



Pola Pikir Makan dan Preferensi Mahasiswa terhadap Makanan dan Minuman Jadi: Studi Kasus di Kota Bandar Lampung Saat Pandemi Covid-19

Wuryaningsih Dwi Sayekti*, Rabiatal Adawiyah, Yaktiworo Indriani, Shinta Tantriadisti, dan Tyas Sekartiara Syafani

Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Lampung, Bandar Lampung, Indonesia

Diterima: 27 Agustus 2021; **Disetujui:** 25 November 2021

Abstrak

Gaya hidup merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perilaku konsumsi. Peningkatan pengeluaran untuk konsumsi makanan dan minuman jadi di Indonesia menunjukkan perubahan gaya hidup masyarakat, termasuk mahasiswa yang cenderung menyukai konsumsi makanan di luar rumah. Konsumsi makanan seseorang berkaitan erat dengan *mindset* makan seseorang dan preferensi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi; menganalisis pola pikir makan mahasiswa; dan menganalisis hubungan pola pikir makan mahasiswa terhadap preferensi makanan dan minuman jadi di Kota Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan metode survei. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei sampai Juli 2020 (masa pandemi Covid-19). Teknik *sampling* yang digunakan adalah kuota *sampling* dengan sampel penelitian sebanyak 500 orang mahasiswa perguruan tinggi di Kota Bandar Lampung. Pengumpulan data primer dilakukan menggunakan kuesioner dan disebarluaskan secara daring. Data dianalisis dengan statistik deskriptif dan uji korelasi *Kendall's Tau*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa preferensi mahasiswa terhadap minuman jadi lebih tinggi dibandingkan kelompok makanan dan berdasarkan jenisnya, preferensi tertinggi untuk kelompok makanan utama adalah aneka mi, kelompok *snack* adalah pempek dan kelompok minuman jadi adalah air mineral kemasan; pola pikir makan mahasiswa terhadap manfaat makan sudah cukup baik, tetapi perilaku konsumsinya masih berorientasi pada nasi; dan pola pikir makan pada dimensi manfaat makan berpengaruh nyata negatif terhadap preferensi mahasiswa Kota Bandar Lampung terhadap makanan utama berbahan baku beras dan terigu, dan *snack* berbahan baku terigu dan sagu. Pengetahuan mahasiswa mengenai pangan dan gizi serta diversifikasi pangan lokal perlu ditingkatkan dalam rangka mencapai tujuan diversifikasi pangan.

Kata kunci: diversifikasi pangan; mi; pembelian makanan; preferensi konsumen

Preferences of College Student of Food and Beverages in Bandar Lampung City During the Covid-19 Pandemic

Abstract

Lifestyle is one of the factors that influence consumer behavior. The increase in spending on the consumption of food and beverage in Indonesia shows changes in people's lifestyles, including college students who like eating out. Food consumption is closely related to the eating mindset and preferences of someone. This study aims to analyze college students' preferences of foods and

* **Corresponding author:** wuryaningsih.dwisayekti@fp.unila.ac.id

Cite this as: Sayekti, W. D., Adawiyah, R., Indriani, Y., Tantriadisti, S., & Syafani, T. S. (2021). Pola Pikir Makan dan Preferensi Mahasiswa terhadap Makanan dan Minuman Jadi: Studi Kasus di Kota Bandar Lampung Saat Pandemi Covid-19. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 65-77. doi: <http://dx.doi.org/10.20961/agrihealth.v2i2.54702>

beverages; analyze the student's eating mindset and analyze the correlation between college students' eating mindset and preferences of foods and beverages in Bandar Lampung City. This research used a survey method. The data was collected from May to July 2020 (the Covid-19 pandemic period). The sampling technique used was quota sampling and the number of samples was 500 college students in Bandar Lampung City. The primary data collection was carried out using an online questionnaire. The data were analyzed by descriptive statistics and Kendall's Tau correlation test. The results showed that: (1) college students' preference of beverages was higher than foods and based on the variety, the highest preference of main course/meal was noodles, the snack was pempek and beverages were bottled mineral water; (2) the college student's eating mindset about the benefits of eating is good enough, but the consumption is still rice oriented and (3) eating mindset about the benefits of eating dimensions has a significant negative effect on the preferences of college students in Bandar Lampung City for meals made from rice and flour, and snacks made from flour and sago. College students' knowledge of food and nutrition, and also local food diversification needs to be improved to achieve the goal of food diversification.

Keywords: *consumer preferences; food diversification; food purchase; noodles*

PENDAHULUAN

Ketahanan pangan merupakan prioritas agenda penting dalam pembangunan nasional yang mengarah pada kemandirian pangan. Peningkatan ketahanan dan diversifikasi pangan masyarakat merupakan salah satu sasaran strategis yang diupayakan melalui implementasi Program Pembangunan Pertanian (Kementerian Pertanian, 2021). Dalam konteks konsumsi pangan, diversifikasi pangan dimaksudkan untuk mewujudkan pola konsumsi pangan masyarakat yang beraneka ragam, sehingga kecukupan gizi masyarakat secara kuantitas maupun kualitas cukup untuk hidup sehat dan aktif secara berkelanjutan. Diversifikasi pangan akan memperluas spektrum pilihan pangan masyarakat dan mendorong terwujudnya Pola Pangan Harapan (PPH) yang ideal. Oleh karena itu, diversifikasi konsumsi pangan menjadi salah satu pilar utama dalam upaya penurunan masalah pangan dan gizi.

Perkembangan keragaman konsumsi pangan di Indonesia sudah membaik namun belum sesuai dengan yang ditargetkan. Skor PPH konsumsi nasional tahun 2020 sebesar 86,3 dan nilai ini masih dibawah skor PPH ideal yaitu 100. Untuk Provinsi Lampung skor PPH penduduk tahun 2020 sebesar 85,3 (Badan Ketahanan Pangan, 2021). Skor PPH Provinsi Lampung menurun sebesar 1,84% dari skor PPH tahun 2019. Berdasarkan penelitian secara parsial di beberapa lokasi di Provinsi Lampung antara lain di Kabupaten Pringsewu mendapatkan skor PPH sebesar 78,24 (Handayani

et al., 2019) dan di Kota Metro skor PPH sebesar 58,28 (Sayekti *et al.*, 2017).

Ditinjau secara parsial, tingkat konsumsi energi pangan golongan padi-padian masih melebihi komposisi anjuran yaitu sebesar 50% dan didominasi oleh beras. Bahkan upaya pemerintah untuk menekan konsumsi beras tidak menunjukkan hasil yang berarti sebab sebagian besar masyarakat justru beralih ke terigu sebagai pengganti beras. Menurut Kementerian Pertanian (2021), perkembangan pola konsumsi pangan sumber karbohidrat masih didominasi oleh kelompok padi-padian terutama beras dan terigu. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsumsi pangan masyarakat masih perlu diperbaiki dengan menurunkan konsumsi golongan pangan padi-padian dan meningkatkan golongan pangan yang masih rendah konsumsinya, seperti umbi-umbian, pangan hewani, sayur dan buah.

