

**FAKTOR EKSTERNAL DAN FAKTOR INTERNAL YANG
MEMPENGARUHI KONSUMSI PANGAN PADA MAHASISWA
PERANTAU DI UNIVERSITAS SEBELAS MARET SURAKARTA**

Maria Christina Angelina Tambun, Sri Marwanti, Wiwit Rahayu

Program Studi Agribisnis Fakultas Pertanian, Universitas Sebelas Maret Surakarta

Jl. Ir. Sutami No. 36 A Ketingan Surakarta 57126 Telp/Fax (0271) 637457

Email : maria04tbn@gmail.com

ABSTRACT: Nutritional problems that exist in Indonesia today are due to errors in fulfilling food consumption where many people do not pay attention to the body's needs for energy and a balanced proportion of food. Overseas students who are at Sebelas Maret University Surakarta are prone to lack of fulfillment of proper and balanced nutrition. This research aims to know the amount of food expenditure, food consumption, external factors that affect food consumption, internal factors that affect food consumption, and the influence of external and internal factors on food consumption among overseas students at Sebelas Maret University Surakarta. The basic methods used in this research are descriptive and analytical methods. The location in this research is at Sebelas Maret University Surakarta because it has respondents with the criteria of students who are currently studying at Sebelas Maret University and come from outside Central Java. Sampling using methods *nonprobability* convenience sampling type. The sample was 140 respondents. The data collection tool uses a questionnaire via google form. Instrument testing and data analysis using *software* Microsoft Excel and SPSS 22.0. The results showed that the average food expenditure was IDR 965,000 / person / month with a proportion of 47% of the total expenditure. The respondents' average food consumption amounting to 1774.7 kcal / person / day, TKE 74.6% and included in the less category. Based on this research gender, food expenditure simultaneously have a significant effect on food consumption. Gender and breakfast habits partially have a significant effect on food consumption overseas students at Sebelas Maret University Surakarta.

Keywords: Overseas Students, Food Consumption, External Factors, Internal Factors, Level of Energy Consumption

ABSTRAK : Permasalahan gizi yang terdapat di Indonesia saat ini akibat kesalahan dalam pemenuhan konsumsi pangan dimana banyak masyarakat tidak memerhatikan kebutuhan tubuh terhadap energi dan proporsi makanan yang seimbang. Mahasiswa perantau yang berada di Universitas sebelas Maret Surakarta rentan terhadap kurangnya pemenuhan gizi yang tepat dan seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jumlah pengeluaran pangan, konsumsi pangan, faktor eksternal yang mempengaruhi konsumsi pangan, faktor internal yang mempengaruhi konsumsi pangan, dan pengaruh faktor eksternal dan faktor internal terhadap konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Metode dasar yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dan analitis. Lokasi dalam penelitian ini berada di Universitas Sebelas Maret Surakarta karena memiliki responden dengan kriteria

mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di Universitas Sebelas Maret dan berasal dari luar Jawa Tengah. Pengambilan sampel menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan jenis *convenience sampling*. Sampel berjumlah 140 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner melalui *google form*. Pengujian instrumen dan analisis data menggunakan *software* Microsoft Excel dan SPSS 22.0. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pengeluaran pangan sebesar Rp965.000,00/orang/bulan dengan proporsi 47% dari total pengeluaran. Rata-rata konsumsi pangan responden sebesar 1774,7 kkal/orang/hari, TKE 74,6% dan termasuk kategori kurang. Berdasarkan penelitian ini jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebayadan makanan cepat saji secara simultan berpengaruh signifikan terhadap konsumsi pangan. Jenis kelamin dan kebiasaan sarapan secara parsial berpengaruh signifikan terhadap konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Kata Kunci: Mahasiswa Perantau, Konsumsi Pangan, Faktor Eksternal, Faktor Internal, Tingkat Kecukupan Energi

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang masih memiliki masalah gizi. Permasalahan gizi yang dihadapi cukup kompleks yaitu kurus, pendek (*stunting*) dan obesitas. Permasalahan gizi yang terjadi saat ini akibat dari kesalahan dalam pemenuhan konsumsi pangan dimana banyak orang tidak memperhatikan keragaman konsumsi makanan, kebutuhan tubuh terhadap energi dan proporsi makanan yang seimbang. Konsumsi pangan di Indonesia masih belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang, dimana konsumsi sayur, buah dan protein masih rendah sedangkan konsumsi garam, gula dan lemak cukup tinggi (Safitri *et al.*, 2016).

