

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWA TENTANG *FAST FOOD* TERHADAP MOTIVASI MAHASISWA DALAM MENGONSUMSI MAKANAN *FAST FOOD*

Septika Sari¹, Agrina², Rismadefi Woferst³

Email: sari.septika@yahoo.com
085365068754

Abstract

The aim of this research is to identify the correlation between the level of the students' knowledge about the fast food to the motivation of the students in consuming fast food. The design of this research is cross-sectional design. The numbers of these samples are 68 students who are selected by using total sampling technique. This research uses questionnaire as its measure system which is designed by the researcher itself and has been proven by using validity and reliability tests. The analyses of this research are univariate and biivariate analysis by using Chi Square test. The statistical result shows that $p \text{ value} > \alpha (1,000 > 0,05)$, so that there is no significant correlation between the level of the students' knowledge about fast food to the students' motivation in consuming fast food. From the research finding, it is suggested to the students to have a higher concern and be able to select the groceries whether those good or not for consumption.

Keywords : fast food, the students, motivation, knowledge

PENDAHULUAN

Era globalisasi membawa kehidupan manusia ke dalam gerbang modernisasi yang membawa dampak pada perkembangan zaman dan teknologi yang pesat, sehingga mampu menciptakan kondisi yang konsumeristik dan menghasilkan *trend* atau gaya hidup baru. Perubahan gaya hidup masyarakat inilah yang mendasari perubahan pola makan. Sebagai contoh, gaya hidup masyarakat masa kini adalah senang mengonsumsi makanan yang siap saji atau lebih memilih makanan instan yang biasa dikenal dengan istilah *fast food*. Gaya hidup kota yang serba praktis memungkinkan masyarakat modern sulit untuk menghindari dari *fast food* (Adriani, 2012).

Perubahan pola hidup mengubah pola makan anak dan remaja Indonesia. Pada masa sekarang ini, anak dan remaja lebih menyukai berbagai *fast food* atau *western fast food*. Makanan *western fast food* memiliki daya pikat, terjangkau, cepat dalam

penyajian, praktis, serta umumnya memenuhi selera. Namun, *western fast food* merupakan makanan tinggi kalori, lemak, gula dan sodium (Na), dan rendah serat, vitamin A, asam askorbat, kalsium, dan folat. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini apabila dikonsumsi berlebihan akan menimbulkan masalah gizi, dan merupakan faktor resiko berat badan lebih atau obesitas serta penyakit degeneratif seperti diabetes (kencing manis), hipertensi (tekanan darah tinggi), jantung, penyakit kantong empedu, beberapa jenis kanker, gangguan fungsi pernapasan dan berbagai gangguan kulit. Makanan tersebut umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi dan memberikan berbagai zat aditif untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa bagi produk tersebut. *Fast food* biasanya berupa lauk pauk dalam kemasan, mie instan, *nugget*, *fried chicken*, *hamburger*, *pizza* atau juga *corn flakes*

sebagai makanan untuk sarapan. Mudah-mudahan memperoleh *fast food* di pasaran memang memudahkan tersedianya variasi pangan sesuai selera dan daya beli. Selain itu, pengolahan dan penyiapannya lebih mudah dan cepat, cocok bagi mereka yang selalu sibuk (Devi, 2012).

Selain pada remaja dan mahasiswa, wanita sebagai ibu rumah tangga dan sebagian lain berprofesi bekerja di luar rumah, karena keterbatasan waktu dan kesibukan, serta sulitnya mencari pramuwisma menyebabkan *fast food* menjadi menu utama sehari-hari di rumah. Ritme kehidupan yang menuntut segala sesuatu serba cepat, waktu terbatas, anak harus pergi sekolah sementara ibu dan bapak harus segera berangkat kerja, sebagai jalan pintas untuk sarapan disediakanlah *fast food* yang memakan waktu penyiapan 3 sampai 5 menit. Siang hari pulang sekolah ibu dan bapak masih bekerja di kantor, anak-anak kembali menikmati *fast food* ini. Selain mudah disajikan makanan ini umumnya mempunyai cita rasa yang gurih dan umumnya disukai, terutama oleh anak-anak usia sekolah. Masalah lain yang jadi fenomena di masyarakat adalah tersedianya berbagai jajanan yang dikemas dapat dipastikan “kaya” zat aditif (Republika, 2003).

