci : pengaruh iklan, pengaruh teman sebaya, pengetahuan, perilaku konsumsi makanan cepat saji, sikap

ABSTRACT

Fast food is a type of food that is prepared and served in a short time using efficient cooking methods. However, behind this convenience, fast food is also often criticized by nutritionists and health experts. One of the main reasons is because this food tends to have a very high calorie content. This study aims to describe the factors related to fast food consumption behavior. This study was conducted at the Toraja Student Association Organization in Manado (IKMA TORNADO) with a descriptive study type of univariate and bivariate analysis, using the Simple Random Sampling technique. The population in this study was 220 people with a sample of 74 respondents. The research instrument used a questionnaire, Microsoft Excel application and Statistical Program for Social Science (SPSS). The results of the study obtained that 51.4% of respondents had poor knowledge, 86.5% of respondents had poor attitudes, 57.7% of respondents had poor peer influence and 51.1% of respondents had poor advertising influence. 4 variables related to fast food consumption behavior are knowledge about fast food consumption behavior ($p\text{-value} = 0.017$), attitude ($p\text{-value} = 0.030$), peer influence ($p\text{-value} = 0.003$), and advertising influence ($p\text{-value} = 0.003$).

Keywords : knowledge, attitude, peer influence, advertising influence, fast food consumption behavior

PENDAHULUAN

Perubahan gaya hidup yang cepat dan dinamis menjadi salah satu ciri khas kehidupan masyarakat perkotaan, termasuk di kalangan mahasiswa. Salah satu aspek yang sangat

dipengaruhi oleh perubahan ini adalah pola konsumsi makanan. Mahasiswa, yang memiliki jadwal padat dengan kegiatan akademik, organisasi, dan aktivitas lainnya, sering kali menghadapi keterbatasan waktu dan akses dalam menyiapkan makanan yang sehat dan bergizi (Noviantoro, 2018). Perilaku konsumsi makanan cepat saji mengacu pada kebiasaan atau tindakan individu dalam memilih, membeli, dan mengonsumsi makanan yang disiapkan dengan cepat. Makanan cepat saji adalah makanan yang dapat disiapkan dan disajikan dengan waktu yang sangat singkat, biasanya dengan metode pengolahan yang menggunakan bahan yang sudah diproses sebelumnya. Makanan ini sering kali tersedia di restoran cepat saji, warung, atau kedai dengan harga yang terjangkau dan mudah dijangkau oleh berbagai kalangan (Notoatmodjo, 2012).

Iklan yang menawarkan harga diskon, promo, atau paket khusus sering kali menjadi daya tarik utama bagi konsumen. Strategi promosi seperti "beli satu gratis satu" atau "diskon khusus" dapat memicu keputusan pembelian yang lebih sering, meningkatkan konsumsi makanan cepat saji, bahkan ketika seseorang tidak benar-benar membutuhkan atau menginginkannya. Makanan cepat saji salah satu aktivitas anak-anak pada saat disekolah. Sebagian besar pedagang menjual makanan yang tidak aman serta dapat membahayakan kesehatan anak. Konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan serius. Makanan jajanan mengandung banyak risiko, debu-debu dan lalat yang hinggap pada makanan yang tidak ditutupi dapat menyebabkan penyakit terutama pada sistem pencernaan kita. Belum lagi bila persediaan air terbatas maka alat-alat yang digunakan seperti sendok, garpu, gelas dan piring tidak dicuci dengan bersih. Hal ini sering membuat orang yang mengkonsumsinya dapat terserang berbagai penyakit seperti disentri, Makanan cepat saji yang tinggi kalori, lemak jenuh, garam, dan gula dapat menyebabkan obesitas, yang meningkatkan risiko diabetes tipe 2, penyakit jantung, hipertensi, dan beberapa jenis kanker. Kandungan lemak jenuh dan trans fat juga dapat memicu penumpukan kolesterol jahat dalam darah, berpotensi merusak pembuluh darah dan meningkatkan risiko penyakit jantung. Selain itu, kekurangan serat dalam makanan cepat saji dapat menyebabkan gangguan pencernaan, seperti sembelit. Oleh karena itu, penting untuk membatasi konsumsi makanan cepat saji dan menerapkan pola makan yang lebih sehat.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh *Health Education Authority*, usia 15-34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih menu fastfood. Fenomena makanan cepat saji ini juga dapat dilihat dari munculnya berbagai kedai – kedai makanan cepat saji yang bermunculan di pinggir jalan, seperti ayam goreng tepung (*fried chicken*), sosis bakar, kebab, burger, minuman softdrink dan lain-lain (Rezki Hardiansyah, 2017). *Riskesdas* adalah survei besar yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia setiap beberapa tahun sekali. Makanan cepat saji, yang cenderung mengandung kalori tinggi, lemak jenuh, dan garam, berkontribusi pada tingginya prevalensi obesitas, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. *Riskesdas* 2018 mencatatkan sekitar 21,8% penduduk Indonesia mengalami obesitas, yang sebagian disebabkan oleh pola makan tidak sehat. Sementara itu, survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2020 menunjukkan bahwa di kalangan mahasiswa, konsumsi makanan cepat saji meningkat hingga 35% dari total makanan yang dikonsumsi dalam seminggu.

