

KONSUMSI MINUMAN HERBAL DAN PROBIOTIK DI KALANGAN MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Indah Oktavia Halim^{1*}, Elly Rasmikayati¹, Bobby Rachmat Saefudin²

¹Fakultas Pertanian, Universitas Padjadjaran, Indonesia
Jl. Bandung-Sumedang KM. 21, Jatinangor 45363

²Fakultas Pertanian, Ma'some University, Indonesia
Jl. Raya Cipacing No. 22, Jatinangor 45363

*Corresponding author: indah18002@mail.unpad.ac.id

Abstract: Drinks are fluids that are needed by the body, these drinks are categorized into healthy drinks and sweet drinks. Drink consumption changed during the Covid-19 pandemic, which is a new virus originating from Wuhan, China with a very fast spread that has an impact on the economy, changes in social relations, and changes in lifestyle. Efforts that can be made to reduce the spread of the virus is to maintain the body's immunity, one way is by consuming healthy drinks. Although healthy drinks for students during the pandemic have increased, the consumption of sweet drinks is still favored by students and until now there are still few studies that discuss the habits of consuming healthy drinks in students. The purpose of this study was to determine of consumption of healthy drinks both before and during the Covid-19 pandemic. This study uses a quantitative descriptive design with a survey method. The study was conducted on students of the Faculty of Agriculture, Padjadjaran University batch 2020. The analytical method used was descriptive statistics with column diagrams, frequency distribution tables and cross tabulations. The results showed that there was an increase in the consumption of healthy drinks, namely herbal drinks and probiotic drinks during the Covid-19 pandemic.

Keywords: drinks; Covid-19; students; consumption level

Abstrak: Minuman merupakan cairan yang diperlukan oleh tubuh, minuman tersebut dikategorikan menjadi minuman sehat dan minuman manis. Konsumsi minuman mengalami perubahan pada saat pandemi Covid-19 yang merupakan virus baru berasal dari Wuhan, China dengan penyebaran sangat cepat sehingga berdampak pada ekonomi, perubahan hubungan sosial, dan perubahan pola hidup. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi penyebaran virus adalah dengan menjaga imunitas tubuh salah satu caranya adalah dengan mengonsumsi minuman sehat. Walaupun minuman sehat pada mahasiswa di masa pandemi mengalami peningkatan, namun tetap saja konsumsi minuman manis masih digemari oleh mahasiswa dan hingga saat ini masih sedikit studi yang membahas kebiasaan mengonsumsi minuman sehat pada mahasiswa. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui konsumsi minuman sehat baik sebelum dan saat pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian dilakukan pada mahasiswa Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran angkatan 2020. Metode analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif dengan diagram kolom, tabel distribusi frekuensi dan tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pada konsumsi minuman sehat, yaitu minuman herbal dan minuman probiotik saat pandemi Covid-19.

Kata kunci: minuman; Covid-19; mahasiswa; tingkat konsumsi

PENDAHULUAN

Menurut data *National Nutrition Survey* (1995) dalam O'Leary et al. (2012) konsumen terbesar minuman manis yang meliputi minuman bersoda, minuman energi, dan minuman isotonik adalah konsumen dewasa muda yang berusia 18-24 tahun. Temuan serupa juga dihasilkan West et al. (2006) dan Bipasha et al. (2017), yang berturut-turut menunjukkan bahwa 65% mahasiswa mengonsumsi minuman manis setiap hari, sedangkan Universitas di Bangladesh menunjukkan bahwa 95% mahasiswa mengonsumsi minuman manis dan sebanyak 54% diantaranya mengonsumsi minuman manis lebih dari dua kali dalam seminggu.

Sejalan dengan Fahria & Ruhana (2022) menunjukkan bahwa 81% mahasiswa di Universitas Negeri Surabaya mengonsumsi minuman manis 2-3 kali dalam seminggu yang meliputi teh dalam kemasan, minuman jus/sari buah, minuman bersoda, dan minuman isotonik. Artinya frekuensi konsumsi minuman manis pada mahasiswa telah melewati batas rekomendasi WHO (*World Health Organization*), yaitu sebanyak 50 gram atau 3,5 sendok makan per hari. Menurut standar WHO (2017) pada usia remaja, asupan gula harus dikurangi karena akan berdampak pada meningkatnya kegemukan dan risiko penyakit metabolik.

Virus dengan jenis *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) menyebar dengan sangat cepat di berbagai belahan dunia, sehingga dikenal sebagai pandemi Covid-19 (Zahra et al., 2020). Pandemi Covid-19 juga berdampak pada masyarakat, tak terkecuali mahasiswa, seperti menurunnya aktivitas ekonomi, perubahan hubungan sosial, dan perubahan pola hidup (Liu et al., 2020). Menurut Rasmikayati et al. (2021) pandemi Covid-19 diduga memengaruhi perubahan dalam banyak aspek seperti perilaku dalam mengonsumsi pada sebelum dan selama pandemi Covid-19.

