

## Akses makan dengan prestasi belajar mahasiswa di Lampung

Isabela Nurdiani, Anindhita Syahbi Syagata\*, Nor Eka Noviani

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta

Email: [isabelanurdiani2108@gmail.com](mailto:isabelanurdiani2108@gmail.com); [anindhita.s.syagata@unisayogya.ac.id](mailto:anindhita.s.syagata@unisayogya.ac.id)\*; [norekanoviani27@gmail.com](mailto:norekanoviani27@gmail.com)

### Abstrak

Sejak muncul dan berkembangnya *Coronavirus disease (Covid-19)* pada awal Tahun 2020 membuat pemerintah di Indonesia menerapkan sistem Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang mengakibatkan masyarakat sulit untuk mengakses makanan. Sehingga, hal tersebut menyebabkan masalah kekurangan gizi dan obesitas. Mahasiswa yang memiliki status gizi lebih menunjukkan keterlambatan yang signifikan, seperti konsentrasi, perhatian, kecerdasan. Sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi prestasi belajar. Selama pandemi *Covid-19* dapat menjadikan dorongan untuk mengubah pola makan seperti mengakses atau memperoleh makan dengan komposisi lengkap. Akses makanan merupakan kemampuan seseorang secara individu untuk memperoleh makanan yaitu berupa sumber daya (bahan makanan, uang), jarak, waktu, ruang dan tempat, mobilitas sehari-hari dan transportasi. Akses makan atau cara mendapatkan makanan dapat mempengaruhi kebiasaan makan. Makanan sumber zat gizi yang diperoleh dengan memasak/mengolah sendiri berkaitan dengan kebiasaan makan yang baik. Kebiasaan ini mempunyai efek positif pada prestasi akademik secara signifikan lebih tinggi daripada mahasiswa dengan kebiasaan makan yang tidak baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan akses makan dengan prestasi belajar mahasiswa di Lampung. Metode penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *snowball sampling*, dan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 196 mahasiswa aktif di Lampung pada Tahun 2021. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara akses makan dengan prestasi belajar mahasiswa di Lampung ( $p\text{-value} = 0.469 > 0,05$ ). Kesimpulan pada penelitian ini komponen akses makan dengan prestasi belajar yaitu tidak ada hubungan signifikan antara variabel akses makan dengan variabel prestasi belajar.

**Kata Kunci:** Akses Makan, Prestasi Belajar, Mahasiswa

### *Access to food and student learning achievement in Lampung*

#### **Abstract**

Since the emergence and development of *Coronavirus disease (Covid-19)* in early 2020, the Government in Indonesia has implemented the PSBB (Large-Scale Social Restrictions) system which makes it difficult for people to access food. So that it causes the problem of malnutrition and obesity. Students who have more nutritional status show significant delays, such as concentration, attention, intelligence. So that it can affect learning achievement. During the *Covid-19* pandemic, it can be an impetus to change diets such as accessing or getting full composition food. Food access is the ability of an individual to obtain food in the form of resources (food, money), distance, time, space and place, daily mobility, and transportation (Swinburn et al. 2013). Access to food or how to get food can affect eating habits. Food sources of nutrients obtained by cooking/processing themselves are related to good eating habits. This habit has a positive effect on academic achievement significantly higher than students with bad eating habits. The purpose of this study was to determine the relationship between access to food and student achievement in Lampung. This research method uses a cross sectional design. The sampling technique used in this study was *snowball sampling*, and the number of samples in this study was 196 active students in Lampung in 2021. Data analysis in this study used *Chi Square*. The results of this study indicate that there is no significant relationship between access to food and student achievement in Lampung ( $p\text{-value} = 0.469 > 0.05$ ). The conclusion of this study is that the components of access to food and learning achievement are not significant, there is no significant relationship between the variables of access to food and the variables of learning achievement.

