

**ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN  
ANTAR MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA  
MAKAN GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI  
COVID-19**

**SKRIPSI**

**Sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Gizi**



**GHASSANY PUTRI MARAYA**

**041811016**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS BINAWAN**

**JAKARTA**

**2022**

**HALAMAN PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR  
MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA MAKAN GENERASI Z  
DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19**

**U N I V E R S I T A S**

oleh:

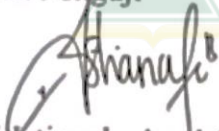
**GHASSANY PUTRI MARAYA**

**041811016**

Telah berhasil dibahas dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi (S.Gz) pada Program Studi Gizi Universitas Binawan.

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua Penguji**



(Isti Istianah, Amd.Gz., S.Gz., MKM)  
Penguji I

Tanggal 9 Agustus 2022



(Lina Agestika, S.Gz., M.HSc)  
Penguji II

Tanggal 9 Agustus 2022



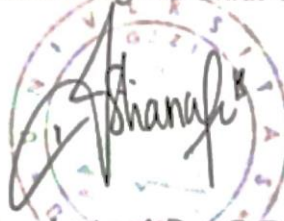
(Gusti Kumala Dewi, SKM., MARS)

Tanggal 9 Agustus 2022

**Diketahui oleh:**

Tanggal: 2022

Ketua Program Studi Gizi



(Isti Istianah, Amd.Gz., S.Gz., MKM)

NIDN: 0307058701

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmatNya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Analisis Hubungan Penggunaan Layanan Pesan Antar Makanan Online Dengan Perubahan Pola Makan Generasi Z Di Jakarta Saat Pandemi Covid-19” Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Yth. Ibu Mia Srimati, S.Gz., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Binawan.
2. Yth. Ibu Isti Istianah, S.Gz., MKM selaku Ketua Program Studi Gizi, Universitas Binawan.
3. Yth. Ibu Lina Agestika, S.Gz., M.H.Sc, selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran didalam mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Orangtua dan Keluarga saya atas segala dukungan, perhatian, doa dan support yang selalu diberikan sampai saat ini.
5. BTS sebagai penyemangat ketika hilang motivasi
6. Taehyung dan Jimin yang telah menjadi serotonin booster paling ampuh
7. Ceriwis geng selaku sahabat saya yang telah memberikan waktu dan tenaga untuk membantu, menghibur dan saling mendukung satu sama lain selama menyelesaikan skripsi ini.
8. Terimakasih kepada semua responden yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini.

Dengan bantuan tersebut maka penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai sebutan Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan saudara-saudara semua. Dan semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, Juli 2022

Penulis,

Ghassany Putri Maraya

041811016



**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS  
(Hasil Karya Perorangan)**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Binawan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ghassany Putri Maraya  
NIM : 041811016  
Program Studi : S-1 Gizi  
Fakultas : Ilmu Kesehatan dan Teknologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Binawan **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-FreeRight*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR  
MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA MAKAN  
GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19”**

Beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini, Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Binawan mempunyai hak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Depok  
Pada tanggal: 31 Juli 2022  
Yang menyatakan



(Ghassany Putri Maraya)

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ghassany Putri Maraya

NIM : 0418110116

Program Studi : Prodi Gizi

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

### **“ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA MAKAN GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19”**

Adalah hasil karya saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Instutusi/Sekolah Tinggi/Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jakarta, Juli 2022



Ghassany Putri Maraya

## DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan.....	Error! Bookmark not defined.
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Identifikasi Masalah .....</b>	<b>3</b>
<b>1.3 Pertanyaan Penelitian.....</b>	<b>4</b>
<b>1.4 Tujuan Penelitian.....</b>	<b>4</b>
<b>1.5 Hipotesis.....</b>	<b>5</b>
<b>1.6 Manfaat Penelitian.....</b>	<b>5</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
<b>a. Variabel-variabel Terkait.....</b>	<b>6</b>
<b>b. Penelitian Terkait.....</b>	<b>26</b>
<b>c. Kerangka Teori .....</b>	<b>31</b>
<b>d. Kerangka Konsep.....</b>	<b>32</b>
<b>BAB III.....</b>	<b>33</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
<b>3.1 Desain, Waktu dan Tempat.....</b>	<b>33</b>
<b>3.2 Populasi dan Sampel.....</b>	<b>33</b>
<b>3.3 Instrumen Penelitian.....</b>	<b>34</b>
<b>3.4 Jenis dan Pengumpulan Data.....</b>	<b>35</b>
<b>3.5 Definisi Operasional.....</b>	<b>36</b>
<b>3.6 Alur Penelitian.....</b>	<b>39</b>
<b>3.7 Analisis Data .....</b>	<b>40</b>
<b>3.8 Persetujuan Etik.....</b>	<b>40</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>43</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>66</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Kerangka Teori.....	31
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	32
Gambar 3. Alur Penelitian.....	39