Salah satu upaya untuk mengurangi penyebaran virus adalah dengan mengonsumsi minuman sehat (Suyatmin & Sukardi, 2018). Minuman sehat adalah sesuatu yang diminum dan memiliki manfaat baik untuk kesehatan (Lee et al., 2014). Jika dikonsumsi secara rutin maka dapat meningkatkan dan menjaga daya tahan

tubuh karena penyebaran virus bergantung pada tingkat kekebalan tubuh seseorang. Minuman sehat terdiri dari berbagai jenis yang dipengaruhi oleh pengolahan, manfaat, dan tempat tinggal. Minuman herbal atau minuman tradisional dengan bahan dasar rempah memiliki banyak manfaat bagi kesehatan yang meliputi jamu, wedang, bandrek, bajigur, STMJ (Susu Telur Madu Jahe), dan lainnya.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan sebanyak 44% masyarakat Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional untuk menjaga, merawat, atau memulihkan kesehatannya. Selain itu, masyarakat memanfaatkan pengolahan rempah menjadi berbagai jenis ramuan buatan sendiri. Sedangkan pada tahun 2021 atau pada masa pandemi, dalam surat edaran Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan No: HK.02.02/IV.2243/2020, memberikan penjelasan mengenai peningkatan pemanfaatan herbal untuk memelihara kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan yang diperlukan untuk peningkatan imunitas selama pandemi Covid-19.

Selain minuman herbal, minuman probiotik juga termasuk minuman sehat berbahan dasar susu murni fermentasi yang meliputi yoghurt, yakult, kefir, kombucha, dan lainnya. Menurut Grand View Research, minuman probiotik memiliki pangsa pasar global yang bernilai 13,65 miliar pada tahun 2019 dan diperkirakan akan berkembang pada tingkat pertumbuhan tahunan gabungan sebesar 6% dari tahun 2020 hingga 2027. Menurut per-BPOM No. 30 tahun 2018 mengenai angka konsumsi pangan, mengungkapkan ternyata angka konsumsi yoghurt di Indonesia sebanyak 155 gram/orang per hari dan angka tersebut lebih kecil dari angka konsumsi yogurt di negara lain, namun angka tersebut diprediksi meningkat setiap tahunnya (Rohman & Maharani, 2020). Penelitian Bradley et al. (2019) menunjukkan bahwa modulasi mikrobiota usus dapat mencegah enteritis dan replikasi virus tahap awal di sel paru sehingga dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi Covid-19.

Adanya pandemi Covid-19 seharusnya menjadikan mahasiswa sadar akan pentingnya kebutuhan imunitas tubuh dengan mengonsumsi minuman sehat, seperti minuman herbal dan minuman probiotik yang dapat meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi. Hal yang

perlu diperhatikan dalam mengonsumsi minuman sehat adalah jenis dan frekuensi, kuantitas, serta waktu yang tepat. Pada kenyataannya, baik sebelum dan saat pandemi Covid-19 masih banyak mahasiswa yang mengonsumsi minuman manis dan hingga saat ini belum banyak studi di Indonesia yang membahas kebiasaan minuman sehat pada mahasiswa dikarenakan mahasiswa merupakan salah satu konsumen minuman manis terbanyak.

Penanganan terhadap konsumsi minuman manis secara berlebihan, diperlukan kesadaran dari mahasiswa. Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa, harus menjaga imunitas tubuhnya atau menginvestasi kesehatannya untuk masa depan, terutama pada saat pandemi Covid-19. Penting bagi mahasiswa untuk menerapkan pola hidup sehat dengan membatasi konsumsi minuman manis dan menggantinya dengan konsumsi minuman sehat. Membiasakan mengonsumsi minuman sehat pada saat remaja menjadi penting untuk mencegah munculnya masalah kesehatan pada saat dewasa atau tua (Nurjanah, 2017). Tujuan dari penelitian ini ialah mengetahui konsumsi minuman sehat baik sebelum dan saat pandem

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran angkatan 2020 yang terdiri dari dua Program Studi, yaitu Agroteknologi dan Agribisnis dengan jumlah 366 mahasiswa. Penelitian ini juga menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *simple random sampling*. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode survei yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara kuantitatif beberapa kecenderungan, perilaku atau opini dari suatu populasi (Creswell, 2016). Ukuran sampel yang digunakan sebanyak 131 mahasiswa dengan menggunakan rumus proporsi populasi yang diketahui p dan q sebesar 0,5 dan *bound of error* sebesar 0,07 (Sheaffer et al., 2011), sebagai berikut:

$$n = \frac{Npq}{(N-1)D + pq}$$

Keterangan:

n = ukuran sampel

N = Populasi

p = perkiraan populasi yang akan memilih (0,5)
 q = perkiraan populasi tidak akan memilih ($1 - p = 0,5$)

D = Galat Penggunaan

dimana,

$$D = \frac{B^2}{4} = \frac{(0,07)^2}{4} = 0,001225$$

dengan mengetahui besarnya populasi, sehingga diperoleh jumlah sampel sebesar:

$$n = \frac{366(0,5 \times 0,5)}{(366 - 1) \times 0,001225 + (0,5 \times 0,5)}$$

$$n = \frac{91,5}{0,45 + 0,25}$$

$$n = \frac{91,5}{0,7} = 130,7 \approx 131$$

Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer didapatkan melalui pengisian kuesioner dalam bentuk *google form*, sedangkan data sekunder didapatkan dari berbagai sumber literatur, seperti artikel, jurnal, dan buku. Data diolah menggunakan alat analisis statistika deskriptif seperti diagram kolom, tabel distribusi frekuensi, dan tabulasi silang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik ini merupakan identitas atau ciri-ciri yang menggambarkan kondisi individu dan keluarga dari setiap mahasiswa yang memiliki perbedaan antara satu dengan yang lainnya.

