

# HUBUNGAN KETERJANGKAUAN MAKANAN TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA DI LAMPUNG

## THE RELATIONSHIP BETWEEN FOOD AFFORDABILITY AND STUDENT ACHIEVEMENT IN LAMPUNG

Astin Tono<sup>1</sup>, Faurina Risca Fauzia<sup>2\*</sup>

Prodi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

\*[faurinafauzia@unisayogya.ac.id](mailto:faurinafauzia@unisayogya.ac.id)

Tanggal Submisi: xxxxxxxx, Tanggal Penerimaan: xxxxxxxx

### Abstrak

**Latar belakang** : Komponen keterjangkauan makan terdiri uang saku, harga makanan dan bantuan program makan. komponen ini di akan mempengaruhi asupan makan yang tidak sehat. asupan makanan menjadi salah satu faktor menurunnya produktivitas terutama pada performa belajar. Prestasi belajar mahasiswa merupakan salah satu faktor penting dalam kesuksesan mahasiswa dimasa depan. **Tujuan penelitian** : Penelitian ini adalah mengetahui hubungan keterjangkauan makanan terhadap prestasi mahasiswa di lampung. **Metode penelitian** : Penelitian ini dengan metode kuantitatif yang termasuk jenis penelitian empirik observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Teknik *sampling* yang di gunakan pada penelitian ini menggunakan *snowball sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 196 mahasiswa aktif di kota lampung. Pengumpulan keterjangkauan makan di peroleh dari kuesioner, sedangkan untuk prestasi belajar diperoleh dengan nilai IPK (Indeks Kumalatif Mahasiswa) satu tahun terakhir dan analisis ini yang di gunakan dalam penelitian ini adalah Analisis *uji Independent Sample T-Test*. **Hasil penelitian** : menunjukkan bahwa Tidak ada hubungan keterjangkauan makan dengan prestasi belajar, hasil ini bisa di lihat dari perhitungan Hasil *uji Independent t-test* di ketahui indikator pengeluaran untuk makan  $P 0,064 > 0,05$ , Daya beli  $P 0,96 > 0,05$ , dan bantuan program makan  $P 0,24 > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima menunjukkan tidak ada hubungan. **Kesimpulan dan saran** : Komponen keterjangkauan makan tidak berhubungan dengan prestasi belajar baik dari indikator Pengeluaran Makan, Daya Beli dan bantuan program makan. Harapannya Mahasiswa Memilih makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang membantu lebih berkonsentrasi dalam menerima materi yang di berikan sehingga dapat meningkatkan prestasi.

**Kata kunci** : Keterjangkauan makanan, Prestasi belajar, Mahasiswa, Lampung

### Abstract

**Background**: Pocket money, food prices, and meal program assistance all contribute to the affordability of eating. This factor will influence the consumption of unhealthy foods. Food consumption is one of the factors that reduce productivity, particularly in learning performance. Student achievement is an important factor in determining students' future success. **Objective**: This study aims to determine the relationship between food affordability and student achievement in Lampung. **Method**: This study employed a quantitative method, which was included in the category of empirical observational analytic research with a cross-sectional design. The sampling technique used in this study was snowball sampling, and the sample size was 196 active students in Lampung. Food affordability was collected through a questionnaire, while learning achievement was collected through the value of the GPA (Student Cumulative Index) in the previous year, and the analysis used in this study was the Analysis of the Independent Sample T-Test test. **Result**: The findings revealed that there was no relationship between food affordability and learning achievement. These findings can be seen in the calculation of the independent t-test test results; if the indicator of food expenditure is  $P 0.064 > 0.05$ , purchasing power is  $P 0.96 > 0.05$ , and food program assistance is  $P 0.24 > 0.05$ , then  $H_0$  is accepted as indicating no relationship. **Conclusions and Suggestions**: Indicators of food expenditure, purchasing power, and food program assistance show no relationship between eating affordability and learning achievement. It is hoped that students will choose to eat according to balanced nutrition guidelines in order to focus more on receiving the material provided and thus improve their achievement

**Keywords**: Food Affordability, Learning Achievement, Student, Lampung



## PENDAHULUAN

Indonesia saat ini memiliki masalah gizi ganda, yakni masalah gizi kurang sekaligus masalah gizi lebih (Angesti and Manikam 2020). Adapun kondisi gizi lebih menyebabkan risiko penyakit tidak menular seperti kardiovaskular, sindroma metabolik dan kanker (Astuti 2019). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, masalah gemuk dan obesitas usia 18 tahun ke atas mengalami kenaikan, yaitu 8,6% menjadi 13,6% untuk gemuk dan 10,5% menjadi 21,8% untuk obesitas. Pada rentang usia 20 – 24 tahun, terdapat 8,4% penduduk gemuk, dan 12,1% obesitas (Kemenkes RI 2018). Prevalensi kegemukan di Provinsi Lampung juga mengalami kenaikan dari 11,8% menjadi 13,0% dan obesitas dari 16,6% menjadi 16,0% (Kemenkes RI 2018).

