



Window of Public Health
JOURNAL

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph6615>

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN POLA KONSUMSI *FAST FOOD* PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA

^KNitra Amanda¹, Septiyanti², Nurul Ulfah Muthhalib³

^{1,3}Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

²Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi/penulis pertama (^K): nitraamanda39@gmail.com
nitraamanda39@gmail.com¹, septiyanti.septiyanti@gmail.com², nurul.ulfah@umi.ac.id³

ABSTRAK

Fenomena konsumsi makanan tidak sehat, khususnya *fast food*, mencerminkan perubahan pola makan yang mengkhawatirkan. Konsumsi makanan cepat saji yang tinggi di kalangan mahasiswa dapat membawa risiko kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia tahun 2025. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 253 dari 692 total populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Accidental Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Metode analisis data dengan uji *Chi-Square*. Hasil uji statistik diperoleh pengetahuan ($p = 0,000$), pendapatan orang tua ($p = 0,396$), dan kemudahan akses ($p = 0,001$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara pengetahuan dan kemudahan akses terhadap pola konsumsi *fast food* serta tidak terdapat hubungan pada variabel pendapatan orang tua dengan pola konsumsi *fast food*. Disarankan untuk pihak fakultas untuk memberikan edukasi dan kampanye yang mampu menarik perhatian mahasiswa secara berkala yang berfokus pada pentingnya pola makan sehat, terutama melalui media yang dekat dengan mahasiswa seperti Instagram ataupun Tiktok.

Kata kunci : Pola Konsumsi *fast food*; pengetahuan; pendapatan orang tua; kemudahan akses

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Phone :

+62 853 9504 1141

Article history :

Received : 18 Mei 2025

Received in revised form : 23 Mei 2025

Accepted : 18 Oktober 2025

Available online : 31 Desember 2025

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

The trend of unhealthy food consumption, such as fast food, raises important concerns regarding changing eating habits. The prevalence of fast food consumption among students may present various health risks. This study seeks to explore the factors influencing fast food consumption patterns among students at the Faculty of Public Health, Universitas Muslim Indonesia, in 2025. Utilizing a quantitative research methodology with a cross-sectional study approach, the study involved a sample of 253 participants drawn from a total population of 692, with an accidental sampling technique employed for participant selection. Data was gathered through a questionnaire, and analysis was conducted using the Chi-Square test. The statistical analysis yielded significant findings: a relationship between knowledge ($p = 0.000$) and ease of access ($p = 0.001$) with fast food consumption patterns. In contrast, no significant relationship was identified between parental income and fast food consumption ($p = 0.396$). In light of these findings, it may be beneficial for the faculty to consider implementing periodic educational campaigns to enhance students' awareness of healthy eating practices. Engaging students through popular media platforms such as Instagram and TikTok could be an effective strategy to promote healthier eating habits.

Keywords : fast food consumption patterns; knowledge; parental income; ease of access

PENDAHULUAN

Fenomena konsumsi makanan tidak sehat, khususnya *fast food*, mencerminkan perubahan pola makan yang mengkhawatirkan. Kehidupan modern yang serba cepat membutuhkan sesuatu yang praktis, seperti makan makanan cepat saji (*fast food*). Hal ini telah menjadi fenomena Global, dimana banyak orang lebih mengutamakan kecepatan dan kenyamanan daripada nilai gizi. Data WHO tahun 2020 menunjukkan bahwa 80% remaja cenderung mengonsumsi makanan cepat saji, dengan 50% dari mereka memilihnya sebagai makan siang, 15% sebagai makan malam, dan 15% sebagai makan pagi.¹

Kehadiran fast food di Indonesia juga memengaruhi gaya konsumsi masyarakat karena murah, pelayanan cepat, dan makanannya enak. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022 rata-rata pengeluaran komoditas makanan penduduk Indonesia meningkat dibanding tahun 2021, khususnya makanan dan minuman cepat saji sebesar 30,82%.² Peningkatan ini membuktikan tertariknya penduduk Indonesia mengonsumsi makanan cepat saji. Studi Nilsen menunjukkan bahwa sekitar 69% dari masyarakat perkotaan di Indonesia cenderung mengonsumsi makanan cepat saji, dengan 33% dari mereka memilihnya sebagai makan siang, 25% sebagai makan malam, 9% sebagai makanan selingan, dan 2% sebagai makan malam. Seiring dengan peningkatan konsumsi makanan cepat saji di Indonesia, trend ini diperkirakan akan terus berkembang.³

Semua makanan cepat saji berkontribusi terhadap penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes, serangan jantung, stroke, demensia, dan kanker². Berdasarkan SKI (Survei Kesehatan Indonesia) tahun 2023 prevalensi pada kelompok umur 15-24 tahun yang terdiagnosis menderita kanker di Indonesia adalah 0,5%, hipertensi dengan prevalensi 0,3%, penyakit jantung dengan prevalensi 0,11%, dan stroke dengan prevalensi 0,1%. Penyakit tersebut tidak menutup kemungkinan bisa disebabkan oleh konsumsi *fast food*.