Almatsier (2011) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku memilih makanan, yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan tentang *fast food*, baik yang menyangkut apa itu *fast food*, jenis-jenis *fast food*, maupun akibatnya jika mengonsumsi *fast food* perlu diketahui banyak orang khususnya bagi remaja dan mahasiswa guna menghambat peningkatan angka kejadian penyakit jika mengonsumsi *fast food*. Selain itu pengetahuan tentang pola makan juga harus mendapatkan perhatian yang serius, karena jika dilihat sepertinya ada keterkaitan yang erat antara pengetahuan terhadap pola makan dan keinginan dengan terjadinya kebiasaan

mengonsumsi *fast food*. Masalah yang sering timbul adalah perubahan gaya hidup pada remaja memiliki pengaruh signifikan terhadap kebiasaan makan remaja, dimana remaja mulai berinteraksi dengan lebih banyak pengaruh lingkungan dan mengalami pembentukan perilaku, yang menjadikan remaja lebih aktif, lebih banyak makan di luar rumah, dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan yang akan dimakannya, remaja juga lebih sering termotivasi mencoba-coba makanan baru, salah satunya adalah *fast food*. Motivasi adalah kondisi internal yang membangkitkan seseorang untuk bertindak, mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu dan membuat kita tetap tertarik dalam kegiatan tertentu (Ferry & Nursalam, 2009). Motivasi dapat diperoleh dari diri sendiri (intrinsik) dan dari lingkungan (ekstrinsik). Dengan adanya motivasi tersebut membuat remaja memilih *fast food* yang mudah dan praktis dalam penyajian, khususnya bagi remaja yang sibuk dan tidak sempat memasak sendiri seperti mahasiswa.

Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat Indonesia dan khususnya sebagai generasi penerus bangsa diharapkan memiliki perilaku hidup sehat. Aktivitas yang padat serta kehidupan sosial mahasiswa sangat mempengaruhi perilaku hidup sehatnya khususnya pola makannya sehari-hari seperti makan yang tidak teratur, tidak sarapan pagi, atau bahkan tidak makan siang, serta sering mengonsumsi jajanan. Mahasiswa sebagai generasi muda dan merupakan aset SDM unggul di masa yang akan datang memerlukan perhatian khusus dalam mengonsumsi makanannya.

Penelitian Wijaya (2005) menunjukkan bahwa dari 177 mahasiswa di Surabaya 98,3% menyatakan pernah makan di restoran *fast food* dengan frekuensi kunjungan 2-5 kali dalam satu bulan. Di Kotamadia Bogor 83,3% remaja lebih memilih *fast food* modern dibandingkan *fast food* tradisional dan 25,1% mengonsumsi *fast food* 3 kali dalam seminggu. Penelitian Susanti (2008) dengan judul “Beberapa faktor yang berhubungan dengan kebiasaan

konsumsi makanan cepat saji (*fast food*)” mengatakan sebanyak 66,7% remaja terbiasa membeli *fast food* lebih dari tiga kali dalam seminggu dan makanan tradisional satu kali dalam seminggu. Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap terhadap *fast food* dengan kebiasaan konsumsi *fast food*.

Penelitian lain dilakukan Nurtini (2010) dengan judul “Hubungan pengetahuan tentang konsumsi makan dengan pola konsumsi *fast food*” menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel penelitian, dapat dilihat dari pengetahuan konsumsi makanan siswa dalam kategori baik sebesar 78,4%. Sebagian besar siswa (72,5%) menyatakan tidak setuju terhadap *fast food* dan sebagian besar siswa (84,3%) memilih makanan jenis tidak lengkap.