Program Studi, Jenis Kelamin, Usia, Tempat Tinggal

Berdasarkan data pada Tabel 1, program studi paling tinggi merupakan mahasiswa jurusan Agroteknologi. Hal ini dikarenakan jumlah mahasiswa Agroteknologi lebih banyak daripada jumlah keseluruhan mahasiswa Agribisnis, yaitu 250 mahasiswa aktif. Selain itu, jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 43 responden atau dua kali lebih banyak daripada laki-laki.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan program studi, jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal

	Frekuensi	Persentase
Program Studi		
Agribisnis	59	45
Agroteknologi	72	55
Jumlah	131	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	44	34
Perempuan	87	66
Jumlah	131	100
Usia		
18 tahun	2	2
19 tahun	91	69
20 tahun	35	27
21 tahun	3	2
Jumlah	131	100
Tempat Tinggal		
Rumah	122	93
Kos	9	7
Jumlah	131	100

Hal ini dikarenakan data menunjukkan jumlah mahasiswa Agroteknologi dan Agribisnis di dominasi oleh jenis kelamin perempuan. Dalam penelitian Akhriani et al. (2016) menunjukkan mahasiswa perempuan lebih banyak daripada laki-laki karena laki-laki cenderung mengonsumsi minuman manis, sedangkan perempuan mengonsumsi minuman yang dapat menjaga kesehatan terutama berat badan.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan pengeluaran

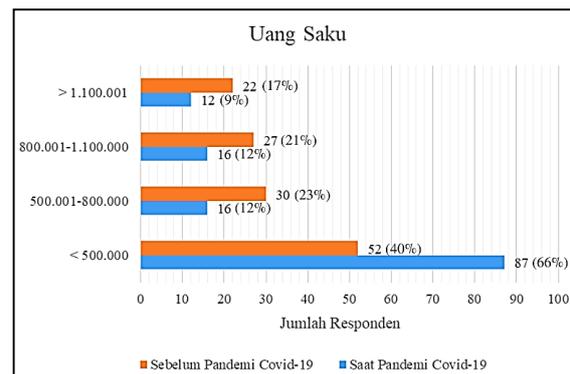
Pengeluaran (Rp/seminggu)	Sebelum Pandemi Covid-19		Saat Pandemi Covid-19	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
< 10.000	32	24	25	19
10.001 - 30.000	57	44	53	40
30.001 - 50.000	30	23	40	31
> 50.001	12	9	13	10
Jumlah	131	100	131	100

Data dalam Tabel 2 juga menunjukkan usia responden mayoritas berusia 19 tahun

karena merupakan usia ideal masuk sebagai angkatan 2020. Mayoritas 93% responden bertempat tinggal di rumah bersama orang tuanya dikarenakan pandemi Covid-19 yang mengharuskan *school from home*, sementara itu 7% responden bertempat tinggal jauh dari rumah atau tinggal di kos dikarenakan terdapat aktivitas organisasi dan lain sebagainya yang mengharuskan datang ke Universitas. Bahkan pada penelitian Nugraheni (2017) mengatakan bahwa sebelum pandemi mayoritas mahasiswa masih tinggal bersama keluarga inti (67%).

Uang Saku

Berdasarkan data pada Gambar 1, terlihat bahwa uang saku baik sebelum dan saat pandemi termasuk kategori rendah, namun saat pandemi responden memiliki uang saku rendah paling banyak dibandingkan sebelum pandemi dengan selisih 26%. Hal ini dikarenakan menurunnya pendapatan keluarga serta penggunaan kebutuhan keluarga untuk keperluan lainnya di masa pandemi, sehingga pemberian uang saku saat pandemi juga menurun. Dalam penelitian Wahyudi (2017) uang saku pada mahasiswa akan memengaruhi pengeluaran konsumsi dengan jumlah yang berbeda-beda dari setiap mahasiswanya.

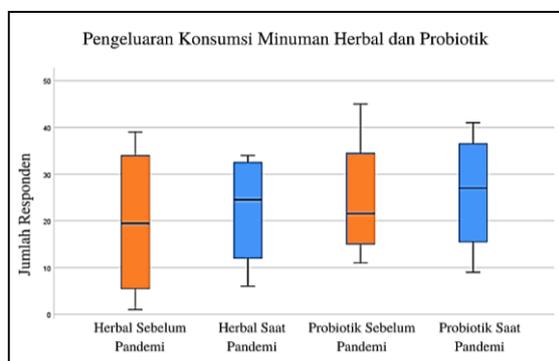


Gambar 1. Karakteristik responden berdasarkan uang saku

Pengeluaran

Berdasarkan data pada Tabel 2, terlihat bahwa pengeluaran khusus untuk konsumsi minuman dalam seminggu pada sebelum dan saat pandemi Covid-19 sebesar Rp10.001 – Rp30.000/minggu termasuk kategori cukup/sedang, namun terjadi peningkatan pengeluaran konsumsi saat pandemi dibandingkan sebelum pandemi. Hal ini dikarenakan frekuensi konsumsi minuman sehat bertambah pada saat pandemi.

