

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi *Junk Food* yang Dipesan Melalui Aplikasi *Online Food Delivery* Pada Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

Julfa Winda Ramawati¹, Herwinda Kusuma Rahayu¹, Hastrin Hositanisita^{1,2}

¹ Mahasiswa Prodi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata

²corresponding author: email : hastrin@almaata.ac.id

INTISARI

Latar Belakang : Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada mahasiswa usia > 18 tahun yaitu obesitas. Faktor penyebab yang mempengaruhi obesitas pada generasi muda diantaranya faktor lingkungan, faktor perilaku, faktor genetik, dan salah satunya faktor pengetahuan. Pengetahuan yang dimaksud adalah pengetahuan dalam memilih makanan yang baik, seperti konsumsi makanan sehat, serta membatasi makanan *junk food*. Salah satu dampak dari obesitas kalangan generasi muda yaitu mudah sekali *insecure* atau tidak percaya diri terhadap tubuhnya. Era digital sekarang banyak industri teknologi menciptakan aplikasi untuk memudahkan konsumen mendapatkan makanan, aplikasi tersebut sering disebut dengan aplikasi layanan *Online Food Delivery*.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* yang dikonsumsi melalui aplikasi OFD pada Mahasiswa Universitas Alma Ata.

Metode Penelitian : Jenis penelitian yang digunakan merupakan *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 156 mahasiswa. Data pengetahuan gizi responden diperoleh dari kuesioner pengetahuan gizi sebanyak 25 pertanyaan dan frekuensi konsumsi *junk food* dilihat dari formulir riwayat order makanan satu bulan terakhir. Uji yang digunakan yaitu uji *Spearman's rho* dikarenakan sebaran data tidak normal ($p < 0,005$).

Hasil : Subjek yang didapatkan pada penelitian ini berjumlah 156 subjek dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (92,3%). Pengetahuan gizi mahasiswa tergolong sedang (53,2%). Hasil analisis menunjukkan tidak ada korelasi atau hubungan pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* pada mahasiswa Universitas Alma Ata ($r=0,071$, $p=0,376$).

Kesimpulan : Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* yang dipesan melalui aplikasi OFD pada mahasiswa Universitas Alma Ata. Hal ini dapat dilihat dari uji statistik yang menunjukkan nilai 0,376 ($p > 0,05$).

Kata Kunci : *Junk food*, mahasiswa, pengetahuan gizi, *online food delivery*

The Relationship between Nutritional Knowledge and the Frequency of Junk Food Consumption Ordered Through the Online Food Delivery Application among Alma Ata University Students Yogyakarta

Julfa Winda Ramawati¹, Herwinda Kusuma Rahayu², Hastrin Hositanisita²

¹ Student of the Nutrition Study Program Faculty of Health Sciences Alma Ata University

² Lecturers Nutrition Study Program Faculty of Health Sciences Alma Ata University
julfawinda48@gmail.com

ABSTRACT

Background :One of the health problems that often occurs in students aged > 18 years is obesity. Factors that influence obesity in the younger generation include environmental factors, behavioral factors, genetic factors, and one of them is knowledge. The knowledge in question is knowledge in choosing good food, such as consuming healthy food, and limiting junk food. One of the effects of obesity among the younger generation is that it is very easy to be insecure or not confident about their bodies. In the digital era, now many technology industries are creating applications to make it easier for consumers to get food, these applications are often referred to as Online Food Delivery service applications.

Objective :This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge and the frequency of consumption of junk food consumed through the OFD application in Alma Ata University students.

Research methods :The type of research used is observational with a cross sectional approach. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 156 students. Data on the nutritional knowledge of the respondents was obtained from a nutritional knowledge questionnaire consisting of 25 questions and the frequency of consumption of junk food was seen from the food order history form in the past month. The test used in this study is a Spearman's rho test due to abnormal data distribution ($p < 0,05$).

Results :The subjects obtained in this study totaled 156 subjects and the majority were female (92.3%). Students' nutritional knowledge is moderate (53.2%). The results of the analysis showed that there was no correlation or relationship between nutritional knowledge and the frequency of junk food consumption among Alma Ata University students ($r=0.071$, $p=0.376$).

Conclusion :There is no significant relationship between nutritional knowledge and the frequency of consumption of junk food ordered through the OFD application for Alma Ata University students. This can be seen from the statistical test which shows a value of 0.376 ($p > 0.05$).