Di Amerika sebanyak 55% orang mengonsumsi aneka cemilan *fast food* dan sebanyak 25% warga AS makan di resto cepat saji setiap hari. Sebuah survei juga menunjukkan bahwa 96% anak sekolah AS mengenal dan mengonsumsi *fast food* (Marlen, 2011).

Robert dan Williams dalam Sari (2008), mengatakan kebiasaan makan dan pilihan makanan dikalangan remaja ternyata lebih kompleks dan di pengaruhi oleh banyak faktor seperti fisik, sosial, lingkungan budaya, pengaruh lingkungan sekitar (teman, keluarga dan media) serta psikososial. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh "Health Education Authority", usia 15-34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih menu *fast food*. Walaupun di Indonesia belum ada data pasti, keadaan tersebut dapat dipakai sebagai cermin dalam tatanan masyarakat kita, bahwa rentang usia tersebut adalah pekerja muda, golongan pelajar dan mahasiswa di perguruan tinggi.

Universitas Riau adalah sebuah universitas negeri yang ada di kota Pekanbaru dan merupakan salah satu universitas negeri di Riau. Sebagian besar mahasiswanya adalah anak perantauan yang bertempat tinggal di sekitar kampus tersebut.

Makanan yang dikonsumsi mahasiswa selain dengan masak sendiri adalah rantangan dan membeli di warung dengan harga yang relatif terjangkau. Kampus Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau sendiri terletak di tengah kota sehingga akses untuk mendapatkan *fast food* lebih mudah.

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa PSIK UR A 2009 sebanyak 20 informan yang diambil secara acak pada 6 Oktober 2012, didapatkan data dari hasil wawancara bahwa semua informan (100%) mengetahui apa itu *fast food*, jenis-jenis *fast food*, dan (95%) informan mengetahui dampak negatif *fast food* bagi kesehatan. Informan juga tetap terdorong dan tertarik untuk mengonsumsi *fast food* meskipun informan tahu akan dampak negatifnya bagi kesehatan tubuh. Ini dibuktikan sebanyak 13 informan (65%) tetap ingin mengonsumsi *fast food* sedangkan sebanyak 7 informan (35%) tidak ingin mengonsumsi *fast food*. Jenis makanan *fast food* yang paling banyak dan sering informan konsumsi adalah mie instan kemudian fried chicken. Dari hasil observasi, penulis melihat secara langsung ketika berada di kost beberapa informan dan saat berbelanja, informan tetap mengonsumsi *fast food* dalam kehidupannya sehari-hari.

Hasil data tersebut menunjukkan suatu fenomena bahwa mahasiswa yang mengerti dan mengetahui betul tentang seluk beluk *fast food* masih memiliki keinginan yang besar dalam mengonsumsi *fast food* meskipun mahasiswa tahu dampak negatif jika mengonsumsi *fast food* tersebut. Dan hal yang paling penting bahwa semua informan adalah mahasiswa keperawatan yang tahu tentang arti dan pentingnya kesehatan tetapi dalam kenyataannya mahasiswa tetap saja mengonsumsi *fast food* tersebut. Seharusnya seseorang yang memiliki ilmu pengetahuan yang tinggi dan mengetahui dampak buruk yang akan terjadi dapat menghindari dirinya dari bahaya tersebut, tapi fenomena yang terjadi mahasiswa yang mempunyai pengetahuan yang tinggi tentang kesehatan, masih tetap mengonsumsi *fast food*,

walaupun berdampak negatif terhadap dirinya.

Berdasarkan studi pendahuluan dan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 20 orang mahasiswa didapatkan data bahwa masih meningkatnya mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* walaupun sudah mengetahui dampaknya bagi kesehatan sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan tingkat pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi makanan *fast food*”.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan tingkat pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi makanan *fast food*.