Obesitas disebabkan masalah emosional dan sosial. Penyebab utama obesitas karena tidak seimbangnya energi antara kalori yang dikonsumsi dan kalori yang digunakan (WHO, 2015). Menurut Roslee Rajikan (2019), mahasiswa memiliki pola makan yang tidak sehat karena untuk mengurangi pengeluaran makanan. Mahasiswa Lampung memiliki kebiasaan makan yang beragam yang tidak sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Mahasiswa menderita dengan keuangan yang tidak memadai dan biaya hidup yang tinggi. Selain itu, pengelolaan keuangan yang buruk dapat menyebabkan tidak memiliki cukup uang untuk membeli makanan (Ahmad, Sulaiman, and Sabri 2021). Beberapa penelitian telah menyimpulkan bahwa diet sehat bisa lebih mahal kecuali jika ada perubahan signifikan dengan pola makanan normal dan secara umum, ketika pemilihan makanan didorong oleh pertimbangan biaya saja, diet yang dihasilkan padat energi dan miskin nutrisi (Williams 2010). Selain itu, anak yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi juga cenderung memiliki kebiasaan mengkonsumsi junk food karena Karena peningkatan daya beli para orang tua cenderung memanjakan anak-anak mereka dengan *junk food*. Menemukan bahwa mahasiswa yang bergantung pada bantuan keuangan lebih mungkin untuk tidak memiliki dukungan keuangan untuk membeli makanan yang sehat atau memadai (Martinez et al. 2016).

Asupan makanan menjadi salah satu faktor menurunnya produktivitas terutama pada performa belajar. Prestasi belajar mahasiswa merupakan salah satu faktor penting dalam kesuksesan mahasiswa dimasa depan. Permasalahan mahasiswa saat COVID-19 yaitu melakukan pembelajaran daring yang masih membingungkan menjadi pasif, kurang kreatif dan produktif, konsep yang kurang bermanfaat, mengalami stress, serta peningkatan kemampuan literasi bahasa mahasiswa (Argaheni 2020).

Mahasiswa yang beresiko mengalami kerawanan pangan, atau kurangnya akses yang konsisten terhadap pangan yang terjangkau, bergizi dan memadai. Ketidaksetaraan kesempatan belajar dan akses yang tidak merata terhadap gizi yang cukup berkontribusi pada kesenjangan prestasi (Camelo et al. 2019). Pandemi COVID-19 menjadi dorongan untuk mengubah pola makan seperti makan dengan komposisi lengkap, makan lebih banyak buah dan sayur, membatasi asupan lemak, gula dan garam, penuhi kebutuhan cairan dan menjaga kebersihan makanan. Berbeda dengan keadaan sebelum adanya pandemi COVID-19, masyarakat masih mengabaikan bagaimana mengonsumsi makanan yang sehat dan mengatur pola makan yang baik sehingga mengalami penyakit (Tampatty et al. 2020).

Alasan mahasiswa mengkonsumsi makanan olahan adalah faktor kenyamanan, ketersediaan makanan olahan yang banyak, dan selera makan yang baik. Alasan mahasiswa jarang mengkonsumsi makanan menu lengkap (*whole foods*) adalah keterbatasan waktu, ketidaknyamanan, dan harga yang mahal (Martinez et al. 2016).

Faktor utama akses pangan yaitu daya beli (pendapatan), ketersediaan, sarana prasarana dan konsumsi pangan. Keterjangkauan makan sendiri memenuhi tiga hal yaitu fisik, ekonomi, dan sosial. Keterjangkauan pangan dan aksesibilitas ekonomi tidak hanya bergantung pada biaya pangan tetapi juga pada pendapatan yang dapat dibelanjakan untuk pangan (Capone et

al. 2014).

Keterjangkauan makan atau ketersediaan berpengaruh pada keadaan status gizi dilihat dari kualitas maupun kuantitas makanan dan merupakan cara atau usaha tertentu dengan mempertahankan keadaan kesehatan, status nutrisi, dan mencegah atau membantu kesembuhan dari suatu penyakit (baik pola makan dan perilaku makan seseorang maka akan semakin baik pula prestasi dan produktivitas kerja seseorang (rajikan )Mengatur pola makan yang baik dapat mempengaruhi keadaan kesehatan dan dapat menimbulkan dampak yang positif pada prestasi belajar serta produktivitas kerja (Argaheni 2020).

Hasil penelitian pada anak dengan status gizi lebih memiliki kebiasaan makan yang buruk. Kebiasaan makan yang tidak sehat berawal dari kebiasaan dari keluarga yang akan terbawa ke masa remaja. Remaja makan berdasarkan kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu saja akan menyebabkan kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi oleh tubuh (Hafiza, Utami, and Niriyah 2020). Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan keterjangkauan makanan terhadap dengan prestasi mahasiswa di lampung.

## METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian metode kuantitatif yang termasuk jenis penelitian empirik observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa aktif perguruan tinggi di kota lampung yang berjumlah minimal 192 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan *snowball sampling*. Penelitian ini menggunakan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 196 pasien.