**Keywords:** Access to Food; Learning Achievement, Undergraduate Student

#### **1. Pendahuluan**

Sejak muncul dan berkembangnya *Corona virus disease (Covid-19)* pada awal tahun 2020 membuat pemerintah di Indonesia menerapkan system Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang

mengakibatkan masyarakat sulit untuk mengakses makanan. Penelitian sebelumnya di Indonesia yang dilakukan oleh Saragih (2020) menyebutkan bahwa akses makan selama pandemi Covid-19 mengalami perubahan kebiasaan makan sebanyak 62,5%, peningkatan keragaman konsumsi pangan sebanyak 59%, peningkatan frekuensi makan sebanyak 54,5%, jumlah konsumsi makan meningkat sebanyak 51%, dan mengalami peningkatan berat badan 54,5% (Saragih, 2020). Perubahan tersebut berupa peningkatan frekuensi makan dan kudapan, serta mengonsumsi makanan tidak sehat, dibanding sebelum pandemi Covid-19. Sementara di Provinsi Lampung, Menurut Riskesdas (2018) prevalensi obesitas mencapai 11,8-13,0% (Riskesdas, 2019). Menurut Meo (2019) bahwa siswa yang memiliki status gizi lebih menunjukkan keterlambatan yang signifikan dalam fungsi kognitif dibandingkan dengan siswa yang memiliki berat badan normal (Meo et al., 2019). Gangguan yang signifikan seperti konsentrasi, perhatian, kecerdasan, dan fleksibilitas kognitif.

Menurut Hipjillah (2015) prestasi akademik merupakan suatu penilaian hasil yang berupa perubahan dalam bidang pengetahuan, pemahaman, penerapan, daya analisis, sintesis dan evaluasi, dimana hasil penilaian diberikan berdasarkan hasil tes, evaluasi atau ujian dari setiap mata kuliah, hasil tersebut diinterpretasikan secara objektif dan diterapkan dalam bentuk angka maupun kalimat sesuai dengan yang dicapai oleh setiap mahasiswa pada suatu periode tertentu. Hasil belajar mahasiswa berupa nilai yang disebut dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Selama pandemi Covid-19 dapat menjadikan dorongan untuk mengubah pola makan seperti mengakses atau memperoleh makan dengan komposisi lengkap. Akses makanan merupakan kemampuan seseorang secara individu untuk memperoleh makanan yaitu berupa sumber daya (bahan makanan, uang), jarak, waktu, ruang dan tempat, mobilitas sehari-hari dan transportasi (Swinburn et al., 2013). Pada penelitian sebelumnya cara mendapatkan makanan berpengaruh terhadap kebiasaan makan (Jauziyah, et al., 2021). Mahasiswa yang tidak memiliki waktu untuk memasak makanan sendiri, memungkinkan pola makan tidak teratur, dan cenderung malas makan terutama bila akses untuk memperoleh makanan jauh. Makanan sumber zat gizi yang diperoleh dengan cara memasak/mengolah sendiri berkaitan dengan kebiasaan makan yang sehat pada mahasiswa. Penelitian (Reuter et al, 2021) mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kebiasaan makan baik mempunyai efek positif pada prestasi akademik yaitu IPK secara signifikan naik lebih tinggi dari pada mahasiswa dengan kebiasaan makan yang tidak baik. Berbagai studi telah mengidentifikasi faktor yang berhubungan dengan prestasi belajar mahasiswa, namun belum banyak yang fokus mengkaji akses makan dengan prestasi belajar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan akses makan dengan prestasi belajar mahasiswa di Lampung.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode desain *cross-sectional*. Tempat pada penelitian ini dilakukan di Kota Lampung dengan waktu penelitian pada bulan Juli-Agustus 2021. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *snowball sampling*, dan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 196 mahasiswa aktif di Lampung. Instrumen pada penelitian yaitu menggunakan kuesioner *online* mengenai akses makan. Jenis penelitian ini menggunakan data sekunder. Pengolahan data penelitian ini yaitu peneliti meminta izin kepada peneliti sebelumnya (Arsyanti & Syagata, 2022) untuk mendapatkan data keseluruhan mahasiswa dan melihat kelengkapan data, peneliti memodifikasi pilihan jawaban akses makan dari penelitian sebelumnya menggunakan skala Likert serta peneliti mengolah kembali data akses makan penelitian sebelumnya dengan melakukan *range* pada pilihan jawaban berdasarkan jawaban paling sering responden pilih. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *Chi Square*.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Jumlah (n)	Persentase (%)	Median (Min-Max)
<b>Jenis kelamin</b>			
Perempuan	148	75,51	
Laki-laki	48	24,49	
<b>Total</b>	<b>196</b>	<b>100,00</b>	