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Penelitian Terkait .....	26
Tabel 2. Definisi Operasional .....	36
Tabel 3 Karakteristik Responden .....	45
Tabel 4 distribusi frekuensi penggunaan layanan pesan antar makanan pada aplikasi layanan pesan antar pada remaja generasi z .....	46
Tabel 5 distribusi frekuensi perilaku makan remaja generasi z di Jakarta saat Pandemi.....	46
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Perubahan Makan Remaja Generasi Z Di Jakarta..	47
Tabel 7 Hubungan Skor Penggunaan Layanan Pesan Antar dengan Skor Perubahan Perilaku Makan Remaja Generasi Z Di Jakarta .....	48
Tabel 8 Hasil Uji Beda Pola Makan Sebelum dan Saat Pandemi .....	48

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Lembar Kuesioner .....	67
Lampiran 2. Surat Persetujuan Etik .....	75
Lampiran 3. Hasil Uji validasi .....	76



# ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA MAKAN GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19

Ghassany Putri Maraya<sup>1</sup>, Lina Agestika<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi Universitas Binawan

*Email: \*linaagestika@binawan.ac.id, ghassanyputmar@gmail.com*

## ABSTRAK

Proporsi berat badan lebih dan obesitas di Provinsi DKI Jakarta pada dewasa usia >18 tahun sebesar 21,8% dan 29,8%. 54% responden memilih GrabFood sebagai aplikasi pesan-antar makanan yang mereka rekomendasikan, diikuti GoFood (34%) dan ShopeeFood (12%). GoFood mengalami peningkatan jumlah transaksi sebanyak 20% akibat adanya PPKM dengan mudahnya akses sebagian besar kebiasaan makan masyarakat telah berubah akibat adanya aplikasi ojek online ini. Internet didominasi generasi Z pada umur 15-19 mencapai 91% dan pada 20-24 mencapai 88,5% dimana 80% diantaranya berada di wilayah DKI Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain cross sectional pada 150 remaja generasi Z kelahiran tahun 1997 – 2002 di wilayah DKI Jakarta. Penelitian ini menggunakan teknik consecutive sampling yang menganalisis penggunaan layanan pesan antar online, perubahan perilaku makan, analisis statistik menggunakan uji Spearman Correlation dan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil dari penelitian ini adalah didapatkan p-value 0,011 pada hubungan layanan pesan antar makanan dengan skor perubahan perilaku makan remaja generasi Z di Jakarta yang menandakan bahwa skor penggunaan layanan pesan antar berhubungan positif. Selain itu didapatkan hasil uji beda pola makan sebelum dan saat pandemi pada karbohidrat (p-value 0,000), protein hewani (0,249), protein nabati (0,479), sayur (0,106), buah (0,018), minyak (0,069). Kesimpulannya adalah adanya hubungan antara penggunaan layanan pesan antar dengan perilaku makan remaja generasi Z di Jakarta dan adanya perubahan pola makan sebelum dan saat pandemic pada remaja generasi Z di Jakarta, sarannya adalah diharapkan agar remaja generasi Z lebih selektif dalam memilih makanan yang ingin dikonsumsi sehari – hari, Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan penelitian lebih lanjut.