Upaya perbaikan konsumsi pangan masyarakat dapat dilakukan dengan rekayasa kebiasaan makan karena kebiasaan makan merupakan salah satu faktor penentu konsumsi pangan. Kebiasaan makan erat kaitannya dengan *mindset* makan seseorang dan pemilihan pangan. Menurut Dimitri dan Rogus (2014) pemilihan pangan ditentukan oleh faktor ekonomi, seperti harga dan pendapatan, akses dan ketersediaan pangan, serta faktor perilaku, seperti lingkungan fisik dan strategi pemasaran. Lebih lanjut Dimitri dan Rogus (2014) mengatakan bahwa kebijakan perbaikan konsumsi pangan hendaknya dimulai dari faktor perilaku yang mempengaruhi pemilihan pangan.

Pemilihan pangan merupakan proses pengambilan keputusan dalam memilih pangan yang dibeli dan atau dikonsumsi. Tahap-tahap pengambilan keputusan terdiri dari lima tahapan yaitu, pengenalan kebutuhan, pencarian informasi, evaluasi alternatif pilihan, pembelian, konsumsi dan evaluasi pasca pembelian (Engel, 2000 dalam Firmansyah, 2018). Diantara tahap-tahap pengambilan keputusan tersebut, pemilihan alternatif merupakan bagian dari tahap evaluasi alternatif pilihan. Pemilihan alternatif ini penting karena konsumen dihadapkan pada berbagai alternatif produk yang harus dipilihnya. Pada tahap pemilihan alternatif ini, faktor preferensi sangat menentukan pilihan konsumen. Menurut Pindyck dan Rubinfeld (2018) preferensi konsumen dapat sepenuhnya dijelaskan oleh peta indiferen, yaitu gambaran peringkat ordinal dari semua pilihan yang mungkin dibuat oleh konsumen. Konsumen mungkin menyukai suatu produk, tetapi tidak memilihnya dibanding produk lain (Kotler dan Keller, 2016). Hal tersebut dapat diartikan bahwa preferensi menunjukkan tingkat kesukaan atau kecenderungan konsumen terhadap berbagai pilihan produk atau jasa yang tersedia, termasuk berbagai jenis makanan dan minuman jadi. Hasil penelitian Maretha *et al.* (2020) menunjukkan bahwa preferensi pribadi dan ketersediaan makanan di sekitar tempat tinggal menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap frekuensi makan dan mempengaruhi pilihan makanan ringan dan minuman (Olawuyi *et al.*, 2020).

Berdasarkan data hasil Susenas (Survei Sosial Ekonomi Nasional) yang dipublikasi oleh Badan Ketahanan Pangan (2021), konsumsi makanan dan minuman jadi pada masyarakat pedesaan dan perkotaan mengalami peningkatan setiap tahun selama periode tahun 2015 sampai 2020. Sejak tahun 2015 sampai 2020, terjadi peningkatan pengeluaran untuk konsumsi makanan dan minuman jadi sebesar 87,99%. Apabila didasarkan pada kelompoknya makanan dapat dipilah menjadi tiga, yaitu makanan utama (*meal*), makanan selingan/kudapan (*snack*) dan minuman (*beverage*). Pada tahun 2020 pengeluaran masyarakat untuk konsumsi makanan dan minuman jadi meningkat 2,79% dari tahun 2019, yaitu mencapai Rp 206.736,00 per bulan per kapita. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan gaya hidup masyarakat yang cenderung menyukai konsumsi makanan

di luar rumah (*eating out*) yang mengakibatkan menjamurnya berbagai restoran, *cafe*, *foodcourt*, warung makan yang terdapat di pusat perbelanjaan, di sekitar perkantoran, sekolah, permukiman, bahkan lingkungan kampus. Hasil penelitian Mulyani *et al.* (2020); Maulidia dan Harti (2021) menunjukkan bahwa preferensi gaya hidup berpengaruh signifikan terhadap keputusan memilih merek makanan *fast food*. Mengonsumsi makanan *fast food* dapat menggambarkan kelas seseorang yang tinggi dan berkaitan dengan prestise serta simbolisasi. Konsumsi makanan lezat dan padat energi telah menjadi ciri lingkungan modern dan dapat mendorong kebiasaan makan yang tidak sehat (Frasca *et al.*, 2017).

Gaya hidup merupakan faktor yang berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumen, termasuk perilaku konsumsi (Iskandar dan Rahmayanti, 2018; Adiwinata *et al.*, 2021; Armelia dan Irianto, 2021). Pada era globalisasi saat ini, gaya hidup dapat mendorong perilaku konsumtif, termasuk dalam konsumsi pangan. Perilaku konsumtif terhadap pangan terefleksikan pada preferensi terhadap pangan tersebut. Perubahan gaya hidup pada era globalisasi terjadi pada semua golongan umur, namun demikian golongan umur muda dalam kelompok umur yang relatif lebih banyak terdampak globalisasi, termasuk golongan mahasiswa. Mahasiswa termasuk pada kategori tahap remaja akhir dan dewasa awal, yaitu berusia 18 sampai 24 tahun. Menurut Perera dan Madhujith (2012) pada tahap ini, individu memasuki tahap pertama dalam memutuskan jenis makanan sendiri, sehingga preferensi terhadap makanan berperan penting dalam pemilihan makanan pada kelompok mahasiswa. Selain preferensi, pengetahuan juga berperan dalam membentuk pola pikir makan seseorang dan pada akhirnya dapat menentukan pemilihan makanan. Pola pikir makan dalam penelitian ini mencakup dimensi manfaat makan bagi mahasiswa. Mengingat pentingnya preferensi dan pola pikir makan terhadap pemilihan makanan pada golongan mahasiswa, maka penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi, (2) menganalisis pola pikir makan mahasiswa dan (3) menganalisis hubungan pola pikir makan mahasiswa terhadap preferensi terhadap makanan dan minuman jadi di Kota Bandar Lampung.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan populasi penelitian adalah mahasiswa di Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung, Indonesia. Teknik *sampling* yang digunakan adalah kuota *sampling*, yaitu dengan menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan dengan pertimbangan jumlah populasi yang besar dan kerangka *sampling* yang sulit dicari (Sugiyono, 2017). Menurut Margono (2017) dalam teknik ini jumlah populasi tidak diperhitungkan, sehingga sampel diambil dengan memberikan jatah atau kuorum tertentu terhadap kelompok dan setelah jatah terpenuhi, pengumpulan data dihentikan. Menurut Roscoe (1982) dalam Sugiyono (2017) ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai 500. Sampel berjumlah lebih dari 30 memiliki distribusi *sampling error term* yang mendekati normal (Ghozali, 2018). Jumlah sampel yang ditentukan dalam penelitian ini sebanyak 500 orang dengan pertimbangan bahwa batas maksimal ukuran sampel yang layak dan terdistribusi normal. Responden penelitian ini adalah mahasiswa di Kota Bandar Lampung yang masih aktif kuliah pada semester 1 sampai 8 di Perguruan Tinggi. Pengumpulan data penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai Juli 2020 di Kota Bandar Lampung.