Keywords : Junk food, university students, knowledge of nutrition, online food delivery

PENDAHULUAN

Sebelum adanya layanan *Online Food Delivery* (OFD) seperti sekarang masyarakat menikmati makanan dengan memasak sendiri di rumah, mendatangi restoran, kedai, maupun warung makan lainnya. Sehingga hal tersebut menjadikan seseorang tidak dapat mengakses makanan dengan bebas dan luas, oleh karena itu pada era digital sekarang banyak opsi bermunculan memberi kemudahan dalam mengakses anekaragam makan dengan nyaman, mudah, dan cepat menggunakan layanan OFD (1). Pengguna aplikasi OFD di Indonesia 4 dari 5 konsumen merupakan generasi muda yang berusia > 18 tahun. Survei menjelaskan bahwa pengguna usia kurang dari 25 tahun menjadi kontributor utama dalam penggunaan layanan OFD yaitu sebesar 43%. Layanan OFD kemudahan bagi kalangan mahasiswa yang memiliki kesibukan atau tidak memiliki waktu untuk menyiapkan makanan sendiri, contoh aplikasi OFD yaitu *Go-Food*, *Shopee Food*, *Grab-Food* (2). Mahasiswa merupakan kategori remaja dewasa yang berentang usia 18-25 tahun, pada masa tersebut produktivitas kerja mulai meningkat dapat dilihat dari banyaknya aktivitas perkuliahan dan di luar perkuliahan (3). Jadwal aktivitas yang padat akan berdampak pada pola asupan makanan, seperti makan tidak teratur, nafsu makan yang menurun, makan makanan yang tidak sehat, dan hal buruk bagi tubuh seperti timbulnya beberapa penyakit degeneratif di usia muda (4).

Berdasarkan permasalahan diatas, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang frekuensi pembelian makanan *online food delivery* dengan tingkat pengetahuan mahasiswa. Berdasarkan studi pendahuluan pada Mahasiswa Universitas Alma Ata didapatkan hasil bahwa jenis makanan yang sering dipesan yaitu martabak manis sebesar 50,5%, martabak telur 40,2%, burger 21,6%, ice cream 13,9%, dan gorengan 10,3%. Dikarenakan penelitian mengenai hubungan penggunaan *online food delivery* dengan pengetahuan gizi masih jarang ditemui, oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi *Junk Food* yang Dipesan Melalui Aplikasi *Online Food Delivery* Pada Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu peneliti akan menganalisa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat pada waktu bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan di Bulan Maret sampai Mei 2023, bertempat di Universitas Alma Ata Yogyakarta, diimana subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Alma Ata angkatan 2019-2021. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner karakteristik mahasiswa yang terdapat beberapa pertanyaan tentang data diri subjek penelitian yang terdiri dari nama, usia, jenis kelamin, lokasi tinggal, jenis aplikasi yang digunakan, fakultas, dan tahun angkatan.

Pengisian semua kuesioner dilakukan secara tatap muka bersama responden yang diteliti. Kemudian terdapat kuesioner pengetahuan gizi digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan subjek penelitian dengan melihat jumlah skor dari pertanyaan yang diberikan. Kuesioner berisi sebanyak 25 pertanyaan dengan skor minimum 0, dan skor maksimum 100. Kuesioner ini sudah dilakukan uji validitas dan reliabelitas menggunakan metode *pearson product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi karateristik responden (N = 156)

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	144	92,3
Laki-laki	12	7,7
Domisili		
Bantul	131	84
Sleman	19	12,2
Kulon Progo	1	0,6
Yogyakarta	5	3,2

Tahun Angkatan		
2019	41	26,3
2020	58	37,2
2021	57	36,5
Usia		
19 tahun	13	8,3
20 tahun	44	28,2
21 tahun	52	33,3
22 tahun	47	30,1
Jurusan Kuliah		
Kesehatan	66	42,3
Non Kesehatan	90	57,7
Tempat Tinggal		
Kos/Kontrak	115	73,7
Rumah Sendiri/Orang tua/Keluarga	26	16,7
Asrama/Pondok	13	8,3
IMT		
Kurus (< 18,4 kg/m ²)	25	16
Normal (18,5 – 25 kg/m ²)	104	66,7
Berlebih (> 25,1 kg/m ²)	27	17,3
Pengetahuan Gizi		
Mean (rata-rata)	72,69	
Rendah (≤ 50)	12	7,7
Sedang (51 - 79)	83	53,2
Tinggi (≥ 80)	61	39,1

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas responden sebanyak 156 subjek, menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini adalah mayoritas perempuan sebesar 92,3%. Domisili responden sebagian besar berada di Bantul sebanyak 131 orang (84%). Mayoritas responden bertempat tinggal di kos atau kontrak sebanyak 115 orang (73,7%). Responden mayoritas memiliki status gizi normal diatas 18 kg/m² sebanyak 104 orang (66,7%). Kemudian sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan gizi yang sedang sebanyak 83 orang (53,2%).