Dalam penelitian ini, peneliti memperoleh data sekunder untuk menentukan populasi dan sampel yaitu Mahasiswa aktif perguruan tinggi di kota lampung. Metode pengambilan data dengan menggunakan data sekunder dari penelitian sebelumnya "model assement prestasi belajar berdasarkan lingkungan makan di lampung tahun 2021". Dalam penelitian ini ada dua yang menjadi obyek penelitian yaitu keterjangkauan makan sebagai variabel bebas dan Prestasi belajar mahasiswa asebagai variabel terikat. Etika dalam penelitian ini memperhatikan persetujuan dari responden, kerahasiaan responden, keamanan responden dan bertindak adil. Untuk mengetahui signifikan adanya pengaruh keterjangkauan makan terhadap prestasi belajar mahasiswa di lampung maka dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk*, maka data berdistribusi normal diuji hipotesis dengan *independent sample t Test*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

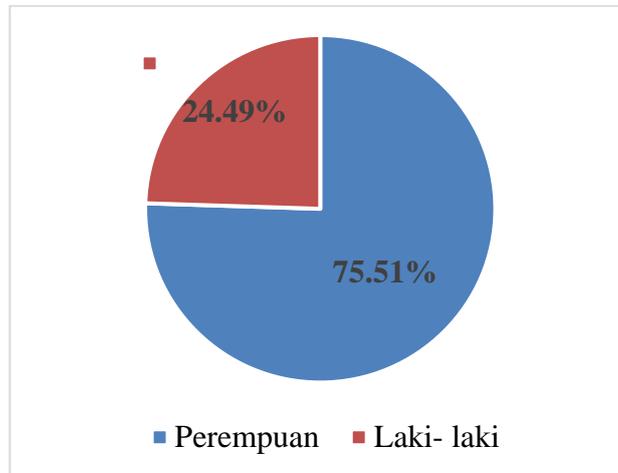
#### a. Gambaran Umum Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah keseluruhn mahasiswa yang masih menumpuh pendidikan di kota lampung dengan memiliki uang saku, Indeks prestasi kumulatif (IPK), serta tempat tinggal. Dengan kriteria inklusi mahasiswa di kota lampung, sudah mengalami kenaikan IPK dan penurunan IPK, serta memiliki uang saku yang berbeda-beda. Berdasarkan populasi mahasiswa di kota lampung berjumlah 196 yang mejadi sampel orang sesuai dengan kriteria inklusi.

#### b. Analisis Univariat

Analisis univariat untuk memberikan gambaran tentang karakteristik demografi ini menjelaskan tentang karakteristik responden, yaitu umur, jenis kelamin, tempat tinggal, uang saku, IPK (indeks prestasi kumulatif), dan harga makanan. Penelitian ini dilakukan pada subjek mahasiswa di kota lampung. Data distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

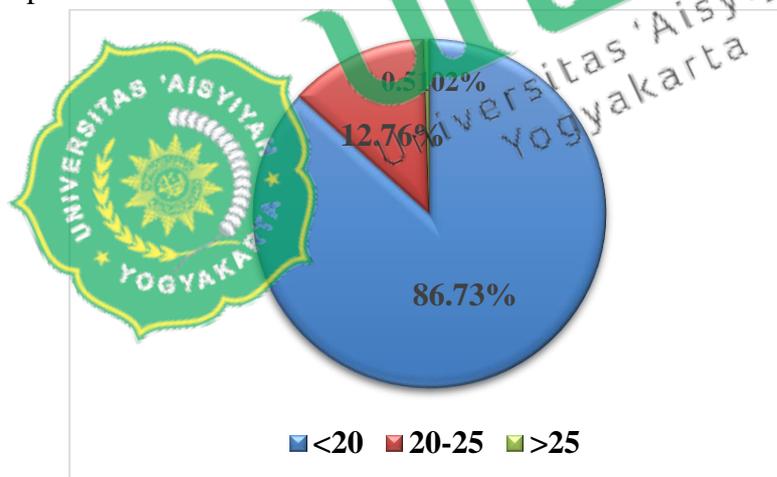
### 1. Jenis Kelamin



Gambar 1 Jenis Kelamin

Berdasarkan gambar diagram 4.1 dapat dilihat bahwa dari 196 responden, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu 148 responden (76%), dan sebagian responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 48 responden (24%).

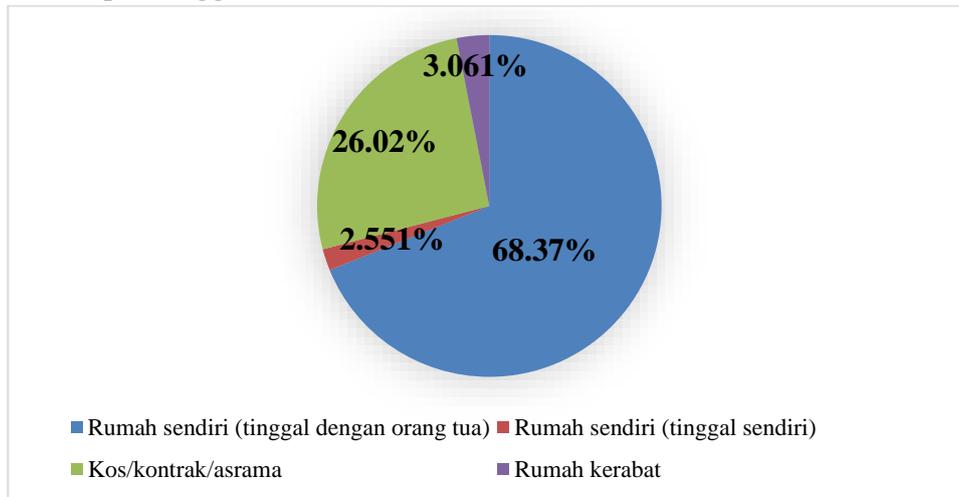
### 2. Usia Responden



Gambar 2 Usia Responden

Berdasarkan gambar diagram 4.2 dapat dilihat bahwa dari 196 responden, mayoritas responden berumur 20-25 tahun yaitu 86%, dan sebagian responden berumur < 20 tahun sebanyak 13% serta responden yang berumur >25 tahun sebanyak 1%.