Makanan cepat saji, juga dikenal sebagai "*fast food*", adalah jenis makanan yang telah diproses dan kemudian dibuat dengan cepat untuk dijual kembali kepada konsumen yang seringkali tidak punya waktu untuk duduk dan menunggu makanan mereka.⁴ Makanan merupakan bagian yang penting dalam kehidupan manusia, dengan demikian kualitas serta keamanan dari makanan tersebut haruslah sangat diperhatikan, khususnya makanan yang ada di lingkungan pelajar.

Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat memainkan peran penting dalam pembangunan negara. Konsumsi makanan yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan mahasiswa.² Di kalangan mahasiswa, yang sering kali menghadapi berbagai tuntutan akademik dan sosial, *fast food* menawarkan solusi praktis untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dengan cepat. Makanan cepat saji, yang dikenal dengan kecepatan penyajian dan kepraktisannya, menjadi pilihan utama bagi mahasiswa yang memiliki gaya hidup sibuk dan terbatasnya waktu untuk memasak.

Konsumsi makanan cepat saji yang tinggi di kalangan mahasiswa dapat membawa risiko kesehatan yang serius, termasuk obesitas, diabetes, dan gangguan kesehatan lainnya. Disamping itu, pola makan yang tidak seimbang juga dapat berdampak negatif pada kinerja akademik dan kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang mendorong perilaku konsumsi *fast food* di kalangan mahasiswa agar dapat merumuskan strategi untuk meningkatkan kesadaran akan pola makan sehat.

Kota Makassar sebagai ibu kota dari Provinsi Sulawesi Selatan, mengalami perkembangan yang cukup pesat. Perekonomian Kota Makassar yang semakin meningkat dapat dilihat dari semakin banyaknya sentra yang bermunculan seperti *mall*, restoran, maupun gerai-gerai *fast food*. Universitas Muslim Indonesia adalah salah satu perguruan tinggi swasta yang berada di Kota Makassar serta dikelilingi oleh banyak restoran maupun gerai makanan cepat saji (*fast food*). Kondisi tersebut menjadikan konsumsi *fast food* sebagai hal yang umum di kalangan mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai faktor yang berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pihak universitas, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam upaya mendorong gaya hidup sehat di kalangan mahasiswa, serta menciptakan lingkungan yang mendukung pola makan yang lebih baik

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia kota Makassar pada bulan Februari – April 2025. Sampel penelitian berjumlah 253 mahasiswa dari total 692 populasi yang diperoleh dengan teknik *accidental sampling*, yakni peneliti mengambil siapa saja yang ditemui tanpa perencanaan sebelumnya untuk dijadikan sampel. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner dari penelitian sebelumnya yang sudah diuji validitasnya. Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui variabel yang diteliti dari responden yakni pengetahuan, pendapatan orang tua, dan kemudahan akses. Metode pengumpulan data menggunakan data primer. Analisis yang digunakan ada 2 yakni analisis univariata dan analisis bivariata dilakukan dengan uji statistik *chi-square* yang menggunakan tabel distribusi frekuensi sehingga menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	48	19.0
Perempuan	205	81.0
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 253 responden, didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 205 mahasiswi (81%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Usia	n	%
18 Tahun	2	0.8
19 Tahun	26	10.3
20 Tahun	75	29.6
21 Tahun	76	30.0
22 Tahun	50	19.8
23 Tahun	13	5.1
24 Tahun	11	4.3
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden paling banyak berusia 21 tahun sebanyak 76 responden (30%) dan responden paling sedikit berusia 18 tahun sebanyak 2 responden (0,8%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Usia	n	%
Kost/kontrakan	97	38.3
Rumah Keluarga	71	28.1
Tinggal bersama orang tua/rumah sendiri	85	33.6
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden paling banyak tinggal di kost/kontrakan yaitu sebanyak 97 responden (38,3%) dan responden paling sedikit tinggal di rumah keluarga yaitu sebanyak 71 responden (28,1%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Pekerjaan	n	%
IRT	21	8.3
Petani	32	1.6
Nelayan	30	11.9
Wiraswasta	41	16.2
Pegawai Swasta	40	15.8
PNS	41	16.2
TNI/Polri	33	13.0
Lainnya	15	5.9
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa pekerjaan orang tua responden paling dominan adalah wiraswasta sebanyak 41 (16,2%) dan paling sedikit adalah lainnya sebanyak 15 (5,9%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Uang Saku Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Uang Saku	n	%
< Rp 1.000.000	67	26.5
≥ Rp 1.000.000	186	73.5
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa responden paling dominan memiliki uang saku $\geq$ Rp 1.000.000 yaitu sebanyak 186 responden (73,5%).