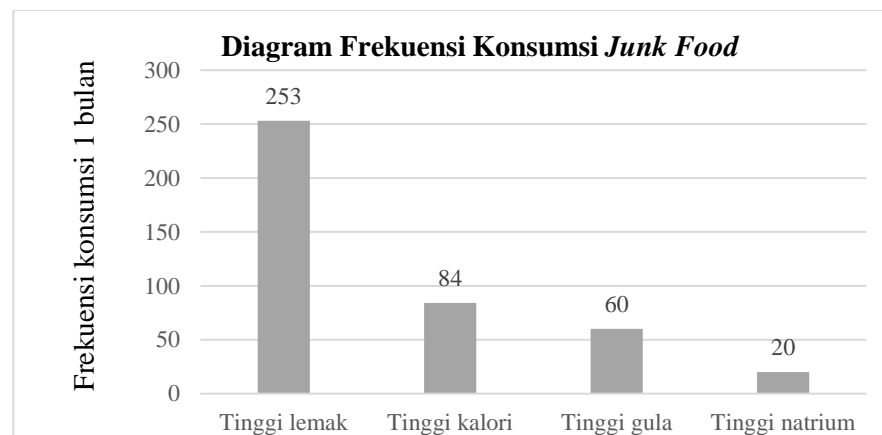
b. Karakteristik Riwayat Pembelian OFD

Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi riwayat pembelian OFD (N = 156)

Karakteristik	n	%
Waktu Pemesanan		
Sarapan	3	1,9
Makan Siang	70	44,9
Makan Malam	76	48,7
Snack/Camilan	7	4,5
Jenis Aplikasi		
<i>Shopee Food</i>	125	80,1
<i>Grab Food</i>	13	8,3
<i>Go Food</i>	18	11,5
Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>		
Mean (rata-rata)	3	
Jarang (≤ 2 kali)	63	40,4
Kadang-kadang (3 – 4 kali)	75	48,1
Sering (≥ 5 kali)	18	11,5

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas diketahui waktu yang digunakan responden dalam memesan OFD pada jam makan siang sebanyak 70 responden (44,9%), memesan OFD pada jam makan malam sebanyak 76 responden (48,7%). Pada jenis aplikasi yang digunakan untuk memesan OFD sebanyak 125 responden (80,1%) memilih menggunakan *Shopee Food*. Diketahui bahwa responden yang jarang mengonsumsi *junk food* sebanyak 75 orang (48,1%).



Gambar 4. 1 Diagram frekuensi konsumsi *junk food*

Berdasarkan Gambar 4.1 di atas diketahui bahwa 156 responden mengonsumsi *junk food* golongan tinggi lemak dengan frekuensi 253 kali/bulan, golongan tinggi kalori 84 kali/bulan, golongan tinggi gula 60 kali/bulan, dan golongan tinggi natrium 20 kali/bulan.

Tabel 4. 3 Crosstabulasi pengetahuan gizi dan frekuensi konsumsi *junk food* (N = 156)

Frekuensi konsumsi *junk food*

Pengetahuan gizi	Jarang		Kadang-kadang		Sering	
	n	%	n	%	n	%
Pengetahuan gizi keseluruhan						
Rendah	4	6,3	8	10,7	0	0,0
Sedang	39	61,9	33	44,0	11	61,1
Tinggi	20	31,7	34	45,3	7	38,9
Pengetahuan tentang gizi seimbang						
Rendah	4	6,3	5	6,7	1	5,6
Sedang	23	36,5	31	41,3	5	27,8
Tinggi	36	57,1	39	52,0	12	66,7
Pengetahuan tentang minuman manis						
Rendah	7	11,1	7	9,3	0	0,0
Sedang	39	61,9	46	61,3	16	88,9
Tinggi	17	27,0	22	29,3	2	11,1
Pengetahuan tentang <i>junk food</i>						
Rendah	2	3,2	0	0,0	1	5,6
Sedang	3	4,8	8	10,7	2	11,1
Tinggi	58	92,1	67	89,3	15	83,3
Pengetahuan tentang label makanan						
Rendah	14	22,2	12	16,0	2	11,1
Sedang	10	15,9	16	21,3	1	5,6
Tinggi	39	61,9	47	62,7	15	83,3

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.3 di atas diketahui bahwa pada crosstabulasi pengetahuan gizi keseluruhan mahasiswa yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah 6,3% jarang mengonsumsi *junk*

food, tingkat pengetahuan sedang 61,9% jarang mengonsumsi *junk food*, dan pengetahuan tinggi 31,7% jarang mengonsumsi *junk food*.