Data karakteristik mahasiswa, pola pikir makan dan preferensi terhadap makanan dan minuman jadi diambil menggunakan kuesioner daring yang diisi sendiri oleh mahasiswa. Pola pikir makan adalah pengetahuan mahasiswa terhadap manfaat makan. Variabel pola pikir makan diukur menggunakan skala *likert* 1 sampai 5 (sangat tidak setuju sampai sangat setuju) terhadap pernyataan yang diajukan tentang manfaat makan, sedangkan preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi adalah tingkat kesukaan mahasiswa terhadap berbagai jenis makanan dan minuman yang diperoleh/dibeli dari luar rumah (yang tidak diolah atau dipersiapkan di rumah) dan merupakan tindakan dapat mempengaruhi pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi mahasiswa. Variabel preferensi diukur menggunakan skala *likert* 1 sampai 5. Skor 5 untuk sangat suka, skor 4 untuk suka, skor 3 untuk netral/biasa saja, skor 2 untuk

tidak suka dan skor 1 untuk sangat tidak suka, serta skor 0 jika tidak tahu jenis makanan atau minuman tersebut.

Sebelum pengumpulan data primer dilakukan, kuesioner terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Menurut Ghozali (2018), uji validitas dan reliabilitas adalah alat untuk mengukur validitas dan keandalan suatu kuesioner. Kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau andal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu meskipun kuesioner dalam penggunaan yang berulang. Variabel yang diuji dalam kuesioner penelitian adalah variabel preferensi terhadap berbagai jenis makanan dan minuman jadi dan variabel pola pikir makan mahasiswa tentang manfaat makan yang terdiri dari empat pernyataan persetujuan. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan hasil yang valid dan reliabel, sehingga kuesioner tersebut dapat digunakan untuk pengumpulan data selanjutnya.

Adapun daftar jenis makanan dan minuman jadi yang masuk dalam kuesioner berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui kuesioner daring dengan sampel sebanyak 50 mahasiswa dengan pertimbangan bahwa jumlah minimal uji coba kuesioner adalah minimal 30 responden. Dengan jumlah minimal 30 orang maka distribusi nilai akan lebih mendekati kurva normal (Singarimbun *et al.*, 2012). Pengumpulan data primer tersebut dilakukan pada Mei sampai Agustus 2020. Data sekunder yang merupakan data pendukung dikumpulkan dari instansi terkait, misalnya Badan Ketahanan Pangan dan Kementerian Pertanian. Data sekunder yang diperlukan antara lain data skor PPH dan pengeluaran pangan dan non pangan penduduk.

Metode analisis data statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis pola pikir makan dan preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi, sedangkan analisis korelasi *Kendall's Tau* digunakan untuk menguji korelasi antara pola pikir makan tentang manfaat makan terhadap preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi. Menurut Singarimbun *et al.* (2012), uji *Kendall's Tau* digunakan untuk mengetahui korelasi antara data ordinal (variabel pengaruh dan terpengaruh).

Berdasarkan jenisnya, makanan dan minuman jadi dibagi menjadi makanan utama, *snack*/selingan, dan minuman. Dalam penelitian ini, jenis makanan dan minum tersebut dikelompokkan berdasarkan bahan baku utama, yaitu: 1) makanan utama berbahan baku beras, terigu dan campuran, 2) *snack* berbahan baku terigu, beras, sugu, singkong dan bahan baku lainnya, dan 3) minuman tradisional dan modern.

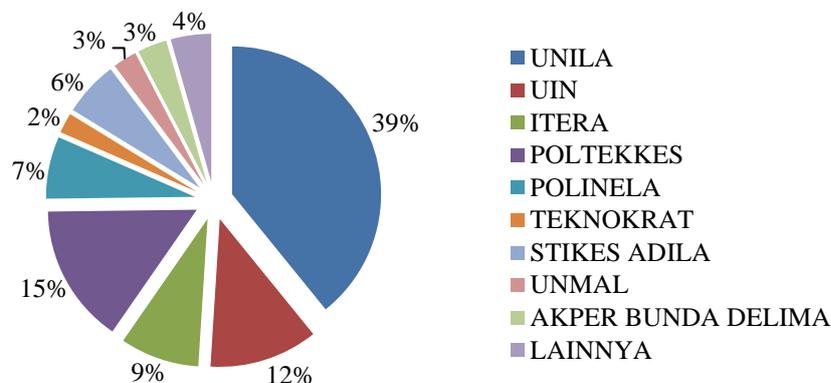
HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Seluruh responden mahasiswa dalam penelitian adalah mahasiswa yang aktif kuliah dari berbagai perguruan tinggi dan program studi di Kota Bandar Lampung dengan rentang usia 17 sampai 24 tahun dan sedang menempuh perkuliahan pada semester 1 sampai semester 8. Sebanyak 78% responden (398 orang) merupakan mahasiswa pada jenjang pendidikan Strata 1 (S1) dan 22% lainnya (112 orang) jenjang pendidikan Diploma III (D3). Berdasarkan jenis kelamin, sebanyak 390 orang (78%) berjenis kelamin

perempuan, sedangkan sisanya sebanyak 110 orang (22%) berjenis kelamin laki-laki.

Terdapat beberapa macam perguruan tinggi, seperti universitas, institut, politeknik dan akademi. Mahasiswa dalam penelitian ini berasal dari berbagai perguruan tinggi di Kota Bandar Lampung, yaitu Universitas Lampung (UNILA), Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung (UIN), Institut Teknologi Sumatera (ITERA), Politeknik Kesehatan (Poltekkes) Tanjung Karang, Politeknik Negeri Lampung (Polinela), Universitas Teknokrat, Universitas Malahayati (UM), Universitas Mitra Indonesia (UMITRA), Universitas Saburai, Universitas Bandar Lampung (UBL), Universitas Tulang Bawang (UTB), Universitas Muhamadiyah Lampung (UML), Sekolah Tinggi Kesehatan (STIKES) Panca Bhakti, STIKES ADILA, Sekolah Tinggi Prasetya Mandiri, Akademi Keperawatan (AKPER) Bunda Delima Bandar Lampung dan STIKES Atro Patriot Bangsa. Sebaran mahasiswa berdasarkan asal perguruan tinggi dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Sebaran mahasiswa berdasarkan asal perguruan tinggi

Berdasarkan tempat tinggal, jumlah mahasiswa yang tinggal di tempat indekos (49%) lebih banyak dibandingkan jumlah mahasiswa yang tinggal dengan orang tua (45%) atau saudara (6%). Mahasiswa yang tinggal dengan orang tua adalah mahasiswa yang berdomisili di Bandar Lampung, sedangkan mahasiswa yang tinggal di tempat indekos adalah mahasiswa berdomisili di luar Kota Bandar Lampung dan tidak bisa pulang ke daerah asal karena anjuran Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) oleh pemerintah.

Mahasiswa dalam penelitian ini terdiri dari berbagai program studi, sehingga tidak semua

mahasiswa memperoleh materi pendidikan gizi, pangan dan kesehatan di perkuliahan. Jumlah mahasiswa yang memperoleh materi pendidikan gizi dan kesehatan di perkuliahan, yaitu sebesar 56,60%. Tingkat pendidikan dan perolehan materi mengenai pangan dan gizi di perkuliahan dapat memengaruhi pengetahuan gizi seseorang. Pengetahuan dan pendidikan merupakan faktor perilaku yang sangat berkaitan dalam perilaku sehat seseorang, termasuk perilaku makan. Pada umumnya gizi kurang terjadi karena kemiskinan, pangan kurang tersedia, pengetahuan gizi rendah, dan kebiasaan makan (Rahayu *et al.*, 2020). Pendidikan orang tua yang rendah, terutama ibu

juga berpengaruh terhadap praktik gizi dalam rumah tangga, termasuk dalam hal penyediaan dan pengarahan ibu untuk konsumsi pangan anggota keluarga, termasuk jajan anak (Amalia *et al.*, 2012).