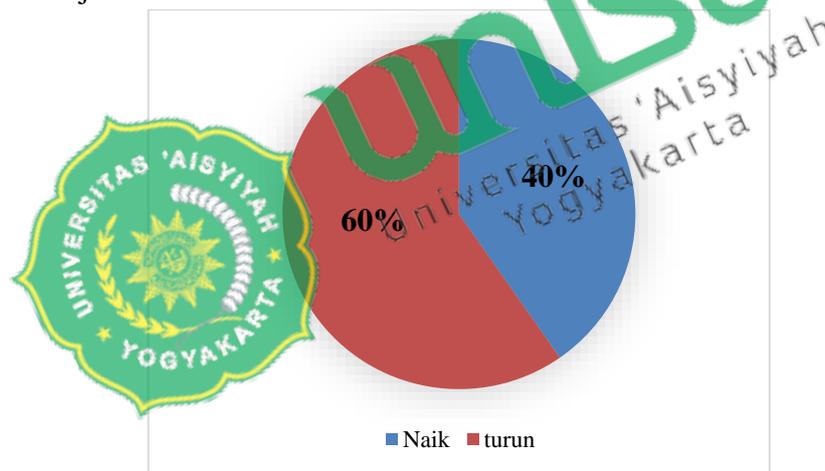
### 3. Jenis Tempat Tinggal



Gambar 3 Tempat Tinggal

Responden yang memiliki tempat tinggal yaitu rumah sendiri (tinggal dengan orang tua) (69%), serta kos/kontrak/asrama (26%). Sisanya responden yaitu tinggal di rumah kerabat (3%) dan rumah sendiri (tinggal sendiri) (2%).

### 4. Prestasi Belajar



Gambar 4 Prestasi Belajar

Berdasarkan gambar diagram 4.4 dapat dilihat bahwa dari 196 responden, mayoritas responden mengalami penurunan IPK sebanyak 117 responden (60%) dan sebagian responden mengalami kenaikan IPK sebanyak 79 responden (40%).

### 5. Komponen Keterjangkauan Makan

Tabel 1 Komponen keterjangkauan makan

Variabel	N	Mean	Std.Dev	Max	Min.
Uang saku	196	700408.2	1493955	2000000	10000
Harga makanan	196	12607.14	6372.517	50000	5000
Pengeluaran	196	357831.6	803446.6	1.000.000	5000

Sumber : Data Sekunder, 2021

Berdasarkan data di atas diketahui dari 196 responden yang diteliti. Rata rata uang saku perbulan sekitar Rp. 700.000 dengan rentang uang saku Rp. 10.000-2.000.000. sedangkan untuk rata-rata harga makanan di kota lampung yaitu 10000 ( $\pm 6400$ ) dengan nilai maksimum dan minimum 12600 (5000-50000. Menurut Lee et al. (2013) harga makanan akan mempengaruhi kemampuan individu dalam menilai makanan. Akibatnya banyak mahasiswa membeli makanan tinggi energi daripada kaya mikronutrien. Serta rata-rata pengeluaran makan untuk mahasiswa di kota lampung yaitu Rp 360.000 perbulan dengan rentang pengeluaran mahasiswa yaitu Rp. 5.000-1.000.000.

### c. Analisis Bivariat

Tabel 2 Analisis Hubungan Keterjangkauan Makan Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Dilampung

Variabel	Prestasi belajar menurun		Prestasi belajar meningkat		t- hitung	Nilai p
	Ratarata	SD	Ratarata	SD		
Pengeluaran untuk makan	57,88	74,13	54,14	38,30	0,46	0,64
Daya beli	4,41	5,66	4,37	11,43	0,03	0,96
Bantuan program makan	22,52	3,19	21,99	2,96	1,18	0,24

Sumber : Data Sekunder, 2021

Berdasarkan analisis Uji *Independet t-test* hubungan komponen keterjangkauan makan terhadap prestasi belajar (berhubungan jika  $p < 0,05$ ). Hasil uji *statistic* pengeluaran untuk makan diperoleh t-hitung = 0,46, nilai p = 0,064 dengan rata-rata pengeluaran untuk makan dengan prestasi belajar menurun  $57,88 \pm 74,13\%$  dari uang saku sementara prestasi belajar meningkat  $54,14 \pm 38,30\%$ , terjadi perbedaan sebesar 3,74 point. Daya beli diperoleh t-hitung = 0,03, nilai p = 0,96 dengan rata-rata daya beli dengan prestasi belajar menurun  $4,41 \pm 5,66\%$  dari harga makanan sementara prestasi belajar meningkat  $4,37 \pm 11,43\%$ , terjadi perbedaan sebesar 0,04 point. bantuan program makan diperoleh t-hitung = 1,18, nilai p = 0,24 dengan bantuan program untuk makan dengan prestasi belajar menurun  $22,52 \pm 3,19\%$  sementara prestasi belajar meningkat  $21,99 \pm 2,96\%$  dari bantuan makan terjadi perbedaan sebesar 0,53 point. Hal ini menunjukkan nilai  $P > 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima. Disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna komponen keterjangkauan makan terhadap Prestasi belajar mahasiswa ( $p > 0,05$ ).