	Jumlah (n)	Persentase (%)	Median (Min-Max)
<b>Jenis tempat tinggal</b>			
Rumah sendiri (tinggal dengan orang tua)	135	68,88	
Rumah sendiri (tinggal sendiri)	4	2,04	
Kost/ kontrak/ asrama	51	26,02	
Rumah kerabat	6	3,06	
<b>Total</b>	<b>196</b>	<b>100,00</b>	
<b>Prestasi Belajar</b>			
Menurun	117	59,69	
Meningkat	79	40,31	
<b>Total</b>	<b>196</b>	<b>100,00</b>	
<b>Uang saku</b>			700.408,2(100.000-2.000.000)
<b>Usia</b>			21(14-29)
<b>Skor Akses makan</b>			46,53571(35-56)

Sumber: Data Primer (2021)

Berdasarkan Tabel 1, distribusi karakteristik subjek penelitian ini antara lain berjenis kelamin perempuan (75,51%), bertempat tinggal dengan rumah orang tua (68,88%), prestasi belajar menurun (59,69%), rata-rata uang saku Rp 700.408,2, dan rata-rata berusia 21 tahun. Dalam penelitian ini, terdapat 22% mahasiswa memperoleh makanan dengan menggunakan aplikasi online dengan jarak tempuh 5-10 km.

Hampir 70% responden bertempat tinggal bersama orang tua, dimana hasil tersebut sesuai dengan statistic Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020) bahwa perguruan tinggi negeri maupun swasta didominasi mahasiswa berjenis tempat tinggal tinggal bersama orang tua (Kemendikbud, 2020). Hal ini dikarenakan karena pada masa pandemi terjadi penurunan produktivitas mahasiswa. Sehingga, semua kegiatan banyak dilakukan di rumah baik kegiatan belajar maupun kegiatan sehari-hari (Nabilah et al., 2021). Prestasi belajar pada penelitian ini mengalami penurunan (59,69%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa nilai rata-rata (IPK) siswa menurun signifikan dari tahun 2019-2020 hingga 2020-2021 (Breux et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan uang saku mahasiswa dalam penelitian ini Rp 700.408,00. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa ketika masa pandemi covid-19 mengakibatkan menurunnya jumlah pengeluaran untuk transportasi karena mengurangi aktivitas di luar rumah (Andini et al., 2021).

### 3.2. Hubungan Akses Makan dengan Prestasi Belajar

Hasil analisis bivariat menggunakan *chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara akses makan dengan prestasi belajar ( $p > 0,05$ ). Mahasiswa yang memiliki tingkat akses makan yang kurang dengan prestasi belajar menurun sebanyak 6,12%, tingkat akses makan yang cukup dengan prestasi belajar menurun sebanyak 49,4%, dan tingkat akses makan yang baik dengan prestasi belajar menurun sebanyak 4,08% (Tabel 2).

Tabel 2. Akses Makan dan Prestasi Belajar

Akses Makan	Prestasi Belajar				Jumlah		p Value <0,05
	Menurun		Meningkat		n	%	
	n	%	n	%			
Kurang	12	6,12	6	3,06	18		
Cukup	97	49,4	64	32,6	161	0.469	
Baik	8	4,08	9	4,59	17		
Total	117		79		196	100	

Sumber: Data Primer (2021)

Akses makan merupakan kemampuan seseorang secara individu untuk memperoleh makanan yaitu berupa sumber daya (bahan makanan, uang), jarak, waktu, transportasi, dan jenis penjualan (Turner et al., 2017). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi akses makan yaitu cara untuk memperoleh makanan. Dalam penelitian ini, terdapat 22% mahasiswa yang memperoleh makanan menggunakan aplikasi online. Selain itu, jarak rata-rata yang harus ditempuh mahasiswa untuk memperoleh makanan yaitu 5-10 km (22%). Hal tersebut memungkinkan dapat mendorong mahasiswa menggunakan aplikasi online karena jarak antara konsumen dan penjual tidak lagi menjadi masalah dikarenakan juga ada jasa pengantar barang yang biayanya lebih murah, cepat, dan mudah dalam memesannya melalui aplikasi online. Sehingga, konsumen dimudahkan dalam mengakses maupun membeli makan yang mereka inginkan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yakni aplikasi pesan antar makanan online sering digunakan sebagai alternatif untuk mendapatkan akses makanan (Maretha, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2 menunjukkan bahwa proporsi prestasi belajar mahasiswa yang menurun lebih banyak (hampir 60%). Hal ini dimungkinkan dampak dari pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19 terhadap mahasiswa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang sebelumnya yakni pembelajaran daring selama pandemi *covid-19* mahasiswa mengalami penurunan prestasi belajar (Silaban et al, 2021). Hal ini dikarenakan rendahnya kemampuan beradaptasi dengan perubahan lingkungan belajar yang baru (daring) dan stress akademik.

