

## FAKTOR–FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU TERHADAP PEMILIHAN MAKANAN/MINUMAN MELALUI APLIKASI ONLINE

*The Influencing Factors of Food/Beverage Choices Behaviour Through Online Application in Student the Health Polytechnic of the Ministry of Health in Bandung*

Martha Lastiur Purba<sup>1</sup>, Mamat Rahmat<sup>1</sup>, Fred Agung Suprihartono<sup>1</sup>, Gurid P.E .Mulyo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

<sup>1</sup>Email : [mrahmat123@gmail.com](mailto:mrahmat123@gmail.com)

### ABSTRACT

*Online food/beverage ordering applications have become a growing trend in society. People are no stranger to online food ordering applications with various conveniences and services that are an attraction. Orders can be made anywhere and anytime, without having to come to the seller's place. Ordering food/beverages online is very practical, easy, fast, and saves time, especially for consumers who don't have free time to go to a restaurant. However, in addition to the benefits of using an online food ordering application, if the food selection is not appropriate and the use of the application is done excessively, it will certainly affect the health of the body. This study aims to determine the factors that influence the behavior of food/beverage selection through online applications for students at the Health Polytechnic Bandung. The research design used a survey design cross-sectional and used a random sampling with a sample size of 188 students. This research was conducted from January 2021 to February 2021 by filling out online questionnaires using Google Forms. The results of this study indicate that most students who order food through online applications have poor behavior, namely as many as 101 students (53.7%), the level of knowledge is good, namely as many as 108 students (57.4%), and good attitudes, namely as many as 121 students (56.9%). It is hoped that students will be wiser in choosing food/beverages through online applications by applying the health knowledge that has been obtained while studying at the Health Polytechnic Bandung.*

**Key words:** *behavior of food selection, knowledge of nutrition, attitude, students*

### ABSTRAK

Penggunaan aplikasi pemesanan makanan/minuman secara *online* sudah menjadi tren yang terus berkembang di masyarakat. Masyarakat sudah tidak asing lagi dengan aplikasi pemesanan makanan secara *online* dengan berbagai kemudahan dan pelayanan yang menjadi daya tarik. Pemesanan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja, tanpa harus datang ke tempat penjual. Pemesanan makanan/minuman secara *online* sangat praktis, mudah, cepat, dan menghemat waktu terutama bagi konsumen yang tidak memiliki waktu luang untuk pergi ke sebuah restoran/rumah makan. Namun, disamping manfaat penggunaan aplikasi pemesanan makanan secara *online*, jika pemilihan makanannya kurang tepat dan penggunaan aplikasi yang dilakukan secara berlebihan tentunya akan mempengaruhi kesehatan tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku terhadap pemilihan makanan/minuman melalui aplikasi *online* pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung. Desain penelitian menggunakan rancangan survei dengan pendekatan *Cross Sectional* dan menggunakan metode *random sampling* dengan jumlah sampel yaitu 188 mahasiswa. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2021 hingga Februari 2021

melalui pengisian kuesioner secara *online* menggunakan Google Formulir. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang melakukan pemesanan makanan melalui aplikasi *online* memiliki perilaku yang kurang baik yaitu sebanyak 101 mahasiswa (53,7%), tingkat pengetahuannya baik yaitu sebanyak 108 mahasiswa (57,4%), dan sikapnya baik yaitu sebanyak 121 mahasiswa (56,9%). Diharapkan mahasiswa lebih bijak dalam memilih makanan/minuman melalui aplikasi *online* dengan menerapkan ilmu kesehatan yang sudah didapatkan selama berkuliah di Kampus Poltekkes Kemenkes Bandung.

**Kata kunci:** perilaku pemilihan makan, pengetahuan gizi, sikap, mahasiswa

## PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu teknologi di era 4.0 sangat merubah tatanan kehidupan masyarakat dan gaya hidup modern. Pola konsumsi masyarakat adalah salah satu gaya hidup yang berubah akibat adanya perkembangan ilmu teknologi. Penggunaan internet mempermudah akses untuk membeli makanan/minuman menggunakan jasa antar secara online. Menurut data We Are Social pada tahun 2020 pengguna internet di seluruh dunia mencapai 4,54 miliar, sedangkan pengguna internet di Indonesia mencapai 175,4 juta dan jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya ada kenaikan 17% atau ada 25 juta pengguna internet yang bertambah ditahun 2020. Di Indonesia peningkatan pengguna internet menunjukkan bahwa masyarakat tidak bisa lepas dari teknologi dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini mendorong berbagai peluang usaha untuk memanfaatkan penggunaan internet dimasa kini dan masa yang akan datang.<sup>1</sup>