METODE

Desain Penelitian : Desain penelitian merupakan bentuk rancangan yang umumnya digunakan dalam melakukan prosedur penelitian (Hidayat, 2007). Pada penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian deskriptif korelasi adalah suatu penelitian yang menelaah hubungan antara 2 variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek (Notoatmodjo, 2005).

Sampel : Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik pengambilan *total sampling*, dimana sampel merupakan seluruh populasi yang akan diteliti (Hidayat, 2007). Jumlah seluruh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) Universitas Riau Program A 2010 adalah 68 orang dengan kriteria inklusi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) Universitas Riau Program A 2010, mahasiswa yang berperan aktif dalam perkuliahan, dan bersedia menjadi responden.

Instrumen : Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner yang dirancang sendiri oleh peneliti. Kuesioner merupakan alat ukur

berupa angket atau kuesioner dengan beberapa pertanyaan (Hidayat, 2007).

Sebelum kuesioner disebar, peneliti melakukan uji instrumen untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat pengumpul data. Menurut Dharma (2011), uji instrumen dilakukan pada responden yang tidak terlibat dalam penelitian tetapi memiliki karakteristik yang sama dengan responden yang akan terlibat dalam penelitian. Uji validitas dan reliabilitas ini akan diujikan kepada 20 orang responden yang berbeda dengan responden penelitian (Notoatmodjo, 2005a).

Uji instrumen ini dilakukan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau kepada mahasiswa program A 2009 karena karakteristik respondennya sama dengan sampel penelitian. Uji kuesioner penelitian dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor total dan skor butir dari setiap pertanyaan. Pertanyaan valid jika skor variabel berkorelasi secara signifikan dengan skor totalnya. Menurut Nunnally (1994), nilai korelasi antara skor item dan skor total (item total correlation) yang baik adalah lebih dari atau sama dengan 0.3. Berdasarkan pendapat ini maka item yang akan dipakai dalam instrumen ini adalah yang memiliki $r > 0.3$ (Dharma, 2011).

Berdasarkan hasil pengolahan data kuesioner, didapatkan r tabel 0,444 karena menggunakan 20 orang responden saat uji validitas. Kuesioner untuk menggambarkan pengetahuan terdiri dari 15 pertanyaan menghasilkan 7 pertanyaan yang valid. Kuesioner untuk variabel motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food* terdiri dari 15 pernyataan dan diperoleh 6 pernyataan yang valid.

Uji reliabilitas dilakukan untuk membandingkan α dengan r tabel, dengan melihat nilai α *cronbach's*. Jika didapatkan $\alpha > r$ tabel maka pertanyaan tersebut reliabel (Notoatmodjo, 2005). Uji reliabilitas dengan 20 orang responden juga didapat nilai r tabelnya 0,444, sehingga kuesioner untuk variabel pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* (0.673), sehingga 7

pertanyaan tersebut reliabel. Kuesioner untuk motivasi dalam mengonsumsi *fast food* diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* (0.734), sehingga 6 pernyataan tersebut reliabel. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, maka kuesioner yang digunakan untuk variabel pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terdiri dari 7 pertanyaan dan variabel motivasi dalam mengonsumsi *fast food* terdiri dari 6 pernyataan.

Prosedur : Tahapan awal peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian ke PSIK Universitas Riau, selanjutnya peneliti mencari responden yang sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti dan melakukan penelitian.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1

Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n = 68)

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1.	Laki-laki	10	14.7
2.	Perempuan	58	85.3
	Total	68	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 68 responden yang diteliti, distribusi responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas adalah perempuan dengan jumlah 58 orang responden (85.3%) dan laki-laki dengan jumlah 10 orang responden (14.7%).

