

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi digital saat ini telah menciptakan perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam cara masyarakat memenuhi kebutuhan sehari-hari seperti makanan. Aplikasi layanan pesan makanan berbasis online (*online food*) menjadi salah satu inovasi yang kini banyak dimanfaatkan, terutama oleh kalangan mahasiswa. Hanya dengan beberapa sentuhan di ponsel, pengguna bisa dengan cepat memesan makanan dari berbagai restoran tanpa harus keluar rumah.

Layanan pesan makanan online didefinisikan sebagai sistem yang memungkinkan konsumen memesan makanan melalui platform digital, lalu makanan tersebut diantarkan langsung ke lokasi tujuan. Sistem ini telah mengalami perkembangan pesat dan menjadi salah satu bagian penting dari ekosistem *e-commerce* saat ini, meskipun begitu tidak semua kalangan dapat melakukan akses kemudahan layanan pesan makanan online ini (Ab Hamid et al., 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa di kalangan mahasiswa, termasuk mahasiswa kedokteran, penggunaan layanan pesan antar makanan semakin tinggi. Dalam studi oleh Astuti & Nugroho (2021), sebanyak 78% mahasiswa mengaku pernah memesan makanan secara online dalam sebulan terakhir, dengan frekuensi penggunaan terbanyak terjadi saat waktu luang di malam hari atau ketika kegiatan akademik sedang padat. Hal ini menunjukkan adanya pergeseran perilaku konsumsi makanan di kalangan generasi muda, golongan ekonomi menengah keatas, termasuk calon tenaga kesehatan.

Di sisi lain kemudahan dalam bertransaksi makanan secara online menjadi faktor yang mempermudah akses terhadap junk food. Studi oleh Tran et al. (2022) menegaskan bahwa kepraktisan layanan, disertai promosi dan diskon, membuat makanan cepat saji semakin diminati dan akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan konsumsi junk food di kalangan pengguna muda. Menurut jurnal

studi di Malaysia oleh Norddin et al. (2025), meningkatnya keberadaan platform pesan antar makanan berdampak signifikan terhadap kualitas diet, terutama dengan mendorong konsumsi makanan cepat saji yang tinggi kalori, gula, lemak jenuh, dan natrium. Makanan-makanan tersebut umumnya rendah kandungan serat, vitamin, dan mineral yang esensial bagi kesehatan. Perubahan ini dipicu oleh kemudahan mendapatkan makanan instan tanpa perlu keluar rumah.

Studi oleh Yuniah et al. (2020) yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran menunjukkan bahwa mayoritas responden yang menggunakan layanan pesan antar makanan secara rutin lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji. Sebagian besar dari mereka juga mengalami kelebihan berat badan, yang merupakan indikator awal gangguan gizi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun memiliki pengetahuan medis, mahasiswa kedokteran tetap rentan terhadap pengaruh gaya hidup instan yang ditawarkan oleh teknologi. Sebagai calon tenaga kesehatan, mahasiswa kedokteran seharusnya mampu menerapkan pola hidup sehat sebagai bentuk tanggung jawab profesional, namun fakta di lapangan menunjukkan bahwa kenyamanan teknologi justru menjadi tantangan tersendiri.

Kemudahan akses layanan pengantaran makanan daring telah memengaruhi pola konsumsi makanan mahasiswa di Asia, khususnya di Malaysia. Penelitian yang dilakukan oleh Universiti Kebangsaan Malaysia (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung lebih sering memilih makanan tidak sehat ketika menggunakan aplikasi pengantaran makanan daring. Faktor harga dan kenyamanan menjadi pertimbangan utama dalam memilih makanan, sementara persepsi terhadap ketersediaan makanan sehat di aplikasi tersebut masih rendah. Kondisi ini berpotensi memperburuk pola makan dan kesehatan mahasiswa, yang memerlukan perhatian lebih dalam upaya edukasi gizi dan promosi gaya hidup sehat di kalangan mahasiswa (Universiti Kebangsaan Malaysia, 2021).