Pada era modern ini, usaha digital atau *online* sangat berkembang pesat terutama pada bidang kuliner. Konsumen dapat memesan makanan/minuman menggunakan aplikasi yang tersedia pada *smartphone*. Pemesanan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja, tanpa harus datang ke tempat penjual. Pemesanan makanan/minuman secara *online* sangat praktis, mudah, cepat, dan menghemat waktu terutama bagi konsumen yang tidak memiliki waktu luang untuk pergi ke sebuah

restoran/rumah makan. Menurut hasil riset Nielsen pada tahun 2019 melakukan survei terhadap 1.000 responden di Jakarta, Yogyakarta, Bandung, Surabaya sebanyak 58% menggunakan layanan pesan antar makanan via aplikasi seperti GoFood dan GrabFood. Rerata mereka memesan 2,6 kali lipat per minggu. Berdasarkan survei, rentang usia terbanyak yang menggunakan layanan pesan antar makanan/minuman adalah 18-45 tahun.<sup>2</sup>

Dipicu oleh keadaan pandemi, membuat pemenuhan kebutuhan rumah tangga beralih ke platform *online* baik itu belanja melalui platform *e-commerce* atau layanan pesan antar makanan/minuman. Menurut Survei Belanja *Online* Selama Pandemi oleh DailySocial dan platform riset pasar Populix, layanan pesan antar makanan yang dipilih oleh masyarakat sebesar 51% melalui GoFood, sebesar 48% melalui GrabFood, dan aplikasi lainnya sebesar 1%.<sup>3</sup>

Survei yang dilakukan oleh IDN Times pada tahun 2019 untuk meneliti kebiasaan masyarakat di berbagai wilayah Indonesia dalam menggunakan layanan pesan antar makanan di 6 kota besar. Mayoritas usia pengguna aplikasi layanan pesan antar makanan 21-25 tahun sebesar 48,4% dan pekerjaan terbanyak adalah mahasiswa sebesar 44,2% dengan jenis kelamin terbanyak 70,5% adalah wanita. Pembelian makanan/minuman sangat dipengaruhi oleh pendapatan masyarakat, pengguna terbanyak sebesar 29,8%

pendapatannya kurang dari 1 juta. Jenis aplikasi layanan pesan antar makanan yang sering digunakan adalah Gojek 74,8%, Grab 20,9%, dan layanan delivery outlet 3,1%. Frekuensi orderan yang paling sering sekali dalam sepekan sebesar 47%. Alasan utama masyarakat menggunakan aplikasi pesan antar makanan adalah malas keluar rumah sebesar 70,9% dan menghemat waktu sebesar 28%. Berdasarkan survei tersebut, mayoritas pengguna aplikasi layanan pesan antar makanan adalah mahasiswa.<sup>4</sup>

Menurut survei yang dilakukan oleh Alvira Strategic Research pada tahun 2019 "Perilaku dan *Preferens* Konsumen millennial Indonesia terhadap Aplikasi *E-Commerce* 2019" untuk meneliti kebiasaan masyarakat kaum millennial dalam menggunakan layanan pesan antar makanan, persepsi konsumen terhadap aplikasi layanan pesan antar berkaitan dengan kualitas layanan yang cepat, mudah, banyak pilihan menu, praktis, murah, dan banyak promo. Lingkungan dan *trend* menjadi faktor pendukung konsumsi makanan/minuman melalui aplikasi *online*. Masyarakat cenderung ingin mengikuti perkembangan zaman.<sup>5</sup> Hal tersebut membuat masyarakat semakin berminat menggunakan aplikasi pesan antar makanan/minuman *online*.

Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan. Jika pengetahuan gizi pada remaja rendah, maka upaya yang dilakukan remaja untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi kurang atau gizi lebih.<sup>6</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Febrina Yolanda,dkk mengenai Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online dengan Frekuensi Makan dan Kualitas Diet pada 70 Mahasiswa di Universitas Diponegoro sebanyak 68,6% mahasiswa memiliki pengetahuan gizi tergolong sedang dan rentang

pemesanan makanan/minuman melalui aplikasi *online* 5-25 kali/bulan.<sup>7</sup>

Sikap menentukan motivasi seseorang untuk mengimplementasikan perilaku tertentu. Apabila konsumen tidak menilai gizi sebagai faktor yang penting untuk memilih makanan atau bila konsumen merasa faktor lain lebih penting, konsumen kemungkinan akan memilih makanan yang tidak bergizi meskipun memiliki pengetahuan gizi yang baik.<sup>8</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Estetika Islami mengenai Gambaran Perilaku dalam Memilih Makanan/Minuman melalui Aplikasi Online pada Mahasiswa Gizi Poltekkes Jakarta II, diketahui bahwa 62% mahasiswa sering memesan dijumpai pada mahasiswa yang memiliki uang saku besar dan 46,4% mahasiswa memiliki uang saku kecil.<sup>9</sup> Penilaian perilaku gizi diperlukan untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan praktik gizi saat ini dan mengubah perilaku gizi ke arah yang lebih baik serta dapat mencegah penyebab penyakit degeneratif.<sup>10</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan tujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap pemilihan makanan dan minuman melalui aplikasi *online* pada mahasiswa Poltekkes Bandung.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cross-Sectional Study*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai bulan Februari 2021 secara *online* melalui google formulir kepada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Poltekkes Bandung prodi D3 dan D4 jurusan analis kesehatan, kesehatan lingkungan, gizi, keperawatan, keperawatan gigi, promosi kesehatan, farmasi, dan bidan.

