

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai makhluk hidup, manusia membutuhkan makanan sebagai sumber gizi dan energi. Manusia dihadapkan dengan beberapa pilihan makanan setiap hari dan membuat keputusan tentang makanan apa yang harus dimakan berdasarkan beberapa kriteria.⁽¹⁾ Semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh akan didapatkan jika pilihan makanan baik. Sebaliknya, tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu bila pilihan makanan tidak baik.⁽²⁾ Pilihan makanan dapat ditunjukkan melalui preferensi makanan dari satu produk makanan melebihi makanan yang lain.⁽¹⁾ Preferensi jenis makanan yang dikonsumsi ini dapat memengaruhi kualitas gizi dan kecukupan zat gizi.

Preferensi makanan didefinisikan sebagai tingkat kesukaan seseorang terhadap suatu makanan yang dapat digambarkan dengan peringkat ordinal dari semua pilihan yang mungkin dibuat oleh seseorang.^{(3),(4)} Perubahan preferensi akan mengarah pada peningkatan atau penurunan kesediaan untuk makan dan akhirnya akan merubah jumlah konsumsi. Preferensi makanan memiliki hubungan kuantitatif dengan jumlah asupan makanan dan dapat memengaruhi asupan gizi seseorang. Namun, preferensi terhadap suatu makanan tidak dapat secara otomatis diartikan menjadi kesediaan untuk memakannya.⁽⁵⁾ Preferensi dapat berbeda dari pola konsumsi yang sebenarnya. Makanan dapat diterima meskipun tidak disukai, karena alasan ketersediaan, biaya, atau kesopanan sosial.⁽⁶⁾

Mahasiswa masuk dalam kategori remaja akhir yang berada dalam kategori usia 17 sampai 25 tahun menurut Kemenkes RI. Pada kelompok mahasiswa, setiap individu menentukan jenis makanannya sendiri, sehingga preferensi terhadap makanan memegang peranan penting dalam pemilihan makanan. Pada tahap ini, mahasiswa biasanya menghabiskan waktu di luar rumah atau di kampus.⁽⁴⁾ Mahasiswa dihadapkan pada berbagai pilihan makanan baik makanan yang terdapat di kantin, warung, kafetaria di sekitar lingkungan kampus, bekal dari rumah, ataupun makanan dari pemesanan *online* untuk memenuhi kebutuhan makanannya.

Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat indikator yang dikumpulkan untuk mendapatkan gambaran konsumsi makanan berisiko. Indikator ini meliputi konsumsi makanan/minuman manis, makanan asin, makanan berlemak/kolesterol/gorengan, makanan yang dibakar, makanan daging/ayam/ikan olahan dengan pengawet, bumbu penyedap, *soft drink* atau minuman berkarbonasi, minuman berenergi, mie instant/makanan instant lainnya. Didapatkan bahwa konsumsi makanan berisiko pada kelompok umur 20–24 tahun sebanyak 26,96% untuk konsumsi >1 kali per hari, 34,73 % untuk konsumsi 1-6 kali per minggu dan 38,29 % untuk konsumsi ≤ 3 kali per bulan. Sedangkan proporsi konsumsi buah dan sayur kurang dari lima porsi perhari selama seminggu pada kelompok umur 20-24 tahun sebanyak 95,7%.⁽⁷⁾

Kuantitas dan kualitas makanan yang tidak optimal berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti salah gizi.⁽⁸⁾ Salah gizi mengacu pada kekurangan, kelebihan, atau ketidakseimbangan asupan energi dan/atau gizi seseorang. Salah gizi mengacu pada kekurangan gizi, yang mencakup wasting, stunting, dan kekurangan berat badan; salah gizi terkait zat gizi mikro, yang mencakup

defisiensi zat gizi mikro atau kelebihan zat gizi mikro; dan kelebihan berat badan, obesitas, dan penyakit tidak menular terkait diet.⁽⁹⁾

Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2013, prevalensi status gizi penduduk pada kelompok umur 20-24 tahun dengan kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) kurus sebanyak 17,1%, berat badan lebih sebanyak 6,2%, dan obesitas sebanyak 7%.⁽¹⁰⁾ Selain itu, berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 terjadi penurunan prevalensi status gizi kategori IMT kurus menjadi 15,8%. Namun pada status gizi berat badan lebih terjadi peningkatan menjadi 8,4% dan status gizi obesitas menjadi 12,1%.⁽⁷⁾

Preferensi makan seseorang dapat dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu karakteristik individu, karakteristik makanan, dan karakteristik lingkungan.⁽¹¹⁾ Karakter individu yaitu mencakup umur, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan, pengetahuan gizi, keterampilan dan kreativitas memasak, sikap terhadap kesehatan, dan peran makanan itu sendiri. Karakteristik makanan yaitu mencakup rasa, penampilan, tekstur, harga, tipe makanan, metode pengolahan, bentuk, bumbu, dan kombinasi makanan. Karakteristik lingkungan yaitu mencakup musim, pekerjaan, mobilitas, derajat urbanisasi, ukuran rumah tangga, dan tingkatan keluarga.

Mahasiswa dihadapkan pada keterbatasan, yaitu sumber uang saku yang diperoleh dari pemberian orang tua, beasiswa, maupun sumber lainnya. Pekerjaan orang tua ini sering dikaitkan dengan pendapatan seseorang.⁽¹²⁾ Peningkatan pendapatan dapat memengaruhi pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.⁽¹³⁾ Apabila status ekonomi dan sosial baik, maka keluarga akan sanggup untuk membeli bahan makanan yang berkualitas bagus dan memiliki kandungan gizi yang memadai.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyaningsih menunjukkan bahwa semakin tinggi status sosial ekonomi mahasiswa maka semakin tinggi juga uang saku bulanan yang dimiliki mahasiswa. Namun, mahasiswa harus menghadapi kehidupan perkuliahan yang terkadang berlokasi jauh dari orang tua. Mahasiswa harus mengatur uang bulanan sendiri untuk kebutuhan makan, tempat tinggal, transportasi, pulsa, peralatan perkuliahan, dll. Sehingga mahasiswa dengan kategori uang saku yang tinggi cenderung mengelola uang kurang baik karena merasa lebih fleksibel dalam penggunaan uang.⁽¹⁵⁾ Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Munasiroh, dkk. dimana pilihan makanan baik lebih banyak dipilih oleh responden dengan pendapatan dibawah rata-rata dibandingkan dengan responden yang memiliki pendapatan diatas rata-rata.⁽¹⁶⁾

Peningkatan uang saku akan berpengaruh terhadap pengeluaran konsumen dimana jika uang saku meningkat maka konsumen akan membelanjakan pendapatan untuk pangan dengan alokasi lebih kecil, sebaliknya bila pendapatan menurun alokasi belanja pangan semakin meningkat.⁽¹⁷⁾ Sehingga konsumen akan mencari makanan dengan mempertimbangkan makanan yang paling ekonomis dan sesuai dengan preferensi konsumen terhadap kualitas suatu produk.⁽¹⁸⁾ Berdasarkan penelitian yang dilakukan Permana, dkk menunjukkan bahwa mahasiswa lebih cenderung memilih makanan dengan pertimbangan harga dan rasa dengan kualitas rendah walaupun kandungan gizi makanan lebih sedikit.⁽¹⁹⁾ Selain faktor uang saku dan pengeluaran, preferensi makan mahasiswa juga ditentukan oleh tingkat pengetahuan yang diperoleh.

