

**STUDI PADA MAHASISWA: KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN, DAN POLA  
KONSUMSI TERHADAP MAKANAN SEHAT DAN HALAL**

***STUDY ON STUDENTS: CHARACTERISTICS, KNOWLEDGE, AND  
CONSUMPTION PATTERNS OF HEALTHY AND HALAL FOOD***

**Elly Rasmikayati\*<sup>1</sup>, Sulistyodewi Nur Wiyono<sup>1</sup>, Bobby Rachmat Saefudin\*<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Pertanian, Universitas Padjadjaran, Jl. Bandung-Sumedang KM. 21, Jatinangor, 45363

<sup>2</sup>Fakultas Pertanian, Ma'soem University, Jl. Raya Cipacing No.22, Jatinangor 45363

\*Email: bobbyrachmat@masoemuniversity.ac.id

(Diterima 06-07-2023; Disetujui 25-07-2023)

**ABSTRAK**

Pengembangan pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal dapat membantu individu dalam memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi dan kesehatan mereka. Namun, meskipun pengetahuan mengenai hal tersebut telah berkembang pesat, masih terdapat banyak tantangan dalam menerapkan pengetahuan tersebut dalam keseharian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan terkait makanan sehat dan halal dengan pola konsumsinya. Data yang digunakan pada penelitian ini yaitu data sekunder yang diperoleh melalui hasil kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji statistik nonparametrik diantaranya uji Chi-Square dengan representasi menggunakan tabulasi silang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden memahami makanan sehat sebagai makanan yang sedikit diolah, makanan yang mengandung sedikit gula, tepung, dan karbo, serta makanan yang dominan mengandung sayuran dan buah-buahan. Selanjutnya responden memahami makanan halal adalah makanan olahan yang mengandung bahan tambahan yang telah disetujui pemerintah karena telah ada label kualitas aman dan makanan yang mendapatkan sertifikat halal tercantum pada label. Hasil selanjutnya tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan makanan halal dan sehat dengan pola konsumsi (Sarapan, Makan Siang dan Makan Malam).

Kata kunci: Produk halal, makanan sehat, label halal, Pola Konsumsi, Pengetahuan

**ABSTRACT**

*Developing knowledge about healthy and halal food can help individuals choose the type of food that suits their nutritional and health needs. However, even though knowledge on this matter has grown rapidly, there are still many challenges in applying this knowledge in everyday life. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge regarding healthy and halal food and consumption patterns. The data used in this study are secondary data obtained through the results of the questionnaire. The data analysis technique used is a nonparametric statistical test including the Chi-Square test with representation using cross tabulation. The results of this study indicate that respondents understand healthy foods as foods that are slightly processed, foods that contain little sugar, flour, and carbohydrates, and foods that predominantly contain vegetables and fruits. Furthermore, respondents understood that halal food is processed food that contains additional ingredients that have been approved by the government because there is a safe quality label and food that has received a halal certificate is listed on the label. The next result is that there is no significant relationship between knowledge of halal and healthy food and consumption patterns (Breakfast, Lunch and Dinner).*

*Keywords: product halal; healthy food; labeled halal, Consumption Behavior, Knowledge*

## PENDAHULUAN

Makanan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Konsumsi makanan yang tepat sangat penting dalam meningkatkan gizi agar terhindar dari berbagai penyakit (Fuadah & Sianipar, 2019). Dalam beberapa dekade terakhir, pengetahuan tentang makanan sehat dan halal telah menjadi perhatian utama bagi masyarakat, baik di tingkat lokal maupun global.

Produk makanan halal di Indonesia bukan suatu hal yang asing lagi, hal tersebut dikarenakan mayoritas penduduk Indonesia beragama Islam. Menurut data dari Indonesia Sharia Economic Festival, Indonesia merupakan negara dengan pasar konsumen halal terbesar di dunia dengan persentase 11,34% dalam pengeluaran ekonomi halal global.

Banyaknya umat muslim di Indonesia berhubungan pada produk yang dikonsumsi masyarakatnya harus produk yang diperbolehkan atau halal dan baik atau thayyib. Produk halal merupakan produk yang sesuai dengan syariat Islam.