Sampel pada penelitian ini adalah bagian dari populasi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung dengan kriteria inklusi sampel merupakan mahasiswa Poltekkes Bandung Prodi D3 dan D4 tingkat 1 dan tingkat 2 yang sudah pernah melakukan pembelian makanan/minuman melalui aplikasi *online*, dan bersedia menjadi sampel penelitian. Pemilihan sampel ditentukan secara proporsional dengan teknik *random sampling*.

Data pengetahuan, sikap, besar uang saku, pengaruh media, pengaruh teman sebaya, dan perilaku diambil dengan cara wawancara dengan menggunakan kuesioner.

Analisis data identitas karakteristik sampel meliputi tingkat prodi, umur, dan jenis kelamin diolah menggunakan *software* SPSS 20.0 dan disajikan dalam tabel distribusi sampel.

Analisis data pengetahuan didapat melalui 10 pertanyaan. Skor 1 pada setiap jawaban benar dan skor 0 pada setiap jawaban yang salah, kemudian dihitung jumlah skor. Total skor yang didapat dibagi jumlah soal x 100% dan hasilnya dibandingkan dengan skor rata-rata untuk memperoleh kategori kurang jika skor jawaban < skor mean dan baik jika skor jawaban  $\geq$  skor mean.

Analisis data sikap didapat melalui 10 pernyataan yang terbagi menjadi 5 pernyataan positif dan 5 pernyataan negatif. Pada pernyataan positif, diberikan skor 1 untuk jawaban setuju dan skor 0 untuk jawaban tidak setuju. Sedangkan pada pernyataan negative diberikan skor 1 untuk jawaban tidak setuju dan skor 0 untuk jawaban setuju sehingga diperoleh skor sikap dari masing-masing sampel. Nilai sikap kemudian dikategorikan sebagai kurang jika skor jawaban < skor mean dan baik jika skor jawaban  $\geq$  skor mean.

Analisis data besar uang saku didapat melalui pertanyaan pada form kuisisioner, kemudian dibandingkan dengan nilai rata-rata untuk memperoleh kategori besar (Uang saku perhari  $\geq$  rata-rata uang saku) dan Kecil

(Uang saku perhari < rata-rata uang saku).

Analisis data pengaruh media didapat melalui 3 pertanyaan pada form kuisisioner, kemudian dikategorikan terpengaruh jika menjawab pilihan selain tidak  $\leq 2$  pertanyaan dan tidak terpengaruh jika menjawab pilihan tidak  $\geq 2$  pertanyaan.

Analisis data pengaruh teman sebaya didapat melalui 3 pertanyaan pada form kuisisioner, kemudian dikategorikan terpengaruh jika menjawab pilihan selain tidak  $\leq 2$  pertanyaan dan tidak terpengaruh jika menjawab pilihan tidak  $\geq 2$  pertanyaan.

Analisis data perilaku didapat melalui 15 pernyataan yang terbagi menjadi 7 pernyataan positif dan 8 pernyataan negatif. Pada pernyataan positif, diberikan skor 1 untuk jawaban ya dan skor 0 untuk jawaban tidak. Sedangkan pada pernyataan negatif diberikan skor 1 untuk jawaban tidak dan skor 0 untuk jawaban ya sehingga diperoleh skor perilaku dari masing-masing sampel. Hasil skor dibandingkan dengan skor rata-rata untuk memperoleh kategori kurang jika skor jawaban < skor mean dan baik jika skor jawaban  $\geq$  skor mean.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Tempat Penelitian

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung terletak di Jl. Pajajaran No.56 Pasir Kaliki, Kec. Cicendo, Kota Bandung, Jawa Barat. Poltekkes Kemenkes Bandung memiliki 2 lokasi kampus yang berbeda. Untuk kampus yang berada di daerah Bandung adalah Jurusan Kebidanan, Keperawatan, Keperawatan Gigi, Farmasi dan Promosi Kesehatan. Untuk kampus yang berada di daerah Cimahi Selatan adalah Jurusan Gizi, Kesehatan Lingkungan, dan Teknologi Laboratorium Medik. Mahasiswa yang dijadikan sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung tingkat 1 dan 2 tahun ajaran 2020/2021. Jumlah sampel yang diteliti pada penelitian ini sebanyak 188

sampel yang tersebar diseluruh jurusan yang ada di Poltekkes Kemenkes Bandung.

