

Ringkasan

Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Peminatan Epidemiologi

Nitra Amanda
14120210062

“Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Konsumsi *Fast Food* Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia”

xviii+ 137 Halaman + 16 Tabel + 9 Lampiran

Komponen utama kehidupan manusia adalah kesehatan. Pemenuhan gizi yang seimbang melalui asupan makanan yang baik adalah kunci untuk mencapai kesehatan yang optimal. Fenomena konsumsi makanan tidak sehat, khususnya fast food, mencerminkan perubahan pola makan yang mengkhawatirkan. Kehidupan saat ini yang serba cepat membutuhkan sesuatu yang praktis, seperti makan makanan cepat saji (*fast food*). Hal ini telah menjadi fenomena Global, dimana banyak orang lebih mengutamakan kecepatan dan kenyamanan daripada nilai gizi. Observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk mengetahui gambaran awal pola konsumsi makanan cepat saji pada mahasiswa FKM UMI kepada 15 orang mahasiswa dengan metode wawancara sebagai gambaran awal pola konsumsi fast food. Hasil yang didapatkan adalah 12 dari 15 responden mengaku sering mengonsumsi fast food dalam seminggu terakhir yang berkisar sekitar 3-7 kali. Selain itu, responden juga mengaku bahwa mereka mengalami masalah pencernaan dan masalah pada kulit wajah akibat sering mengonsumsi makanan *fast food* tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai faktor yang memiliki hubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 253 responden dari total 692 mahasiswa. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling*.

Hasil uji *chi-square* didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pola konsumsi fast food, ditunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Serta, terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya ($p = 0,001 < 0,05$), pengaruh media sosial ($p = 0,002 < 0,05$), kemudahan akses ($p = 0,001 < 0,05$) dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Selain itu, didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan dengan pola konsumsi *fast food* pada

mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia ($p = 0,396 < 0,05$).

Kesimpulan yang diperoleh adalah terdapat hubungan antara pengetahuan, pengaruh teman sebaya, pengaruh media sosial, serta kemudahan akses terhadap pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua terhadap pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Disarankan untuk pihak fakultas untuk memberikan edukasi dan kampanye secara berkala yang berfokus pada pentingnya pola makan sehat, terutama melalui media yang dekat dengan mahasiswa seperti Instagram ataupun Tiktok.

Dafatar Pustaka : 72 (2019-2025)

Kata Kunci : Pola konsumsi, *fast food*, mahasiswa