Selain pengetahuan dan pendidikan, suku/etnis merupakan salah satu faktor sosio budaya yang turut mempengaruhi seseorang dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Menurut Rahayu *et al.* (2020) daerah atau suku dapat memengaruhi kesukaan seseorang terhadap makanan. Sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini adalah suku Jawa, yaitu sebesar 46,8% dan sebesar 24,4% lainnya adalah Suku Lampung.

Dari sisi uang saku, sebagian besar mahasiswa memiliki uang saku kurang dari Rp 500.000,00 per bulan (46,80%) dan sebagian mahasiswa lainnya memiliki uang saku antara Rp 500.000,00 sampai Rp 1.000.000,00 per bulan (37,20%). Sebelum masa pandemi Covid-19, uang saku sebagian besar mahasiswa lebih besar dari uang saku yang dimiliki pada saat penelitian ini (masa pandemi Covid-19 berlangsung) karena perkuliahan dilakukan secara daring. Semakin banyak uang saku mahasiswa, maka semakin tinggi perilaku konsumsi (Hidayah dan Bowo, 2018; Armelia dan Irianto, 2021). Hasil penelitian Amalia *et al.* (2012) mendapati bahwa alasan utama anak-anak menyukai makanan jajanan adalah harga. Anak-anak akan menyesuaikan pemilihan makanan jajanan dengan uang saku yang dimiliki.

Konsumsi makanan dan minuman jadi mahasiswa pada masa pandemi Covid 19

Sebaran mahasiswa berdasarkan konsumsi makanan dan minuman jadi selama masa pandemi dapat dilihat pada Tabel 1. Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar mahasiswa lebih sedikit membeli dan mengonsumsi makanan jadi dibandingkan membeli dan mengonsumsinya. Perubahan pembelian makanan dan minuman jadi selama pandemi tersebut ternyata tidak banyak berbeda antara mahasiswa yang tinggal dengan orang tua ataupun yang indekos. Alasan sebagian besar mahasiswa yang tinggal dengan orang tua maupun indekos lebih sedikit membeli dan mengonsumsi makanan jadi selama pandemi dikarenakan rasa khawatir tentang higienitas makanan yang dijual dan adanya himbauan pemerintah untuk tidak keluar rumah tanpa kepentingan yang mendesak atau PSBB, sehingga merasa lebih aman dengan konsumsi makanan rumah yang dibuat sendiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Susanti dan Qalyubi (2020) yang mendapati bahwa mahasiswa lebih memilih untuk mengolah makanan sendiri dengan memasak di indekos dibandingkan harus keluar demi menjaga kesehatan dan agar terhindar dari paparan virus Covid-19 dan terkadang menggunakan jasa layanan pesan *online* untuk memudahkan mendapatkan makanan yang diinginkan tanpa harus keluar rumah atau pada saat sedang malas untuk mengolah makanan sendiri.

Tabel 1. Sebaran mahasiswa berdasarkan konsumsi makanan dan minuman jadi selama masa pandemi

Konsumsi selama pandemi Covid-19	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Lebih banyak membeli/mengonsumsi makanan jadi	25	5,00
Lebih sedikit membeli/mengonsumsi makanan jadi	365	73,00
Sama saja/tidak ada perubahan signifikan	110	22,00
Total	500	100,00

Berdasarkan hasil penelitian, hanya 25 orang mahasiswa (5%) yang membeli dan mengonsumsi makanan dan minuman jadi, lebih banyak dibandingkan sebelum masa pandemi Covid-19. Sebanyak 8 orang mahasiswa diantaranya merupakan mahasiswa yang tinggal di tempat indekos dan beralasan bahwa membeli dan mengonsumsi lebih banyak makanan dan minuman jadi karena lebih praktis dan efisien waktu dibandingkan dengan memasak sendiri. Adapun 17 orang mahasiswa lainnya merupakan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua dan

merasa jemu dengan rasa makanan rumah sehingga ingin mencoba makanan lain di luar rumah. Mahasiswa tersebut dapat memilih berbagai jenis makanan dan minuman yang diinginkan sesuai selera.

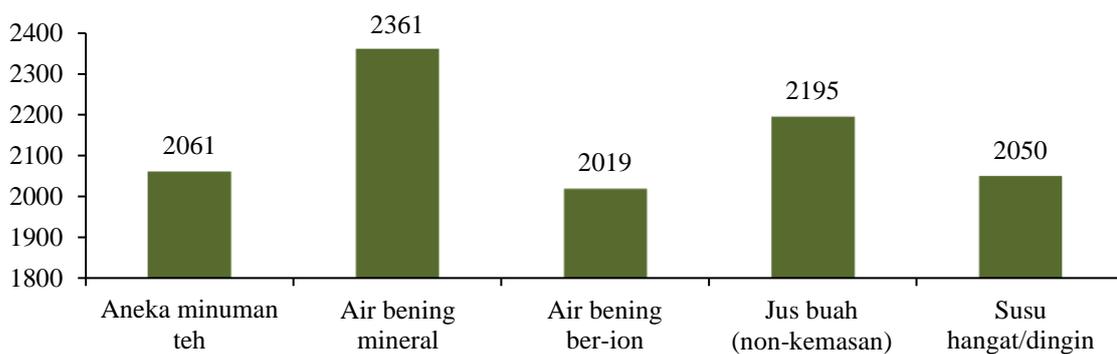
Preferensi mahasiswa di Kota Bandar Lampung terhadap makanan dan minuman jadi

Menurut Munandar *et al.* (2012), preferensi dapat diartikan sebagai suatu kesukaan, pilihan atau sesuatu hal yang lebih disukai konsumen.

Hal tersebut menunjukkan bahwa konsumen memiliki tingkat kesukaan tertentu pada berbagai alternatif pilihan. Berdasarkan hasil penelitian ini, nilai skor preferensi mahasiswa Kota Bandar Lampung terhadap makanan dan minuman jadi lebih tinggi dibandingkan kelompok makanan (makanan utama dan *snack*). Artinya, ketika ingin membeli dan mengonsumsi makanan dan minuman jadi di luar rumah, mahasiswa cenderung lebih menyukai dan memilih minuman, kemudian makanan utama, lalu *snack*.