Keaslian makanan halal telah menimbulkan kekhawatiran di kalangan masyarakat. Oleh karena itu, konsumen Muslim harus memeriksa integritas makanan halal karena konsumen dapat

merasa puas dengan keaslian produk Halal (Mohamed et al., 2016)

Pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal dapat membantu individu dalam memilih jenis makanan yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi dan kesehatan mereka. Makanan sehat adalah makanan yang seimbang kandungan gizinya serta meningkatkan kesehatan pengonsumsinya (Puspawati & Briawan, 2014). Sementara itu, makanan halal adalah makanan yang diproduksi dan diproses sesuai dengan prinsip-prinsip dan persyaratan Islam (Ali, 2016). Pemahaman tentang Halal, Tayyib (murni) dan Khabith (tidak murni) dan hubungannya dengan keamanan pangan sangat penting dalam menentukan status makanan Halal (Alzeer et al., 2018)

Pola konsumsi makanan sehat dan halal juga memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan tubuh. Pola konsumsi yang baik melibatkan pengaturan proporsi dan variasi makanan yang tepat, serta frekuensi mengonsumsi makanan dalam sehari. Menggabungkan pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal dengan pola konsumsi yang baik dapat membantu individu mencapai gaya hidup yang sehat dan seimbang.

Penelitian terkait hubungan suatu faktor terhadap pola konsumsi maupun

makanan sehat dan halal, sudah banyak dilakukan seperti penelitian (Mudawaroch & Rinawidiastuti, 2020; Putri et al., 2019; Rasmikayati et al., 2017, 2023; Wardani et al., 2023) hal ini menunjukkan bahwa penelitian terkait konsumsi banyak berkembang, meskipun pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal telah berkembang pesat, masih terdapat banyak tantangan dalam menerapkan pengetahuan tersebut dalam pola konsumsi sehari-hari. Faktor sosial, pribadi dan jenis konsumen dapat mempengaruhi keputusan individu dalam memilih makanan yang baik (Mudawaroch & Rinawidiastuti, 2020). Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal dengan pola konsumsi masyarakat, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Dalam artikel ini, tujuan peneliti adalah untuk meneliti hubungan antara pengetahuan mengenai makanan sehat dan halal dengan pola konsumsi masyarakat.

#### **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kuantitatif dan kualitatif, yaitu menggunakan data primer berupa hasil

kuesioner, serta menggunakan metode deskriptif untuk menjelaskan hubungan antara variabel- variabel melalui pengujian hipotesis. Sampel yang digunakan merupakan responden yang mengisi kuesioner sebanyak 110 orang, dengan populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Padjadjaran.

Berikut ini definisi dari variabel - variabel yang menjadi acuan dalam melakukan penelitian:

1. Informasi Makanan Sehat adalah pengetahuan atau pemahaman masyarakat mengenai makanan sehat, misalnya makanan yang sedikit diolah, makanan yang mengandung sedikit gula, sedikit tepung, sedikit karbo dan makanan yang dominan mengandung sayuran dan buah - buahan.
2. Keputusan Pembelian Produk Berlabel Halal adalah keputusan final yang dimiliki konsumen untuk membeli sebuah produk berlabel halal. Dalam mengambil keputusan tersebut, responden mempertimbangkan ada atau tidaknya label halal dan mengecek bahan - bahan yang terkandung dalam produk tersebut.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji statistik nonparametrik uji Chi-Square dengan representasi menggunakan Crosstab.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Karakteristik dalam penelitian ini dideskripsikan berdasarkan gender, golongan darah, dan jumlah pendapatan. Terdapat 110 responden dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berdasarkan gender (Tabel 1), responden gender wanita (59) lebih banyak daripada gender pria (41). Secara garis besar golongan darah responden bergolongan darah O (44%). Secara keseluruhan responden berpenghasilan lebih dari 1.000.000 – 2.000.000 per bulannya (45%).