Tabel 2

Distribusi Responden Menurut Umur (n= 68)

No.	Umur	Jumlah	Persentase (%)
1.	19	1	1.5
2.	20	32	47.1
3.	21	33	48.5
4.	22	2	2.9
	Total	68	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 68 orang responden yang diteliti, distribusi responden menurut umur yang terbanyak adalah 21 tahun dengan jumlah 33 orang responden (48.5%), 20 tahun dengan jumlah 32 orang responden (47.1%), 22 tahun dengan jumlah 2 orang responden (2.9%), dan 19 tahun dengan jumlah 1 orang responden (1.5%).

Tabel 3

Distribusi Pengetahuan Responden Tentang Fast food (n = 68)

No.	Pengetahuan Responden Tentang <i>Fast food</i>	Jumlah	Persentase (%)
1.	Tinggi	36	52.9
2.	Rendah	32	47.1
	Total	68	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 68 orang responden yang diteliti, mayoritas responden berpengetahuan tinggi dengan jumlah 36 orang responden (52.9%), dan berpengetahuan rendah dengan jumlah 32 orang responden (47.1%).

Tabel 4

Distribusi Motivasi Responden dalam Mengonsumsi Fast food (n = 68)

No.	Motivasi Responden dalam Mengonsumsi <i>Fast food</i>	Jumlah	Persentase (%)
1.	Tinggi	40	58.8
2.	Rendah	28	41.2
	Total	68	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 68 orang responden yang diteliti, mayoritas responden memiliki motivasi yang tinggi dalam mengonsumsi *fast food* dengan jumlah 40 orang responden (58.8%), dan motivasi rendah dengan jumlah 28 orang responden (41.2%).

Analisa Bivariat

Tabel 5

Hubungan Pengetahuan Mahasiswa Tentang Fast food Terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Mengonsumsi Fast food (n = 68)

Variabel	Motivasi		Total	OR (95% CI)	P
	Tinggi (%)	Rendah (%)			
Pengetahuan Tinggi	21 (58.3)	15 (41.7)	36 (100.0%)	0.958 (0.364; 2.521)	1.000
Rendah	19 (59.4)	13 (40.6)	32 (100.0%)		
Total	40 (58.8)	28 (41.2)	68 (100.0%)		

Tabel 5 menggambarkan hubungan pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food* di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. Hasil analisa didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan tinggi tentang *fast food* berjumlah 36 responden (52.9%) dengan 21 responden (58.3%) memiliki motivasi tinggi dan 15 responden (41.7%) memiliki motivasi rendah dalam mengonsumsi *fast food* sedangkan responden yang mempunyai pengetahuan rendah tentang *fast food* sebanyak 32 responden (47.1%) terdiri dari 19 responden (59.4%) memiliki motivasi tinggi dan 13 responden (40.6%) memiliki motivasi rendah dalam mengonsumsi *fast food*.

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-square didapatkan $p \text{ value} = 1.000 > \alpha (0.05)$, berarti H_0 gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food*.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau pada mahasiswa program A 2010 didapatkan hasil

bahwa proporsi perempuan lebih banyak daripada laki-laki yaitu berjumlah 58 orang responden (85.3%).

Berdasarkan kenyataan yang ditemukan dilapangan bahwa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau memiliki mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan yaitu lebih dari 50%. Dengan banyaknya mahasiswa berjenis kelamin perempuan tersebut memberi peluang besarnya jumlah responden perempuan. Selain itu, karena kesibukan dan aktivitas yang padat membuat makanan cepat saji menjadi pilihan responden.

Gaya hidup remaja putri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebiasaan makan remaja tersebut. Remaja perempuan menjadi lebih aktif, lebih banyak makan di luar rumah, dan mendapat banyak pengaruh dalam pemilihan makanan yang akan dimakannya, remaja putri juga lebih sering mencoba-coba makanan baru (Suhardjo, 1989 dalam Adriani, 2012).

b. Umur

Berdasarkan umur responden, dalam penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kelompok usia 21 tahun dengan jumlah 33 orang responden (48.5%). Bertambahnya umur seseorang akan menyebabkan terjadinya perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental). Ada empat perubahan fisik yang terjadi, yaitu perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru (Iqbal, Chayatin, Rozikin & Supradi, 2007).