## B. Pembahasan

Pada model penelitian ini, variabel-variabel yang diteliti adalah variabel pengeluaran untuk makan, daya beli, dan bantuan program makan. Uji statistik yang digunakan untuk menguji normalitas adalah uji *Shapiro Wilk* untuk mengetahui distribusi data. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data normal atau tidak (Dahlan, 2013). Data variabel pengeluaran untuk makan dan Daya Beli mempunyai distribusi data 0,000 distribusi data normal karena nilai  $p < 0,05$ .

Hasil penelitian pada 196 mahasiswa di kota Lampung bahwa rata-rata usia responden yaitu 21 ( $\pm 1,47$ ) dengan proporsi perempuan 76% lebih banyak dari pada laki-laki 24%. Sedangkan untuk tempat tinggal mahasiswa proporsi tinggal orang tua lebih banyak dari pada tinggal dikos maupun rumah kerabat. Selain itu dilihat dari IPK dalam satu terakhir mahasiswa lebih banyak mengalami penurunan IPK 60% daripada peningkatan IPK 40% dipandemic Covid-19.

Berdasarkan hasil penelitian dengan analisis *Independent t -test* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna secara statistic antara pengeluaran untuk makan, Daya beli, bantuan program makan terhadap prestasi belajar mahasiswa di Lampung ( $p > 0,05$ ). Dengan rata-rata pengeluaran untuk makan sebesar 3,74%, sedangkan untuk rata-rata daya beli sebesar 4,39%, serta rata-rata untuk bantuan program makan sebesar 0,53.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rajikan et al. (2019) tidak ada hubungan yang signifikan antara ketahanan pangan dengan kualitas hidup, etnis, usia, pendapatan keluarga, bantuan keuangan, CGPA, dan pengeluaran makanan ( $p > 0,05$ ). Namun hasil penelitian ini tidak sesuai yang dilakukan oleh Fallo (2019) terdapat hubungan antara daya beli, konsumsi buah dan sayur dengan status gizi dan prestasi belajar pada anak.

Hasil menunjukkan tidak ada hubungan indikator keterjangkauan makan terhadap prestasi belajar mahasiswa. Hal ini karena responden mahasiswa lebih banyak tinggal dengan orang tua, sehingga tidak banyak uang yang dikeluarkan untuk kebutuhan sehari-hari. Pengeluaran makan untuk mahasiswa yang kos dengan tinggal bersama orang tua memiliki perbedaan (Rizki Alkautsar et al. 2018). Menurut Junior (2014) Rata-rata pengeluaran konsumsi makanan mahasiswa yang tinggal di rumah kos lebih besar daripada mahasiswa yang tinggal di rumah sendiri. Hal ini mudah dimengerti karena mahasiswa yang tinggal di kos harus memenuhi kebutuhan makanan mereka dengan mengambil penghasilan atau uang saku mereka, sedangkan mahasiswa yang tinggal di rumah sendiri, pengeluaran untuk makanan sudah ditanggung oleh orang tua dirumah di luar pendapatan atau uang saku mereka. Ketika pengeluaran untuk makanan sudah ditanggung oleh orang tua, maka pendapatan atau uang saku mahasiswa yang tinggal di rumah sendiri akan lebih banyak digunakan untuk memenuhi konsumsi bukan makanan. Pengeluaran bukan makanan mahasiswa yang tinggal di rumah sendiri lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di kos (Faradevi 2011).

Menurut Winarni, et al (2021) uang saku yang tinggi atau rendah tidak akan berpengaruh terhadap peningkatan atau penurunan prestasi belajar (Winarni, Basuki, and dkk 2021). selain itu, jumlah uang saku mahasiswa ada kemungkinan berpengaruh terhadap pencapaian IPK dikarenakan segala kebutuhan sehari-hari membutuhkan pendanaan, sedangkan mahasiswa masih dalam proses pembelajaran dimana mereka membutuhkan dana yang cukup besar untuk memenuhi kebutuhan pembelajaran dan kebutuhan sehari-hari. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan uang saku dengan prestasi belajar mahasiswa karena setiap orang mempunyai uang saku berbeda beda (Rosyidah, Ririn Andrias, and Gizi Kesehatan Fakultas Kesehatan 2013).

Menurut (Saputri 2015) menyimpulkan selain uang saku dari orang tua mahasiswa mendapatkan beasiswa dari kampus sehingga tidak begitu merasa khawatir dalam hal keuangan. Beasiswa ini yang membantu mahasiswa untuk mendapat uang saku dari orang tua mereka lebih besar. Selain itu, dalam hal bantuan keuangan, siswa yang mendapat beasiswa lebih tahan pangan dengan perbedaan yang signifikan (Mansour 2014).

