

PERILAKU KONSUMSI MIE INSTAN MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH DAN JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES PONTIANAK

Rochmawati dan Marlenywati

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pontianak, Jl. A. Yani No 111

E-mail : rochmawati_12gmail.com

Abstract : Instant Noodle Consumption Behavior Among Students Of Health Sciences Faculty Of Muhammadiyah University Pontianak And Nutrition Department Of Health Polytechnic Of Health Ministry Pontianak. This study aimed at determining the factors associated with instant noodle consumption behavior among students of Health Sciences Faculty of Muhammadiyah University of Pontianak and Nutrition Department of Health Polytechnic of Health Ministry of Pontianak. Using cross sectional design, this study employed 145 students as the samples and were selected by using simple random sampling. The statistical test used was chi square test. The study revealed that there were no significant correlation of nutritional knowledge ($p = 1.000$, PR = 1.004 with 95% CI = 0.712 to 1.415), food safety ($p = 0.064$, PR = 0,646 with 95% CI = 0.407 to 1.025), media exposure ($p = 0.139$, PR = 1.419 with 95% CI = 0.911 to 2.211), inhabitancy ($p = 0.851$, PR = 0.932 with 95% CI = 0.646 to 1.344) and instant noodles consumption behavior among students of Health Sciences Faculty of Muhammadiyah University Pontianak and Nutrition Department of Health Polytechnic of Health Ministry Pontianak.

Keywords: nutritional knowledge, food safety

Abstrak : Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Jumlah sampel yaitu 145 orang dengan penentuan sampel secara *Simple random sampling* dan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi ($p = 1,000$, PR = 1,004 dengan CI 95% = 0,712-1,415), keamanan pangan ($p = 0,064$, PR = 0,646 dengan CI 95% = 0,407-1,025), keterpaparan media ($p = 0,139$, PR = 1,419 dengan CI 95% = 0,911-2,211), dan tempat tinggal ($p = 0,851$, PR = 0,932 dengan CI 95% = 0,646-1,344) dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak dan Poltekkes Kemenkes Pontianak.

Kata kunci : pengetahuan gizi, keamanan pangan

Era globalisasi masa kini yang dicirikan oleh pesatnya perdagangan, industri pengolahan pangan, jasa dan informasi akan mengubah gaya hidup dan pola konsumsi makan masyarakat, terutama di perkotaan. Dalam waktu relatif singkat telah diperkenalkan selera makan gaya *fast food* maupun *health food* yang populer di Amerika dan Eropa. Budaya makan telah

berubah menjadi tinggi lemak jenuh dan gula, rendah serat dan rendah zat gizi mikro. Perubahan selera makan ini cenderung menjauhi konsep makan seimbang, sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi (Baliwati Y.F, 2004).

Perubahan gaya hidup masyarakat masa kini turut mempengaruhi pola konsumsi dengan maraknya

makanan instan. Makanan instan atau siap saji kian digemari sebagai makanan pengganti nasi. Salah satunya adalah mie instan yang sekarang ini banyak beredar terutama di kalangan remaja sebagai makanan populer. Selain dikenal karena praktis, mie instan juga dikenal karena kandungan dari mienya sendiri maupun minyak sayur dalam *sachet* (Sarkim dkk, 2010).

Mie instan adalah makanan favorit dari semua kalangan masyarakat terutama bagi orang yang memiliki kesibukan yang sangat banyak sehingga tidak sempat untuk membuat ataupun membeli makanan yang sehat (Kurnianingsih, 2007).

Mie instan belum dapat dianggap sebagai makanan penuh (*wholesome food*) karena belum mencukupi kebutuhan gizi yang seimbang bagi tubuh. Mie yang terbuat dari terigu mengandung karbohidrat dalam jumlah besar, tetapi kandungan protein, vitamin, dan mineralnya hanya sedikit. Pemenuhan gizi mie instan dapat diperoleh jika ada penambahan sayuran dan sumber protein (Martianto, 2004).

Dampak konsumsi mie instan secara berlebihan adalah peningkatan asupan atau *intake* dari energi, lemak, thiamin, sodium dan riboflavin (Martianto, 2004). Peningkatan asupan makanan yang tidak diimbangi dengan aktifitas fisik yang teratur akan meningkatkan risiko obesitas, dislipidemia dan hipertensi.

Berdasarkan hasil Riskesdas (2013) diketahui Prevalensi Obesitas di Indonesia pada remaja usia 13 – 15 tahun sebesar 10,8% terdiri atas 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk.

Faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi mie instan antara lain pengetahuan gizi seimbang, keamanan pangan, keterpaparan iklan dan tempat tinggal. Hasil penelitian Mubarakah, Sartono dan Isworo (2013) memperlihatkan ada hubungan antara pengetahuan baik dengan perilaku konsumsi mie instan, khususnya mengurangi frekuensi mengkonsumsi mie instan (Juyeon Park *et al*, 2011). Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sarkim, Nabuasa dan Limbu (2010), terhadap 74 mahasiswa Fakultas Kesehatan UNDANA Kupang memperlihatkan hasil sebanyak 78,4% responden memiliki pengetahuan baik, sedangkan 21,6% memiliki pengetahuan yang cukup (Baliwati Y.F, 2004).

Hasil penelitian Sarkim, Nabuasa dan Limbu (2010) memperlihatkan sebanyak 25% responden tidak melakukan penambahan variasi menu dalam konsumsi mie instan. Penelitian Mubarakah, Sartono dan Isworo (2013) memperlihatkan ada hubungan antara keamanan pangan dengan perilaku konsumsi mie

instan dengan kecenderungan negatif. Artinya semakin baik pemahaman responden mengenai keamanan pangan khususnya dalam mengurangi konsumsi mie instan. Penelitian Rahmadayanti (2013), terhadap 347 mahasiswa Universitas Hassanudin Makassar memperlihatkan hubungan yang signifikan antara keterpaparan iklan di media dengan perilaku konsumsi mie instan (Charles Surjadi, 2013).

Tingginya konsumsi mie instan di kalangan mahasiswa khususnya remaja dan dewasa awal berpengaruh kepada status gizi dan peningkatan risiko obesitas. Pengetahuan yang buruk, tempat tinggal dan minimnya uang saku mahasiswa akan dapat meningkatkan perilaku konsumsi mie instan. Berdasarkan latar belakang tersebut menjadikan peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak”.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Kota Pontianak khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Penelitian dilaksanakan selama 2 bulan periode Bulan April – Juni 2015. Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan desain penelitian *Cross sectional*.

Populasi pada penelitian yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Mekanisme pengambilan sampel dilakukan dengan mengumpulkan data jumlah mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak kemudian melakukan penapisan (*screening*) dan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi diambil untuk dijadikan sampel atau responden penelitian. Analisis data dilakukan secara bertahap meliputi analisis univariat dan bivariat diuji secara statistik *Chi-square* dengan derajat ketepatan 95% ($\alpha= 0,05$).

Data yang diperoleh langsung dari responden berupa kuesioner yang berisikan data pengetahuan gizi seimbang, keamanan pangan, keterpaparan iklan, tempat tinggal dan perilaku konsumsi mie instan. Data sekunder yang diambil berupa jumlah mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Umur, Jenis Kelamin, Uang Saku

Umur	Responden	
	N	%
Remaja Akhir	65	44,8
Dewasa Awal	80	55,2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	22,8
Perempuan	112	77,2
Uang Saku (Rp)		
1.000.000	28	19,3
1.200.000	2	1,4
1.400.000	1	0,7
1.500.000	12	8,3
1.800.000	1	0,7
2.000.000	5	3,4
2.500.000	3	2,1
200.000	1	0,7
250.000	1	0,7
300.000	10	6,9
350.000	2	1,4
400.000	8	5,5
500.000	28	19,3
550.000	1	0,7
600.000	15	10,3
700.000	11	7,6
800.000	13	9,0
Tidak Menentu	2	1,4

Dari tabel 1. dapat diketahui sebagian besar karakteristik responden berdasarkan umur responden diketahui bahwa proporsi umur pada dewasa awal sebanyak 80 orang (55,2%) lebih besar dibandingkan umur remaja akhir sebanyak 65 orang (44,8%). Karakteristik berdasarkan jenis kelamin responden diketahui bahwa proporsi pada jenis kelamin perempuan sebanyak 112 orang (77,2%) lebih besar dibandingkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 33 orang (22,8%). Karakteristik berdasarkan uang saku bahwa proporsi uang saku 1.000.000 dan 500.000 masing-masing sebanyak 28 orang (19,3%) lebih besar dibandingkan 1.400.000, 1.800.000, 200.000, 250.000, dan 550.000 masing-masing sebanyak 1 orang (0,7%).