Menurut sebuah studi yang dilakukan oleh Universitas Gadjah Mada (UGM) pada tahun 2022, sekitar 60% mahasiswa di Yogyakarta mengonsumsi makanan cepat saji setidaknya sekali seminggu. Studi ini juga menemukan bahwa faktor utama yang mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji adalah praktisnya waktu yang dibutuhkan untuk membeli dan harga yang terjangkau. Meskipun demikian, lebih dari 50% responden juga menyadari bahwa konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan dapat menimbulkan dampak buruk bagi kesehatan. Mayoritas mahasiswa yang mengonsumsi makanan cepat saji di lingkungan kampus yang rata-rata berusia 18-21 tahun masih tergolong usia remaja merupakan masa dimana seorang

mahasiswa mencari makan yang bisa cepat untuk di makan. Di pilihnya Organisasi Ikatan mahasiswa toraja di manado (IKMA TORNADO) dilatar belakangi oleh fenomena di masyarakat khususnya di lingkungan kampus bahwa kebanyakan konsumsi makan cepat saji adalah mahasiswa. Berdasarkan hasil observasi, kebanyakan anggota Ikatan mahasiswa toraja di manado (IKMA TORNADO) mengkonsumsi makan cepat saji karena dipengaruhi oleh teman sebaya dan juga uang saku yang mendorong untuk mengkonsumsinya.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan waktu cross sectional (potong lintang). Penelitian ini dilakukan di IKMA TORNADO waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai Mei 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO dengan jumlah 220 orang dengan sampel dalam penelitian ini adalah 74 orang dari 220 anggota yang ada di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO).

HASIL

Analisis Univariat Karakteristik Responden Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Jawaban Jenis Kelamin Responden di IKMA TORNADO

| Jenis Kelamin | n | % |
|---------------|-----------|--------------|
| Laki-laki | 25 | 33,8 |
| Perempuan | 49 | 66,2 |
| Total | 74 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 25 orang (33,8%), sedangkan responden Perempuan berjumlah 49 orang (66,2%).

Tabel 2. Distribusi Jawaban Umur Responden di IKMA TORNADO

| Umur | n | % |
|--------------|-----------|--------------|
| 18 | 8 | 10.8 |
| 19 | 8 | 10.8 |
| 20 | 10 | 13.5 |
| 21 | 19 | 25.7 |
| 22 | 18 | 24.3 |
| 23 | 11 | 14.9 |
| Total | 74 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan Umur 18 tahun sebanyak 8 orang (10,8%), diikuti oleh usia 19 tahun sebanyak 8 orang (10,8%), dan usia 20 tahun sebanyak 10 orang (13,5%). Responden berusia 21 tahun berjumlah 19 orang (25,7%), usia 22 tahun sebanyak 18 orang (24,3%), usia 23 tahun sebanyak 11 orang (14,9%).