Dalam perspektif Islam, kehadiran teknologi layanan *online food* pada dasarnya sejalan dengan fitrah manusia yang mencari kemudahan dan prinsip syariat yang menghendaki keringanan (*taysir*), sebagaimana penafsiran QS. An-Nisa [4]: 28 bahwa Allah memberikan kelonggaran karena mengetahui kelemahan

manusia (Ibn Katsir, 2000). Namun, kemudahan akses ini sering kali menjadi ujian yang memfasilitasi perilaku konsumsi impulsif terhadap *junk food* yang rendah nilai *thayyib*-nya (kebaikan nutrisi), padahal Islam memerintahkan untuk mengonsumsi makanan yang *halalan thayyiban* sesuai QS. Al-Baqarah [2]: 168, yang mencakup aspek keamanan dan nilai gizi (Ramadhani & Ghozali, 2021). Peningkatan frekuensi konsumsi makanan tidak sehat akibat kemudahan transaksi ini berpotensi melanggar larangan *israf* atau berlebih-lebihan (QS. Al-A'raf [7]: 31) yang menurut Al-Ghazali (2011) merupakan pangkal penyakit fisik, serta bertentangan dengan prinsip *la dharar wa la dhirar* yang dapat mencederai tujuan utama syariat (*Maqashid al-Syari'ah*) dalam menjaga kesehatan jiwa dan raga atau *Hifzh an-Nafs* (Chapra, 2000).

Berdasarkan hal-hal di atas, penting untuk dilakukan penelitian lebih lanjut guna mengetahui apakah terdapat hubungan antara kemudahan bertransaksi online food dengan frekuensi konsumsi junk food, khususnya pada mahasiswa kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2023. Penelitian ini juga diharapkan memberikan kebaruan penelitian dengan menitikberatkan pada aspek perilaku mahasiswa kedokteran sebagai kelompok dengan pengetahuan gizi yang baik namun tetap termasuk pada risiko konsumsi junk food akibat kemudahan akses makanan melalui aplikasi daring.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kemudahan bertransaksi melalui layanan pemesanan makanan daring (*online food*) di kalangan mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023?
2. Bagaimana profil frekuensi dan karakteristik konsumsi *junk food* pada mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023?
3. Bagaimana hubungan antara kemudahan bertransaksi *online food* dengan frekuensi konsumsi *junk food* pada mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Menganalisis tingkat kemudahan bertransaksi melalui layanan pemesanan *online food* di kalangan mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023.
2. Menggambarkan profil konsumsi *junk food*, termasuk frekuensi dan jenis makanan *junk food* yang dikonsumsi oleh mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023.
3. Menguji dan menganalisis hubungan antara tingkat kemudahan bertransaksi *online food* dengan frekuensi konsumsi *junk food* pada mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan masyarakat, gizi, dan perilaku konsumen digital. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar teoritis untuk memahami hubungan antara kemudahan bertransaksi melalui platform digital dengan perilaku konsumsi makanan tidak sehat (*junk food*) di kalangan mahasiswa kedokteran yang notabene memiliki pengetahuan gizi.

Selain itu, temuan penelitian ini dapat memperkaya literatur ilmiah mengenai dampak teknologi informasi dalam sektor konsumsi pangan, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dengan pendekatan serupa atau variabel tambahan yang lebih kompleks.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Mahasiswa Kedokteran

Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi terhadap kebiasaan konsumsi makanan sehari-hari, khususnya dalam menyadari dampak kemudahan akses makanan cepat saji terhadap kesehatan. Sebagai calon tenaga medis, penting untuk menginternalisasi pola hidup sehat sejak masa pendidikan.

2) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dijadikan masukan dalam merancang program promosi kesehatan kampus, terutama dalam meningkatkan literasi gizi dan pola konsumsi sehat di era digital. Institusi dapat mempertimbangkan integrasi edukasi berbasis teknologi dalam kurikulum atau kegiatan kampus.

3) Bagi Pengembang Layanan Online Food dan Pelaku Usaha Kuliner

Temuan studi ini dapat menjadi pertimbangan untuk merancang strategi promosi yang lebih bertanggung jawab secara kesehatan, seperti mempromosikan makanan bergizi, menyediakan informasi nilai gizi, atau membatasi eksposur junk food dalam aplikasi.

4) Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini memberikan gambaran konkret tentang pengaruh kemudahan transaksi digital terhadap perubahan pola makan, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dalam memilih makanan secara lebih bijak dan kritis, meskipun dalam situasi serba instan.