Keyword: Food Delivery, Generasi Z, Pandemic Covid-19, Perilaku Makan

# **ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP OF USING ONLINE FOOD DELIVERY SERVICES WITH CHANGES IN GENERATION Z'S DIETING PATTERNS IN JAKARTA DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

Ghassany Putri Maraya<sup>1</sup>, Lina Agestika<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Nutrition Study Program at Binawan University

Email: \*linaagestika@binawan.ac.id , ghassanyputmar@gmail.com

## **ABSTRACT**

The proportion of overweight and obesity in DKI Jakarta Province in adults aged >18 years is 21.8% and 29.8%, respectively. 54% of respondents chose GrabFood as their recommended food delivery application, followed by GoFood (34%) and ShopeeFood (12%). Gofood has increased the number of transactions by 20% due to PPKM. The ease of accessing and getting food through the online motorcycle taxi application has more or less changed the eating habits of the internet community, dominated by generation z at the age of 15-19 reaching 91% and at 20-24 reaching 88.5 % where 80% of them are in the DKI Jakarta area. This study used a cross sectional design on 150 teenagers of Generation Z born in 1997 – 2002 in the DKI Jakarta area. This study uses a consecutive sampling technique that analyzes the use of online delivery services, changes in eating behavior, statistical analysis using the Spearman Correlation test and the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of this study were obtained p-value 0.011 on the relationship between food delivery services with scores of changes in eating behavior of generation z adolescents in Jakarta, which indicates that the score for the use of delivery services is positively related. In addition, the results of the different diet tests before and during the pandemic on carbohydrates (p-value 0.000), animal protein (0.249), vegetable protein (0.479), vegetables (0.106), fruit (0.018), oil (0.069). The conclusion is that there is a relationship between the use of delivery services and the eating behavior of Generation Z teenagers in Jakarta and changes in eating patterns before and during the pandemic in Generation Z adolescents in Jakarta.

Keyword: Eating Behavior, Food Delivery, Generation Z, Pandemic Covid-19

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Prevalensi obesitas di seluruh dunia makin meningkat, lebih dari dua kali lipat sejak sepuluh tahun yang lalu (Kemenkes, 2018). Pada tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa di seluruh dunia usia 18 tahun keatas kelebihan berat badan dan 600 juta diantaranya mengalami obesitas (Kemenkes, 2018). Indonesia merupakan salah satu negara yang mengalami kenaikan prevalensi dewasa dengan obesitas diprediksi akan menghadapi terus berlanjut di masa mendatang (Israwati, ice, 2017). Data Riset Kesehatan Dasar (2018) mencatat bahwa proporsi berat badan lebih dan obesitas di Provinsi DKI Jakarta pada dewasa usia >18 tahun dan usia >18 tahun sebesar 21,8% dan 29.8%. Kegemukan dan obesitas merupakan penyebab dari masalah kesehatan serius pada usia dewasa seperti diabetes melitus dan penyakit kardiovaskular (Mokolensang et al., 2016; Piché, M.E., Tchernof, A. and Després, J.P., 2020). Selain itu, obesitas menjadi faktor resiko dari terjangkitnya virus Covid-19 dan meningkatkan keparahan dari penyakit tersebut (Zhou, Y., Chi, J., Lv, W. and Wang, Y., 2021). Prevalensi pasien COVID-19 dengan obesitas mencapai 41,7% (Caci, Grazia et al, 2020). Pasien COVID-19 dengan obesitas yang mendapatkan perawatan dirumah sakit juga mengalami peningkatan resiko kematian sebanyak 2 kali (Czernichow et al, 2020).

Obesitas pada dasarnya disebabkan oleh kelebihan jaringan adiposa (Ayu et al., 2018).(Naufal et al., 2021) Namun, faktor tersebut bersifat multifaktorial, diantaranya adalah asupan zat gizi makro berlebih, frekuensi konsumsi *fast food* yang sering, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak seimbang, riwayat orang tua obesitas, serta kebiasaan sarapan rendah (Kurdanti et al., 2015; Gozali & Saraswati, 2017). Selama Pandemi Covid-19, masyarakat mengalami obesitas akibat berubahnya perilaku makan (Adriani et al 2021). Pandemi Covid-19 yang melanda Indonesia selama hampir dua tahun ini telah banyak mempengaruhi perekonomian dengan total kasus sebanyak 4.273.783 orang terkonfirmasi positif COVID-19 dan ada 144.183 kematian (SATGAS COVID-19, 2022) dimana 873,104 nya orang yang terkonfirmasi positif berada di wilayah DKI Jakarta dan terdapat 13.591 kematian di wilayah DKI Jakarta (Corona Jakarta,