### Gambaran Umum Sampel

**Tabel 1. Distribusi Sampel berdasarkan Usia**

Usia	n	%
17	3	1,6
18	50	26,6
19	89	47,3
20	46	24,5
Total	188	100

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa hampir sebagian besar 89 mahasiswa (47,3%) berusia 19 tahun, 50 mahasiswa (26,6%) berusia 18 tahun, 46 mahasiswa (24,5%) berusia 20 tahun, dan 3 mahasiswa (1,6%) berusia 17 tahun. Berdasarkan pembagian umur oleh Depkes RI (2009) yaitu remaja akhir (17 ± 25 tahun).

**Tabel 2. Distribusi Sampel berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	35	18,6
Perempuan	153	81,4
Total	188	100

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa 153 mahasiswa (81,4%) berjenis kelamin perempuan dan 35 mahasiswa (18,6%) berjenis kelamin laki-laki. Lebih dari sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan karena populasi mahasiswa berjenis kelamin perempuan di Poltekkes Kemenkes Bandung lebih banyak daripada mahasiswa berjenis kelamin laki-laki.

**Tabel 3. Distribusi Sampel berdasarkan Jurusan**

Jurusan	n	%
Farmasi	21	11,2
Gizi	27	14,4
Kebidanan	20	10,6
Keperawatan Bandung	24	12,8
Keperawatan Gigi	27	14,4
Kesehatan Lingkungan	24	12,8
Promosi Kesehatan	21	11,2
Teknologi Laboratorium Medik	24	12,8
Total	188	100

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa 21 mahasiswa (11,2%) jurusan farmasi, 27 mahasiswa (14,4%) jurusan gizi, 20 mahasiswa (10,6%) jurusan kebidanan, 24 mahasiswa (12,8%) keperawatan bandung, 27 mahasiswa (14,4%) jurusan keperawatan gigi, 24 mahasiswa (12,8%) jurusan kesehatan lingkungan, 21 mahasiswa (11,2%) jurusan promosi kesehatan, dan 24 mahasiswa (12,8%) jurusan teknologi laboratorium medik.

**Tabel 4. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku**

Perilaku Mahasiswa	n	%
Perilaku Kurang	101	53,7
Perilaku Baik	87	46,3
Total	188	100

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa 87 mahasiswa (46,3%) perilakunya baik dan 101 mahasiswa (53,7%) perilaku kurang baik. Mahasiswa yang paling banyak kategori perilaku baik adalah mahasiswa gizi sebanyak 16 mahasiswa. Mahasiswa yang paling banyak kategori perilaku kurang baik adalah mahasiswa jurusan keperawatan gigi sebanyak 17

mahasiswa dan Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih kurang baik perilakunya dalam hal pemilihan makanan.

**Tabel 5. Distribusi Sampel berdasarkan Pengetahuan**

Pengetahuan Mahasiswa	n	%
Pengetahuan Kurang	80	42,6
Pengetahuan Baik	108	57,4
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 80 mahasiswa (42,6%) pengetahuannya kurang baik dan 108 mahasiswa (57,4%) pengetahuannya baik. Mahasiswa yang paling banyak pengetahuannya baik adalah mahasiswa jurusan keperawatan gizi sebanyak 21 mahasiswad dan mahasiswa yang paling banyak pengetahuannya kurang baik adalah mahasiswa keperawatan gigi sebanyak 15 mahasiswa. Pada penelitian ini, pengetahuan gizi sampel sebagian besar tergolong baik karena sampel berkuliah di kampus kesehatan. Pengetahuan merupakan dasar untuk bersikap dan melakukan suatu tindakan ataupun berperilaku. Pengetahuan seseorang akan berdampak pada sikap. Sikap adalah pendapat, keyakinan seseorang mengenai objek atau situasi disertai adanya perasaan tertentu yang berpengaruh dalam penentuan perilaku pemilihan makanan.

**Tabel 6. Distribusi Sampel berdasarkan Sikap**

Sikap Mahasiswa	n	%
Sikap Kurang	67	35,6
Sikap Baik	121	64,4
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 67 mahasiswa (35,6%)sikapnya

kurang baik dan 121 mahasiswa (64,4%) sikapnya baik. Mahasiswa yang paling banyak kategori sikap baik adalah mahasiswa jurusan gizi sebanyak 21 mahasiswa dan mahasiswa yang paling banyak kategori sikap kurang baik adalah mahasiswa keperawatan bandung, keperawatan gigi, dan teknologi laboratorium medik masing-masing sebanyak 10 mahasiswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa sudah baik sikapnya dalam hal pemilihan makanan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad (2016) terdapat 64% remaja yang memiliki perilaku baik terhadap pemilihan makanan. Sikap remaja tentang perilaku makan dapat mempengaruhi remaja dalam memilih berbagai jenis makanan.<sup>11</sup>

**Tabel 7. Distribusi Sampel berdasarkan Uang Saku Rata-Rata Perhari**

Uang Saku Rata-Rata Perhari	n	%
Uang Saku Kecil	107	56,9
Uang Saku Besar	81	43,1
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 107 mahasiswa (56,9%) rata-rata uang sakunya kecil dan 81 mahasiswa (43,1%) uang sakunya besar. Mahasiswa yang paling kecil uang sakunya adalah mahasiswa jurusan gizi sebanyak 20 mahasiswa dan mahasiswa yang paling besar uang sakunya adalah mahasiswa keperawatan gigi sebanyak 14 mahasiswa.