Jika dilihat secara rinci, pada Gambar 2 khusus pengeluaran konsumsi minuman herbal dan probiotik. Terlihat bahwa median pada minuman herbal dan probiotik saat pandemi lebih tinggi daripada yang sebelum pandemi. Panjang box berwarna biru juga memiliki perbedaan artinya pengeluaran konsumsi minuman herbal sebelum pandemi memiliki varian lebih menyebar atau lebih banyak daripada pengeluaran konsumsi minuman probiotik. Hal ini dikarenakan mahasiswa mengeluarkan uang untuk mencoba berbagai jenis minuman herbal, sedangkan saat pandemi responden dapat mengontrol pengeluaran untuk membeli minuman herbal dan probiotik dengan jenis yang serupa. Data juga tidak memiliki nilai ekstrim karena tidak ada nilai yang berada di luar box plot, sehingga mengindikasikan bahwa pengeluaran konsumsi minuman sehat sebelum dan saat pandemi memiliki perbedaan yang tidak signifikan.



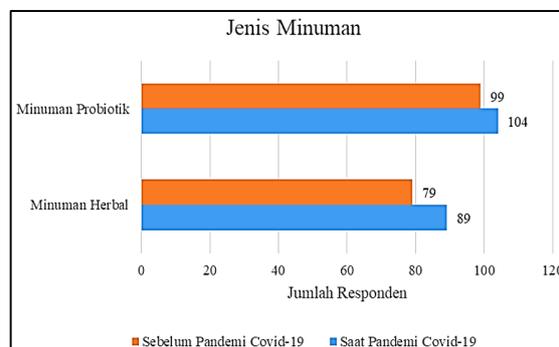
Gambar 2. Pengeluaran konsumsi minuman herbal dan probiotik

Jenis Minuman

Pada sebelum dan saat pandemi, responden dapat memilih satu pilihan atau keduanya yaitu antara konsumsi jenis minuman herbal dan/atau probiotik sehingga didapatkan seperti pada Gambar 3. Terdapat perubahan tidak signifikan pada kedua jenis minuman tersebut, terlihat bahwa pada sebelum dan saat pandemi selisih minuman herbal hanya 10 responden dan selisih minuman probiotik hanya 5 responden atau dengan kata lain hanya 2% saja.

Dari 131 responden yang mengonsumsi minuman herbal sebelum pandemi hanya 79 responden dan saat pandemi menjadi 89 responden, sedangkan yang mengonsumsi minuman probiotik sebelum pandemi hanya 99

responden dan saat pandemi menjadi 104 responden. Adapun beberapa responden yang tidak mengonsumsi minuman herbal dan probiotik baik sebelum dan saat pandemi dengan alasan hanya mengonsumsi minuman manis karena rasa segar, hobi, dan enak.



Gambar 3. Jenis minuman herbal dan probiotik

Tingkat Konsumsi Minuman Herbal

Berdasarkan data pada Tabel 3 setiap responden dapat memilih lebih dari satu jawaban, sehingga sebelum pandemi dari 79 responden terdapat 131 jawaban dan saat pandemi dari 89 responden terdapat 157 jawaban. Pertambahan jumlah responden akan memengaruhi jawaban responden, tetapi baik sebelum dan saat pandemi Covid-19, jamu memiliki nilai tertinggi yang sering dikonsumsi oleh mahasiswa. Sejalan dengan penelitian Siregar et al. (2020) menunjukkan bahwa dari 1.524 responden, 79% responden mengonsumsi jamu untuk meningkatkan daya tahan tubuh selama pandemi Covid-19. Adapun jenis minuman herbal lainnya yang dikonsumsi sebelum pandemi, yaitu rebusan jahe, kuning putih, perasan lemon, dan *liang tea*, sedangkan yang dikonsumsi saat pandemi, yaitu rebusan jahe, kuning putih, *liang tea*, perasan lemon, dan daun handeuleum.

Sebelum dan saat pandemi Covid-19, dari 79 dan 89 responden terdapat 56 responden (70%) dan 57 responden (64%) yang memiliki frekuensi tertinggi dalam mengonsumsi minuman herbal yaitu 1-3 kali/minggu. Terlihat juga bahwa terjadi perubahan dalam mengonsumsi minuman herbal, hal ini dikarenakan responden menjadi lebih sering mengonsumsi secara rutin dan teratur saat pandemi.

Tabel 3. Tingkat konsumsi minuman herbal sebelum dan saat pandemi Covid-19

	Sebelum Pandemi Covid-19		Saat Pandemi Covid-19	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Jenis Minuman				
Bajigur	13	10	13	8
Bandrek	16	12	25	16
Jamu	50	38	53	39
STMJ	17	13	20	13
Wedang	29	22	33	21
Lainnya	6	5	13	8
Jumlah	131	100	157	100
Frekuensi Konsumsi				
1-3 kali/bulan	21	27	13	17
1-3 kali/minggu	56	70	57	64
4-7 kali/minggu	2	3	17	19
Jumlah	79 orang	100	89 orang	100
Tujuan Mengonsumsi				
Meningkatkan imunitas tubuh	63	45	76	46
Melancarkan sistem pencernaan	32	23	38	23
Menjaga kesehatan kulit	18	13	22	13
Meningkatkan kinerja otak dan energi	20	14	25	15
Lainnya	8	6	4	2
Jumlah	141	100	165	100

Tingkat Konsumsi Minuman Probiotik

Penelitian Mustakim et al. (2021) menunjukkan 35% responden rutin mengonsumsi minuman herbal selama pandemi Covid-19 dengan frekuensi paling umum 1 kali/hari (40%).