2. Analisis Bivariat

Tabel 4. 4 Uji normalitas variabel pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* yang dipesan melalui aplikasi OFD (N = 156)

Variabel	Kolmogrov Smirnov	Interprestasi
Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Konsumsi <i>Junk Food</i>	0,000	Sebaran tidak normal

Tabel 4. 5 Hasil statistik hubungan pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* (N = 156)

	N	r	P-value
Pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi <i>junk food</i> yang dipesan melalui aplikasi OFD	156	0,071	0,376

*Uji *Spearman's rho*

Hasil uji korelasi *Spearman's rho* yang terdapat pada Tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi adalah 0,071, yang mempunyai arti hubungan sangat lemah, dan mempunyai nilai positif. Namun pada *p-value* terdapat nilai 0,376 ($p > 0,05$). Hal ini mempunyai makna bahwa hubungan pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* sangat lemah sehingga hubungan tidak berarti untuk menyatakan semakin tinggi pengetahuan gizi maka semakin rendah frekuensi konsumsi *junk food*, oleh karena itu H_0 diterima.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan Tabel 4.1 didapatkan hasil bahwa Mahasiswa Universitas Alma Ata bertempat tinggal di kos/kontrak sebanyak 115 responden (73,7%) dan berdomisili di Bantul sebanyak 131 responden (84%), karena letak kampus Universitas Alma Ata berada di Kabupaten Bantul sehingga banyak mahasiswa yang mayoritas tinggal di Domisili Bantul supaya lebih strategis.

Pada penelitian ini mayoritas responden menggunakan aplikasi *Shopee Food* untuk memesan makanan sebanyak 125 orang (80,1%). Kemudian waktu yang digunakan untuk memesan makanan yaitu waktu makan siang sebanyak 70 orang (44,9%) dan memesan makanan di waktu makan malam sebanyak 76 orang (48,9%). Pada penelitian lain yang dilakukan tentang studi perilaku konsumen dalam memesan makanan menggunakan *Shopee Food* (7) menyatakan bahwa alasan konsumen menggunakan aplikasi *Shopee Food* adalah promo yang ditawarkan cukup banyak sehingga total harga makanan yang dipesan jauh lebih murah dibandingkan aplikasi lain, dapat menggunakan dua *voucher* sekaligus dalam satu pesanan yaitu *voucher* gratis ongkir dan *voucher* diskon makanan.

2. Pengetahuan Gizi

Pada hasil penelitian pengetahuan gizi mahasiswa Universitas Alma Ata, 12 orang (7,7%) memiliki pengetahuan gizi rendah, 83 orang (53,2%) memiliki pengetahuan sedang, dan 61 orang (39,1%) memiliki pengetahuan gizi yang tinggi atau baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mahasiswa Universitas Alma Ata angkatan 2019 – 2021 tentang pengetahuan gizi dasar dan *junk food* tergolong sedang. Pada penelitian terdahulu terkait hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Nusa Cendana (8) mengatakan bahwa

mahasiswa dengan usia 17 – 22 tahun dari 158 responden hanya 3,2% yang memiliki pengetahuan baik. Selain itu, 62,6% memiliki pengetahuan cukup dan 34,2% memiliki tingkat pengetahuan gizi yang kurang. Hal tersebut dikarenakan adanya perbedaan tingkat pemahaman terhadap informasi gizi yang diterima dan kurangnya kesadaran serta rasa ingin tahu mengenai gizi oleh mahasiswa. Sedangkan pada penelitian ini secara keseluruhan pada 156 responden dari angkatan 2019 – 2021 Universitas Alma Ata berada pada kategori cukup baik atau memiliki pengetahuan gizi yang sedang.