Uang saku diberikan oleh orangtua untuk memenuhi kebutuhan kuliah. Besarnya uang saku berbanding lurus dengan kualitas dan kuantitas makanan yang dibeli.<sup>12</sup> Uang saku terendah yang diberikan oleh orangtua sebesar Rp 10.000 dan uang saku tertinggi yang diberikan oleh orangtua sebesar Rp

60.000, dengan rata-rata uang saku dari 188 sampel sebesar Rp 28.377. Uang saku dikatakan besar jika  $\geq$  Rp 28.377 dan dikatakan kecil jika  $\leq$  Rp 28.377.

**Tabel 8. Distribusi Sampel berdasarkan Uang Saku untuk Membeli Makanan/Minuman**

Uang Saku Rata-Rata untuk Membeli Makanan <i>Online</i>	n	%
Uang Saku Kecil	101	53,7
Uang Saku Besar	87	46,3
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 101 mahasiswa (53,7%) rata-rata uang saku untuk membeli makanan termasuk kategori kecil dan 87 mahasiswa (46,3%) uang saku untuk membeli makanan kategori besar. Mahasiswa yang paling kecil uang sakunya adalah mahasiswa jurusan kebidanan sebanyak 21 mahasiswa dan mahasiswa yang paling besar uang sakunya adalah mahasiswa gizi dan keperawatan gigi sebanyak 27 mahasiswa.

Uang saku terendah yang digunakan untuk membeli makanan/minuman sebesar Rp 15.000, uang saku tertinggi yang diberikan oleh orangtua sebesar Rp 60.000, dan rata-rata uang saku dari 188 sampel sebesar Rp 24.361. Uang saku dikatakan besar jika  $\geq$  Rp 24.361 dan dikatakan kecil jika  $\leq$  Rp 24.361. Mahasiswa dapat dikatakan mampu membeli makanan/minuman yang ditawarkan pada aplikasi makanan online karena uang saku rata-rata yang digunakan untuk membeli makanan/minuman *online* lebih kecil daripada uang saku rata-rata perhari yang diperoleh mahasiswa. Jika dilihat dari makanan/minuman *online* yang sering direkomendasikan dan sering dibeli oleh remaja harganya berkisar sekitar Rp 20.000 hingga 30.000.

**Tabel 9. Distribusi Sampel berdasarkan Pengaruh Media**

Pengaruh Media	n	%
Terpengaruh	187	99,5
Tidak Terpengaruh	1	0,5
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 187 mahasiswa (99,5%) yang membeli makanan melalui aplikasi *online* terpengaruh media dan 1 mahasiswa (0,5%) tidak terpengaruh oleh media. Mahasiswa yang paling banyak terpengaruh oleh media adalah mahasiswa jurusan keperawatan gigi sebanyak 27 mahasiswa dan mahasiswa yang paling banyak tidak terpengaruh oleh media adalah mahasiswa jurusan gizi sebanyak 1 mahasiswa. Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa terpengaruh oleh media ketika membeli makanan/minuman melalui aplikasi *online*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2013) bahwa sebanyak 66% siswa terpengaruh oleh media massa/iklan dalam hal pemilihan makanan. Adanya iklan produk makanan cepat saji atau gaya hidup terkini yang ada di media dapat meningkatkan pola konsumsi atau bahkan gaya hidup remaja pada umumnya.<sup>13</sup>

**Tabel 10. Distribusi Sampel berdasarkan Pengaruh Teman Sebaya**

Pengaruh Teman Sebaya	n	%
Terpengaruh	184	97,9
Tidak Terpengaruh	4	2,1
Total	188	100

Dari tabel diatas,dapat diketahui bahwa 184 mahasiswa (97,9%) yang membeli makanan melalui aplikasi *online* terpengaruh oleh teman sebaya

dan 4 mahasiswa (2,1%) tidak terpengaruh oleh teman sebaya. Mahasiswa yang paling banyak terpengaruh oleh teman sebaya adalah mahasiswa jurusan keperawatan gigi dan gizi sebanyak 27 mahasiswa dan mahasiswa yang paling banyak tidak terpengaruh oleh teman sebaya adalah mahasiswa jurusan farmasi sebanyak 2 mahasiswa. Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa terpengaruh oleh teman sebayanya ketika membeli makanan/minuman melalui aplikasi online.