Tujuan mengonsumsi dapat dipilih lebih dari satu jawaban, sehingga sebelum pandemi dari 79 responden terdapat 141 jawaban dan saat pandemi dari 89 responden terdapat 165 jawaban. Baik sebelum dan saat pandemi Covid-19, meningkatkan imunitas tubuh memiliki nilai tertinggi dari tujuan mahasiswa mengonsumsi minuman herbal. Adapun sebelum pandemi tujuan lainnya, yaitu untuk meredakan nyeri haid, obat asam lambung, dan melancarkan pernafasan, sedangkan saat pandemi tujuan lainnya, yaitu untuk meredakan nyeri haid dan kebutuhan vitamin.

Berdasarkan data pada Tabel 4 setiap responden dapat memilih lebih dari satu jawaban, sehingga sebelum pandemi dari 99 responden terdapat 175 jawaban dan saat pandemi dari 104 responden terdapat 185

jawaban. Pertambahan jumlah responden akan memengaruhi jawaban responden, tetapi baik sebelum dan saat pandemi Covid-19, yakult memiliki nilai tertinggi yang sering dikonsumsi mahasiswa. Menurut penelitian Kasmadi et al. (2011) menunjukkan sebanyak 93 responden (93%) mengonsumsi minuman probiotik jenis yakult karena sudah dikenal masyarakat dan promosinya jauh lebih luas.

Sebelum dan pandemi Covid-19 dari 99 dan 104 responden terdapat 67 responden (68%) dan 64 responden (61%) yang memiliki frekuensi tertinggi dalam mengonsumsi minuman probiotik yaitu 1-3 kali/minggu. Menurut penelitian Ruspiana (2018) menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi minuman probiotik dilakukan 1-3 kali/minggu sebanyak 30 responden (25%) dan setiap hari sebanyak 54 responden (45%).

Tujuan mengonsumsi dapat dipilih lebih dari satu jawaban, sehingga sebelum pandemi Covid-19 dari 99 responden terdapat 181 jawaban dan saat pandemi Covid-19 dari 104

responden terdapat 210 jawaban. Baik sebelum dan saat pandemi Covid-19, melancarkan sistem pencernaan memiliki nilai tertinggi dari tujuan mahasiswa mengonsumsi minuman probiotik. Adapun sebelum pandemi tujuan lainnya, yaitu untuk melepas dahaga dan diet.

Hubungan Antara Karakteristik Responden dengan Tingkat Konsumsi

Berdasarkan data pada Tabel 5 terlihat bahwa jenis minuman yang paling sering dikonsumsi adalah jamu dan yakult, sedangkan frekuensi konsumsi yang paling sering dikonsumsi adalah sama, yaitu 1-3 kali/minggu. Terlihat juga bahwa sebelum dan saat pandemi Covid-19, jenis minuman dan frekuensi konsumsi memiliki perbedaan yang tidak signifikan. Seperti halnya konsumsi jenis minuman dan frekuensi konsumsi sebelum dan saat pandemi didominasi oleh perempuan. Pada konsumsi jamu dibuktikan dengan penelitian Bouver et al. (2001) bahwa remaja di Indonesia juga mengonsumsi jamu, sedangkan pada konsumsi yakult menurut penelitian Suardi (2019) menyatakan bahwa yang paling sering mengonsumsi yakult adalah pelajar wanita (42%) dengan kelompok usia 18-23 tahun karena hampir 99% responden mengenal Yakult sebagai pelopor minuman kesehatan yang

mengandung probiotik. Menurut penelitian F. A. Siregar (2021) menunjukkan bahwa mayoritas perempuan mengonsumsi minuman herbal jenis jamu dengan frekuensi konsumsi 1-2 kali/minggu sebanyak 39 orang (57%). Adapun menurut penelitian Ruspiana (2018) menunjukkan bahwa sebanyak 30% responden mengonsumsi minuman probiotik setiap hari adalah perempuan dan responden merasakan manfaat yang diberikan.

Responden yang mengonsumsi jenis minuman jamu dan yakult dengan frekuensi 1-3 kali/minggu baik sebelum dan saat pandemi bertempat tinggal di rumah, artinya responden yang bersama dengan keluarga akan lebih sering mengonsumsi minuman sehat, dibandingkan responden yang tinggal di kos. Hasil temuan ini sejalan dengan Rahman et al. (2020) menunjukkan bahwa jenis konsumsi minuman itu bergantung pada tempat tinggal. Menurut penelitian Regina (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan tempat tinggal dan frekuensi konsumsi minuman sehat, artinya responden yang tinggal bersama keluarga inti lebih sering mengonsumsi minuman sehat jika dibandingkan responden yang tinggal di kos maupun yang tinggal bersama saudara. Semakin tinggi frekuensi konsumsi minuman maka akan semakin terasa manfaatnya.