Prevalensi penduduk umur dewasa kurus, gizi lebih dan obesitas menurut Indeks Massa Tubuh berdasarkan Umur (IMT/U) di masing masing provinsi pada Gambar 2 menunjukkan, prevalensi penduduk dewasa kurus 8,7 persen,

berat badan lebih 13,5 persen dan obesitas 15,4 persen. Prevalensi penduduk kurus terendah di provinsi Sulawesi Utara (5,6%) dan tertinggi di Nusa Tenggara Timur (19,5%). Prevalensi penduduk obesitas terendah di provinsi Nusa Tenggara Timur (6,2%) dan tertinggi di Sulawesi Utara (24,0%). Enam belas provinsi dengan prevalensi diatas nasional, yaitu Jawa Barat, Bali, Papua, DI Yogyakarta, Aceh, Sulawesi Tengah, Jawa Timur, Bangka Belitung, Sumatera Utara, Papua Barat, Kepulauan Riau, Maluku Utara, Kalimantan Timur, DKI Jakarta, Gorontalo dan Sulawesi Utara.

Perguruan tinggi yang beragam di Indonesia menjadikan mahasiswa memiliki banyak pilihan perguruan tinggi sebagai tempat untuk menimba ilmu. Mahasiswa yang berasal dari daerah Jawa Tengah dapat menimba ilmu di perguruan tinggi daerah lainnya, begitupun sebaliknya. Mahasiswa dari daerah luar yang menimba ilmu di salah satu daerah

yang bukan daerah asalnya seringkali disebut sebagai mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan.

Konsumsi pangan dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor internal meliputi umur, jenis kelamin, pengetahuan gizi, keyakinan, nilai dan norma, pemilihan makan, kesehatan. Faktor eksternal yang meliputi tingkat ekonomi keluarga, pekerjaan, pendidikan orang tua, sosial dan budaya, peran orang tua, teman sebaya (Luciana *et al*, 2012).

Berdasarkan penjelasan diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui jumlah pengeluaran, konsumsi pangan, pengaruh faktor eksternal dan faktor internal terhadap konsumsi pangan secara simultan, dan pengaruh faktor eksternal dan faktor internal terhadap konsumsi pangan secara parsial pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

METODE PENELITIAN

Metode Dasar Penelitian dan Penentuan Lokasi

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitis yaitu suatu metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah terkumpul dan mengetahui hubungan antara satu variabel terhadap variabel lain dalam penelitian (Sugiyono, 2009). Lokasi

penelitian ditentukan secara *purposive*. Metode *purposive* adalah suatu teknik penentuan lokasi penelitian secara sengaja berdasarkan pertimbangan-pertimbangan tertentu. Universitas Sebelas Maret khususnya dipilih dengan pertimbangan bahwa perguruan tinggi ini memiliki mahasiswa perantau yang tidak hanya berasal dari Jawa Tengah namun juga ada yang berasal dari luar Jawa Tengah sesuai dengan kriteria responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini

Metode Penentuan Sampel dan Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan 140 sampel. Penentuan jumlah sampel dengan metode *purposive sampling*. Data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari wawancara langsung dengan responden. Data Sekunder diperoleh dari situs terkait yang menyediakan data mengenai status gizi penduduk dewasa di Indonesia serta tingkat obesitas penduduk dewasa di Indonesia. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, online menggunakan *google forms* dan dokumentasi.

Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan adalah:

- a. Uji Instrumen, uji Instrumen yang pertama yaitu uji validitas, apabila r_{xy} hitung lebih besar atau sama dengan r_{xy} tabel ($r_h \geq r_t$) berarti korelasi bersifat signifikan, artinya instrumen tes dapat dikatakan valid. Begitu sebaliknya apabila r_{xy} hitung lebih kecil dari r_{xy} tabel ($r_h < r_t$)

berarti korelasi tidak signifikan, kesimpulan instrumen test tidak valid. Uji Reliabilitas, Instrumen dikatakan reliabel jika, r_{hitung} lebih besar atau sama dengan r_{tabel} dan sebaliknya jika r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} instrumen dikatakan tidak reliabel atau nilai r_{hitung} dikonsultasikan dengan tabel interpretasi r dengan ketentuan dikatakan reliabel jika $r_{hitung} \geq 0,600$.

- b. Untuk rumusan masalah pertama, dianalisis secara deskriptif (tabulasi & persentase) yaitu dengan mengidentifikasi pengeluaran untuk konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- c. Untuk rumusan masalah kedua, dianalisis secara deskriptif yaitu dengan mengidentifikasi konsumsi pangan yang mencakup frekuensi pangan, jenis pangan, kecukupan energi mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta dengan rumus:
$$Kge = (Bj \times Ge / 100)(BDD/100)$$
$$TKE = (Total Kge/AKE)(100\%)$$
- d. Untuk rumusan masalah ketiga dan keempat, menggunakan ekonometrika dengan analisis regresi linear berganda melalui program SPSS (*Statistical Product and Services Solution*) versi 22.0. Untuk mengetahui variabel bebas (teman sebaya, makanan cepat saji, jenis kelamin, pengeluaran pangan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, dan alasan pemilihan makanan) terhadap variabel terikat yaitu konsumsi pangan

mahasiswa perantau baik secara simultan maupun secara parsial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 140 responden dengan responden laki-laki berjumlah 54 orang dan responden perempuan berjumlah 86 orang. Rentang umur responden yaitu 18 – 25 tahun. Responden berstatus mahasiswa UNS atau sedang menempuh Pendidikan di UNS baik vokasi, sarjana, maupun pasca sarjana dan berasal dari luar Jawa Tengah.

Analisis Data

a. Uji Instrumen

Nilai r *Product-Moment* dari 30 responden dengan tingkat kepercayaan 95% adalah 0,361. Hasil uji validitas pada variabel alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji masing-masing indikator variabel memiliki r hitung lebih dari 0,361 sehingga seluruh indikator variabel dapat dinyatakan valid.

Nilai *Cronbach's Alpha* pada masing-masing variabel alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji. Nilai masing-masing variabel berturut-turut yaitu sebesar 0,750; 0,820; 0,614; 0,834 dan 0,787. Berdasarkan hasil pengujian diatas, dapat diartikan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* masing-masing variabel lebih besar dari nilai r Tabel untuk 30 responden dengan

tingkat kepercayaan 95% (0,361) sehingga instrumen dikatakan reliabel.

b. Pengeluaran Pangan

H1: Diduga Jumlah pengeluarankonsumsi pangan lebih besar daripada pengeluaran konsumsi nonpangan

Mayoritas responden memiliki pengeluaran untuk pangan kisaran sebesar Rp750.000,00-Rp999.000,00 setiap bulannya. Rata-rata pengeluaran responden untuk konsumsi pangan yaitu Rp965.000,00/orang/bulan dengan proporsi 47% dari total pengeluaran perbulan, maka Ho diterima dan Ha ditolak.