Anak remaja lebih sering berada diluar rumah bersama dengan teman – teman sebayanya. Jadi dapat diketahui bahwa pembicaraan, minat, sikap, penampilan, dan perilaku teman sebaya lebih berpengaruh daripada keluarga (Depkes,2010). Hubungan antara teman sebaya tentunya menimbulkan berbagai kesamaan karakteristik. Oleh karenanya, mereka cenderung bertingkah laku seperti tingkah laku kelompok teman sebayanya.<sup>14</sup>

**Tabel 11. Distribusi Sampel berdasarkan Alasan Membeli Makanan/Minuman melalui Aplikasi Online**

Alasan Membeli Makanan/Minuman melalui Aplikasi Online	n	%
Ajakan teman	19	10,1
Harga murah	9	4,8
Kesukaan	33	17,6
Malas keluar rumah	14	7,4
Mengehemat waktu	6	3,2
Sedang ingin membeli	10	5,3
Sedang promo	85	45,2
Sedang trend	5	2,7
Tidak ada kendaraan	3	1,6
Tidak ada makanan di rumah	4	2,1
Total	188	100

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa alasan paling banyak membeli makanan/minuman melalui aplikasi online adalah karena sedang promo sebanyak 85 mahasiswa(45,2%). Alasan lain adalah kesukaan sebanyak 33 mahasiswa (17,6%), ajakan teman sebanyak 19 mahasiswa (10,1%), malas keluar rumah sebanyak 14 mahasiswa (7,4%), sedang ingin membeli 10 mahasiswa (5,3%), harga murah sebanyak 9 mahasiswa (4,8%), menghemat waktu sebanyak 6 mahasiswa (3,2%), sedang trend sebanyak 5 mahasiswa (2,7%), tidak ada makanan dirumah sebanyak 4 mahasiswa (2,1%), dan tidak ada kendaraan sebanyak 3 mahasiswa (1,6%). Dari pengisian kuisisioner yang diperoleh, nilai gizi tidak diperhatikan oleh mahasiswa dalam pemilihan makanan/minuman karena tidak ada mahasiswa yang menuliskan alasan membeli makanan/minuman karena faktor nilai gizinya yang diperhatikan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa melakukan pemesanan makanan melalui aplikasi online karena alasan adanya promo yang ditawarkan. Promo tersebut dapat menarik minat konsumen untuk melakukan pembelian. Promo merupakan salah satu hal yang dipertimbangkan dalam pemilihan makanan, proses pembelian akan terasa lebih ekonomis. Hal tersebut sejalan dengan survei yang telah dilakukan oleh Dailysocial.id tentang kegiatan belanja online selama pandemi di tahun 2020 sangat meningkat sebesar 74% dan semakin banyak pengguna maka semakin banyak promo yang ditawarkan untuk menarik perhatian konsumen.



**Tabel 12. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Jenis Kelamin**

Jenis kelamin	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Laki-laki	19	54	16	45,7	35	100
Perempuan	82	53,6	71	46,4	153	100
Total	101	53,7	87	46,3	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak dijumpai pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan (46,4%) dibandingkan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yaitu (45,7%). Sedangkan untuk kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa berjenis kelamin laki-laki yaitu (54,3%) dibandingkan mahasiswa berjenis kelamin perempuan (53,6%)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2019) adanya hubungan perilaku pemilihan makan terhadap siswa-siswi berjenis kelamin perempuan. Responden berjenis kelamin perempuan mendapat pengaruh lebih besar daripada responden berjenis kelamin laki-laki dalam hal pemilihan makanan karena responden berjenis kelamin perempuan lebih tertarik untuk mencoba makanan baru seperti (fast food) yang cepat dalam hal penyajian, praktis, dan pada umumnya memenuhi selera responden.<sup>15</sup>

**Tabel 13. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Pengetahuan**

Pengetahuan	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Pengetahuan Kurang Baik	46	57,5	34	42,5	80	100
Pengetahuan Baik	55	50,9	53	49,1	108	100
Total	101	53,7	87	46,3	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak

dijumpai pada mahasiswa yang pengetahuannya baik (49,1%) dibandingkan mahasiswa yang pengetahuannya kurang baik (42,5%). Sedangkan untuk kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang pengetahuannya kurang baik (57,5%) dibandingkan mahasiswa yang pengetahuannya baik (50,9%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setiawati,2006) bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh individu akan membuat mereka memilih-milih makanan yang akan dikonsumsi, mereka yang berpengetahuan baik akan lebih memilih jenis makanan yang sehat untuk dikonsumsi.