Tabel 4. Tingkat konsumsi minuman probiotik sebelum dan saat pandemi Covid-19

Jenis Minuman Probiotik	Sebelum Pandemi Covid-19		Saat Pandemi Covid-19	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Yoghurt	83	48	91	49
Yakult	90	51	90	49
Kombucha	2	1	3	2
Kefir	0	0	1	1
Jumlah	175	100	185	100
Frekuensi Konsumsi				
1-3 kali/bulan	11	11	10	10
1-3 kali/minggu	67	68	64	61
4-7 kali/minggu	21	21	30	29
Jumlah	99 orang	100	104 orang	100
Tujuan Mengonsumsi				
Meningkatkan imunitas tubuh	51	28	76	36
Melancarkan sistem pencernaan	89	49	90	43
Menjaga kesehatan kulit	19	11	21	10
Meningkatkan kinerja otak dan energi	19	11	23	11
Lainnya	3	2	0	0
Jumlah	181	100	210	100

Tabel 5. Tabulasi silang antara karakteristik responden dengan jenis minuman dan frekuensi konsumsi

	JENIS MINUMAN								FREKUENSI MINUM							
	Herbal Jamu				Probiotik Yakult				Herbal 1-3 kali/minggu				Probiotik 1-3 kali/minggu			
	Sebelum		Saat		Sebelum		Saat		Sebelum		Saat		Sebelum		Saat	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Jenis Kelamin																
Laki-laki	13	10	12	7	30	17	31	17	23	18	21	13	26	15	25	13
Perempuan	37	28	41	26	60	34	60	32	33	25	36	23	41	23	39	21
Tempat Tinggal																
Rumah	48	37	52	33	84	48	85	46	51	39	53	34	60	34	61	33
Kosan	2	1	1	1	6	3	6	3	5	4	4	3	7	4	3	7
Uang Saku (ribuan rupiah)																
< 500	20	15	35	22	62	35	58	31	18	14	36	23	47	27	43	23
500-800	13	10	8	5	11	6	11	6	15	11	8	5	8	5	8	4
800-1.100	7	5	6	3	13	7	13	7	10	8	7	4	9	5	8	4
> 1.100	10	8	4	3	4	2	9	5	13	10	6	4	3	2	5	3
Pengeluaran (ribuan rupiah)																
< 10	25	19	15	10	17	10	17	9	25	19	21	13	15	9	17	9
10-30	18	14	23	15	40	23	36	19	22	17	23	15	36	21	31	17
30-50	7	5	12	8	23	13	29	16	8	6	11	7	10	6	11	6
> 50	0	0	3	2	10	6	9	5	1	1	2	1	6	3	5	3

Hal ini juga didukung dengan penelitian Vrese et al. (2018) yang menunjukkan bahwa manfaat dari minuman probiotik akan dapat dirasakan jika dikonsumsi dengan frekuensi yang sering.

Uang saku sebelum dan saat pandemi yang dimiliki oleh responden dengan jenis minuman jamu dan yakult serta mengonsumsi 1-3 kali/minggu adalah < Rp500.000/bulan, artinya responden mampu membagi uangnya untuk kebutuhan kesehatannya, terutama di masa pandemi Covid-19. Menurut Rasmikayati et al. (2020) dengan uang saku tinggi maka konsumen dapat membeli barang yang berharga tinggi juga, seperti halnya menurut Deliens et al. (2015) responden dengan uang saku yang lebih rendah akan cenderung memilih jenis minuman dengan harga yang lebih rendah untuk menekan pengeluaran karena menurut Rasmikayati et al. (2020) salah satu ciri konsumen di Indonesia adalah mencari barang atau makanan dengan harga yang lebih murah. Menurut Ramadhani (2015) mahasiswa yang memiliki uang saku Rp400.000- Rp500.000/bulan, sebagian besar frekuensi konsumsi yoghurt hanya dalam satu kali per minggu. Padahal menurut Bouver et al. (2001) bahwa kelompok yang mengonsumsi tiga kali dalam seminggu akan lebih efektif menyembuhkan daripada yang kurang dari tiga kali.

Pengeluaran responden sebelum dan saat pandemi Covid-19 yang digunakan untuk konsumsi jenis minuman jamu dan yakult

dengan frekuensi konsumsi 1-3 kali/minggu adalah Rp10.001 - Rp30.000/minggu, artinya responden mampu memanfaatkan pengeluaran untuk mengonsumsi minuman sehat tanpa menghiraukan harga dan jumlah pengeluaran selalu bergantung pada uang saku yang diberikan. Menurut Natawidjadja et al. (2017) walaupun harga mengalami kenaikan, sebagian besar konsumen (80%) tetap membeli barang dengan jenis yang sama tanpa mengurangi jumlah pembelian, artinya jika terjadi kenaikan harga responden mampu mengeluarkan uang berapapun jumlahnya. Menurut penelitian Tama (2014) menunjukkan bahwa pengeluaran konsumsi mahasiswa yang tinggal di kos lebih besar daripada yang tinggal di rumah sendiri, hal ini dikarenakan mahasiswa yang tinggal di kos harus memenuhi kebutuhan hidupnya termasuk makanan dan minuman dengan menggunakan uang saku yang diberikan, sedangkan mahasiswa yang tinggal di rumah pengeluaran konsumsinya sudah ditanggung oleh orang tua. Berdasarkan penelitian Rahmawati et al. (2019) pengeluaran makanan dan minuman setiap individu akan selalu menyesuaikan dengan uang saku yang diperolehnya, sehingga dengan uang saku yang berkisar antara Rp1.500.001-Rp2.500.000/bulan, responden akan menggunakan pengeluaran berada pada rentang di bawah uang saku karena tidak semua uang saku digunakan untuk kebutuhan konsumsi makanan dan minuman saja. Seperti halnya