3. Frekuensi Konsumsi *Junk Food* yang Dipesan Melalui Aplikasi OFD dalam 1 Bulan Terakhir

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas diketahui bahwa frekuensi konsumsi *junk food* yang dipesan melalui aplikasi OFD pada Mahasiswa Universitas Alma Ata, yaitu pada kategori jarang dengan frekuensi konsumsi $\leq 2x$ /bulan sebanyak 40,4%, kategori kadang-kadang 3-4x/bulan sebanyak 48,1%, dan kategori sering dengan frekuensi konsumsi $\geq 5x$ /bulan sebanyak 11,5%. Dari data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa Mahasiswa Universitas Alma Ata memiliki frekuensi konsumsi *junk food* dengan kategori jarang.

Penelitian tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Respati Yogyakarta tentang hubungan pengetahuan dan penggunaan layanan *delivery* makanan *online* konsumsi makanan cepat saji yang memaparkan bahwa makanan yang sering dipesan menggunakan aplikasi OFD adalah makanan cepat saji/*fast food* dengan kategori sering lebih dari 1x/minggu (87,2%) (9).

Pada Lampiran 4.1 responden lebih banyak mengonsumsi *junk food* golongan tinggi lemak atau makanan yang berminyak, seperti ayam geprek, *fried chicken*, *french fries*, dan goreng-gorengan lainnya. Makanan yang tinggi lemak biasanya menggunakan metode memasak dengan teknik *deep frying*. Teknik *deep frying* merupakan teknik menggoreng makanan menggunakan minyak banyak, sehingga semua bagian makanan terendam di dalam minyak panas dengan suhu 176-190°C (10). Mengonsumsi minyak goreng yang digunakan lebih dari 4 kali dapat menyebabkan iritasi saluran pencernaan, diare, kolesterol, stroke, dan kanker (11).

Seseorang yang memiliki sikap positif atau negatif dalam memilih makanan yang sehat atau tidak bagi dirinya berarti telah memiliki keyakinan tentang sesuatu hal yang memberikan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan pendapat dan keyakinannya, atau bentuk dari respon suka tidaknya dengan objek yang dirasakan (12). Hal tersebut dapat dibuktikan pada Tabel 4.3 yang dimana pada pengetahuan tentang *junk food* Mahasiswa Universitas Alma Ata memiliki pengetahuan yang tinggi atau baik, dengan frekuensi konsumsi *junk food* jarang sebanyak 58 responden (92,1%).

4. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi *Junk Food* yang Dipesan Melalui Aplikasi OFD

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa korelasi pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* sangat lemah ($r = 0,071$), dengan *p-value* sebesar 0,376 ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat korelasi atau hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food*. Hal ini mempunyai makna bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi tidak

mempunyai arti dalam menunjukkan semakin tinggi frekuensi konsumsi *junk food* mahasiswa Universitas Alma Ata.

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian serupa tentang hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* di SMA 5 Surakarta dengan nilai ($p\text{-value} \leq 0,05$) sebesar 0,001. Hal tersebut dikarenakan adanya faktor internal dan eksternal yang saling mempengaruhi dimana respon dihasilkan dari kedua faktor tersebut berbeda pada setiap individu (13). Dalam penelitian ini tempat tinggal, waktu pemesanan, dan jenis aplikasi yang digunakan merupakan faktor eksternal dari karakteristik responden yang mempengaruhi frekuensi konsumsi *junk food*. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa 73,7% responden tinggal di kost/kontrakan yang biasanya responden jarang memasak makanannya sendiri, sehingga beberapa dari responden mendatangi warung makanan atau memesan makanan melalui aplikasi OFD yang lebih praktis. Penelitian ini menunjukkan bahwa 48,7% responden memesan makanan di waktu malam. Pada waktu makan malam beberapa penjual makanan lebih banyak menjual *junk food*, seperti martabak asin, martabak manis, dan goreng-gorengan. Makanan sehat seperti soto, gado-gado, dan lotek pada malam hari sudah tutup mau tidak mau memesan makanan *junk food*, karena di waktu malam responden malas pergi untuk membeli makanan secara langsung dengan alasan sudah kelelahan dengan aktivitas yang dilalui di waktu sebelumnya (6).

Pada penelitian ini diketahui 80,1% responden menggunakan aplikasi *shopee food* dikarenakan aplikasi ini memiliki banyak diskon. *Shopee food* seringkali menawarkan dan membagikan *voucher* diskon untuk para penggunanya, hal tersebut membuat beberapa responden yang memiliki uang

saku rendah merasa terbantu dengan promo tersebut serta mau tidak mau membeli makanan *junk food* atau *fast food* yang sedang diskon(7).