**Tabel 14. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Sikap**

Sikap	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Sikap Kurang Baik	48	71,6	19	28,4	67	100
Sikap Baik	53	43,8	68	56,2	121	100
Total	101	53,7	87	46,3	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang sikapnya baik (56,2%) dibandingkan mahasiswa yang sikapnya kurang baik (28,4%). Sedangkan untuk kategori perilaku mahasiswa yang perilakunya kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang sikapnya kurang baik (71,6%) dibandingkan mahasiswa yang sikapnya baik (43,8%)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad (2016) bahwa ada hubungan antara sikap responden dengan perilaku pemilihan makanan pada remaja.<sup>11</sup> Secara sosio psikologis, sikap menuntun seseorang untuk bertindak dan berpersepsi. Sikap juga relative akan menetap lebih lama daripada emosi dan pikiran (Notoadmodjo, 2010). Sikap selain terbentuk dari pengetahuan yang

dimiliki, juga dipengaruhi oleh kebudayaan dan kebiasaan makan. Suatu kebiasaan makan yang teratur akan membentuk kebiasaan makan yang baik bagi remaja.

**Tabel 15. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Besar Uang Saku Rata-Rata**

Besar Uang Saku	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Uang Saku Kecil	48	44,9	59	55,1	107	100
Uang Saku Besar	53	65,4	28	34,6	81	100
Total	101	53,7	87	46,3	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang uang sakunya kecil (55,1%) dibandingkan mahasiswa yang uang sakunya besar (34,6%). Sedangkan untuk kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang uang sakunya besar (65,4%) dibandingkan mahasiswa yang uang sakunya kecil (44,9%).

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sulistyoningih (2012), tingginya pendapatan yang tidak diimbangi pengetahuan gizi yang cukup, akan menyebabkan seseorang menjadi sangat konsumtif dalam perilaku makannya, sehingga pemilihan makanan lebih didasarkan pada pertimbangan selera dibanding aspek gizi.

**Tabel 16. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Pengaruh Media**

Pengaruh Media	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Terpengaruh	100	53,5	87	46,5	187	100
Tidak Terpengaruh	1	100	0	1	1	100
Total	101	53,7	87	46,4	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang terpengaruh media (46,5%) dibandingkan mahasiswa yang tidak terpengaruh media (1%). Sedangkan untuk kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang tidak terpengaruh media (100%) dibandingkan yang terpengaruh media (53,5%)

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari (2012) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengaruh media massa dan perilaku makan yang kurang baik serta penelitian yang dilakukan oleh Sasmita (2014) bahwa terdapat hubungan antara media sosial dengan kejadian kecenderungan perilaku makan yang kurang baik. Media sosial dan media massa mampu mendukung terjadinya perubahan perilaku pada sekelompok orang maupun populasi. Media teknologi telah menjadi bagian dari kehidupan kelompok remaja untuk membantu salah satu kebutuhan utama dalam hidup yaitu makan.<sup>16</sup>

**Tabel 17. Distribusi Sampel berdasarkan Perilaku dan Pengaruh Teman Sebaya**

Pengaruh Teman Sebaya	Perilaku Mahasiswa				Total	
	Kurang Baik		Baik		n	%
	n	%	n	%		
Terpengaruh	97	52,7	87	47,3	184	100
Tidak Terpengaruh	4	100	0	0,0	4	100
Total	101	53,7	87	46,4	188	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui kategori perilaku baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang terpengaruh teman sebaya (47,3%) dibandingkan mahasiswa yang tidak terpengaruh teman sebaya (0%). Sedangkan untuk kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang tidak terpengaruh teman sebaya (52,7%) dibandingkan yang terpengaruh teman sebaya (100%)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmah,2010), yaitu ada hubungan antara teman sebaya dengan kebiasaan makan dikarenakan teman sebaya merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi. Menurut Khomsan (2010) Aktifitas yang banyak diluar rumah membuat seorang remaja sering dipengaruhi teman sebayanya. Remaja sering mengadopsi preferensi makanan dan membuat pilihan makanan berdasarkan pengaruh teman sebayanya.<sup>17</sup>

## SIMPULAN

Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 188 mahasiswa/i dan sebagian besar sampel berusia 19 tahun yaitu 89 mahasiswa (47,3%), jenis kelamin perempuan yaitu 153 mahasiswa (81,4%), tingkat 2 yaitu 103 mahasiswa (54,8%), dan jurusan gizi dan keperawatan gigi masing-masing berjumlah 27 mahasiswa (14,4%).

Perilaku sampel sebagian besar termasuk kategori kurang baik dalam hal pemilihan makanan yaitu 101 mahasiswa (53,7%) dengan alasan sedang ada promo sehingga memilih pesan melalui makanan online sebanyak 85 mahasiswa (45,2%).

Pengetahuan sampel sebagian besar termasuk kategori baik yaitu 108 mahasiswa (57,4%).

Sikap mahasiswa sebagian besar termasuk kategori baik yaitu 121 mahasiswa (64,4%).