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Pengetahuan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Pengetahuan	n	%
Cukup	195	77.1
Kurang	58	22.9
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dominan responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 195 responden (77,1%).

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Pendapatan Orang Tua Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Pendapatan Orang tua	n	%
Cukup	201	79.4
Kurang	52	20.6
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dominan responden memiliki pendapatan orang tua cukup yaitu sebanyak 201 responden (79,4%).

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Kemudahan Akses Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Kemudahan Akses	n	%
Mudah	127	50.2
Tidak Mudah	126	49.8
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dominan responden mudah dalam mengakses *fast food* yaitu sebanyak 127 responden (50,2%).

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Frekuensi Konsumsi *Fast Food* Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Frekuensi Konsumsi Fast Food	n	%
Rendah	26	10.3
Sedang	175	69.2
Tinggi	52	20.6
Total	253	100.0

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa dominan responden memiliki frekuensi konsumsi *fast food* sedang yaitu sebanyak 175 responden (69,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 10. Hubungan Pengetahuan dengan Pola Konsumsi *Fast Food* Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Pengetahuan	Pola Konsumsi Fast Food						Total		P-value
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Cukup	23	11,8	144	73,8	28	14,4	195	100	0,000
Kurang	3	5,2	31	53,4	24	41,4	58	100	
Total	26	10,3	175	69,2	52	20,6	253	100	

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai *p value* dari hasil penelitian ini yaitu, $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Tabel 11. Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Fast Food Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Pendapatan Orang Tua	Pola Konsumsi Fast Food						Total		P- value
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Cukup	18	9	11	70,1	42	20,9	201	100	0,396
Kurang	8	15, 4	34	65, 4	10	19,2	52	100	
Total	26	10.3	175	69.2	52	20.6	253	100	

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai *p value* dari hasil penelitian ini yaitu, $p = 0,396 > 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Artinya bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

Tabel 12. Hubungan Kemudahan Akses dengan Pola Konsumsi Fast Food Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia

Kemudahan Akses	Pola Konsumsi Fast Food						Total		P-value
	Rendah		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	N	%	
Mudah	22	17,3	80	63	25	19,7	127	100	0,001
Tidak Mudah	4	3,2	95	75, 4	27	21, 4	126	100	
Total	26	10,3	175	69,2	52	20,6	253	100	

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai *p value* dari hasil penelitian ini yaitu, $p = 0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya bahwa ada hubungan antara kemudahan akses dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dengan Pola Konsumsi *Fast Food*

Pengetahuan pada penelitian ini dilihat dari pemahaman responden mengenai pengertian *fast food*, kandungan gizi *fast food*, dan dampak jangka panjang terhadap kesehatan sehingga mempengaruhi pilihan makanan yang dikonsumsi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa sudah mengetahui yang dimaksud dengan *fast food*, kandungan dan dampaknya bagi kesehatan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dengan hasil analisis statistik nilai *p-value* = 0,000. Artinya bahwa terdapat perbedaan antara responden yang memiliki pengetahuan cukup dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang dalam hal pola konsumsi *fast food*.

Pengetahuan berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia karena pengetahuan menjadi salah satu faktor penting dalam

pembentukan perilaku kesehatan, termasuk dalam hal pola konsumsi makanan. Mahasiswa FKM UMI yang berlatar belakang sebagai mahasiswa kesehatan tentunya sudah sering terpapar informasi mengenai gizi dan pola makan yang baik. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dominan mahasiswa FKM UMI sudah memiliki pengetahuan yang cukup baik terhadap *fast food*, baik dari kandungan nutrisi dalam makanan cepat saji serta dampak yang ditimbulkan bagi kesehatan. Hal ini menjadikan mahasiswa FKM UMI lebih mampu mengontrol frekuensi *fast food* yang dikonsumsi.