Mayoritas responden memiliki pengeluaran nonpangan kisaran sebesar Rp1.000.000,00-Rp1.499.999,00 setiap bulannya. Rata-rata pengeluaran responden untuk konsumsi nonpangan yaitu Rp1.066.000,00 untuk setiap orang per bulannya. Berjumlah pengeluaran untuk konsumsi pangan dan konsumsi nonpangan responden, rata-rata pendapatan responden yang diterima dari orang tua adalahRp2.023.000,00 per orang per bulannya. Responden yang merupakan mahasiswa dan pemasukan utama berasal dari orang tua menjadikannya sebagai salah satu alasan perbedaan jumlah pengeluaran untuk makan tiap responden setiap bulannya karena dipengaruhi oleh pendapatan orang tua yang juga berbeda.

c. Konsumsi Pangan

H2: Diduga konsumsi pangan berdasarkan TKE termasuk dalam kategori baik.

Berdasarkan penelitian ini terdapat22% atau sebanyak 31 orang masuk dalam kategori baik. Sebanyak 14% atau 19 orang masuk dalam kategori sedang. Sebanyak 12% atau 17 orang masuk dalam kategori kurang. Sisanya sebanyak 52% atau 73 orang masuk dalam kategori defisit. Mayoritas responden masuk dalam kategori defisit yaitu sebanyak 52% dari total responden, maka Ho diterima dan Ha ditolak. Berdasarkan jumlah ini dapat diketahui bahwa masih banyak responden yang belum memperhatikan jumlah energi yang dikonsumsi berdasarkan jumlah energi yang dibutuhkan tiap respondennya. Kondisi ini bisa terjadi akibat tidak seimbangnya konsumsi energi individu dengan kebutuhan energi yang seharusnya, Tidak tercukupinya jumlah energi yang dibutuhkan oleh tubuh dapat menyebabkan masalah kesehatan.

d. Faktor Eksternal dan Faktor Internal yang Mempengaruhi Konsumsi Pangan pada Mahasiswa Perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta

Faktor eksternal yang diidentifikasi dalam penelitian ini yaitu teman sebaya dan makanan cepat saji. Mayoritas responden beranggapan bahwa teman sebaya dapat memengaruhi pemilihan makan responden tersebut. Mayoritas responden sebanyak dari 59% menyatakan tidak sering mengkonsumsi makanan cepat saji.

Faktor internal yang diidentifikasi dalam penelitian ini

yaitu Mayoritas responden yang terdapat pada penelitian ini adalah perempuan yaitu sebanyak 86 orang. Mayoritas responden berada dalam kategori pengeluaran pangan tinggi sesuai dengan pendapatan yang diterima setiap bulannya. Mayoritas responden sebanyak 54% dari jumlah responden mementingkan faktor nonkehatan hal ini menunjukkan responden masih belum paham pentingnya memilih makanan sehat untuk kesehatan masing-masing individu. Sebanyak 73% atau 102 responden dikategorikan tidak sering sarapan. Responden yang merupakan mahasiswa menjadikan jumlah kebiasaan tidak sarapan masih tergolong tinggi. Mayoritas responden sebanyak 94% sudah masuk dalam kategori pengetahuan gizi yang baik. Responden sudah mengetahui hal apa saja yang dibutuhkan oleh tubuh responden agar sesuai dengan anjuran kecukupan gizi

e. Hasil Pengujian Hipotesis dan Pembahasan

H3: Diduga faktor eksternal dan faktor internal berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H4: Diduga jenis kelamin berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H5: Diduga pengeluaran pangan berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H6: Diduga alasan pemilihan makanan berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H7: Diduga kebiasaan sarapan berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H8: Diduga pengetahuan gizi berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H9: Diduga teman sebaya berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

H10: Diduga makanan cepat saji berpengaruh terhadap konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Tabel 1. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Std. Error of the Estimate
1	0.403	0.163	0.118	0.271327

Sumber: Analisis Data Primer, 2020
Berdasarkan Tabel 1, hasil yang diperoleh dari nilai *adjusted R²* sebesar 0,118. Hal ini

menunjukkan persentase sumbangan pengaruh variabel jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan

makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji terhadap konsumsi pangan sebesar 11,8%. Sebanyak 11,8% variasi variabel jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji mampu menjelaskan variabel konsumsi pangan. Sedangkan sisanya 88,2% dipengaruhi variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian seperti pekerjaan orang tua, status pubertas, budaya, psikologi, citra tubuh,

kepercayaan dan lingkungan rumah.