Pada penelitian ini terdapat 89,74% mahasiswa berkategori akses makan cukup dan baik. Hal ini dimungkinkan karena akses dalam asupan makan mahasiswa cenderung lebih tahan pangan dan mampu membeli makanan sendiri. Akses makan dapat dipengaruhi oleh asupan makan. Asupan makan merupakan sumber energi yang diasup untuk mengatur metabolisme dalam tubuh dan berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh. Selain itu, asupan makan juga dapat mempengaruhi status gizi. Status gizi merupakan salah satu faktor penting yang memberikan kontribusi terhadap kualitas pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Sehingga hal tersebut dapat menentukan kecerdasan seseorang. Zat gizi seperti karbohidrat, protein maupun zat gizi lainnya seperti omega 3 dalam metabolisme tubuh berperan dalam proses berpikir atau proses penalaran serta daya konsentrasi dan sangat berkaitan erat dengan efisiensi belajar (Akbar et al, 2020). Selain akses makan, asupan makan, dan status gizi, ditemukan hasil penelitian di China mengatakan bahwa mahasiswa berisiko mengalami masalah psikologis yang menyebabkan penurunan prestasi belajar. Masalah yang dilaporkan yaitu gangguan kecemasan, gejala depresi, stress akademik dan kurang tidur (Huang & Zhao, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan tidak ada hubungan tempat tinggal dengan IPK mahasiswa ( $p = 0,730$ ) (Rizki Alkautsar et al., 2018) dan penelitian Syaza (2021) yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara akses makan dengan prestasi belajar mahasiswa ( $p = 0,137$ ) (Syaza, et al 2021). Hal ini dimungkinkan karena prestasi belajar masih berhubungan dengan beberapa faktor, baik faktor yang berasal dari internal maupun eksternal. Sehingga, akses makan bukan merupakan faktor langsung jika dihubungkan dengan prestasi belajar. Beberapa faktor yang mungkin berhubungan dengan prestasi belajar, antara lain asupan makan sehat, status gizi baik, dan pola asuh yang baik. Akan tetapi penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa akses makan memiliki hubungan dengan prestasi belajar mahasiswa (OR = 1.91, 95% CI: 1.19–3.07) (El Zein et al., 2019). Selanjutnya, penelitian lain juga mengatakan bahwa akses makan memiliki hubungan dengan prestasi belajar ( $b = .144, p = 0,017$ ) (Farrah et al., 2021). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa mahasiswa universitas negeri di Selangor Malaysia cenderung membeli makanan yang tidak sehat daripada makanan yang berkualitas. Sehingga jika akses terhadap makanan yang tidak sehat mudah, hal tersebut dapat mempengaruhi prestasi belajar.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan yaitu tidak terdapat hubungan akses makan dengan prestasi belajar di Lampung. Hal ini dapat dikarenakan banyaknya faktor yang berperan dalam mempengaruhi prestasi belajar seseorang, antara lain asupan makan, status gizi, dan pola asuh.

## 5. Ucapan terimakasih

Peneliti berterima kasih kepada semua pihak yang telah mengizinkan digunakannya data penelitian primer sehingga publikasi ini dapat dibuat.