Hal ini dikuatkan oleh teori Mardiyah & Shabrina (2023) dan penelitian Sofiaun & Sulasyi (2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan gizi mempunyai hubungan yang erat dengan konsumsi *fast food*, semakin baik pengetahuan maka semakin baik dalam memilih makanan yang sehat.^{5,6}

Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah Ranggayuni & Nuraini (2018)⁷ juga penelitian Ariyana & Wiwin (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kebiasaan konsumsi *fast food*. pengetahuan memiliki hubungan yang sangat erat terhadap konsumsi makanan cepat saji, semakin baik pengetahuan responden maka akan lebih baik dalam memilih makanan sehat, akan tetapi pola pengetahuan mahasiswa sedikit bergeser dikarenakan mahasiswa ingin mengonsumsi makanan cepat saji dengan alasan malas untuk menunggu terlalu lama sehingga makanan cepat saji lah yang menjadi pilihan mereka.⁸

Hubungan Pendapatan Orang Tua Dengan Pola Konsumsi *Fast Food*

Pendapatan orang tua pada penelitian ini dilihat dari jumlah pendapatan orang tua responden yang mencakup gaji kedua orang tua, usaha keluarga atau sumber pendapatan lainnya yang berpengaruh terhadap kemampuan finansial responden dalam mengonsumsi *fast food*. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki orang tua berpendapatan cukup yakni $\geq$ Rp 3.434.298/bulan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dengan hasil analisis statistik nilai $p\text{-value} = 0,396$. Hal ini berarti bahwa terdapat persamaan antara responden yang memiliki pendapatan orang tua yang kurang maupun cukup dalam pola konsumsi *fast food*.

Pendapatan orang tua tidak berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia karena pada kelompok mahasiswa terutama yang sudah dewasa dan mandiri secara sosial, pola konsumsi makanan lebih dipengaruhi oleh faktor pribadi seperti pengetahuan, pengaruh teman sebaya, paparan informasi dari media sosial, ataupun ketersediaan dan kemudahan akses makanan di lingkungannya dibandingkan dengan faktor ekonomi keluarga. Selain itu, *fast food* saat ini tersedia dalam berbagai kisaran harga dan tidak lagi dianggap makanan mahal, sehingga membuat *fast food* dapat diakses oleh mahasiswa FKM UMI dari berbagai latar belakang ekonomi, baik dari keluarga berpendapatan kurang maupun cukup memiliki kebiasaan konsumsi *fast food* yang relatif sama.

Sejalan dengan Penelitian Fitriyanti et al (2024) dan Prasetyaningsih (2023) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa.^{9,10} Menurut Fitriyanti, mahasiswa cenderung menentukan pola konsumsi sendiri tanpa tergantung pada dukungan finansial orang tua. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor lain, seperti tingkat literasi keuangan dan gaya hidup mahasiswa mungkin lebih dominan dalam memengaruhi pola konsumsi mereka.

Penelitian lain yang selaras dengan penelitian adalah penelitian oleh Putri Afifah et al (2020) dan Hateriah & Yuandari (2025) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pendapatan orang tua dengan frekuensi konsumsi *fast food*.^{11,12}

Hubungan Kemudahan Akses Dengan Pola Konsumsi *Fast Food*

Kemudahan akses dalam penelitian ini dilihat dari sejauh mana responden dapat dengan mudah mengakses gerai *fast food*, baik dalam hal jarak lokasi, ketersediaan layanan pengantaran online maupun jam operasional gerai *fast food*.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara kemudahan akses dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dengan hasil analisis statistic nilai $p\text{-value} = 0,001$. Artinya bahwa terdapat perbedaan antara responden yang mudah mengakses dengan responden yang tidak mudah mengakses dalam hal pola konsumsi *fast food*.

Kemudahan akses berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia karena seperti yang diketahui bahwa Universitas Muslim Indonesia sebagai salah satu universitas swasta terbaik di wilayah Indonesia Timur, dimana kampus tersebut berada di ibu kota Sulawesi Selatan yaitu Kota Makassar. Hal ini menjadikan gerai-gerai *fast food* sangat mudah di akses oleh mahasiswa dikarenakan lingkungan mahasiswa yang berada di kota besar dengan perkembangan di dunia kuliner yang sangat pesat. Kemudahan akses berupa lokasi gerai *fast food* yang dekat dengan kampus atau tempat tinggal, tersedianya layanan pengantaran online seperti GoFood, GrabFood, atau ShopeeFood, serta jam operasional yang fleksibel bahkan hingga larut malam mempermudah mahasiswa dalam mengakses makanan tersebut. Situasi ini menciptakan kenyamanan, kemudahan, dan efisiensi waktu, namun secara tidak langsung juga meningkatkan frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa.