Uji instrumen yang terdiri dari uji validitas dan uji reliabilitas untuk seluruh item dinyatakan valid dan reliabel. Namun setelah dilakukan analisis regresi linear berganda, nilai *adjusted R²* hanya dapat menjelaskan sebesar 0,118 dengan variabel yang signifikan sebanyak 2 variabel. Sehingga, model penelitian ini masih kurang dapat menggambarkan variabel-variabel yang dapat memengaruhi konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret.

Tabel 2. Hasil Uji F dengan Metode Analisis Regresi Linear Berganda

Model	Sum of Square	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1,890	7	0,270	3,667	0,001
Residual	9,718	132	0,074		
Total	11,607	139			

Sumber: Analisis Data Primer, 2020

Tingkat signifikansi (α) yang digunakan yaitu 5% (0,05). Jika nilai Sig < α maka variabel independen (jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji) berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta).

Tabel 2 menunjukkan nilai Sig sebesar 0,001. Nilai Sig sebesar 0,001 lebih kecil dari nilai α sebesar 0,05. Variabel independen yaitu jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya

dan makanan cepat saji secara bersama-sama berpengaruh nyata (signifikan) terhadap variabel dependen yaitu konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Brown (2005) dan Story *et al.* (2000) yang menyatakan bahwa faktor lingkungan dan faktor individu yang berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

Tabel 3. Hasil Uji t dengan Metode Analisis Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficient		Sig.
	B	Std. Error	
(Constanst)	0,712	0,195	3,652
Jenis Kelamin (X1)*	-0,188	0,048	-3,958
Pengeluaran pangan (X2)	0,058	0,000	1,634
Alasan Pemilihan Makanan (X3)	-0,048	0,050	-0,965
Kebiasaan sarapan (X4)*	0,052	0,023	2,265
Pengetahuan Gizi (X5)	0,108	0,190	0,571
Temannya (X6)	0,004	0,025	0,148
Makanan Cepat Saji (X7)	-0,063	0,042	-1,491

(* Signifikan)

Sumber: Analisis Data Primer, 2020

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan semua hasil hipotesis pada penelitian ini yang akan dibandingkan dengan p-value sebesar 0,05.

- 1) Jenis Kelamin terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil penelitian, variabel jenis kelamin (X1) menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 < alpha 0,05, Ho ditolak dan Ha diterima. Variabel jenis kelamin berpengaruh signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel jenis kelamin (X1) bernilai negatif yaitu 0,188 artinya konsumsi pangan pada responden perempuan lebih tinggi dibandingkan konsumsi pangan pada responden laki-laki. Hal ini karena nilai koefisiennya negatif. Jika nilai koefisien positif maka konsumsi pangan perempuan

lebih sedikit dibandingkan laki-laki.

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Julian (2016) bahwa jenis kelamin berpengaruh secara positif terhadap konsumsi pangan. Hal ini dikarenakan terdapat perbedaan jumlah konsumsi perempuan dengan laki – laki sehingga akan memengaruhi keseluruhan konsumsi pangan responden sesuai dengan jenis kelaminnya.