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

No.	Karakteristik	n	%
<b>A Jenis Kelamin</b>			
1	Pria	45	41
2	Wanita	65	59
<b>B Golongan Darah</b>			
1	A	21	19
2	AB	12	11
3	B	29	26
4	O	48	44
<b>C Jumlah Pendapatan (Rp)</b>			
1	<1.000.000	36	33
2	1.000.000 – 2.000.000	49	45
3	2.000.000 – 3.000.000	15	14
4	>3.000.000	10	9

Sumber: Analisis data primer (2023)

### Data Variabel Informasi Makanan Sehat dan Halal

**Tabel 2. Hubungan Pemahaman Mahasiswa terhadap makanan sehat dan halal**

Variabel	STS	TS	KS	S	SS	Total
Makanan Sehat adalah makanan sedikit diolah	3	17	19	49	12	100
Makanan Sehat adalah makanan yang sedikit mengandung gula	1	9	15	55	19	100
Makanan Sehat adalah makanan yang sedikit mengandung tepung	1	11	38	37	13	100
Makanan Sehat adalah makanan yang sedikit mengandung karbo	3	25	29	38	5	100
Makanan Sehat adalah makanan dominan mengandung sayur dan buah	2	3	7	44	44	100
Aman mengonsumsi makanan olahan yang mengandung bahan tambahan yang telah disetujui Pemerintah karena telah ada label kualitas aman pangan/halal	1	4	24	50	21	100
Produk halal adalah yang telah mendapatkan sertifikat halal dan mencantumkan pada label	0	10	22	45	23	100

Berdasarkan Tabel 2, dari variabel informasi makanan sehat, responden setuju (49%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang sedikit diolah. Responden cenderung setuju (56%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang mengandung sedikit gula. Pernyataan makanan sehat adalah makanan yang mengandung sedikit tepung responden cenderung memilih

setuju (37%) dan ragu-ragu (38%). Responden juga setuju (38%) dan ragu-ragu (29%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang mengandung sedikit karbo. Selain itu, responden sangat setuju (44%) dan setuju (44%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang dominan mengandung sayuran dan buah-buahan.

Dilihat dari variabel keputusan pembelian produk halal berdasarkan

Tabel 2, responden cenderung setuju (50%) merasa aman ketika mengonsumsi makanan olahan yang mengandung bahan tambahan yang telah disetujui Pemerintah karena telah ada label kualitas aman pangan/halal. Responden juga cenderung setuju (45%) ketika produk makanan tersebut telah mendapatkan sertifikat halal dan mencantumkan label pada produknya. Berdasarkan banyaknya hasil setuju tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan baik tentang konsep halal. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rani et al., 2017) yang menunjukkan bahwa masyarakat Malaysia memiliki pemahaman konsep halal yang baik.

### **Kebiasaan Konsumsi responden**

**Tabel 3. Hubungan Kebiasaan Konsumsi dengan pola konsumsi mahasiswa**

Pola Konsumsi	Persentase Responden		
	Sarapan (%)	Makan Siang (%)	Makan Malam (%)
Terbiasa	65	93	85
Tidak terbiasa	35	7	15
Total	100	100	100

Berdasarkan Tabel 3 tersebut didapat bahwa mayoritas responden terbiasa untuk sarapan, makan siang dan makan malam.

### **Hubungan antara Pengetahuan dengan Kebiasaan Sarapan**

Uji Chi-Square atau Uji Chi Kuadrat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang terdapat pada baris dengan kolom. Jenis data yang digunakan dalam uji ini berbentuk data kategori atau data frekuensi.

**Tabel 4. Tabulasi Silang antara kebiasaan sarapan dengan pengetahuan mahasiswa terkait makanan**

		Pengetahuan			
		S	T	ST	Total
Kebiasaan Sarapan	Ya	8	47	17	72
	Tidak	3	30	5	38
Total		11	77	22	110

Ket: S = Sedang; T = Tinggi; ST = Sangat Tinggi

Dasar pengambilan keputusan Uji Chi-Square adalah sebagai berikut.

- 1) Jika nilai Asymp. Sig < 0,05, maka terdapat hubungan yang signifikan antara baris dengan kolom.
- 2) Jika nilai Asymp. Sig > 0,05, maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara baris dengan kolom.

Terdapat hipotesis yang digunakan, yaitu sebagai berikut.