Menurut Nurjanah, I. E., & Hidayati (2019) uang saku menunjukkan daya beli

mahasiswa untuk mendapatkan makanan. Semakin besar uang saku, semakin baik kuantitas dan kualitas makanan yang dapat dibeli. Namun bagi sebagian mahasiswa tidak menjadikan makanan sebagai tujuan pengeluaran utama. Pengeluaran makan ditentukan oleh daya beli makanan, kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi dan pola makan sehingga mempengaruhi asupan zat gizi. Tingginya uang saku mendorong mahasiswa untuk memilih makanan yang kualitasnya lebih tinggi. Turunnya uang saku kualitas konsumsi pangan yang dicirikan oleh keterbatasan membeli pangan sumber protein, vitamin dan mineral yang dapat berdampak buruk pada status gizi (Nurjanah, I. E., & Hidayati 2019).

Daya beli pada mahasiswa berkaitan dengan mudahnya memperoleh makanan sesuai dengan selera. Daya beli berpengaruh positif dan signifikan terhadap harga. Selain itu, Daya beli merupakan faktor utama pemilihan makanan pada mahasiswa. Hal ini sesuai dengan penelitian (Rudolph et al. 2018) harga makanan pendorong untuk pemilihan makanan sehingga mengakibatkan kerawanan pangan dapat berdampak negatif pada kinerja akademik dan dapat mencegah siswa menyelesaikan gelar mereka, yang jelas akan merugikan mahasiswa. Harga makanan berhubungan dengan prestasi belajar yaitu semakin tinggi harga makanan maka semakin rendah prestasi belajar. Harga makanan dan minuman yang tinggi akan mempengaruhi kemampuan individu untuk membeli makanan dan minuman. Biaya makanan sering disebut-sebut sebagai masalah penting dalam memilih atau mengatur asupan makanan di kalangan mahasiswa. Data mengungkapkan bahwa banyak siswa melewatkan sarapan setelah mempertimbangkan biaya (Kabir, Miah, and Islam 2018).

Sumber makanan berenergi tinggi tidak mahal sedangkan makanan kaya mikronutrien biasanya lebih mahal. Makanan bergizi lengkap tidak terjangkau dan mahal bagi siswa berpenghasilan rendah di karenakan biaya makan harian yang lebih tinggi daripada rata-rata pengeluaran harian siswa untuk makanan. Sehingga mahasiswa lebih cenderung memilih makanan dengan sumber makanan berenergi tinggi daripada makanan yang kaya mikronutrien. pilihan makanan yang mahal dan makanan yang tidak sehat akan berdampak pada status ketahanan pangan mahasiswa, baik dari segi kuantitas maupun kualitas makanan yang dikonsumsi. Makanan yang tidak sehat lebih banyak mengandung karbohidrat olahan seperti pasta dapat menyebabkan peningkatan darah gula, diikuti oleh penurunan kadar insulin, yang dapat menyebabkan kelelahan dan kelemahan. Demikian pula roti putih, kue kering, muffin, dan makanan olahan dapat menyebabkan kantuk (Rudolph et al. 2018).

Menurut Sayekti et al. (2021) menyebutkan hampir seluruh mahasiswa di kota lampung membeli dan mengkonsumsi makanan dan minuman jadi alasannya karena ada diskon/promosi sehingga harga lebih murah (Sayekti et al. 2021). Menurut Mokoginta et al (2016) menunjukkan bahawa konsumsi tertinggi remaja adalah beras. Hal ini berkaitan dengan *mindset* pola pikir makan mahasiswa di lampung yaitu manfaat makan supaya rasa hilang rasa lapar (yang penting kenyang). Pemilihan harga makanan akan memicu pada status gizi mahasiswa dengan prestasi belajar (Sayekti et al. 2021).

Harga makanan sangat berpengaruh positif terhadap masyarakat, sehingga beresiko mengubah pola makan cenderung beralih ke makan yang lebih murah dan berkualitas rendah (Capone et al. 2014). Akibatnya ketika tubuh tidak mendapatkan cukup makanan, seseorang menjadi lelah dan mengalami kurang tidur dan kecemasan, di mana tubuh kemudian menjadi rapuh, yang mengganggu kemampuan siswa untuk berkonsentrasi di kelas. Penipisan energi karena tidak memiliki cukup makanan dapat memperburuk kemampuan untuk tampil baik secara akademis Selanjutnya, mengganggu proses belajar karena nutrisi yang tidak mencukupi menyebabkan fungsi

otak yang rendah. Sehingga kurang nutrisi akan memiliki prestasi akademik yang rendah. Mahasiswa dengan IPK lebih dari 3,0 mengalami ketahanan pangan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki rentang IPK rendah.