Univariat

Dari tabel 2. diketahui distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan gizi yang kurang baik sebanyak 65 orang (44,8%) lebih besar dibandingkan yang mempunyai pengetahuan gizi yang baik. Distribusi frekuensi berdasarkan keamanan pangan yang aman sebanyak 104 orang (71,7%) lebih besar dibandingkan yang mempunyai keamanan pangan yang tidak aman. Distribusi frekuensi berdasarkan keterpaparan iklan yang tidak terpapar sebanyak 128 orang (88,3%) lebih besar dibandingkan yang mempunyai keterpaparan iklan yang terpapar. Distribusi frekuensi berdasarkan tempat tinggal di Pontianak yang berisiko sebanyak 103 orang (71,0%) lebih besar dibandingkan yang mempunyai tempat tinggal di Pontianak yang tidak berisiko. Distribusi frekuensi berdasarkan perilaku konsumsi yang tidak suka sebanyak 88 orang (60,7%) lebih besar dibandingkan yang mempunyai perilaku konsumsi yang suka mie instan.

Tabel 2.
Distribusi dan Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Gizi, Keamanan Pangan, Keterpaparan Iklan dan tempat tinggal di Pontianak

Variabel	Responden	
	N	%
Pengetahuan gizi		
Kurang Baik	65	44,8
Baik	80	55,2
Keamanan Pangan		
Tidak aman	41	28,3
Aman	104	71,7
Keterpaparan iklan		
Terpapar	17	11,7
Tidak terpapar	128	88,3
Tempat Tinggal di Pontianak		
Berisiko	103	71,0
Tidak Berisiko	42	29,0
Perilaku konsumsi		
Suka	57	39,3
Tidak suka	88	60,7

Tabel 3.
Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Keamanan Pangan, Keterpaparan Iklan dan tempat tinggal di Pontianak

Variabel	Perilaku konsumsi mie instan				p value	PR 95% CI
	Kurang baik		Baik			
	n	%	N	%		
Pengetahuan						
Salah	31	21,4	34	23,4	1,000	1,004 (0,712-1,415)
Benar	38	26,2	42	29		
Keamanan Pangan						
Tidak aman	14	9,7	27	18,6	0,064	0,646 (0,407-1,025)
Aman	55	37,9	49	33,8		
Keterpaparan iklan						
Terpapar	54	37,2	50	34,5	0,139	1,419 (0,911-2,211)
Tidak terpapar	15	10,3	26	17,9		
Tempat tinggal						
Berisiko	48	33,1	55	37,9	0,851	0,932 (0,646-1,344)
Tidak Berisiko	21	14,5	21	14,5		

Bivariat

Hasil analisis variabel pengetahuan dengan menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 1,000 lebih besar $\alpha = 0,05$ yang menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Hasil analisis variabel keamanan pangan dengan menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,064 lebih besar $\alpha = 0,05$ dengan demikian tidak ada hubungan antara keamanan pangan dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Hasil analisis variabel keterpaparan iklan dengan menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,139 lebih besar $\alpha = 0,05$ dengan demikian tidak ada hubungan antara keterpaparan iklan dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Hasil analisis variabel tempat tinggal di Pontianak dengan menggunakan uji *Chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa nilai *p value* 0,851 lebih besar $\alpha = 0,05$ dengan demikian tidak ada hubungan antara tempat tinggal Pontianak dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak dengan *p value* = 1,000.

Pengetahuan terhadap pangan dan gizi merupakan hasil tahu seseorang terhadap pangan dan gizi untuk pemenuhan kebutuhan gizi bagi tubuhnya yang dapat menentukan tingkat konsumsi pangan dan gizi. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang akan menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi.

Dalam penelitian ini, pengetahuan responden meliputi pengetahuan tentang makanan bergizi.

Tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dalam penelitian ini karena sebagian besar responden mengetahui kegunaan makanan sebesar 98,2%, kegunaan makanan seimbang sebesar 68,4% dan dampak dari mie instan 85,2%. Hal lain yang menjadi penyebab tidak adanya hubungan karena responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang memiliki pendidikan tinggi sehingga pola berfikir mahasiswa sudah baik. Dalam penelitian ini diketahui sebanyak 80 orang (55,2%) mahasiswa memiliki pengetahuan baik. Dari hasil wawancara diketahui bahwa alasan mahasiswa yang mengkonsumsi mie instan karena

kecilnya uang saku/bulan. Dalam hal ini ada keterkaitan uang jajan dengan tidak adanya hubungan pengetahuan karena uang saku/bulan mahasiswa dalam penelitian ini sudah baik. Diketahui sebesar 68,2% mahasiswa memiliki uang jajan > Rp 500.000 – Rp.1.000.000 dan 16,6% memiliki uang saku > Rp. 1.000.000,.