Notoatmodjo (2002), menjelaskan bahwa usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia dewasa beberapa kemampuan intelektual mengalami kemunduran sementara beberapa lainnya meningkat. Kecerdasan kristal (*crystallized intelligence*) adalah kumpulan informasi dan juga kemampuan verbal seseorang meningkat pada usia dewasa, sebaliknya kecerdasan cair (*fluid intelligence*) yaitu

kemampuan seseorang untuk bernalar secara abstrak mulai mengalami penurunan.

c. Pengetahuan Mahasiswa Tentang *Fast food*

Berdasarkan pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap 68 orang responden yang diteliti diperoleh mayoritas responden berpengetahuan tinggi dengan jumlah 36 orang responden (52.9%).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui mata dan telinga (Fitriani, 2011). Menurut Iqbal, Chayatin, Rozikin dan Supradi (2007) makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi dan makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya.

Faktor umur, minat dan pengalaman dapat mempengaruhi pengetahuan individu, bertambahnya umur seseorang menyebabkan terjadinya perubahan pada aspek fisik dan psikologis. Minat yang merupakan kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam. Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman diri sendiri maupun orang lain. Pengalaman yang diperoleh digunakan dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi, apabila berhasil maka orang akan menggunakan cara tersebut dan bila gagal tidak akan mengulangi cara itu (Iqbal, Chayatin, Rozikin & Supradi, 2007).

Notoatmodjo (2007), informasi memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tapi jika mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media misalnya TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Kemudahan untuk memperoleh suatu

informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

d. Motivasi Responden dalam Mengonsumsi *Fast food*

Berdasarkan motivasi responden dalam mengonsumsi *fast food* terhadap 68 orang responden yang diteliti, mayoritas responden memiliki motivasi yang tinggi dalam mengonsumsi *fast food* dengan jumlah 40 orang responden (58.8%). Pengetahuan yang baik belum tentu membuat responden tidak menyukai *fast food* sehingga responden banyak yang lebih termotivasi memilih makanan cepat saji (*fast food*) tersebut.

Motivasi adalah segala sesuatu yang menjadi pendorong tingkah laku yang menuntut atau mendorong orang untuk memenuhi suatu kebutuhan. Kekurangan dalam kebutuhan merangsang manusia untuk mencari dan mencapai tujuan untuk memenuhi kebutuhan mereka. Motivasi seseorang dapat timbul dan tumbuh berkembang melalui dirinya sendiri (intrinsik) dan dari lingkungan (ekstrinsik). Motivasi intrinsik bermakna sebagai keinginan dari diri sendiri untuk bertindak tanpa adanya rangsangan dari luar (Elliot, 2000 dalam Efendi & Nursalam, 2009). Motivasi ekstrinsik dijabarkan sebagai motivasi yang datang dari luar individu dan tidak dapat dikendalikan oleh individu tersebut (Sue Howard, 1999 dalam Efendi & Nursalam, 2009).

Motivasi remaja dalam mengonsumsi *fast food* berbeda-beda. Motivasi tersebut terbagi menjadi empat, yaitu karena meniru orang lain, pergaulan, ajakan teman, dan kesenangan. Selain itu terdapat faktor lain yaitu adanya media seperti iklan. Iklan dapat mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji bagi remaja. Semakin banyak iklan yang dilihat remaja di televisi dapat mempengaruhi peningkatan pembelian makanan cepat saji. Hal ini karena menonton televisi dianggap memberikan kontribusi asupan makanan tinggi lemak dan rendah zat gizi (Imtihani, 2013).