Bantuan program makan sangat di perlukan oleh mahasiswa untuk terhindar kerawanan pangan. Kerawanan pangan membahayakan kesehatan, pola makan, dan kualitas akademik siswa. Menurut Rajikan et al. (2019) mangatakan kupon makanan atau subsidi makanan yang diberikan kepada kelompok mahasiswa tertentu untuk membantu mereka mencapai kebutuhan gizi mereka. Selain itu, perguruan tinggi harus menyediakan pilihan makanan yang lebih luas yang sehat dan bergizi seimbang yang terjangkau bagi mahasiswa (Rajikan et al. 2019). Selain itu, pemberian bantuan program kepada mahasiswa berupa makanan yang tahan lebih lama seperti biskuit, makanan instan, dan minuman sehingga mahasiswa tidak mengalami rawan pangan (Ariani 2019).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *independent sample t Test* diketahui Tidak ada hubungan keterjangkauan makan dengan prestasi belajar. Hasil ini bisa di lihat dari perhitungan Hasil uji *Independet t-test* di ketahui indikator pengeluaran untuk makan  $P 0,064 > 0,05$ , Daya beli  $P 0,96 > 0,05$ , dan bantuan program makan  $P 0,24 > 0,05$ , maka  $H_0$  diterima menunjukkan tidak ada hubungan.

## SARAN

Mahasiswa dapat memperhatikan kebiasaan makan atau pemilihan makanan yang baik karena mempengaruhi kemampuan konsentrasi mahasiswa sehingga dapat lebih berprestasi. Dan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah variabel variabel baru atau menggunakan metode penelitian yang lainnya untuk mengetahui lebih dalam dalam pengaruh keterjangkauan makan dengan prestasi.

## REFERENCE

- Abdelmenan, Semira et al. 2020. "The Social Stratification of Availability, Affordability, and Consumption of Food in Families with Preschoolers in Addis Ababa; the Eat Addis Study in Ethiopia." *Nutrients* 12(10): 1–16.
- Ahmad, Nor Syaza Sofiah, Norhasmah Sulaiman, and Mohamad Fazli Sabri. 2021. "Food Insecurity: Is It a Threat to University Students' Well-Being and Success?" *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18(11).
- Angesti, Annisa Nursita, and Ratna Mutu Manikam. 2020. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 12(1): 1–14.
- Argaheni, Niken Bayu. 2020. "Sistematik Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia." *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya* 8(2): 99.
- Ariani, Mewa. 2019. "Upaya Peningkatan Akses Pangan Masyarakat Mendukung Ketahanan Pangan." *Memperkuat Kemampuan Swasembada Pangan*: 225–44.
- Astuti, Puji. 2019. "Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Teknik Unnes Tahun 2019." *TEKNOBUGA: Jurnal Teknologi Busana dan Boga* 7(2): 93–102.

- Camelo, Karen, Marta Elliott, Karen Camelo, and Marta Elliott. 2019. "Food Insecurity and Academic Achievement Among College Students at a Public University in the United States Food Insecurity and Academic Achievement Among College Students at a Public University in the United States." 60(3): 307–18.
- Capone, Roberto et al. 2014. "Food Economic Accessibility and Affordability in the Mediterranean Region: An Exploratory Assessment at Micro and Macro Levels." *Journal of Food Security* 2(1): 1–12.
- Chandra, Iqbal Raka Aditya, and Purnamawati Tjhin. 2019. "Hubungan Keterampilan Berpikir Kritis (Metakognitif) Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran." *Jurnal Biomedika dan Kesehatan* 2(2): 51–57.
- Faradevi, Reny. 2011. "Perbedaan Besar Pengeluaran Keluarga, Jumlah Anak Serta Asupan Energi Dan Protein Balita Antara Balita Kurus Dan Normal." *Artikel Penelitian*: 12. <http://www.distrocodoc.com/115036>.
- Ferretti, Fabrizio, and Michele Mariani. 2019. "Sugar-Sweetened Beverage Affordability and the Prevalence of Overweight and Obesity in a Cross Section of Countries." *Globalization and Health* 15(1): 1–14.
- Hafiza, Dian, Agnita Utami, and Sekani Niriyah. 2020. "Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru." *Jurnal Medika Utama* Vol 02 No: 332–42.
- Hakam, Malik, Sudarno, and Abdul Hoyyi. 2015. "Analisis Jalur Terhadap Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Prestasi Kumulatif (Ipk) Mahasiswa Statistika Undip." *Jurnal Gaussian* 4(1): 61–70.
- Hasyim, Ainun Nur, Mutalazimah Mutalazimah, and Muwakhidah Muwakhidah. 2018. "Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia Dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri." *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian* 15(2): 33.
- Hodsay, Zahruddin. 2016. "Perbedaan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Antara Gaya Belajar Visual, Auditorial Dan Kinestetik Pada Program Studi Pendidikan Akuntansi FKIP Universitas PGRI Palembang." *Jurnal Profit* 3(1): 73–86.
- Hyder, Adnan A. et al. 2017. "Noncommunicable Disease Risk Factors and Mobile Phones: A Proposed Research Agenda." *Journal of Medical Internet Research* 19(5).
- Intan, Tania. 2018. "Fenomena Tabu Makanan Pada Perempuan Indonesia Dalam Perspektif Antropologi Feminis." *PALASTREN Jurnal Studi Gender* 11(2): 233.
- Kabir, Ashraful, Shahgahan Miah, and Asraful Islam. 2018. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Makan Dan Asupan Makanan Di Kalangan Mahasiswa Residen Di Universitas Negeri Di Bangladesh : Sebuah Studi Kualitatif Abstrak." : 1–17.
- Kemendes RI. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kemendagri Kesehatan RI* 53(9): 1689–99.
- Kurniawan, Moh wahid wahyu, and Tri Dewanti Widyaningsih. 2017. "Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya Terhadap Status Gizi The Relation of Food Consumption Pattern and Individual Budget of Students Majoring in Business Management with Students Majoring in Agricultural Product Technology of Brawijaya University." *Jurnal Pangan dan Agroindustri* 5(1): 1–12.