Pengetahuan Responden

Berdasarkan hasil distribusi tingkat pengetahuan responden, diketahui bahwa dari total 74 responden, sebanyak 36 orang (48.6%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik, sedangkan 38

orang (51.4%) tergolong memiliki pengetahuan yang kurang baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) memiliki tingkat pengetahuan yang masih tergolong kurang baik.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji pada mahasiswa di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO)

| Pengetahuan | n | % |
|--------------|-----------|--------------|
| Baik | 36 | 48.6 |
| Tidak Baik | 38 | 51.4 |
| Total | 74 | 100.0 |

Sikap Responden

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO)

| Sikap | n | % |
|--------------|-----------|--------------|
| Kurang Baik | 64 | 86.5 |
| Sangat Baik | 10 | 13.5 |
| Total | 74 | 100,0 |

Berdasarkan hasil distribusi tingkat sikap responden, diketahui bahwa dari total 74 responden, sebanyak 0 orang (0,0) memiliki tingkat sikap yang tidak baik dan 64 orang (86,5%) memiliki tingkat sikap yang kurang baik, dan juga 0 orang (0,0%) memiliki tingkat sikap yang baik sedangkan 10 (13,5) tergolong memiliki sikap yang sangat baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) memiliki tingkat sikap yang masih tergolong kurang baik.

Pengaruh Teman Sebaya

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengaruh Teman Sebaya terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji pada mahasiswa di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO)

| Pengaruh Teman Sebaya | n | % |
|-----------------------|-----------|--------------|
| Tidak Baik | 39 | 52.7 |
| Baik | 35 | 47.3 |
| Total | 74 | 100,0 |

Berdasarkan hasil distribusi tingkat pengaruh teman sebaya responden, diketahui bahwa dari total 74 responden, sebanyak 39 orang (52,7%) memiliki tingkat pengaruh teman sebaya yang Tidak baik, sedangkan 35 orang (47,3%) tergolong memiliki pengetahuan yang Baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) memiliki tingkat pengetahuan yang masih tergolong Tidak Baik.

Pengaruh Iklan

Berdasarkan hasil distribusi tingkat pengaruh iklan responden, diketahui bahwa dari total 74 responden, sebanyak 38 orang (51,4%) memiliki tingkat pengaruh Iklan yang Tidak baik,

sedangkan 36 orang (48,6%) tergolong memiliki pengetahuan yang Baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) memiliki tingkat pengetahuan yang masih tergolong Tidak Baik.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengaruh Iklan terhadap Konsumsi Makanan Cepat Saji pada mahasiswa di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO)

| Pengaruh Iklan | n | % |
|----------------|-----------|--------------|
| Tidak Baik | 38 | 51.4 |
| Baik | 36 | 48.6 |
| Total | 74 | 100,0 |

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Tabel 7. Tabulasi Silang Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

| Perilaku Konsumsmi Makanan Cepat Saji | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|--------------|--------------|------------|---------------------|-----------------|-----------|-------------|----------|------------|-----------|--------------|-------|
| No | Pengtahuan | Tidak Pernah | | 1-2 Kali Per Minggu | 3-4 Kali Minggu | Per | Setiap Hari | Total | | P-Value | | |
| | | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| 1. | Tidak Baik | 1 | 1.4 | 28 | 37.8 | 8 | 10.8 | 1 | 1.4 | 38 | 51.4 | 0.017 |
| 2. | Baik | 0 | 0.0 | 16 | 21.6 | 15 | 20.3 | 5 | 6.8 | 36 | 48.6 | |
| | Total | 1 | 1.4 | 44 | 59.5 | 23 | 31.1 | 6 | 8.1 | 74 | 100.0 | |

Berdasarkan tabel 7, terlihat bahwa dari 74 responden, sebanyak 38 orang (51.4%) yang memiliki tingkat pengetahuan tidak baik yang menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat. Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih sedikit yakni sebanyak 36 orang (48.6%). Hasil uji statistik chi-square diketahui nilai p sebesar 0,017 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO.

Hubungan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Tabel 8. Tabulasi Silang Sikap dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO.

| | | Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji | | | | | | | | | | |
|-------|-------------|--------------------------------------|-----|---------------------|------|---------------------|------|-------------|-----|-------|-------|---------|
| No | Sikap | Tidak pernah | | 1-2 kali per minggu | | 3-4 kali per minggu | | Setiap hari | | Total | | p-value |
| | | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| 1 | Kurang Baik | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 0 | 0.0 | 0.030 |
| 2 | Cukup Baik | 1 | 1.4 | 10 | 13.5 | 2 | 2.7 | 1 | 1.4 | 14 | 18.9 | |
| 3 | Baik | 0 | 0.0 | 32 | 43.2 | 14 | 18.9 | 4 | 5.4 | 50 | 67.6 | |
| 4 | Sangat Baik | 0 | 0.0 | 2 | 4.5 | 7 | 9.5 | 1 | 1.4 | 10 | 13.4 | |
| Total | | 1 | 1.4 | 44 | 59.5 | 23 | 31.1 | 6 | 8.1 | 74 | 100.0 | |