2022). Kejadian ini memicu munculnya Kebijakan pemerintah dalam menerapkan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat atau PPKM mengakibatkan aktivitas sosial masyarakat dan aktivitas ekonomi terganggu, sehingga Indonesia terancam mengalami resesi (Kusuma, 2020). Disisi lain, pada saat Indonesia mengalami resesi dan banyaknya UMKM yang gulung tikar. Nofianti menyatakan bahwa terdapat sekitar 96% UMKM yang mengalami dampak negatif pada bisnisnya dan 75% diantaranya mengalami penurunan terhadap penjualan produknya (Nofianti, 2020). gofood melalui aplikasi gojek dan grab food melalui aplikasi grab hadir untuk memberikan solusi bagi pengusaha UMKM.

Pandemi covid 19 berdampak pada berubahnya gaya hidup masyarakat Indonesia termasuk di bidang kuliner (Utama, 2020). Menurut Artanti (2020), Gofood mengalami peningkatan jumlah transaksi saebanyak 20% akibat adanya PPKM. Penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa keputusan penggunaan aplikasi untuk membeli makanan secara online meningkat dengan rata – rata 2x dalam seminggu (Jayani, 2019). Strategi aplikasi layanan pesan antar makanan dengan system promosi, promo Hari Belanja Online Nasional (HARBOLNAS), promo gajian, promo harian dari restoran tertentu dapat menarik minat konsumen (Suproyatna, 2020). Berdasarkan riset dari digital Snapcart Indonesia pada tahun 2021, 54% responden memilih GrabFood sebagai aplikasi pesan-antar makanan yang mereka rekomendasikan, diikuti GoFood (34%) dan ShopeeFood (12%). Kemudahan dalam mengakses dan mendapatkan makanan melalui aplikasi ojek online ini sedikit banyaknya sudah merubah perilaku makan masyarakat (Riswanto Tumuwe, 2018). Berdasarkan studi di beberapa negara di Asia, Eropa, dan Afrika, perilaku makan masyarakat berubah menjadi tidak sehat selama *lockdown* pandemi Covid-19 (Ammar et al 2020). Namun, hubungan perubahan tersebut dengan intensitas penggunaan aplikasi pesan antar makanan online masih belum diketahui.

Menurut hasil survei (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) tentang penetrasi pengguna internet 2018 mengungkapkan bahwa pengguna internet didominasi generasi z pada umur 15-19 mencapai 91% dan pada 20-24 mencapai 88,5% dimana 80% diantaranya berada di wilayah DKI Jakarta (APJII, 2018). Terdapat 2,7 juta jiwa populasi generasi Z di Jakarta atau sekitar 25,65% dari total penduduk Ibu Kota. Gen-Z adalah mereka yang lahir dalam rentang tahun

1997-2012 atau sekarang berusia 8-23 tahun (BPS, 2021) menurut muhamad ahsan dalam databoks 2021. Namun, jumlah dari generasi z yang menggunakan aplikasi layanan pesan antar makanan secara aktif belum banyak dianalisis. Generasi z yang tidak sadar terhadap kebutuhan gizinya dapat memicu peningkatan berat badan yang berlebih ketika rutin mengonsumsi makanan dengan densitas energi tinggi (Abraham S, 2018). Terlebih lagi di masa pandemi, kalangan generasi z lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah sehingga menyebabkan kurangnya aktivitas fisik dan kelebihan asupan energi dan lemak yang memicu obesitas (S. Manggabarani, et al 2020).