Uang saku sebagian besar sampel termasuk kategori kecil yaitu 107 mahasiswa (56,9%)

Sebagian besar mahasiswa terpengaruh oleh media dalam hal pemilihan makanan melalui aplikasi online yaitu 187 mahasiswa (99,5%).

Sebagian besar mahasiswa terpengaruh oleh teman sebaya dalam hal pemilihan makanan melalui aplikasi online yaitu 184 mahasiswa (97,9%).

Sebagian besar mahasiswa dengan kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang pengetahuannya kurang baik (52,7%).

Sebagian besar mahasiswa dengan kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang sikapnya kurang baik (71,6%).

Sebagian besar mahasiswa dengan kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang uang sakunya besar (65,4%).

Sebagian besar mahasiswa dengan kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang tidak terpengaruh media (100%).

Sebagian besar mahasiswa dengan kategori perilaku kurang baik banyak dijumpai pada mahasiswa yang tidak terpengaruh teman sebaya (66,7%),

## DAFTAR RUJUKAN

1. Digital 2020: Global Digital Overview.  
*Https://WearesocialCom/Blog/2020/01/Digital-2020-3-8-Billion-People-Use-Social-Media*. Published online 2020.
2. Setyowati D. Layanan Pesan-Antar Makanan Jadi Tren, Riset Nielsen: GoFood Pionirnya - Teknologi Katadata.co.id. Published 2019. <https://katadata.co.id/desysetyowati/digital/5e9a4e6d3947a/layanan-pesan-antar-makanan-jadi-tren-riset-nielsen-gofood-pionirnya>
3. Nabila M. Sederet Aplikasi Belanja Online Terpopuler Selama Pandemi | Dailysocial. Published 2020. Accessed October 8, 2020. <https://dailysocial.id/post/sederet-aplikasi-belanja-online-terpopuler-selama-pandemi>
4. Cahya P. Millennials Kecanduan Pesan Antar Makanan, Hemat Waktu atau Malas? Published 2019. <https://www.idntimes.com/food/dining-guide/putriana-cahya/millennials-kecanduan-pesan-antar-makanan-hemat-waktu-atau-malas/2>
5. Kuantitatif PR. Perilaku dan

- Preferensi Konsumen Millennial Indonesia terhadap Aplikasi E-Commerce 2019. [www.alvara-strategic.com](http://www.alvara-strategic.com)
6. Kesehatan Masyarakat J, Nyoman Mestri Agustini N, Luh Kadek Alit Arsani N, et al. REMAJA SEHAT MELALUI PELAYANAN KESEHATAN PEDULI REMAJA DI TINGKAT PUSKESMAS. *KEMAS J Kesehat Masy.* 2013;9(1):66-73. doi:10.15294/kemas.v9i1.2832
  7. Maretha FY, Margawati A, Wijayanti HS, Dieny FF. Hubungan Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online Dengan Frekuensi Makan Dan Kualitas Diet Mahasiswa. *J Nutr Coll.* 2020;9(3):160-168. doi:10.14710/jnc.v9i3.26692
  8. Guthrie J, Derby B, Levy A. What People Do and Do Not Know About Nutrition. *Am Eat Habits Chang Consequences.* 1999;(Agriculture Information Bulletin No. 750 ({AIB}-750)):243-280.
  9. Putri EIG. Gambaran Perilaku Mahasiswa Dalam Memilih Makanan Atau Minuman Melalui Aplikasi Online Pada Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta II. *Skripsi.* 2020;(1):49.
  10. Shekhawat S, P P G, Gupta M, et al. a Study of Nutritional and Health Status of Adolescent Girls (10 - 19 Years) in Jaipur City. *J Evol Med Dent Sci.* 2014;3(16):4299-4309. doi:10.14260/jemds/2014/2435
  11. Febriyanto MAB. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di MI Sulaimaniyah Mojoagung Jombang. 2016;41.
  12. Prasiwi RI. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Di SMPN 115 Jakarta Selatan Tahun 2012. *Fak Kesehat Masyarakat, Progr Stud Gizi Univ Indones.* Published online 2012:1-120.
  13. Lestari A. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 226 Jakarta Selatan Tahun 2012. *Fkik Uin.* Published online 2013:1-140. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25921/1/ayu dwi lestari-fkik.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25921/1/ayu%20dwi%20lestari-fkik.pdf)
  14. Khomsan A. *Pengantar Pangan Dan Gizi.* Penebar Swadaya Medika; 2010.
  15. Rahman N, Dewi NU, Armawaty F. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja SMA Negeri 1 Paru. *Encycl Psychol Relig.* 2016;7:1-2. doi:10.1007/978-3-642-27771-9\_9052-3
  16. Karmila S. Correlation Between Exposures To Food Information on Instagram and Eating Behaviors in Students At University of Sumatera Utara in 2019 Thesis. Published online 2020.
  17. Brown EJ. *Nutrition.* Fayetteville State University; 2011.