Minuman jadi adalah berbagai jenis minuman yang tidak dibuat di rumah atau minuman siap konsumsi yang diperoleh mahasiswa dengan cara membeli. Terdapat 16 jenis minuman jadi

yang diajukan di dalam kuesioner, yaitu aneka olahan teh (*thai tea/cheese tea/milk tea/teh tarik/green tea*), *boba drink* (semua jenis minuman dengan boba), aneka kopi (kopi panas/dingin, kopi hitam, *cappucino, coffee latte*, kopi susu kekinian), teh (murni air teh dengan gula), air bening mineral, minuman isotonik, minuman bersoda/*soft drink*, olahan empon-empon (bandrek/wedang jahe/ronde/sekuteng), jamu, es cincau, dawet/cendol, jus buah segar, jus buah kemasan, susu, minuman kemasan berasa/minuman *jelly* dan yoghurt. Berdasarkan 16 jenis minuman tersebut, 5 jenis minuman yang memiliki tingkat preferensi tertinggi dan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Skor preferensi mahasiswa Kota Bandar Lampung terhadap minuman jadi

Berdasarkan Gambar 2 dapat diketahui bahwa air bening (mineral) memiliki skor preferensi tertinggi di kalangan mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa air bening/mineral lebih disukai dibandingkan jenis minuman lain yang berenergi. Preferensi mahasiswa terhadap air bening mineral menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik mengenai kebutuhan air putih bagi tubuh. Berdasarkan hasil penelitian Febriyani *et al.* (2012); Hendra *et al.* (2019) menunjukkan bahwa air putih memiliki tingkat preferensi cukup tinggi dan dikonsumsi remaja di Indonesia. Setelah air putih, preferensi mahasiswa pada kelompok minuman jadi adalah jus buah, aneka teh, dan susu. Hasil penelitian ini tidak berbeda dengan penelitian Hendra *et al.* (2019) yang mendapati bahwa preferensi minuman remaja di Indonesia adalah air putih, susu dan teh.

Minuman jadi juga dikelompokkan dua macam, yaitu minuman tradisional dan modern. Preferensi mahasiswa terhadap minuman tradisional lebih tinggi dibandingkan kelompok minuman modern. Minuman yang termasuk

ke dalam kelompok minuman tradisional diantaranya adalah teh (tanpa campuran bahan lain selain gula dan air), bandrek, wedang jahe, ronde, sekuteng, jamu, cendol/dawet, cincau, jus buah non-kemasan dan susu, sedangkan minuman yang termasuk ke dalam kelompok minuman modern diantaranya, yaitu aneka minuman olahan teh (*milk tea*) tanpa *topping* dan dengan *topping*, aneka jenis olahan kopi, air bening mineral kemasan, minuman berkarbonasi, jus buah kemasan, minuman dalam kemasan yang berasa dan yoghurt/susu fermentasi. Jenis minuman yang termasuk dalam kelompok minuman tradisional dengan preferensi tertinggi adalah jus buah (non-kemasan). Jus buah merupakan salah satu minuman yang cukup banyak disukai orang karena minuman ini segar dan menyehatkan, serta memiliki kandungan gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh, seperti vitamin dan mineral. Mahasiswa lebih menyukai jus buah untuk dikonsumsi karena dapat memberikan asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dengan lebih praktis dibandingkan dengan membeli dan mengupas sendiri buah tersebut.

Pada kelompok makanan utama, terdapat 30 jenis makanan utama yang disajikan dalam kuesioner. Makanan utama adalah suatu susunan menu lengkap yang terdiri dari lauk-pauk serta sayuran dan biasanya dikonsumsi pada waktu makan pagi (sarapan), siang ataupun makan malam. Secara berturut-turut makanan utama dengan skor preferensi tertinggi, yaitu aneka mi, nasi ayam, bakso, sate lontong/nasi dan nasi atau kentang goreng dengan *fried chicken (fast food)*.

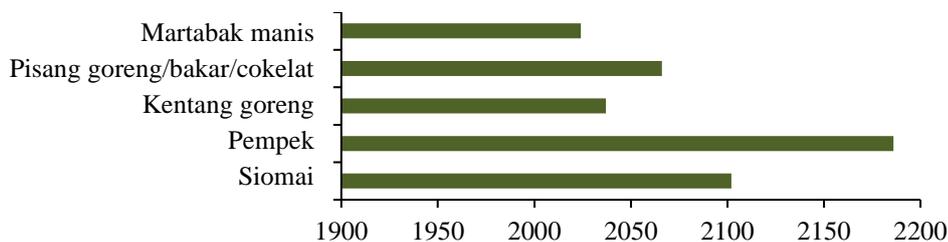
Aneka mi adalah makanan utama dengan skor preferensi tertinggi di kalangan mahasiswa Kota Bandar Lampung. Berbagai jenis olahan mi tersebut, diantaranya mi ayam, mi pangsit, kwetiau dan berbagai olahan mi lainnya yang disajikan dengan cara digoreng maupun berkuah. Sebagian besar mahasiswa memberikan penilaian suka (skor 4) dan sangat suka (skor 5) terhadap makanan utama dalam bentuk mi. Selain karena alasan suka, mahasiswa lebih memilih mi dibandingkan nasi sebagai makanan utama karena nasi juga merupakan sumber karbohidrat utama yang disajikan di rumah. Karena mi bukan makanan utama yang disajikan di rumah, maka mahasiswa cenderung memilih mi sebagai pengganti sumber karbohidrat yang dapat diperoleh di luar rumah dengan cara membeli. Hal ini juga menunjukkan bahwa upaya pemerintah untuk menekan konsumsi beras membuat sebagian masyarakat terutama kelompok mahasiswa beralih pada terigu sebagai pengganti beras sehingga menyebabkan proporsi pengeluaran kelompok pangan masyarakat Indonesia masih tetap didominasi oleh padi-padian. Saat ini, masyarakat mulai mengonsumsi mi sebagai sumber karbohidrat alternatif pengganti beras dan sudah dikenal serta diterima secara luas oleh masyarakat.

Setelah aneka mi, jenis makanan utama lain yang paling disukai oleh mahasiswa adalah nasi ayam. Nasi ayam adalah makanan yang dijual berupa nasi dan lauk ayam. Lauk ayam tersebut dijual dalam bentuk ayam geprek, ayam bakar, ayam goreng, ayam penyet atau berbagai jenis

olahan ayam lain yang biasa disajikan dengan sambal. Hasil penelitian Hendra *et al.* (2019); Suaib dan Amir (2020) menunjukkan bahwa ayam merupakan salah satu makanan utama yang banyak disukai di kalangan remaja, kemudian mi.

Berdasarkan beberapa jenis makanan utama dengan skor preferensi tertinggi tersebut, dapat diketahui bahwa preferensi mahasiswa terhadap makanan utama adalah berbahan baku gandum/terigu dan beras/nasi. Hasil penelitian Mokoginta *et al.* (2016) juga menunjukkan bahwa konsumsi tertinggi remaja adalah beras. Hal ini berkaitan dengan pola pikir makan mahasiswa yang kurang tepat mengenai *mindset* “belum makan kalau belum makan nasi”. Ketika konsumsi beras dikurangi, mahasiswa justru beralih mengonsumsi mi yang merupakan pangan olahan terigu/gandum (bukan pangan lokal). Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang diversifikasi pangan lokal sebagai sumber karbohidrat selain beras dan manfaatnya bagi kesehatan tubuh.