Penelitian ini sejalan dengan Caesarasasti (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemudahan akses dengan kebiasaan konsumsi *fast food* pada mahasiswa dan penelitian Romlah (2023) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan aplikasi *online food delivery* dengan status gizi lebih pada mahasiswa.^{13,14}

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Abdul Rajab Harahap et al (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemudahan akses terhadap *fast food* dengan pola konsumsi pada mahasiswa dan yang menyatakan bahwa kemudahan akses merupakan salah satu faktor dominan yang memengaruhi minat beli mahasiswa.^{15,16}

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan kemudahan akses dengan pola konsumsi *fast food* dan adapun yang tidak berhubungan yaitu pendapatan orang tua dengan pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia.

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

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari E, Pranata R. Pemahaman Mahasiswa tentang Olahan Cepat Saji (Fast food). J Pendidik Kesehat Rekreasi. 2024;10(1):85–92.
2. Jimima Ramadhani C, Tuhfatul Fadilah L, Ratu Zahira M, Salsa Az-Zahra Riyanto matul, Lutfiatun N, Yuna Carisa N, et al. Analisis Faktor yang Mempengaruhi Keputusan dalam Memilih Menu Makanan pada Mahasiswa program Studi Gizi Universitas Negeri Semarang 2023. J Anal [Internet]. 2024;3(2):177–94. Available from: <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/Analisis>
3. Suci SE, Putri IE, Fazriah H. Hubungan Enabling dan Predisposing Pola Konsumsi Fast Food pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 6 Kabupaten Tangerang. J Ilmu Gizi dan Diet. 2024;3(2):140–6.
4. Yetmi F, Harahap FSD, Lestari W. Analisis Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Fast Food pada Siswa di SMA Cerdas Bangsa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. J Has Penelit Mhs. 2021;6(1):1–23.
5. Mardiyah S, Shabrina N. Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Fast Food Pada Murid Sma Budhi Warman 1 Jakarta Timur. J Gizi dan Pangan Soedirman. 2023;7(2):217.
6. Sofiatun A, Sulasyi S. Hubungan tingkat pengetahuan gizi, status gizi terhadap pola konsumsi fast food dan soft drink pada siswa SMKN 1 Kota Tegal. J Penelit Ilmu Kesehat. 2023;1(1):13–8.
7. Ranggayuni E, Nuraini N. Faktor yang berhubungan dengan Konsumsi Makanan cepat Saji pada Mahasiswa di Institusi Kesehatan Helvetia Medan. JUMANTIK (Jurnal Ilm Penelit Kesehatan). 2021;6(3):278.
8. Ariyana D, Wiwin W. Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. Borneo Student Res [Internet]. 2020;1(3):1841–6. Available from: <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/1586>
9. Fitriyanti R, Prihatina R, Shabrina Z. Pengaruh frekuensi konsumsi fast food terhadap kejadian obesitas pada mahasiswa gizi Universitas MH. Thamrin. J Sains Kesehat. 2024;31(1):20–5.
10. Prasetyaningsih AT. Pengaruh tingkat literasi keuangan, status sosial ekonomi orang tua, jenis kelamin, dan jurusan terhadap pola konsumsi mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. J Ekon dan Bisnis. 2023;8(2):345–55.
11. Putri Afifah L, Suyatno, Aruben R, Kartini A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Fast Food pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. J Kesehat Masy FKM Undip [Internet]. 2020;5(4):706–13. Available from: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

12. Hateriah S, Yuandari E. Analisis Faktor Karakteristik Orangtua Terhadap Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Remaja Siswa Kelas XI SMAIT Ukhuwah Banjarmasin Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan , Universitas Sari Mulia * Corresponding Author e-mail : siti.hateriah@gmail. 2025;6(3):558–70.
13. Caesarasasti AP. Hubungan pengetahuan gizi dan akses sarana terhadap kebiasaan konsumsi fast food pada mahasiswa program studi gizi. Universitas Islam Negeri Walisongo. 2023;
14. Romlah S. Hubungan penggunaan aplikasi online food delivery dengan status gizi lebih pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. 2023;
15. Abdul Rajab Harahap M, Ilmu Kesehatan Masyarakat J, Kesehatan Masyarakat F, Apriadi Siregar Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat P. Gambaran Perilaku Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Di Universitas Negeri Medan. JK J Kesehat. 2023;1(2):269–78.
16. Azkia A, Ramadhani ED. Pola Konsumsi pada Kualitas Produk dan Minat Beli Indomie Soto di Universitas Pamulang. Pros Semin Nas Manaj [Internet]. 2022;3(2):72–6. Available from: 38+Amelia+Intan+Prasasti+Hal+723-726