Peningkatan pengetahuan gizi akan diikuti dengan meningkatnya keberagaman konsumsi dan pemilihan makanan sehat pada mahasiswa.^{(4),(20)} Perilaku pemilihan makanan ini salah satunya ditentukan oleh kemampuan berfikirnya yang menyebabkan seseorang dengan pengetahuan yang baik akan mendatangkan hasil yang baik pula.⁽¹⁶⁾

Pengetahuan gizi salah satunya dapat diperoleh dari materi perkuliahan mengenai pangan dan gizi. Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat seharusnya memiliki pengetahuan gizi lebih baik daripada mahasiswa dari fakultas lainya. Namun pada beberapa penelitian masih dijumpai hubungan yang kontradiktif karena ada beberapa faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku.^{(20),(21)}

Faktor lain yang lebih dominan dibandingkan pengetahuan gizi seperti daya tarik sensori juga menjadi faktor yang mempengaruhi preferensi konsumen.⁽¹⁹⁾ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Manafe dan Anigomang, faktor daya tarik sensori merupakan hal penting pertama yang membentuk preferensi konsumen sebelum melakukan pembelian produk.⁽²²⁾ Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tinah menunjukkan bahwa sebesar 70% tingkat preferensi makanan di asrama rendah. Hal ini dikarenakan rasa yang kurang enak pada makanan yang disajikan.⁽²³⁾

Makanan yang disukai oleh responden adalah makanan yang rasanya sesuai selera, ekonomis, dan tersedia di sekitar tempat tinggal.⁽¹⁹⁾ Menyediakan lebih banyak jenis makanan di sekitar tempat tinggal seperti di restoran, sekolah, dan di rumah, merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan konsumsi suatu makanan.⁽²¹⁾ Ketersediaan makanan yang kurang akan mengakibatkan terbatasnya paparan terhadap suatu makanan, sehingga akan mengurangi preferensi makanan tersebut dan sebaliknya ketersediaan makanan yang cukup akan mengakibatkan tingginya paparan terhadap makanan, sehingga akan meningkatkan preferensi terhadap makanan tersebut.⁽²⁴⁾

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, Padang. Fakultas Kesehatan Masyarakat terdiri dari beberapa jurusan yang diantaranya jurusan gizi dan Ilmu Kesehatan Masyarakat. Pemilihan lokasi dilakukan

secara sengaja (*purposive*) dengan pertimbangan bahwa responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat yang relatif paham mengenai pentingnya kecukupan zat gizi bagi tubuh.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan untuk melihat preferensi makanan mahasiswa kepada 10 mahasiswa program studi gizi dan 10 mahasiswa program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, didapatkan gambaran preferensi makanan dan ketersediaan pangan mahasiswa. Preferensi makanan komponen adekuat mahasiswa menunjukkan bahwa rata-rata skor adalah 187 yang masuk dalam kategori suka. Sedangkan preferensi makanan komponen moderat mahasiswa menunjukkan bahwa rata-rata skor adalah 110 yang masuk dalam kategori suka. Serta didapatkan hasil ketersediaan pangan 8 mahasiswa baik dan 12 mahasiswa kurang baik.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Faktor-Faktor yang Memengaruhi Preferensi Makanan pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui “bagaimana hubungan uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik

sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi karakteristik responden pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
2. Diketahui distribusi frekuensi uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori, dan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
3. Diketahui hubungan antara uang saku dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
4. Diketahui hubungan antara pengeluaran pangan dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
5. Diketahui hubungan antara pekerjaan orang tua dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
6. Diketahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
7. Diketahui hubungan antara ketersediaan pangan dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
8. Diketahui hubungan antara daya tarik sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan berupa kontribusi pada ilmu pengetahuan dan dapat sebagai rujukan literatur ilmiah bagi peneliti lain yang

ingin meneliti terkait uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Fakultas

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya khususnya di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas mengenai preferensi makanan pada mahasiswa.

2. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan bagi mahasiswa meningkatkan pengetahuan mengenai hubungan uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa, sehingga dapat meningkatkan kesehatan.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pengalaman peneliti mengenai hubungan uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori dengan preferensi makanan pada mahasiswa, serta untuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama belajar dibangku perkuliahan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lingkungan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas pada bulan Maret - Agustus 2023. Penelitian ini

menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *proportionate stratified random sampling*. Data yang digunakan pada penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung melalui kuesioner karakteristik responden, uang saku, pengeluaran pangan, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan daya tarik sensori. Data sekunder diperoleh dari *website* fakultas dan akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