2. Hubungan Pengetahuan Mahasiswa Tentang *Fast food* Terhadap Motivasi Mahasiswa dalam Mengonsumsi *Fast food*

Hasil uji statistik Chi-square didapatkan p value = 1.000 yang berarti p value $> \alpha$ (0.05), artinya H_0 gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food*. Hal ini disebabkan karena adanya faktor internal dan eksternal yang terjadi pada responden yaitu karena faktor meniru orang lain, pergaulan, ajakan teman, dan kesenangan. Selain itu terdapat faktor lain yaitu adanya media seperti iklan. Iklan dapat mempengaruhi konsumsi makanan cepat saji bagi remaja. Semakin banyak iklan yang dilihat remaja di televisi dapat mempengaruhi peningkatan pembelian makanan cepat saji (Imtihani, 2013). Hasil analisis lanjut menunjukkan peluang mahasiswa yang memiliki pengetahuan rendah tentang *fast food* beresiko sebanyak 0.958 kali memiliki motivasi tinggi dalam mengonsumsi *fast food* daripada mahasiswa yang memiliki pengetahuan yang tinggi tentang *fast food* (OR: 0.958; CI 0.364;2.521).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suherman (2004 dalam Yusnita, 2007) yang menyatakan tidak ada hubungan yang nyata pada analisa statistik antara tingkat pengetahuan keluarga terhadap pentingnya membatasi mengonsumsi makanan instan.

Notoatmodjo (2002), mengatakan dengan adanya pengetahuan manusia dapat menjawab permasalahan dan memecahkan masalah yang dihadapi. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik dan tinggi, maka ia akan mampu untuk berfikir lebih kritis dalam memahami segala sesuatu.

Hasil penelitian lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh Yusnita (2007) yang menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan keluarga tentang bahaya zat aditif makanan

dengan perilaku mengonsumsi makanan instan.

Seseorang yang berpengetahuan baik tidak menjamin akan mempunyai sikap dan perilaku yang positif. Karena seseorang dalam menentukan sikap dan perilaku yang utuh selain ditentukan oleh pengetahuan, juga dipengaruhi oleh pikiran, keyakinan dan emosi yang memegang peranan penting (Notoatmodjo, 2010). Individu yang bersangkutan harus mampu menyerap, mengolah dan memahami informasi yang diterima sebagai stimulus. Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi adalah pengetahuan gizi yang rendah dan kebiasaan makan yang salah. Pengetahuan dan praktik gizi yang rendah antara lain seperti perilaku menyimpang dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi (Imtihani, 2013).

Hasil penelitian ini terjadi karena penyebab tingginya frekuensi konsumsi makanan cepat saji tiap orang berbeda-beda. Pengetahuan gizi yang tinggi belum dapat dijadikan ukuran kesadaran seseorang mengikuti pola makan sehat dan gizi seimbang termasuk keputusan untuk mengonsumsi makanan cepat saji. Selain itu responden sudah dapat memutuskan sendiri makanan apa yang ingin responden makan tanpa harus tergantung atau mengikuti pendapat orang lain termasuk pendapat teman sebaya. Keputusan mengonsumsi suatu makanan biasanya dipengaruhi faktor kesukaan dan besarnya uang saku (Adriani, 2012).

Hal inilah yang menyebabkan terjadinya suatu fenomena dimana responden memiliki pengetahuan yang tinggi dan tetap termotivasi juga untuk mengonsumsi *fast food*, meskipun responden tersebut adalah mahasiswa keperawatan yang mengetahui tentang kesehatan. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut bisa terjadi seperti yang telah peneliti jelaskan diatas. Selain itu dengan meningkatnya aktivitas, kehidupan sosial, dan kesibukan mahasiswa sendiri sehingga semuanya ingin serba cepat, dan

serba praktis. Inilah yang akan mempengaruhi kebiasaan makan dan akhirnya terdorong untuk lebih memilih makanan *fast food* tanpa memikirkan dampak negatifnya bagi kesehatan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang hubungan pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food* kepada 68 orang mahasiswa yang ada di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 58 orang responden (85.3%) dengan mayoritas responden berada pada usia 21 tahun dengan jumlah 33 orang responden (48.5%). Responden yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 36 orang (52.9%) dan yang memiliki motivasi tinggi dalam mengonsumsi *fast food* sebanyak 40 orang (58.8%).