Selain minuman jadi makanan utama, *snack* juga termasuk jenis makanan jadi yang dikonsumsi oleh mahasiswa dengan cara membeli. *Snack* merupakan makanan yang bukan menu utama dan dikonsumsi di luar jam makan pagi/sarapan, makan siang atau makan malam). *Snack* biasa disebut dengan makanan ringan atau kudapan dan dikonsumsi untuk menghilangkan rasa lapar seseorang sementara waktu serta memberi sedikit pasokan tenaga ke tubuh. Dalam penelitian ini, terdapat 28 jenis *snack* yang diajukan di dalam kuesioner, yaitu siomai, pempek, getuk, combro, misro, kelanting, cilok, kentang goreng, risoles, pisang goreng/bakar/cokelat, onde-onde, klepon, rujak, martabak manis, martabak telur, tahu isi, bakwan, nuget, serabi, sosis panggang, otak-otak panggang, dodol, donat, wajik, jenang, cireng, dadar gulung dan lambing sari. Terdapat 5 jenis *snack* dengan skor preferensi tertinggi dan dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Skor preferensi mahasiswa Kota Bandar Lampung terhadap *snack*

Berdasarkan Gambar 3, pempek dan siomay merupakan salah satu jenis *snack* yang memiliki skor preferensi tertinggi. Kedua jenis *snack* ini terbuat dari olahan ikan dan sagu atau aci (tepung tapioka) sebagai bahan baku utama. Hasil penelitian Nur'aini (2020) mendapati bahwa preferensi sagu adalah sebagai makanan tambahan, bukan makanan utama (Nur'aini, 2020). Menurut Hayati *et al.* (2014), salah satu faktor yang memengaruhi keputusan konsumen dalam mengonsumsi makanan berbahan baku sagu adalah jenis makanan olahan sagu itu sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa jenis makanan olahan dari sagu berperan penting dalam menentukan apakah seseorang akan menyukai dan mengonsumsinya. Dengan pendekatan preferensi dan diversifikasi olahan sagu dalam bentuk *snack*, maka dapat meningkatkan diversifikasi konsumsi pangan lokal (sagu) di kalangan mahasiswa, terutama di Kota Bandar Lampung.

Adapun jenis *snack* yang memiliki preferensi paling rendah di kalangan mahasiswa adalah jenang, misro dan wajik. Ketiga jenis *snack* tersebut merupakan jenis *snack* tradisional di Indonesia yang terbuat dari bahan baku pangan lokal. Sebagian mahasiswa memberikan skor 0 pada ketiga jenis *snack* tersebut, yaitu jenang (14%), wajik (3%) dan misro (18,2%). Ketiga jenis *snack* tersebut merupakan jenis makanan tradisional/lokal. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan mahasiswa terhadap aneka jenis *snack* tradisional yang berbahan baku pangan lokal rendah. Familiarisasi menjadi faktor yang paling dominan mempengaruhi pemilihan jajanan (Anggiruling *et al.*, 2019). Semakin tinggi tingkat keakraban/familiar seseorang terhadap makanan, maka semakin tinggi preferensinya. Menurut Purnomohadi *et al.* (2012), faktor pribadi (meliputi indikator selera, emosi dan kepribadian) berpengaruh langsung signifikan terhadap preferensi konsumen dalam memilih dan mengonsumsi makanan ringan (*snack*) tradisional.

Mahasiswa menyatakan bahwa kadang-kadang saja membeli dan mengonsumsi makanan dan minuman jadi di luar rumah. Alasan hampir seluruh mahasiswa Kota Bandar Lampung membeli dan mengonsumsi makanan dan minuman jadi karena ada diskon/promosi sehingga harganya lebih murah. Selain itu, berbagai aplikasi pesan antar *online* juga banyak menawarkan *voucher* potongan harga produk

dan layanan antar. Adapun alasan lainnya adalah karena rasa penasaran untuk mencoba.

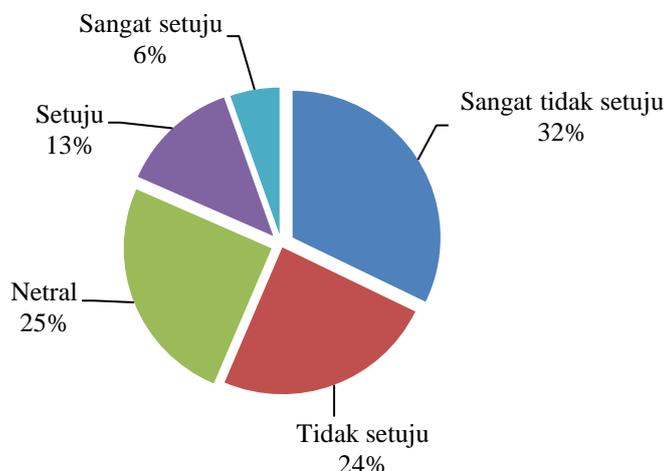
Pola pikir makan mahasiswa di Kota Bandar Lampung

Pola pikir makan mahasiswa merupakan penilaian mahasiswa di Kota Bandar Lampung terhadap perilaku makan ditinjau dari dimensi manfaat makan. Terdapat empat pernyataan pada dimensi manfaat makan yang dinilai oleh mahasiswa, yaitu manfaat makan supaya hilang rasa lapar (yang penting kenyang), manfaat makan untuk memperoleh tenaga dan beraktivitas, manfaat makan untuk memperoleh kandungan gizi pada makanan bagi tubuh dan manfaat makan supaya kenyang sehingga harus makan nasi sebagai sumber energi utama. Berdasarkan empat pernyataan tersebut, pernyataan yang memiliki skor persetujuan paling tinggi adalah manfaat mengonsumsi makanan dan minuman untuk memperoleh tenaga agar dapat beraktivitas dengan baik. Adapun pernyataan yang memiliki skor persetujuan paling rendah adalah manfaat makan untuk menghilangkan rasa lapar saja (yang penting kenyang). Hal tersebut menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa mengetahui bahwa makan bermanfaat untuk memperoleh tenaga untuk beraktivitas, bukan semata-mata hanya untuk menghilangkan rasa lapar saja.

Namun demikian, jika ditinjau lebih lanjut, masih terdapat 19% mahasiswa yang menyatakan setuju dan sangat setuju terhadap pernyataan "*Nasi adalah makanan yang paling penting untuk memenuhi kebutuhan tubuh saya, sehingga saya merasa belum makan kalau belum makan nasi*". Artinya, masih cukup banyak mahasiswa di Kota Bandar Lampung yang belum memiliki pola pikir makan yang tepat dan kurangnya pengetahuan mengenai sumber karbohidrat lain non-beras dengan berbagai manfaat mengonsumsinya. Sebaran responden berdasarkan persetujuan terhadap pernyataan pentingnya konsumsi nasi disajikan pada Gambar 4. Selain itu, hal ini juga tercermin dari preferensi konsumsi makanan mahasiswa Kota Bandar Lampung yang masih berorientasi beras/nasi sebagai sumber karbohidrat utama dan cenderung beralih pada terigu sebagai alternatif penggantinya. Oleh sebab itu, dengan meningkatkan pengetahuan gizi pangan dan diversifikasi pangan lokal di kalangan mahasiswa merupakan salah satu upaya yang dapat mengubah *mindset* makan mahasiswa sehingga dapat diterapkan dalam perilaku

konsumsi. Hasil penelitian ini sejalan dengan Jauziah *et al.* (2021) yang mendapati bahwa pengetahuan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa. Edukasi gizi melalui penggunaan media sosial, seperti *instagram*

dan *whatsapp* pada remaja dapat mendukung kelancaran edukasi dan meningkatkan pengetahuan pangan dan gizi, terutama saat masa pandemi Covid-19 (Rusdi *et al.*, 2020; Dewanti *et al.*, 2021; Masri *et al.*, 2021).