- 2) Pengeluaran Pangan terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel pengeluaran pangan (X2) menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,105 > alpha 0,05, maka Ho diterima dan Ha ditolak. Variabel pengeluaran pangan tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel pengeluaran pangan

(X2) bernilai positif yaitu sebesar 0,058.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Carera (2017) yang dalam penelitiannya menyatakan dengan pendapatan yang tinggi masyarakat nelayan di Desa Ketapang memiliki kecenderungan konsumsi yang sedikit. Hal ini sesuai dengan Hukum Engel dalam Gilarso (2007) yang mengatakan bahwa semakin tinggi penghasilan suatu rumah tangga maka semakin kecil bagian yang dikeluarkan untuk kebutuhan pangan.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2012), Ambo (2018), Karoma (2013) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa uang bulanan berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

- 3) Alasan Pemilihan Makanan terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel alasan pemilihan makanan (X3) menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,336 > \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Variabel alasan pemilihan makanan (X3) tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B

variabel alasan pemilihan makanan (X3) bernilai negatif yaitu sebesar 0,048.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2012) yang menyatakan bahwa tidak adanya pengaruh yang signifikan antara alasan pemilihan makanan dengan konsumsi pangan. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian oleh Suswanti (2013) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa alasan pemilihan makanan berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

- 4) Kebiasaan Sarapan terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel kebiasaan sarapan (X4) menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,025 < \alpha 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Variabel kebiasaan sarapan (X4) berpengaruh signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel kebiasaan sarapan (X4) bernilai positif yaitu sebesar 0,052. Semakin meningkat intensitas variabel kebiasaan sarapan (X4) maka konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta juga akan meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Anggraini (2012) dan Pertiwi (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kebiasaan sarapan berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

5) Pengetahuan Gizi terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel pengetahuan gizi (X5) menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,59 > \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Variabel pengetahuan gizi (X5) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel pengetahuan gizi (X5) bernilai positif yaitu sebesar 0,108.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asrina (2013), Yuliansyah (2007), Putri (2015), dan Sukandar (2009) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan asupan gizi, zat gizi mikro, dan konsumsi energi. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi (2016) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pengetahuan gizi berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

6) Teman Sebaya terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel teman sebaya (X6) menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,882 > \alpha 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Variabel teman sebaya (X6) tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel konsumsi pangan mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel teman sebaya (X6) bernilai positif yaitu sebesar 0,004.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2012) dan Amran (2003), yang menyatakan bahwa tidak adanya pengaruh yang signifikan antara teman sebaya (*peer group*) dengan pola konsumsi makanan. Hasil penelitian yang menunjukkan tidak adanya pengaruh yang signifikan antara teman sebaya terhadap konsumsi pangan tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi (2016) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

7) Makanan Cepat Saji terhadap Konsumsi Pangan Mahasiswa Perantau Universitas Sebelas Maret Surakarta

Berdasarkan hasil analisis, variabel makanan cepat saji (X7) menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,138 >$

alpha 0,05, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Variabel makanan cepat saji (X7) tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel Konsumsi Energi mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Nilai koefisien B variabel makanan cepat saji (X7) bernilai negatif yaitu sebesar 0,063.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa rata-rata pengeluaran responden untuk konsumsi pangan yaitu Rp965.000,00/orang/bulan dengan proporsi sebesar 47% dari pengeluaran total. Rata-rata konsumsi pangan energi mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret yaitu 1774,7 kkal/orang/hari dengan tingkat konsumsi 74,6% sehingga termasuk dalam kategori kurang konsumsi energi. Variabel jenis kelamin, pengeluaran pangan, alasan pemilihan makanan, kebiasaan sarapan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji secara simultan berpengaruh signifikan terhadap konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Variabel jenis kelamin dan kebiasaan sarapan secara parsial berpengaruh signifikan terhadap konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta. Variabel pengeluaran pangan, alasan pemilihan

Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suswanti (2013) dalam penelitiannya menyatakan bahwa makanan cepat saji tidak berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan.