penelitian Ramadhani (2015) konsumsi minuman sehat pada mahasiswa masih kurang dikarenakan mahasiswa menganggap bahwa minuman sehat bukanlah kebutuhan yang harus dipenuhi dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Karakteristik responden yang mengonsumsi minuman herbal dan probiotik didominasi oleh mahasiswa Agroteknologi berjenis kelamin perempuan berusia 19 tahun, bertempat tinggal di rumah orang tuanya, memiliki uang saku yang semakin berkurang pada saat pandemi Covid-19 menjadi 0-Rp300.000/bulan, dan pengeluaran yang digunakan untuk konsumsi minuman herbal dan probiotik tetap Rp10.000-Rp30.000/minggu baik sebelum dan saat pandemi. Konsumsi minuman herbal dan probiotik sebelum dan saat pandemi mengalami peningkatan. Konsumsi minuman herbal meningkat 7% dan minuman probiotik meningkat 4% saat pandemi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih atas kerjasamanya kepada Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Tak lupa juga terimakasih sebanyak-banyaknya kepada Bu Elly, Pak Bobby, para dosen penelaah, orang tua, teman seperbimbingan, seluruh responden, dan teman-teman karena selalu mendukung, membantu, dan sabar terhadap penulis dalam menyusun jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

Akhriani, M., Fadhilah, E., & Kurniasari, F. N. (2016). Hubungan Konsumsi Minuman Berpemanis dengan Kejadian Kegemukan pada Remaja di SMP Negeri 1 Bandung. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3(1), 29–40.

Bouver, M., Meance, S., Bouley, C., Berta, Jean Louis, & Grimaud, Jean Charles. (2001). *Effects of Consumption of a Milk Fermented by the Probiotic Strain Bifidobacterium animalis DN-173 010 on Colonic Transit Times in Healthy Humans*. 20(2), 43–48.

Creswell, J. W. (2016). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.

Deliens, T., Clarys, P., Bourdeaudhuij, I. De, & Deforche, B. (2015). *Correlates of University Students' Soft and Energy Drink Consumption According to Gender and Residency*. 6550–6566. <https://doi.org/10.3390/nu7085298>

Fahria, S., & Ruhana, A. (2022). Konsumsi Minuman Manis Kemasan pada Mahasiswa Prodi Gizi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Gizi Unesa*, 02, 95–99.

Kasmadi, Mirdhayati, I., & Rahmadani, E. (2011). Preferensi Konsumen Terhadap Minuman Susu Fermentasi di Tiga Mall Kota Pekanbaru. *Jurnal Peternakan*, 8(1), 27–37.

Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., & Lu, L. (2020). Mental Health Considerations for Children Quarantined because of Covid-19. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 4(5), 347–349. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30096-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30096-1)

Mustakim, Rusman Efendi, & Intan Rosenanda Sofiany. (2021). Pola Konsumsi Pangan Penduduk Usia Produktif Pada Masa Pandemi Covid-19. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 17. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v0i0.27203>

Natawidjadja, R. S., Sulistiowaty, L., Kusno, K., Aryan, D., & Rachmat, B. (2017). Analisis Preferensi, Kepuasan, dan Ketersediaan Konsumen Membayar Beras Di Kota Bandung. *Agro Indo Mandiri*, 1.

Nugraheni, R. S. (2017a). Perilaku Konsumsi Minuman Dalam Kemasan Di Kalangan Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. *Doctoral Dissertation, Unika Soegijapranata*.

Nugraheni, R. S. (2017b). *Perilaku Konsumsi Minuman Dalam Kemasan Di Kalangan Mahasiswa Universitas Katolik*