### Daftar Pustaka

- Akbar, F. (2020). Gambaran Nutrisi Lansia di Desa banua Baru. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.193>
- Andini, A., Hendi, A. J., Maharani, I., Ruku, K. S. V., Purba, T. A. S., & Wijayanti, S. H. (2021). Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran Bulanan Mahasiswa di Jakarta. *Kinerja*, 18(02), 314–321.
- Arsyanti, M., & Syagata, A. S. (2022). Investigation of The Relationship Between Eating Behavior and Student Learning Achievement. *Journal of Public Health Sciences*, 1(01), 48–54. <https://doi.org/10.56741/jphs.v1i01.70>
- Breaux, R., Dunn, N. C., Langberg, J. M., Cusick, C. N., Dvorsky, M. R., & Becker, S. P. (2021). COVID-19 Resulted in Lower Grades for Male High School Students and Students With ADHD. *Journal of Attention Disorders*. <https://doi.org/10.1177/10870547211044211>
- El Zein, A., Shelnutt, K. P., Colby, S., Vilaro, M. J., Zhou, W., Greene, G., Olfert, M. D., Riggsbee, K., Morrell, J. S., & Mathews, A. E. (2019). Prevalence and correlates of food insecurity among U.S. college students: A multi-institutional study. *BMC Public Health*, 19(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6943-6>
- Farrah, N., Latib, Y. A., Hafizi, M., Rus, M., Jalis, M. H., Saadah, N., & Deraman, C. (2021). Examining the Relationship between Food Insecurity and Students' Academic Performance in Public Universities. *Article in Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(2), 128–138.
- Hipjillah, A. (2016). *Konsumsi dan Prestasi Akademi (Studi Pada Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu di Uno Board Game Cafe)*.
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Chinese mental health burden during the COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102052. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102052>
- Jauziyah, S. S. Al. (2021). Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*.
- Kemendikbud. (2020). Statistik Pendidikan Tinggi (Higer Education Statistic) 2020. *PDDikti Kemendikbud*, 81–85.
- Maretha. (2020). Hubungan Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online Dengan Frekuensi Makan Dan Kualitas Diet Mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, 9(3), 160–168. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.26692>
- Meo, S. A., Altuwaym, A. A., Alfallaj, R. M., Alduraibi, K. A., Alhamoudi, A. M., Alghamdi, S. M., & Akram, A. (2019). Effect of obesity on cognitive function among school adolescents: A cross-sectional study. *Obesity Facts*, 12(2), 150–156. <https://doi.org/10.1159/000499386>
- Nabilah, A. P., Fitri, K. N., Primastuti, R. K., Khoirunnisaa, R. T., Anju, A., & Ernawati, E. (2021). Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Pola Konsumsi Mahasiswa. *Populika*, 9(2), 13–22. <https://doi.org/10.37631/populika.v9i2.388>
- Reuter, P. R., Forster, B. L., & Brister, S. R. (2021). The influence of eating Habits on The Academic Performance of University Students. *Journal of American College Health*, 69(8), 921–927. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1715986>
- Riskesdas. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan.
- Rizki Alkautsar, M., Budi Azhar, M., Studi Pendidikan Dokter, P., Kedokteran, F., Sriwijaya, U., Patologi Klinik, B., & Anatomi, B. (2018). Hubungan Akreditasi Sekolah, Asal Sekolah, Jalur Penerimaan Mahasiswa dan Tempat Tinggal dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa. *Biomedical Journal of Indonesia*, 4(3).
- Saragih, B. (2020). *Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19*. 19(April).
- Silaban. (2021). Prestasi Belajar Mahasiswa Penerima Bidik Misi Selama Masa Pandemi COVID-19. *Journal of Education and Intruction*, 4, 1–8.
- Swinburn, B., Sacks, G., Vandevijvere, S., Kumanyika, S., Lobstein, T., Neal, B., & Barquera, S.

- (2013). *INFORMAS ( International Network for Food and Obesity / non-communicable diseases Research , Monitoring and Action Support ) : overview and key principles*. 14(October), 1–12. <https://doi.org/10.1111/obr.12087>
- Syaza, N., Ahmad, S., & Sulaiman, N. (2021). Food Insecurity : Is It a Threat to University Students ' Well-Being and Success ? *Environmental Research and Public Health*.
- Turner, C., Kadiyala, S., Aggarwal, A., Coates, J., Drewnowski, A., Hawkes, C., Herforth, A., Kalamatianou, S., & Walls, H. (2017). Concepts and methods for food environment research in low and middle income countries. *Agriculture, Nutrition and Health Academy Food Environments Working Group (ANH-FEWG)*, 1–14.