- Martinez, Suzanna M et al. 2016. "Uc Global Food Initiative Student Food Access and Security Study 2 Authors." [www.ucop.edu/global-food-initiative](http://www.ucop.edu/global-food-initiative).
- Neufingerl, Nicole, Mark R. Cobain, and Rachel S. Newson. 2014. "Web-Based Self-Assessment Health Tools: Who Are the Users and What Is the Impact of Missing Input Information?" *Journal of Medical Internet Research* 16(9).
- Nurjanah, I. E., & Hidayati, I. L. 2019. "Karakteristik Dan Pengeluaran Pangan Keluarga Pada Remaja Putri Anemia Dengan Non Anemia Di SD Negeri Tunggulsari I, SD Negeri Tunggulsari II Dan SD Negeri Totosari I Surakarta (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta)."
- Oh, Sun Min, Katherine M Stefani, and Hyeon Chang Kim. 2014. "Development and Application of Chronic Disease Risk Prediction Models." 55(4): 853–60.
- Raghunathan, Kalyani, Derek Headey, and Anna Herforth. 2021. "Affordability of Nutritious Diets in Rural India." *Food Policy* 99(September 2020): 101982. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2020.101982>.
- Rajikan, Roslee, Lee Hui Shin, Nurul Izzati Abdul Hamid, and Siti Masitah Elias. 2019. "Food Insecurity, Quality of Life, and Diet Optimization of Low Income University Students in Selangor, Malaysia." *Jurnal Gizi dan Pangan* 14(3): 107–16.
- Rahmi, A.N., Hendiani, I., Susilawati, S. 2020. Pola Makan Mahasiswa Berdasarkan Healthy Eating Plate. *Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran*. 32 (1): 41-46.
- Rikayanti, Vivi Rikayanti, and Agung Listiadi. 2020. "Pengaruh Literasi Keuangan, Pembelajaran Manajemen Keuangan, Dan Uang Saku Terhadap Perilaku Menabung." *Jurnal Pendidikan Akuntansi (JPAK)* 8(3): 29–36. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jpak/article/view/40669%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id>.
- Rizki Alkautsar, M et al. 2018. "Hubungan Akreditasi Sekolah, Asal Sekolah Dan IPK 140." *Biomedical Journal of Indonesia* 4(3).
- Rosyidah, Zia, Dini Ririn Andrias, and Departemen Gizi Kesehatan Fakultas Kesehatan. 2013. "Jumlah Uang Saku Dan Kebiasaan Melewatkan Sarapan Berhubungan Dengan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar." : 1–6.
- Rudolph, Michael et al. 2018. "Food Insecurity and Coping Strategies amongst Students at University of Witwatersrand." *Journal of Food Security* 6(1): 20–25.
- Sa'adah, Rosita Hayatus, Rahmatina B. Herman, and Susila Sastri. 2014. "Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Guguk Malintang Kota Padangpanjang." *Jurnal Kesehatan Andalas* 3(3): 460–65.
- Saputri, Milla Evelianti Saputri1). 2015. "Terhadap Pencapaian Nilai Indeks Prestasi." *Jurnal Teknologi* 18(2): 37–51.
- Saputro, M., Ardiawan, Y., Fitriawan, D. 2015. Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Pendidikan Matematika IKIP PGRI Pontianak). *Jurnal Informatika dan Sains*. 4 (2) : 233-246.
- Sayekti, Wuryaningsih Dwi, Rabiatul Adawiyah, Yaktiworo Indriani, and Shinta Tantriadisti. 2021. "Pola Pikir Makan Dan Preferensi Mahasiswa Terhadap Makanan Dan Minuman

Jadi : Studi Kasus Di Kota Bandar Lampung Saat Pandemi Covid-19 Preferences of College Student of Food and Beverages in Bandar Lampung City During the Covid-19 Pandemic.” 2(2): 65–77.

Suswanti, Ika. 2013. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2012.” *Skripsi*: 1–181. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25931/1/IKA\\_SUSWANTI-fkik.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25931/1/IKA_SUSWANTI-fkik.pdf).

Tampatty, Gloria Cheril et al. 2020. “Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19 Pendahuluan Pola Makan Berpengaruh Pada Keadaan Status Gizi Dilihat Dari Kualitas Maupun Kuantitas Makanan Dan Merupakan Cara Atau Usaha Tertentu Dengan Mempertahankan Ke.” 9(6): 46–52.

Williams, Peter. 2010. “Monitoring the Affordability of Healthy Eating: A Case Study of 10 Years of the Illawarra Healthy Food Basket.” *Nutrients* 2(11): 1132–40.

Winarni, Sri Astari Dwi, Sri Wahyu Basuki, and dkk. 2021. “Pengaruh Uang Saku, Motivasi, Serta Durasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran.” *Jurnal Publikasi Ilmiah UMS*: 1369–80.