makanan, pengetahuan gizi, teman sebaya dan makanan cepat saji tidak berpengaruh secara signifikan terhadap konsumsi pangan pada mahasiswa perantau di Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah Responden diharapkan dapat menggunakan uang bulanan dengan proporsi yang tepat untuk mencukupi pengeluaran terhadap konsumsi pangan yang sehat dan bergizi yang baik bagi tubuh. Responden diharapkan memiliki pola makan yang teratur sehingga dapat memenuhi tingkat kecukupan energi masing-masing perindividu sesuai umur dan jenis kelamin. Responden diharapkan memulai kebiasaan sarapan sehingga kebutuhan energi dapat tercukupi dan dapat menjaga konsentrasi dalam aktifitas sehari-hari. Universitas Sebelas Maret Surakarta dapat memberikan penyuluhan terkait konsumsi pangan dan gizi kepada mahasiswa sehingga dapat meningkatkan pengetahuan terkait kecukupan gizi dan kategori tingkat kecukupan energi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambo K 2018. *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pola Konsumsi Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*. Skripsi. FEB Islam Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Amran Y 2003. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Pola Konsumsi Mahasiswa Asrama UI Depok*. Skripsi. FKM UI.
- Anggraini S 2012. *Faktor Lingkungan dan Faktor Individu Hubungannya dengan Konsumsi Makanan pada Mahasiswa Asrama Universitas Indonesia Depok*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Asrina T 2013. *Hubungan Pengetahuan, Asupan Gizi dengan Status Gizi Siswa dan Manajemen Penyelenggara Makan di SMA Negeri 2 Tinggi Moncong Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan*. *J Media Gizi* 2(2).
- Brown E 2005. *Nutrition. Through the Life Cycle* Second Edition. :ThomsonWadsworth. USA.
- Carera V 2017. *Hubungan antara Pendapatan dengan Pola Konsumsi Masyarakat Nelayan di Desa Ketapang Kecamatan Padang Cermin Kabupaten Pesawaran*. Skripsi. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lampung.
- Gilarso T 2007. *Pengantar Ilmu Ekonomi Mikro*. Yogyakarta: Kanisius.
- Julian 2016. *Pola Konsumsi Mahasiswa Indekos Di Universitas Lampung (Studi Kasus : Mahasiswa S1 Reguler Feb Unila)*. Skripsi. FEB Universitas Lampung.
- Karoma AR 2013. *Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Mahasiswa Indekos di Kota Makassar*. Skripsi. FEB Universitas Hasanuddin.
- Luciana 2012. *Presscholl Childreen Dietary Pattern And associated Factors*. *J. Pediatric* 88(2).
- Pertiwi AM 2016. *Faktor - Faktor yang Memengaruhi Konsumsi dan Frekuensi Makanan Jajanan Siswa Kelas X Tata Boga SMK N 1 Sewon*. *E-Journal Student Pendidikan Teknik Boga* 5(8).
- SafitriI, Zuliani A, Wijayanti HS2016. *Lembar Balik Pendidikan Gizi untuk Siswa Sekolah Dasar : Empat Pilar Gizi Seimbang*. Jakarta : Ajinomoto.
- Story M, Stang J 2000. *Understanding Adolescent Eating Behaviour. Guidelines for Adolescent Nutrition Services*. Adol_Book.
- Sugiyono 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukandar, D. 2009. *Studi Sosial Ekonomi, Aspek Pangan Gizi dan Sanitasi*. Departemen Gizi

Maria Christina: Faktor Eksternal....

Masyarakat. Bogor. Institut
Pertanian Bogor.
Suswanti I 2008. *Faktor-Faktor yang
Berhubungan dengan
Pemilihan Makanan Cepat
Saji pada Mahasiswa
Fakultas Kedokteran dan
Ilmu Kesehatan UIN Syarif
Hidayatullah Jakarta.*
Skripsi. Fakultas
Kedokteran dan Ilmu

Kesehatan UIN Syarif
Hidayatullah Jakarta.
Yuliansyah D 2007. *Faktor-Faktor
Yang Berhubungan dengan
Status Gizi Remaja Putri di
Sekolah Menengah Umum
Negeri Toho Kabupaten
Pontianak.* Skripsi. Fakultas
Kedokteran Universitas Gadjah
Mada Yogyakarta.