Analisis per item pada responden yang suka mengkonsumsi mie instan, diketahui sebagian besar responden mengetahui kegunaan makanan sebesar 98,2%, makanan seimbang sebesar 68,4%, mie instan sebesar 82,5%, dan kandungan bahan kimia sebesar 59,6% dibandingkan dengan responden yang mengetahui dampak dari konsumsi mie instan sebesar 26,3%. Sedangkan pada responden yang tidak suka konsumsi mie instan diketahui bahwa sebagian besar responden mengetahui kegunaan makanan sebesar 96,6%, mie instan sebesar 86,4%, makanan seimbang sebesar 71,6%, kandungan bahan kimia 64,8% dibandingkan dengan responden yang mengetahui dampak dari konsumsi mie instan sebesar 38,6%.

Dapat disimpulkan pengetahuan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan lebih baik dibandingkan dengan responden yang suka mengkonsumsi mie instan. Sehingga dengan demikian, walaupun tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan namun adanya kecenderungan responden yang tidak mengetahui dampak dari konsumsi mie instan memiliki perilaku atau kebiasaan mengkonsumsi mie instan.

Umur menjadi faktor lain tidak adanya hubungan dalam penelitian ini. Dari hasil penelitian diketahui 55,2% responden berusia dewasa awal lebih besar dibandingkan remaja akhir 44,8%. Umur merupakan hal yang penting bagi manusia, yang dapat mengubah pengetahuan dan persepsi mengenai suatu hal. Pengetahuan diartikan sebagai pengalaman yang kita alami. Pengalaman – pengalaman itu harus disusun dan diatur sedemikian rupa sehingga menjadi suatu keseluruhan yang berkaitan satu sama lain dengan suatu gejala yang dapat diterangkan. Dengan pengetahuan dan umur yang dewasa akan meningkatkan perilaku, sikap dan tindakan untuk mendorong perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Mubarakah (2013), menyatakan bahwa ada hubungan yang kuat (negatif) antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi mie instan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki responden, maka semakin sedikit konsumsi mie instannya.

Upaya pencegahan yang dapat dilakukan menerapkan makanan seimbang dalam kehidupan sehari-hari, mengetahui kegunaan makan, kandungan bahan kimia yang terdapat di mie instan dan dampak

dari mie instan. Mencari referensi seputar mie instan berdasarkan kandungan mie instan dan dampak dari mie instan.

Hubungan Keamanan Pangan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak dengan *p value* = 0,064.

Dalam penelitian ini, sebagian besar keamanan pangan responden aman sebesar 71,7% dibandingkan dengan keamanan pangan responden tidak aman sebesar 28,3%.

Analisis per item, responden yang suka mengkonsumsi mie instan mengetahui mie instan mengandung ≥ 2 bahan kimia sebesar 59,6% lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengetahui mie instan <2 bahan kimia sebesar 40,4%. Begitu juga dengan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan mengetahui mie instan mengandung ≥ 2 bahan kimia 64,8% lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengetahui mie instan <2 bahan kimia sebesar 35,2%. Bahan kimia yang responden ketahui meliputi, zat lilin, formalin, MSG, antroksida, boraks dan natrium.

Analisis per item pada cara memasak mie instan yang baik untuk kesehatan, sebagian besar responden yang menyukai konsumsi mie instan tahu cara memasak mie instan yang baik sebesar 98,2% dibandingkan dengan responden yang tidak tahu cara memasak mie instan yang baik sebesar 1,8%. Begitu juga dengan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan, sebagian besar tahu cara memasak mie instan yang baik sebesar 98,9% dibandingkan dengan responden yang tidak tahu cara memasak mie instan yang baik sebesar 1,1%.