Berdasarkan tabel 8, terlihat bahwa dari 74 responden, sebanyak 0 orang (0,0%) yang memiliki tingkat sikap kurang baik yang menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat saji sedangkan 14 orang (18.9%) yang memiliki tingkat sikap cukup baik yang menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat saji. Sementara itu, responden dengan sikap yang baik cenderung lebih banyak yakni sebanyak 50 orang (67.6%), sedangkan 10 orang (13.4%) yang memiliki tingkat sikap yang sangat baik menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat saji. Hasil uji statistik chi-square diketahui nilai p sebesar 0,030 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan sikap terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO.

Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di organisasi IKMA TORNADO

Tabel 9. Tabulasi Silang Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

| | | Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji | | | | | | | | | | |
|----|-----------------------|--------------------------------------|-----|---------------------|------|---------------------|------|-------------|-----|-------|-------|---------|
| No | Pengaruh Teman Sebaya | Tidak Pernah | | 1-2 Kali Per Minggu | | 3-4 Kali Per Minggu | | Setiap Hari | | Total | | P-Value |
| | | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| 1. | Tidak Baik | 1 | 1.4 | 30 | 40.5 | 8 | 10.8 | 6 | 8.1 | 45 | 60.8 | 0.003 |
| 2. | Baik | 0 | 0.0 | 14 | 18.9 | 15 | 20.3 | 0 | 0.0 | 29 | 39.2 | |
| | Total | 1 | 1.4 | 44 | 59.5 | 23 | 31.1 | 6 | 8.1 | 74 | 100.0 | |

Berdasarkan tabel 9, terlihat bahwa dari 74 responden, sebanyak 39 orang (57,7%) yang memiliki tingkat pengaruh terhadap teman sebaya tidak baik yang menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat. Sementara itu, responden dengan tingkat pengaruh teman sebaya yang baik cenderung lebih sedikit yakni sebanyak 35 orang (47.3%). Hasil uji statistic Chi-square diketahui nilai p sebesar 0,003 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengaruh teman sebaya terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO.

Hubungan Pengaruh Iklan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Tabel 10. Tabulasi Silang Pengaruh Iklan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

| No | Pengaruh Iklan | Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji | | | | | | | | | | P- Value |
|----|----------------|--------------------------------------|-----|---------------------|------|---------------------|------|-------------|-----|-------|------|-------------|
| | | Tidak Pernah | | 1-2 Kali Per Minggu | | 3-4 Kali Per Minggu | | Setiap Hari | | Total | | |
| | | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| 1. | Tidak Baik | 1 | 1.4 | 15 | 20.3 | 7 | 9.5 | 6 | 8.1 | 29 | 39.2 | 0.003 |
| 2. | Baik | 0 | 0.0 | 29 | 39.2 | 16 | 21.6 | 0 | 0.0 | 45 | 60.8 | |
| | Total | 1 | 1.4 | 44 | 59.5 | 23 | 31.1 | 6 | 8.1 | 74 | 100 | |

Berdasarkan tabel 10, terlihat bahwa dari 74 responden, sebanyak 29 orang (39.2%) yang memiliki tingkat pengaruh terhadap iklan tidak baik yang menunjukkan perilaku konsumsi makanan cepat. Sementara itu, responden dengan tingkat pengaruh iklan yang baik cenderung lebih sedikit yakni sebanyak 45 orang (60.8%). Hasil uji statistik Chi-square diketahui nilai p

sebesar 0,003 ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengaruh iklan terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO.

Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Responden

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO)

| Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji | n | % |
|--------------------------------------|-----------|--------------|
| Tidak Pernah | 1 | 1.4 |
| 1-2 Kali Per Minggu | 44 | 59.5 |
| 3-4 Kali Per Minggu | 23 | 31.1 |
| Setiap Hari | 5 | 8.1 |
| Total | 74 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 11, diketahui bahwa dari 74 responden yang memiliki perilaku konsumsi makan cepat saji dengan kategori 1 (1.4) responden yang tidak pernah mengkonsumsi makan cepat saji, 44 (59.6) responden yang 1-2 kali per minggu mengkonsumsi makan cepat saji, 23 (31.1) responden yang 3-4 kali per minggu dan 5 (8.1) responden yang setiap hari mengkonsumsi makanan cepat saji.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Pengetahuan mahasiswa tentang perilaku konsumsi makanan cepat saji pada kesehatan diukur dengan kuesioner. Berdasarkan hasil Penelitian didapati pengetahuan mahasiswa IKMA TORNADO dari 74 responden mayoritas mempunyai pengetahuan tidak baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji pada kesehatan yaitu sebanyak 38 (51.4) dan responden yang mempunyai pengetahuan baik mengenai bahaya konsumsi makan cepat saji yaitu sebanyak 36 (48.6), dengan jawaban pernyataan paling banyak di jawab salah yaitu pertanyaan 4 dengan presentase 21 (28.4) mengenai contoh makanan cepat saji halinmi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kurang mengetahui contoh-contoh dari makan cepat saji. dan jawaban pernyataan paling banyak di jawab benar yaitu pernyataan 5 dengan presentase 44 (59.5) hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Mengetahui bahwa makanan cepat saji merupakan makana yang tidak sehat karna tingginya kandungan lemak,garam dan gula.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi IKMA TORNADO, dengan nilai $p = 0,018$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa dalam organisasi tersebut. Penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Asthiningsih (2020) dengan judul hubungan pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda. mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. Nilai korelasi sebesar 0,358 menunjukan arah positif dengan kekuatan korelasi rendah yang artinya semakin baik pengetahuan maka semakin jarang konsumsi makan cepat saji (*fast food*) pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri Samarinda Menurut asumsi Penelitian bahwa pengetahuan sangat memiliki hubungan yang sangt erat terhadap konsumsi makanan cepat saji semakin baik pengetahuan responden makan akan lebih baik dalam memiliki makanan sehat, akan tetapi pola

pengetahuan mahasiswa sedikit bergeser dikarenakan mahasiswa ingin mengkonsumsi makanan yang cepat saji dengan alasan malas untuk menunggu terlalu lama sehingga makanan cepat saji lah menjadi makanan yang mereka konsumsi.

Hubungan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Hasil Penelitian didapati sikap mahasiswa IKMA TORNADO dari 74 responden mayoritas mempunyai sikap kurang baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji pada kesehatan yaitu sebanyak 64 (86.5) dan responden yang mempunyai sikap sangat baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji yaitu sebanyak 10 (13.5), hal ini menunjukkan bahwa sikap mahasiswa terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji kurang baik, karena mahasiswa mengetahui bahwa makan cepat saji banyak mengandung bahan tambahan makanan yang apabila dikonsumsi terus menerus dapat mengganggu kesehatan, tetapi mahasiswa tetap mengonsumsi makanan cepat saji karena mengikuti tren yang ada.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan tingkat Sikap dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi IKMA TORNADO, dengan nilai $p = 0,030$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat sikap berpengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa dalam organisasi tersebut. Kurangnya pengetahuan akan menyebabkan sikap yang salah/ negatif dalam memenuhi kebutuhan pangan dan ada Sebagian seseorang yang bersikap negatif terhadap pola makan diasumsikan karena Sebagian besar mahasiswa memiliki pengetahuan yang tetap tidak menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suci (2011) tentang Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 2011. Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan pemilihan pola makan siap saji (*fast food*) dengan $P\text{-value} = 0,001$.

Menurut asumsi peneliti sikap berhubungan dengan menentukan pemilihan pola makan siap saji (*fast food*) oleh karena dalam menentukan sikap tidak terlepas dari pengetahuan mahasiswa itu sendiri. Mahasiswa yang memiliki sikap negatif cenderung memiliki pola makan siap saji (*fast food*) diasumsikan karena karena mahasiswa yang memiliki sikap positif akan lebih mempertimbangkan untuk mengkonsumsi makanan siap saji (*fast food*) dengan pengetahuan yang dimilikinya dan lebih memilih makanan yang sehat.