Gambar 4. Sebaran responden berdasarkan persetujuan terhadap pernyataan pentingnya konsumsi nasi

Hubungan pola pikir makan mahasiswa Kota Bandar Lampung dengan preferensi terhadap makanan dan minuman jadi

Makanan dan minuman jadi dikelompokkan berdasarkan bahan baku pembuatan. Hasil uji korelasi *Kendall's Tau* variabel manfaat makan dengan preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil uji *Kendall's Tau* variabel pola pikir manfaat makan dengan preferensi mahasiswa terhadap makanan dan minuman jadi

Kelompok makanan/ minuman jadi	Koefisien korelasi	Sig
Makanan utama		
Bahan baku beras	-0,091**	0,005
Bahan baku terigu	-0,064*	0,048
Bahan baku campuran	-0,038	0,239
Snack		
Bahan baku terigu	-0,054*	0,096
Bahan baku beras	-0,003	0,929
Bahan baku singkong	0,014	0,663
Bahan baku sagu	-0,078*	0,018
Bahan baku lainnya	-0,049	0,144
Minuman		
Tradisional	0,031	0,348
Modern	-0,048	0,146

Keterangan : ** = taraf kepercayaan 95%; * = taraf kepercayaan 90%

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa pola pikir makan dalam dimensi manfaat makan berhubungan nyata negatif dengan preferensi mahasiswa terhadap makanan utama berbahan baku beras dan terigu. Hal ini mengartikan bahwa makin tinggi pengetahuan tentang manfaat mengonsumsi makanan dengan tepat, maka makin rendah preferensi mahasiswa terhadap makanan utama berbahan baku beras dan terigu. Selain itu, hasil uji korelasi *Kendall's Tau* mendapati bahwa pola pikir makan dalam dimensi manfaat makan berhubungan nyata negatif dengan preferensi mahasiswa terhadap *snack* berbahan baku terigu. Hasil ini menunjukkan bahwa dengan peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang manfaat pangan dengan tepat serta pengetahuan diversifikasi konsumsi pangan lokal, maka pengurangan konsumsi beras dan terigu dapat diupayakan dengan lebih optimal, sehingga tujuan diversifikasi pangan dapat tercapai.

Selain *snack* berbahan baku terigu, pola pikir mahasiswa tentang manfaat makan juga berhubungan nyata negatif dengan preferensi mahasiswa terhadap *snack* berbahan baku sagu. Artinya, preferensi mahasiswa terhadap *snack* berbahan baku sagu cenderung berkurang seiring dengan meningkatnya pengetahuan mahasiswa tentang manfaat konsumsi pangan dengan tepat. Dengan sosialisasi diversifikasi pangan yang tepat, peningkatan pengetahuan mahasiswa

tentang manfaat konsumsi pangan akan turut meningkatkan pengetahuan mengenai berbagai kandungan gizi tiap pangan yang diperlukan tubuh dan pentingnya diversifikasi konsumsi pangan lokal, sehingga mahasiswa akan cenderung beralih menyukai dan mengonsumsi jenis *snack* lain berbahan baku lokal selain sagu. *Snack* sagu pada penelitian ini identik dengan pempek dan siomai yang memiliki skor preferensi tertinggi diantara berbagai macam *snack* lain. Jenis *snack* yang memiliki skor preferensi tertinggi setelah bahan baku sagu adalah berbagai jenis olahan pisang yang merupakan salah satu pangan lokal di Provinsi Lampung. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suaib dan Amir (2020) yang mendapati bahwa aneka cemilan yang dipilih mahasiswa adalah makanan olahan pisang yang mengandung coklat dan olahan gorengan, antara lain *banana roll*, *piscok lumer*, *banana nuget*, pisang goreng keju dan sate pisang *nuget*.

KESIMPULAN

Preferensi mahasiswa terhadap minuman jadi lebih tinggi dibandingkan kelompok makanan utama dan *snack*. Air mineral kemasan memiliki preferensi tertinggi pada kelompok minuman jadi, aneka mi pada kelompok makanan utama dan pempek pada kelompok *snack*. Pola pikir makan mahasiswa tentang manfaat makan termasuk dalam kategori baik, tetapi perilaku konsumsinya masih berorientasi pada nasi. Peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang manfaat konsumsi pangan akan mengurangi preferensi mahasiswa terhadap makanan utama berbahan baku beras dan terigu serta *snack* berbahan baku terigu dan sagu. Oleh karena itu, pengetahuan mahasiswa mengenai pangan dan gizi serta diversifikasi pangan lokal perlu ditingkatkan dalam rangka mencapai tujuan diversifikasi pangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Fakultas Pertanian, Universitas Lampung yang telah membantu mendanai penelitian ini melalui Program Dana Isian Pengguna Anggaran (DIPA) tahun 2020 dan seluruh mahasiswa Kota Bandar Lampung yang bersedia menjadi responden penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiwinata, N. N., Sumarwan, U., & Simanjuntak, M. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi kopi di era pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(2), 189–202. <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.2.189>
- Amalia, L., Endro, O. P., & Damanik, R. M. (2012). Preferensi dan frekuensi konsumsi makanan jajanan pada anak sekolah dasar di Kecamatan Cijeruk, Kabupaten Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 7(2), 119–126. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.2.119-126>
- Anggiruling, D. O., Ekayanti, I., & Khomsan, A. (2019). Analisis faktor pemilihan jajanan, kontribusi gizi dan status gizi siswa sekolah dasar. *Jurnal MKMI*, 15(1), 81–90. Tersedia dari <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/5914>
- Armelia, Y., & Irianto, A. (2021). pengaruh uang saku dan gaya hidup terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. *Jurnal Ecogen*, 4(3), 418–426. <http://dx.doi.org/10.24036/jmpe.v4i3.11509>
- Badan Ketahanan Pangan. (2021). *Direktori perkembangan konsumsi pangan*. Jakarta: Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. Tersedia dari http://bkp.pertanian.go.id/storage/app/media/2021/DIREKTORI%20KONSUMSI%202021_.pdf
- Dewanti, L. P., Sitoayu, L., Melani, V., Rumana, N. A., Putri, V. H., & Ronitawati, P. (2021). Edukasi gizi dalam jaringan (daring) mengenai bahaya anemia dan pencegahannya pada remaja saat pandemi covid-19. In *Seminar Nasional & Call of Papers Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 85–90. Tersedia dari <https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMNASLPPM/article/view/90>
- Dimitri, C., & Rogus, S. (2014). Food choices, food security, and food policy. *Journal of International Affairs*, 67(2), 19–31. Tersedia dari <https://www.jstor.org/stable/24461733>
- Febriyani, N. M. P. S., Hardinsyah, & Briawan, D. (2012). Minuman berkalori dan kontribusinya terhadap total asupan energi remaja dan dewasa. *Jurnal Gizi dan*