Pada item pengecekan kadaluarsa makanan, responden yang suka mengkonsumsi mie instan, kadang-kadang mengecek kadaluarsa mie instan sebesar 56,1% lebih besar dibandingkan dengan responden yang selalu mengecek kadaluarsa mie instan sebesar 38,6% dan tidak pernah mengecek kadaluarsa mie instan sebesar 5,3%. Begitu juga pada responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan, kadang-kadang mengecek kadaluarsa mie instan sebesar 52,3% lebih besar dibandingkan dengan responden yang selalu mengecek kadaluarsa makanan mie instan sebesar 43,2% dan tidak pernah mengecek kadaluarsa mie instan sebesar 4,5%.

Dapat disimpulkan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan lebih besar yang mengetahui kandungan bahan kimia dalam mie instan dan cara memasak mie instan yang baik untuk kesehatan

dibandingkan dengan responden yang suka mengkonsumsi mie instan. Namun, tidak ada kecenderungan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan lebih aman dibandingkan responden yang suka mie instan, hal ini dilihat dari lebih banyak responden yang suka mengkonsumsi mie instan selalu mengecek kadaluarsa pada mie instan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Mubarokah, (2013) menyatakan ada hubungan yang kuat (negatif) antara keamanan pangan santriwati dengan tingkat konsumsi mie instan (Juyeon Park *et al*, 2011).

Hubungan Keterpaparan Iklan

Menonton merupakan sebuah hal yang tak bisa kita hindari saat ini. Seiring perkembangan zaman kecanggihan teknologi telah menunjang kehidupan kita sehingga barang elektronik seperti televisi sekarang ini sudah banyak digunakan oleh masyarakat pada umumnya. Begitu pula minat seseorang akan muncul ketika ia melihat ada sesuatu yang baru dan banyak disukai orang. Televisi saat ini banyak menyajikan berbagai program, tidak hanya program berita, edukasi, dan hiburan, iklan pun menjadi salah satu bagian yang terpenting yang ditonton oleh masyarakat pada umumnya, dan mahasiswa pada khususnya termasuk didalamnya penyajian iklan mie instan.

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak dengan $p\ value = 0,139$.

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak dengan $p\ value = 0,139$.

Dalam penelitian ini, sebagian besar responden tidak terpapar iklan mie instan sebesar 88,3%, sedangkan responden yang terpapar iklan mie instan hanya sebesar 11,7%.

Analisis per item pada responden yang suka mengkonsumsi mie instan menunjukkan bahwa responden terpapar iklan 4 – 7 kali sehari sebesar 45,6%, 1 – 3 kali sehari sebesar 38,6%, >7 kali sehari sebesar 14,0%, dan lainnya sebesar 1,8%. Selain itu, sebagian besar responden menjawab kadang-kadang tuntas menonton iklan mie instan sebesar 66,7%, selalu tuntas menonton iklan mie instan sebesar 14,0%, tidak pernah tuntas menonton iklan mie instan sebesar 8,8%, sering tuntas menonton iklan mie instan sebesar 8,8%, dan lainnya sebesar 1,8%. Iklan yang banyak dilihat oleh responden yang suka mengkonsumsi

mie instan seperti mie Sedap sebesar 42,1%, Indomie sebesar 31,6%, Sarimi sebesar 10,5%, Pop Mie sebesar 8,8%, dan Mie Gelas sebesar 7,0%.

Analisis per item pada responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan diketahui responden terpapar iklan 1 – 3 kali sehari sebesar 47,7 %, 4 – 7 kali sehari sebesar 37,6%, >7 kali sehari sebesar 10,2%, dan lainnya sebesar 4,5%. Selain itu, sebagian besar responden menjawab kadang-kadang tuntas menonton iklan mie instan sebesar 60,2%, sering tuntas menonton iklan mie instan sebesar 21,6%, selalu tuntas menonton iklan mie instan sebesar 9,1%, tidak pernah tuntas menonton iklan mie instan sebesar 6,8%, dan lainnya sebesar 2,3%. Iklan yang banyak dilihat oleh responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan seperti Mie Sedap sebesar 54,5%, Indomie sebesar 25,0%, Pop Mie sebesar 10,2%, Sarimi sebesar 4,5%, Gaga Mie 3,4%, dan Mie Gelas sebesar 2,3%.

Dapat disimpulkan keterpaparan menonton iklan tidak mempengaruhi seseorang untuk mengkonsumsi mie instan, ini dapat dilihat dari analisis per item pada responden yang suka mengkonsumsi mie instan dan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan persentase keterpaparan iklan tidak berbeda jauh.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Rahmadayanti (2013) menyatakan ada hubungan antara menonton iklan mie instan di televisi dan perilaku konsumsi mahasiswa Makassar.