Hubungan Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Hasil Penelitian didapati adanya pengaruh teman sebaya pada mahasiswa IKMA TORNADO dari 74 responden mayoritas mempunyai pengaruh teman sebaya tidak baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji pada kesehatan yaitu sebanyak 39 (52.7) dan responden yang mempunyai pengaruh teman sebaya baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji yaitu sebanyak 35 (47.3). Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji tidak baik karena mahasiswa merasa bahwa tidak tertekan untuk mengonsumsi makanan cepat saji karena pengaruh dari temannya, tetapi mahasiswa sering terpengaruh untuk membeli dan mengonsumsi makanan cepat saji saat berkumpul dengan temannya dikarenakan tergiur saat melihat temannya mengonsumsi makan cepat saji.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan tingkat Teman Sebaya dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi IKMA TORNADO, dengan nilai signifikansi $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat pengaruh teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku

konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa dalam organisasi tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dede Munasiroh (2019) yang menyatakan adanya hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada Mahasiswa Pendidikan Biologi UNI Gunan Gunung Djati Bandung karena nilai $P\text{-value} = 0,004$. Penelitian ini juga menyatakan dukungan teman sebaya menjadi penyebab tingginya konsumsi makanan cepat saji pada remaja. Menurut asumsi peneliti ajakan teman sebaya menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi remaja untuk memilih makanan cepat saji atau *fast food* dibanding dengan makanan rumahan.

Hubungan antara Iklan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa di Organisasi IKMA TORNADO

Pengaruh iklan terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada kesehatan diukur dengan kuesioner. Berdasarkan hasil Penelitian didapati adanya pengaruh iklan pada mahasiswa IKMA TORNADO dari 74 responden mayoritas mempunyai pengaruh iklan tidak baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji pada kesehatan yaitu sebanyak 38 (51.4) dan responden yang mempunyai pengaruh iklan baik mengenai perilaku konsumsi makan cepat saji yaitu sebanyak 36 (48.6), hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh iklan terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji mahasiswa tidak baik karena mahasiswa Mengetahui bahwa sering kali iklan menyembunyikan informasi tentang kandungan gizi atau dampak negatif konsumsi produk, tetapi mahasiswa tetap mengonsumsi makanan cepat saji karena tergiur oleh iklan makanan cepat saji yang ditampilkan menarik dengan latar musik yang energi dan ceria.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik chi-square menunjukkan tingkat Iklan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa yang tergabung dalam Organisasi IKMA TORNADO, dengan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat pengaruh Iklan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa dalam organisasi tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kurniawati, (2020) menunjukkan adanya hubungan antara intensitas menonton iklan makanan di televisi dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMK Panca Budi 2 Medan, karena nilai $P\text{-value} = 0,043$ Penelitian ini juga mengindikasikan bahwa hampir setengah dari variasi perilaku konsumsi makanan cepat saji dapat dijelaskan oleh intensitas paparan terhadap iklan makanan di televisi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa di Organisasi Ikatan Mahasiswa Toraja di Manado (IKMA TORNADO) maka dapat disimpulkan sebagai berikut 51.4% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik, 86.5% responden memiliki Sikap yang kurang baik, 52.7% responden memiliki pengaruh Teman Sebaya yang tidak baik dan 51.1% responden memiliki Pengaruh Iklan yang tidak baik. 4 variabel yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji yaitu pengetahuan tentang perilaku konsumsi makanan cepat saji ($p\text{-value}=0,017$), sikap ($p\text{-value}=0,030$), pengaruh teman sebaya ($p\text{-value}=0,003$), dan pengaruh iklan ($p\text{-value}=0,003$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih atas dukungan dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). "Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) 2020."
- Brown, A. (2017). *Revolusi Makanan Cepat Saji: Makanan Ringan dalam Pola Makan Modern*. New York: Palgrave Macmillan.
- Dede Munasiroh, Diana Oktavia Nurawali, Dina Aulia Rahmah, Fina Suhailah, Iwal Ridwan Yusup. (2019) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food)*. Universitas Islam Negeri Bandung.
- Deisy Trihandayana Ghufro, Sulaemana Engkeng, Chreisy K.F Mandagi (2020) "Faktor-Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi jajanan pada peserta didik di SD Negeri 52 Manado." " fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Drewnowski, A., Almiron-Roig, E., & Althuis, MD (2018). "Peran harga dalam pilihan pangan konsumen." *Jurnal Gizi*, 148(10), 1657S–1662S.
- Evi Ranggayuni & Nur Aini (2021). Faktor yang berhubungan dengan konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa. " Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Hevetia.
- Firdausi, N.i. (2020) 'Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Status Gizi pada Siswa Smp Daya Utama Kota Bekasi.
- Friedman, H. (2015). *Dunia Makanan Cepat Saji: Tinjauan Hidangan Global Populer*. Pers Universitas Oxford.
- Hansen, T. (2016). Popcorn dan Kedudukannya dalam Budaya Jajanan. *Jurnal Ilmu Kuliner*, 4(2), 125-138.
- Haris, M. (2016). Soda dan Gula: Bagaimana Rantai Makanan Cepat Saji Membentuk Pilihan Minuman Kita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 55-63.
- Husna, I., & Sari, R. (2021). "Makanan cepat saji sebagai penghibur stres pada mahasiswa di Indonesia." *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 6(1), 33-40.
- Irny E. Maino, at. al. "Peyuluhan tentang jajanan sehat dan tidak sehat denga tema ayo kenali jajanan sehat" di SD GMIM 06 Manado. " Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.
- Janah Ida Cholidatui (2016) Kebiasaan anak konsumsi makanan cepat saji', Kebiasaan anak konsumsi makanan cepat saji.
- Jones, M. (2016). Ayam Goreng dan Makanan Cepat Saji: Fenomena Global. *Budaya dan Masyarakat Pangan*, 19(3), 302-310.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). "Pola Konsumsi Makanan di Indonesia dan Dampaknya terhadap Kesehatan."
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). "Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) 2020."
- Badan Pusat Statistik (BPS) , Jakarta, Indonesia.
- Kurniawati, D., & Setiawati, N. (2020). Pengaruh Iklan Makanan Cepat Saji terhadap Minat Beli Konsumen Remaja di Kota Bandung. *Jurnal Ekonomi & Bisnis*
- Lestari, N., & Wulandari, S. (2017). "Aksesibilitas restoran cepat saji di sekitar kampus dan hubungannya dengan konsumsi makanan cepat saji mahasiswa." *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 97-104.