- Pangan*, 7(1), 35–42. <https://doi.org/10.25182/jgp.2012.7.1.36-43>
- Firmansyah, M. A. (2018). *Perilaku konsumen (sikap dan pemasaran)*. Yogyakarta: Deepublish. Tersedia dari https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Firman-syah-4/publication/329587407_PERILAKU_KONSUMEN/links/5c24627b458515a4c7faed1d/PERILAKU-KONSUMEN.pdf
- Frasca, S. A., Ventura, A. K., Ehrenberg, S., & Myers, K. P. (2018). Promoting healthy food preferences from the start: A narrative review of food preference learning from the prenatal period through early childhood. *Obesity Reviews*, 19(4), 576–604. <https://doi.org/10.1111/obr.12658>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25* (9th ed.). Semarang: Universitas Diponegoro. Tersedia dari https://scholar.google.co.id/scholar?cites=7007026637511556506&as_sdt=2005&scio dt=0,5&hl=id&authuser=3
- Handayani, M., Sayekti, W. D., & Ismono, R. H. (2019). Pola konsumsi pangan rumah tangga pada desa pelaksana dan bukan pelaksana program percepatan penganekaragaman konsumsi pangan (P2KP) di Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis*, 7(1), 28–35. <http://dx.doi.org/10.23960/jiia.v7i1.3328>
- Hayati, N., Purwanti, R., & Kadir, A. (2014). Preferensi masyarakat terhadap makanan berbahan baku sagu sebagai alternatif sumber karbohidrat di Kabupaten Luwu dan Luwu Utara Sulawesi Selatan. *Jurnal Penelitian Sosial dan Ekonomi Kehutanan*, 11(1), 82–90. <https://doi.org/10.20886/jpsek.2014.11.1.82-90>
- Hendra, P., Suhadi, R., Maria, D., & Heru, C. (2019). Sayur bukan menjadi preferensi makanan remaja di Indonesia. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 30(4), 331–335. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2019.030.04.18>
- Hidayah, N., & Bowo, P. A. (2018). Pengaruh uang saku, locus of control, dan lingkungan teman sebaya terhadap perilaku konsumtif. *Economic Education Analysis Journal*, 7(3), 1025–1039. <https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28337>
- Iskandar, I., & Rahmayanti, R. (2018). Pengaruh gaya hidup, kelompok teman sebaya, dan literasi ekonomi terhadap perilaku konsumsi. *Jurnal Ilmu Manajemen dan Bisnis*, 9(2), 93–104. <https://doi.org/10.17509/jimb.v9i2.19749>
- Jauziyah, S., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 72–81. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.30428>
- Kementerian Pertanian. (2021). *Laporan Kinerja Kementerian Pertanian Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Indonesia. Tersedia dari <https://www.pertanian.go.id/home/index.php?show=repo&fileNum=503>
- Kotler, P., & Keller, K. (2016). *Manajemen Pemasaran* (12th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Maretha, F. Y., Margawati, A., Wijayanti, H. S., & Dieny, F. F. (2020). Hubungan penggunaan aplikasi pesan antar makanan online dengan frekuensi makan dan kualitas diet mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, 9(3), 160–168. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.26692>
- Margono. (2017). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Masri, E., Ahriyasna, R., & Mukhlis, H. (2021). Edukasi gizi pada anak dan remaja keluarga mahasiswa gizi di berbagai wilayah Sumatera. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), 40–44. Tersedia dari <http://www.jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/585>
- Maulidia, R., & Harti, H. (2021). Preferensi gaya hidup dan kelompok referensi terhadap keputusan memilih merek makanan fast food di Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 9(2), 1300–1306. Tersedia dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jptn/article/view/40584/35147>
- Mokoginta, F. S., Budiarmo, F., & Manampiring, A. E. (2016). Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal eBiomedik (eBm)*, 4(2), 1–10. Tersedia dari <https://>

- ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/14618/0
- Mulyani, P. A., Sudiartini, N. W. A., & Sariyani, N. L. P. (2020). Perilaku masyarakat Kota Denpasar dalam mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*). *Juima: Jurnal Ilmu Manajemen*, 10(2), 90–103. <https://doi.org/10.36733/juima.v10i2.1398>
- Munandar, J. M., Udin, F., & Amelia, M. (2012). Analisis faktor yang mempengaruhi preferensi konsumen produk air minum dalam kemasan di Bogor. *Jurnal Teknologi Industri Pertanian*, 13(3), 97–107. Tersedia dari <https://jurnal.ipb.ac.id/index.php/jurnaltin/article/view/4537>
- Nur'aini, D. T. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi konsumsi sagu di Kabupaten Kolaka. *Intelektiva: Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 2(5), 44–57. Tersedia dari <https://www.jurnalintelektiva.com/index.php/jurnal/article/view/373>
- Olawuyi, Y. O., Oroniran, O., Fadupin, G., & Takpatore, P. (2020). Snacks and Beverage Consumption pattern of Adolescents and Young Adults: A case study of selected undergraduate students in a Nigerian private University. *World Nutrition*, 11(1), 42–57. Tersedia dari <https://wphna.org/worldnutritionjournal/index.php/wn/article/view/686>
- Perera, T., & Madhujith, T. (2012). The pattern of consumption of fruits and vegetables by undergraduate students: a case study. *Tropical Agricultural Research*, 23(3), 261–271. Tersedia dari http://www.pgia.ac.lk/files/Annual_congress/journal/web-Journal%20-No%203/Full%20Papers/MS-58%20-Thushanthi-OK%202.pdf
- Purnomohadi, E., Sumarwan, U., Saefuddin, A., & Yusuf, E. Z. (2012). Perception analysis, consumption behavior, and preference toward traditional food. *Jurnal Pangan*, 21(3), 297–312. <https://doi.org/10.33964/jp.v21i3.190>
- Pindyck, R. S., & Rubinfeld, D. L. (2018). *Microeconomics* (9th ed.). Harlow: Pearson. Tersedia dari <https://www.pearson.com/uk/educators/higher-education-educators/program/Pindyck-Microeconomics-Global-Edition-9th-Edition/PGM1825855.html>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Setiawan, M. I. (2020). *Buku ajar: Ekologi pangan dan gizi*. Yogyakarta: CV Mine. Tersedia dari <http://eprints.ulm.ac.id/10047/1/BUKU%20AJAR%20EPG.pdf>
- Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>
- Sayekti, D. S., Lestari, D. A. H., & Ismono, R. H. (2017). Kesiapan psikologis ibu rumah tangga terhadap diverifikasi dan pola konsumsi pangan rumah tangga di Kota Metro. *Prosiding Seminar Nasional BKS PTN Wilayah Barat Bidang Pertanian*. Bangka Belitung. Tersedia dari <http://repository.lppm.unila.ac.id/5253/>
- Suaib, F., & Amir, A. (2020). Aplikasi go food dan gambaran konsumsi makanan pada mahasiswa. *Media Gizi Pangan*, 27(1), 30–37. Tersedia dari <https://core.ac.uk/download/pdf/328166964.pdf>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Singarimbun, M., Effendi, S., & Tukiran. (2012). *Metode penelitian survai*. Jakarta: LP3ES.
- Susanti, E., & Qalyubi, I. (2020). Analisis perilaku konsumsi pangan mahasiswa PGSD UMPR selama pandemi covid-19. *Tunas: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(1), 52–57. <https://doi.org/10.33084/tunas.v6i1.2074>