- $H_0$ : Tidak ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden sarapan.
- $H_1$ : ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat

dan halal dengan kebiasaan responden sarapan.

**Tabel 5. Hasil Chisquare-Test Hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan sarapan**

	Value	Df	Asymp. Sig (2-side)
Pearson	2.280 <sup>a</sup>	2	0,320
Chi-Square			
Likelihood	2.376	2	0.305
Ratio			
N of Valid Cases	110		

1 cells (16.7%) have expected count less than 5.  
The minimum expected count is 3.80.

Dengan demikian, berdasarkan perhitungan pada tabel 5, terlihat Asymp. Sig sebesar 0,320. Hal tersebut berarti Asymp. Sig (0,320) > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden sarapan.

Berbading terbalik dengan penelitian (Sofianita et al., 2015) dan (Aulia et al., 2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai gizi berhubungan secara signifikan terhadap kebiasaan sarapan Anak-anak dan Mahasiswa.

### Hubungan antara Pengetahuan dengan Kebiasaan Makan Siang

**Tabel 6. Tabulasi Silang antara Pengetahuan dengan kebiasaan makan siang**

	Pengetahuan				Total
		S	T	ST	
Kebiasaan Sarapan	Ya	11	70	21	102
	Tidak	0	7	1	8
Total		11	77	22	110

Ket: S = Sedang; T = Tinggi; ST = Sangat Tinggi

Terdapat hipotesis yang digunakan, yaitu sebagai berikut.

- $H_0$ : Tidak ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan siang.
- $H_1$ : ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan siang.

**Tabel 7. Hasil Chisquare-Test Hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan makan siang**

	Value	Df	Asymp. Sig (2-side)
Pearson	1.483 <sup>a</sup>	2	0,476
Chi-Square			
Likelihood	2.290	2	0.318
Ratio			
N of Valid Cases	110		

2 cells (33.4%) have expected count less than 5.  
The minimum expected count is 0.80.

Dengan demikian, berdasarkan perhitungan pada tabel 7, terlihat Asymp. Sig sebesar 0,476. Hal tersebut berarti Asymp. Sig (0,476) > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan siang.

**Hubungan antara Pengetahuan dengan Kebiasaan Makan Malam**

**Tabel 8. Tabulasi Silang antara Pengetahuan dengan kebiasaan makan malam**

Pengetahuan		S	T	ST	Total
Kebiasaan Makan Malam	Ya	10	67	17	94
	Tidak	1	10	5	16
Total		11	77	22	110

Ket: S = Sedang; T = Tinggi; ST = Sangat Tinggi

Terdapat hipotesis yang digunakan, yaitu sebagai berikut.

- $H_0$ : Tidak ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan malam.
- $H_1$ : ada hubungan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan malam.

**Tabel 9. Hasil Chisquare-Test Hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan makan malam**

	Value	Df	Asymp. Sig (2-side)
Pearson Chi-Square	1.599 <sup>a</sup>	2	0,450
Likelihood Ratio	1.494	2	0.474
N of Valid Cases	110		

2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 0.80.

Dengan demikian, berdasarkan perhitungan pada tabel 8, terlihat Asymp. Sig sebesar 0,450. Hal tersebut berarti Asymp. Sig (0,450) > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan para responden terhadap makanan sehat dan halal dengan kebiasaan responden makan Malam.

Berdasarkan hasil diatas didapati bahwa pengetahuan makanan sehat dan halal tidak berpengaruh signifikan terhadap pola konsumsi (Sarapan, makan siang dan makan malam)

**KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini adalah :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berdasarkan gender (Tabel 1), responden gender wanita (59) lebih banyak daripada gender pria (41). Secara garis besar golongan darah responden bergolongan darah O (44%). Secara keseluruhan responden berpenghasilan lebih dari 1.000.000 – 2.000.000 per bulannya (45%).
2. Responden setuju (49,09%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang sedikit diolah. Responden cenderung setuju (56,36%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang

mengandung sedikit gula. Pernyataan makanan sehat adalah makanan yang mengandung sedikit tepung responden cenderung memilih setuju (37,27%) dan ragu-ragu (38,18%). Responden juga setuju (38,18%) dan ragu-ragu (29,09%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang mengandung sedikit karbo. Selain itu, responden sangat setuju (44,55%) dan setuju (44,55%) bahwa makanan sehat adalah makanan yang dominan mengandung sayuran dan buah-buahan. Selain itu, responden cenderung setuju (50%) merasa aman ketika mengonsumsi makanan olahan yang mengandung bahan tambahan yang telah disetujui Pemerintah karena telah ada label kualitas aman pangan/halal. Responden juga cenderung setuju (45,45%) ketika produk makanan tersebut telah mendapatkan sertifikat halal dan mencantumkan label pada produknya.

3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Pengetahuan mengenai konsumsi makanan sehat dan halal dengan pola konsumsi (Sarapan, Makan siang dan Makan malam)

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2016). Konsep makanan halal dalam tinjauan syariah dan tanggung jawab produk atas produsen industri halal. *AHKAM: Jurnal Ilmu Syariah*, 16(2), 291–306.
- Alzeer, J., Rieder, U., & Abou Hadeed, K. (2018). Rational and practical aspects of Halal and Tayyib in the context of food safety. *Trends in Food Science & Technology*, 71, 264–267.
- Aulia, D. T., Yusni, Y., Husnah, H., Nauval, I., & Suryawati, S. (2021). Hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan kebiasaan sarapan pada mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 21(2).
- Fuadah, F., & Sianipar, I. (2019). Ilmu Kesehatan, Mencegah Penyakit Dan Memperpanjang Hidup. *Jurnal Kesehatan Stikes Muhammadiyah Ciamis*, 6(1), 47–55.
- Mohamed, Y. H., Rahim, A. R. A., Ma'ram, A. B., & Hamza, M. G. (2016). Halal traceability in enhancing halal integrity for food industry in Malaysia—a review. *International Research Journal of Engineering and Technology*, 3(3), 68–74.
- Mudawaroch, R. E., & Rinawidiastuti, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Mahasiswa Membeli Makanan Bergizi. *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Agribisnis Peternakan (STAP)*, 7, 138–145.
- Puspadewi, R. H., & Briawan, D. (2014). Persepsi tentang pangan sehat, alasan pemilihan pangan dan kebiasaan makan sehat pada mahasiswa. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(3).
- Putri, D. W., Sayekti, W. D., & Rangga, K. (2019). Pengambilan keputusan dalam pemilihan sayuran dan pola



- konsumsi sayuran rumah tangga petani sayuran di Desa Gisting Atas Kecamatan Gisting Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis*, 7(3), 420–427.
- Rani, M. D. M., Umar, N. S., Ramli, S., Rahman, Z. A., Abdullah, M. Y., & Salleh, N. M. (2017). Knowledge of prophetic food consumption in Malaysia: Halal, health benefits and practices. *Contemporary Issues and Development in the Global Halal Industry: Selected Papers from the International Halal Conference 2014*, 499–508.
- Rasmikayati, E., Hartati, A. S., Tilano, K. M., Saefudin, B. R., & Faradina, Y. (2023). Hubungan Karakteristik Konsumen Dengan Perilaku Konsumsi Beras Sehat Bogowonto. *Jurnal Pertanian Agros*, 25(1), 339–346.
- Rasmikayati, E., Pardian, P., Hapsari, H., Ikhsan, R. M., & Saefudin, B. R. (2017). Kajian sikap dan perilaku konsumen dalam pembelian kopi serta pendapatnya terhadap varian produk dan potensi kedainya. *Mimbar Agribisnis: Jurnal Pemikiran Masyarakat Ilmiah Berwawasan Agribisnis*, 3(2), 117–133.
- Sofianita, N. I., Arini, F. A., & Meiyetriani, E. (2015). Peran pengetahuan gizi dalam menentukan kebiasaan sarapan anak-anak sekolah dasar negeri Di Pondok Labu, Jakarta Selatan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 10(1).
- Wardani, Q. L., Munasib, M., & Proverawati, A. (2023). The difference between knowledge and attitude of Jenderal Soedirman University students in consuming halal food. *AIP Conference Proceedings*, 2586(1).