- Miller, B. (2019). Evolusi Donat sebagai Makanan Pokok Cepat Saji. *Makanan & Sejarah*, 6(1), 122-135.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviantoro, A. D. (2018). Peran pengaruh teman sebaya dalam pemilihan konsumsi makanan cepat saji di kalangan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(3), 88-94.
- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2020). Pola makan sehat. Organisasi Kesehatan Dunia. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Pratiwi, M. (2020). "Perkembangan Makanan Cepat Saji di Indonesia: Peluang dan Tantangan Kesehatan." *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 189-200.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan. (2020). Risiko Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Implikasinya Terhadap Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC). (2021). Pola makan sehat untuk berat badan yang sehat. Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC). Diakses dari <https://www.cdc.gov/nutrition/index.html>
- Rahayu, T. (2018). Nasi Goreng: Ikon Makanan Cepat Saji di Indonesia. *Jurnal Kuliner Asia*, 10(3), 212-220.
- Rahmawati, R., & Santosa, A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 4(1), 102-108.
- Ranggayuni, E., & Nuraini, N. (2021). Faktor yang berhubungan dengan Konsumsi Makanan cepat Saji pada Mahasiswa di Institusi Kesehatan Helvetia Medan. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 278-284.
- Santosa, I. (2020). "Tren Makanan Cepat Saji di Indonesia dan Dampaknya terhadap Kesehatan." *Jurnal Gizi Indonesia*, 12(3), 45-56.
- Sari, D. R., Pramesti, N. R., & Purwanti, N. (2017). Pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap status gizi mahasiswa di Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 89-95.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach* (7th ed.). Wiley.
- Setiawan, R., & Andriani, H. (2018). "Pengaruh iklan makanan cepat saji terhadap preferensi konsumen di Indonesia." *Jurnal Komunikasi dan Media*, 4(2), 78-88.
- Smith, L. (2018). Penyebaran Hot Dog Secara Global: Makanan Cepat Saji Favorit. *Jurnal Tren Pangan Global*, 12(4), 98-104.
- Tischner, I. (2017). Burger dan Makanan Cepat Saji: Perspektif Budaya. *Jurnal Internasional Budaya Pangan*, 14(2), 76-81.
- Yuliana, M. (2020). "Pengaruh status sosial ekonomi terhadap kebiasaan makan mahasiswa di Indonesia." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6(2), 115-121
- Yuyun Priwahyuni (2016) "Faktor-Faktor yang berhubungan dengan pola makanan siap saji (*fast food*) pada mahasiswa program studi ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuh pekanbaru." *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Hang Tuah Pekanbaru*.