Dalam penelitian ini pengetahuan gizi merupakan salah satu dari variabel faktor internal dari individu yang mempengaruhi frekuensi konsumsi *junk food*. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi Mahasiswa Universitas Alma Ata dalam kategori cukup baik. Berdasarkan Tabel 4.3, didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan gizi keseluruhan sedang dengan tingkat frekuensi konsumsi *junk food* jarang sebanyak 61,9% pada pengetahuan tentang *junk food* memiliki pengetahuan yang tinggi dengan frekuensi konsumsi *junk food* jarang sebanyak 92,1%. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua responden yang memiliki pengetahuan gizi baik mampu melakukan pemilihan makanan untuk dikonsumsi dengan baik termasuk dalam mengurangi konsumsi *junk food*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *fast food* pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan hasil uji korelasi *Rank Spearman* 0,578 ($p > 0,05$) yang artinya tidak terdapat hubungan (14)

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi *junk food* hal ini dapat dilihat dari uji statistik yang menunjukkan nilai 0,376 ($p > 0,05$). Mayoritas responden menggunakan aplikasi *Shopee Food* untuk memesan makanan dan diketahui bahwa frekuensi konsumsi *junk food* yang dipesan melalui aplikasi OFD dalam kurun waktu 1 bulan terakhir

ialah sebanyak (48,1%) yang termasuk dalam kategori kadang-kadang atau dalam frekuensi konsumsi *junk food* 3-4x/bulan.

B. Saran

Diharapkan mahasiswa dapat mengontrol diri untuk tidak mudah terpengaruh dengan promosi atau diskon yang ditawarkan pada aplikasi OFD, serta diharapkan dapat menambah pengetahuan baru mengenai makanan sehat. Sehingga dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan gizi yang lebih optimal.

Referensi

1. Soemantri KP, etc. Tren dan Lanskap Kuliner Indonesia. Jakarta: PT GoTo Gojek Tokopedia Tbk; 2022. 70 p.
2. Tenggara Strategics. Survei Persepsi & Perilaku Konsumsi Online Food Delivery (OFD) di Indonesia 15. 2022;
3. Wenny H, Moh. Rizki D. Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. J Bikotetik. 2018;2(1):73.
4. Maretha FY, Margawati A, Wijayanti HS, Dieny FF. Hubungan Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online dengan Frekuensi Makanan dan Kualitas Diet Mahasiswa. J Nutr Coll. 2020;9(3).
<https://almaata.ac.id>
6. Jannah M. Hubungan Penggunaan Media Sosial dan Layanan Pesan Antar Makanan Online dengan Kualitas Diet Mahasiswa. Semarang; 2022.
7. Victor O, Rukismono M. Studi Perilaku Konsumen dalam Memesan Makanan Menggunakan Shopee Food di Surabaya. e-Jurnal Kewirausahaan. 2022;5(1).
8. Charina MS, Sagita S, Koamesah SMJ, Woda RR. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Cendana Med Journal,. 2022;(1):197–204.
9. Jahang RS, Wahyuningsih S, Rahmuniyati ME. Hubungan Pengetahuan dan Penggunaan Layanan Delivery Makanan Online Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa Gizi Universitas Respati Yogyakarta. J Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati. 2021;6(2):199–208.
10. Praseptiangga D, Maheswari DE, Parnanto NHR. Pengaruh Aplikasi Edible Coating Hidroksi Propil Metil Selulosa dan Metil Selulosa Terhadap Penurunan Serapan Minyak dan Karakteristik Fisikokimia Keripik

- Singkong. *J Teknol Has Pertan.* 2020;13(2):70–83.
11. Pudjihastuti I, Sumardiono S, Nurhayati OD, Yudanto YA. Pengaruh Perbedaan Metode Penggorengan Terhadap Kualitas Fisik dan Organoleptik Aneka Camilan Sehat [Internet]. Universitas Muhammadiyah Semarang; 2019. Available from: <http://prosiding.unimus.ac.id>
 12. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. In Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
 13. Firdianty A. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food pada Remaja di SMA Negeri 5 Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2019.
 14. Kinasih P. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada Masa Pandemi Covid-19. Surakarta; 2021.
 15. Nurwulan E, EN, Furqan M. Hubungan Asupan Zat Gizi, Pola Makan, dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Santri di Pondok Pesantren Yatim At-Tayyibah Sukabumi. *J Uhamka.* 2017;2(2):65–74.