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-square didapatkan p value = 1.000 yang berarti p value > α (0.05), artinya H_0 gagal ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan mahasiswa tentang *fast food* terhadap motivasi mahasiswa dalam mengonsumsi *fast food*. Hasil analisis lanjut menunjukkan peluang mahasiswa yang memiliki pengetahuan rendah tentang *fast food* beresiko sebanyak 0.958 kali memiliki motivasi tinggi dalam mengonsumsi *fast food* daripada mahasiswa yang memiliki pengetahuan yang tinggi tentang *fast food* (OR: 0.958; CI 0.364;2.521).

SARAN

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan kepada mahasiswa agar lebih mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dalam kehidupan sehari-hari termasuk terhadap gaya hidup dan kebiasaan pola makan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data *evidence-based* atau informasi

dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat agar dapat lebih bijak untuk mengonsumsi makanan dan mengurangi frekuensi konsumsi makanan cepat saji.

4. Peneliti lain

Bagi peneliti selanjutnya, dapat menggunakan teknik pengumpulan data yang lebih baik, jumlah sampel yang lebih banyak serta tidak hanya menghubungkan faktor pengetahuan dan motivasi saja tetapi bisa menghubungkan dengan faktor yang lainnya seperti jenis kelamin, sikap dan perilaku, frekuensi mengonsumsi, faktor ekstrinsik, media, dan lainnya.

1. Septika Sari, S.Kep

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

2. Ns. Agrina, M.Kep., Sp.Kom

Dosen Departemen Jiwa Komunitas Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

3. Rismadefi Woferst, M.Biomed

Dosen Departemen Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan, edisi 1*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekatri, M. (2011). *Gizi seimbang dalam daur kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Darma, K. (2011). *Metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta: Trans Infomedia.

Devi, N. (2012). *Gizi anak sekolah*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.

- Efendi, F & Nursalam. (2009). *Pendidikan dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fitriani, S. (2011). *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hidayat, AA. (2007). *Metode penelitian kebidanan & teknik analisis data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Imtihani, T. (2013). Hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada remaja putri. *Journal of Nutrition College*, 2, 346-359. Diperoleh tanggal 20 Juni 2013 dari <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>.
- Iqbal, Chayatin, Rozikin, & Supradi. (2007). *Promosi kesehatan: sebuah pengantar promosi belajar mengajar dalam pendidikan*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Marlen. (26 Desember 2011). Kiat makan sehat di toko siap saji. *Tribunnews*. Diperoleh tanggal 25 Oktober 2012 dari <http://pontianak.tribunnews.com/>
- Notoatmodjo, S. (2002). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi kesehatan & ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi kesehatan teori dan aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurtini. (2010). *Hubungan pengetahuan tentang konsumsi makanan dengan pola konsumsi makanan cepat saji*. Diperoleh tanggal 20 Oktober 2012 dari <http://digilib.unimus.ac.id/>
- Republika. (2003). Fenomena makanan siap saji dan dampaknya terhadap kesehatan konsumen. *Republika Indonesia*. Diperoleh tanggal 10 Oktober 2012 dari <http://www.eurekaindonesia.org/>
- Sari, RW. (2008). *Bahaya makanan cepat saji dan gaya hidup sehat: dangerous junk food*. Yogyakarta: O2.
- Susanti, E. (2008). *Beberapa faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (fast food)*. Diperoleh tanggal 25 Oktober 2012 dari <http://digilib.unej.ac.id/>
- Yusnita, T. (2007). *Hubungan tingkat pengetahuan keluarga tentang bahaya zat aditif makanan dengan perilaku keluarga mengkonsumsi makanan instan di kelurahan lembah sari kecamatan rumbai pesisir*. Pekanbaru: Naskah asli tidak dipublikasikan.