Upaya pencegahan perlu adanya selektifitas dalam menonton iklan di televisi sehingga mahasiswa tidak mendapat stimulus yang berlebihan.

Hubungan Tempat Tinggal

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tempat tinggal dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak dengan $p\ value = 0,851$.

Dalam penelitian ini, pengkategorian tempat tinggal di Pontianak berisiko jika responden tinggal di kost, kontrakan, dan lainnya. Sedangkan kategori tempat tinggal tidak berisiko jika responden tinggal bersama orang tua. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa sebagian besar responden tempat tinggal di Pontianak berisiko sebesar 71,0% dibandingkan dengan responden yang tinggal di Pontianak tidak berisiko sebesar 29,0%.

Hasil analisis per item, responden yang suka mengkonsumsi mie instan sebagian besar tinggal di kontrakan sebesar 35,1%, bersama orang tua sebesar 31,6%, kost sebesar 22,8%, dan lainnya sebesar 10,5%. Sedangkan responden yang tidak suka mengkonsumsi mie instan sebagian besar tinggal di kontrakan sebesar 30,7%, kost sebesar 28,4%, bersama

orang tua sebesar 27,3%, dan lainnya sebesar 13,6%.

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara tempat tinggal di Pontianak dengan perilaku konsumsi mie instan. Namun, adanya kecenderungan responden yang tempat tinggalnya berisiko memiliki perilaku atau kebiasaan mengkonsumsi mie instan terutama bagi responden yang tinggal dikontrakan. Hal ini bisa dipengaruhi oleh mudahnya mengolah mie instan menjadi makanan yang siap santap.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian Kusilo (2012), yang menyatakan ada hubungan tempat tinggal dengan tingkat konsumsi mie instan pada mahasiswa Kesehatan FKM UI program regular.

Upaya pencegahan untuk mengurangi konsumsi mie instan bagi responden yang tinggal di kontrakan dan kost adalah dengan mencari tempat tinggal atau kost yang dekat dengan rumah makan sehingga kebiasaan malas untuk memasak dapat dikurangi dengan membeli makanan jadi di rumah makan yang dekat dengan kost.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian diatas tentang Perilaku Konsumsi Mie Instan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak diperoleh simpulan : tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan, konsumsi dan pola konsumsi pangan masyarakat Indonesia keamanan pangan, keterpaparan iklan, tempat tinggal dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah dan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak.

DAFTAR RUJUKAN

- Baliwati, Y. F.(2004). Pengantar Pangan dan Gizi, Cetakan I.Jakarta: Penerbit Swadaya. Hal. 89
- Sarkim, Linda., Nabuasa, Engelina., Limbu, Ribka. 2010. *Perilaku Konsumsi Mie Instan Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat UNDANA Kupang yang Tinggal di Kost Wilayah Naikoten* .Jurnal MKM Vol.5 No.01, hal 41-48.
- Kurnianingsih, S. 2007.*Hubungan Konsumsi Mie Instan dengan Tingkat kecukupan Gizi Dan Status Gizi Pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri Nganjuk)*.Skripsi.Surabaya:-FakultasKesehatan Masyarakat Universita Airlangga.

Martianto, Drajat dan Mewa Ariani (2004) “Analisis PerubahanDalam Dekade Terakhir”. Makalah disampaikan pada Widyakarya Seminar Nasional Pangan dan Gizi, tanggal 17-19 Mei di Hotel Bidakara, Jakarta.

Park, Juyeon *et al.* 2011. A comparison of food and nutrient intake between instant noodle consumers andnon-instant noodle consumers in Korean adults.Nutrition Research and Practice (*Nutr Res Pract*) 2011;5(5):443-449

Surjadi, Charles. 2013. Globalisasi dan Pola Makan Mahasiswa : Studi Kasus Di Jakarta. Jurnal Cermin Dunia Kedokteran-205/Vol.40 No.6 Tahun 2013 Hal : 416-421.

Mubarokah, Ani. Sartono, Agus dan Isworo, Joko Teguh. 2013. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Keamanan Pangan dengan Konsumsi Mie Instan Pada Santriwati SMA Pondok Pesantren Asy-Syarifah Mranggen Demak.

Rahmadayanti.2013. Hubungan antara menonton iklan mie instan di televisi dengan Perilaku Konsumsi Mahasiswa Makassar. Skripsi. FISIP UNHAS. Makassar.