- Soegijapranata Semarang (Doctoral dissertation, Unika Soegijapranata).
- Nurjanah, R. (2017). Faktor-Faktor Pola Makan Pada Remaja di SMK Negeri 4 Yogyakarta. *Skripsi*, 1–83.
- O’Leary, F., Hattersley, L., King, L., & Allman-Farinelli, M. (2012). Sugary Drink Consumption Behaviours among Young Adults at University. *Nutrition and Dietetics*, 69(2), 119–123. <https://doi.org/10.1111/j.1747-0080.2012.01583.x>
- Rahman, A., Rahmatia, & Nurbayani. (2020). Model Pola Konsumsi Mahasiswa Dilihat dari Literasi Keuangan. *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan Akuntansi*, 22(2), 165–176. <http://journal.feb.unmul.ac.id/index.php/FORUMEKONOMI/article/view/7318/1029>
- Rahmawati, D., Marwati, S., & Adi, R. K. (2019). Faktor-faktor yang Memengaruhi Keputusan Pembelian Jamu Tradisional di Kota Surakarta. *Agrista*, 7.
- Ramadhani, F. (2015). *Konsumsi Yoghurt dan Presepsi pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Tahun Angkatan 2012-2015*. [http://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB II.pdf](http://eprints.ums.ac.id/37501/6/BAB%20II.pdf)
- Rasmikayati, E., Fauziah, Y. D., Trimo, L., Kusumo, R. A. B., & Saefudin, B. R. (2021). Analisis Karakteristik Konsumen Produk Olahan Mangga Ditinjau Dari Aspek Demografis, Geografis, Psikografis Serta Perilaku Konsumen Sebelum Dan Saat Pandemi Covid-19. *Mimbar Agribisnis: Jurnal Pemikiran Masyarakat Ilmiah Berwawasan Agribisnis*, 7(2), 1618. <https://doi.org/10.25157/ma.v7i2.5539>
- Rasmikayati, E., Saefudin, B. R., Karyani, T., Kusno, K., & Rizkiansyah, R. (2020). Analisis Faktor Dan Tingkat Kepuasan Ditinjau Dari Kualitas Produk Dan Pelayanan Pada Konsumen Sayuran Organik Di Lotte Mart Kota Bandung. *Mimbar Agribisnis: Jurnal Pemikiran Masyarakat Ilmiah Berwawasan Agribisnis*, 6(1), 351. <https://doi.org/10.25157/ma.v6i1.3219>
- Rasmikayati, E., Shafira, N. A., Fauziah, Y. D., & Ishmah, N. (2020). *Keterkaitan Antara Karakteristik Konsumen Dengan Tingkat August*.
- Rohman, E., & Maharani, S. (2020). Peranan Warna, Viskositas, Dan Sineresis Terhadap Produk Yoghurt. *Edufortech*, 5(2). <https://doi.org/10.17509/edufortech.v5i2.28812>
- Ruspiana, D. (2018). Konsumsi dan Presepsi Manfaat Minuman Probiotik Pada Remaja Putri (Studi Kasus di SMAN 1, SMAN 2, dan SMAN 3 Kota Bogor). *Jurnal Edunursing*, 2(2), 13. <http://journal.unipdu.ac.id>
- Shabnam Bipasha, M., Sharmila Raisa, T., & Goon, S. (2017). Sugar Sweetened Beverages Consumption among University Students of Bangladesh. *Bangladesh Article in International Journal of Public Health Science*, 6(2), 157–163. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v6i2.6635>
- Sheaffer, R. L., Mendenhall, W., Lyman, R., & Gerow, K. (2011). *Elementary Survey Sampling* (7th ed.). Cengage Learning. http://www.ru.ac.bd/wp-content/uploads/sites/25/2019/03/306_07_Scheaffer_Elementary-Survey-Sampling-2011.pdf
- Siregar, F. A. (2021). *Gambaran Pemenuhan Nutrisi dalam Meningkatkan Imunitas di Masa Pandemi Covid-19 pada Masyarakat Kecamatan Medan Johor*.
- Siregar, R. S., Salsabila, & Siregar, A. F. (2020). Analisis Hubungan Sikap dan Tingkat Pengetahuan terhadap Perilaku Masyarakat Kota Medan Mengonsumsi Jamu Tradisional di Masa Pandemi Covid

- 19 Seminar Nasional Ke-V Fakultas Pertanian Universitas Samudra. *Seminar Nasional Ke-V Fakultas Pertanian Universitas Samudra*, 13–22.
- Suardi, W. (2019). *Analisis Kesadaran Merek Minuman Kesehatan Yakult di Kota Bandung (Laporan Mini Riset Mahasiswa 2019)* (Issue April 2020). <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30846.95047>
- Suyatmin, S., & Sukardi, S. (2018). Development of Hygiene and Healthy Living Habits Learning Module for Early Childhood Education Teachers. *Unnes Journal of Public Health*, 7(2), 89–96. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ujph.v7i2.19470>
- Tama, R. T. (2014). *Pengeluaran Konsumsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Vrese, M. De, Stegelmann, A., Richter, B., Fenselau, S., & Laue, C. (2018). Probiotics : Compensation for Lactase Insufficiency 1–3. *Am J Clin Nutr*, 73(February), 421–429.
- Wahyudi, A. Y. H. (2017). *Pengaruh Uang Saku dan Gaya Hidup Terhadap Minat Menabung*.
- West, D. S., Bursac, Z., Quimby, D., Prewitt, T. E., Spatz, T., Nash, C., Smith, D., & Mays, G. (2006). Self-reported Sugar-Sweetened Beverage Intake Among College Students. *Obesity*, 14(10), 1825–1831.
- World Health Organization. (2017). *Taxes on sugary drinks: Why do it?* [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260253/WHO-NMH-PND-16.5Rev.1-eng.pdf;sequence=1#:~:text=Taxation on sugary drinks is,reduce sugar consumption \(8\).&text=Evidence shows that a tax,obesity and diabetes\(9\)](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/260253/WHO-NMH-PND-16.5Rev.1-eng.pdf;sequence=1#:~:text=Taxation on sugary drinks is,reduce sugar consumption (8).&text=Evidence shows that a tax,obesity and diabetes(9))
- Zahra, S. A., Iddawela, S., Pillai, K., Choudhury, R. Y., & Harky, A. (2020). Can Symptoms of Anosmia and Dysgeusia be Diagnostic for Covid-19? *Brain and Behavior*, 10(11). <https://doi.org/10.1002/BRB3.1839/FOR-MAT/PDF>