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan studi di beberapa negara di Asia, Eropa, dan Afrika, perilaku makan masyarakat berubah menjadi tidak sehat selama *lockdown* pandemi Covid-19 (Ammar et al 2020). Jakarta dengan kasus Covid-19 tertinggi di Indonesia juga mencatat 29.8% masyarakat dewasa dengan usia >18 tahun mengalami obesitas (Risksedas, 2018). Obesitas dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit seperti tekanan darah, kolesterol, tingkat trigliserida dan juga diabetes, sehingga menjadi faktor meningkatnya risiko stroke iskemik, jantung koroner, diabetes mellitus tipe 2 dan penyakit metabolisme lainnya dan dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan (Rossouw et al., 2012). Aplikasi penggunaan layanan pesan antar makanan di Jakarta tergolong tinggi dan meningkat selama pandemi dengan rata-rata penggunaan 2x dalam seminggu (Jayani, 2019). Pengguna internet didominasi generasi z pada umur 20-24 tahun mencapai 91% dan pada 20-14 mencapai 88,5% dimana 80% diantaranya berada di wilayah DKI Jakarta (APJII, 2018). Namun, kebiasaan mereka dalam menggunakan aplikasi layanan pesan antar makanan dan dampaknya terhadap perilaku makan mereka belum banyak diketahui.

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

#### **1.3.1 Pertanyaan Umum**

Apakah ada kaitannya dengan penggunaan jasa pesan antar makanan online yang mengubah kebiasaan makan generasi z di Jakarta sebelum dan saat pandemi Covid-19?

#### **1.3.2 Pertanyaan Khusus**

1. Bagaimana gambaran karakteristik (Nama, Usia, Jenis Kelamin, Domisili, Pendidikan Terakhir, Berat Badan, Tinggi Badan) generasi z di Jakarta?
2. Bagaimana gambaran perilaku penggunaan layanan pesan antar makanan online pada generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta?
3. Bagaimana gambaran perilaku makan generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta?
4. Bagaimana perubahan perilaku makan generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta?
5. Bagaimana hubungan penggunaan jasa pengiriman makanan dengan perubahan pola makan Generasi Z mengubah pola makannya secara online selama pandemi Covid19 di Jakarta?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan penggunaan layanan pesan antar makanan online dengan perubahan perilaku makan generasi z sebelum dan saat pandemi Covid-19 di Jakarta.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi gambaran karakteristik generasi z di Jakarta
2. Mengidentifikasi gambaran penggunaan layanan pesan antar makanan online pada generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta
3. Mengidentifikasi gambaran perubahan perilaku makan generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta
4. Menganalisis perilaku makan generasi z saat pandemi Covid-19 di Jakarta

5. Analisis hubungan penggunaan jasa pesan antar dengan perubahan pola makan Generasi Z Saat Pandemi di Jakarta Online

## **1.5 Hipotesis**

Ho : tidak ada hubungan antara layanan pesan antar makanan online dengan perubahan pola makan pada generasi z di Jakarta saat pandemi Covid-19 di Jakarta

H1 : ada hubungan antara layanan pesan antar makanan online dengan perubahan pola makan pada generasi z di Jakarta saat saat pandemi Covid-19 di Jakarta

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Bagi Remaja Generasi Z**

Menambah pengetahuan remaja tentang hubungan penggunaan aplikasi pesan antar dengan perubahan pola makan remaja generasi z.

### **1.6.2 Bagi Universitas Binawan**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi atau acuan dalam meningkatkan pengetahuan dengan mendukung mahasiswa atau civitas akademika untuk menambah pengetahuan remaja tentang hubungan penggunaan aplikasi pesan antar dengan perubahan pola makan remaja generasi z.

### **1.6.3 Bagi Peneliti**

Menambah pengalaman penelitian terhadap hubungan penggunaan aplikasi pesan antar dengan perubahan pola makan remaja generasi z serta sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana gizi.

### **1.6.4 Bagi Peneliti Lainnya**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi penelitian dan tolak ukur untuk mengembangkan penelitian selanjutnya

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **a. Variabel-variabel Terkait**

#### **2.a.1 Generasi**

Menurut Manheim (sebagaimana dikutip dalam Yanuar, 2016) generasi adalah suatu konstruksi sosial dimana didalamnya terdapat sekelompok orang yang memiliki kesamaan umur dan pengalaman historis yang sama. Lebih lanjut Manheim (1952) menjelaskan bahwa individu yang menjadi bagian dari satu generasi, adalah mereka yang memiliki kesamaan tahun lahir dalam rentang waktu 20 tahun dan berada dalam dimensi sosial dan dimensi sejarah yang sama.

Dalam teori generasi (Generation Theory) yang dikemukakan Graeme Codrington & Sue Grant-Marshall, Penguin, (2004) (sebagaimana dikutip oleh Simbolon, 2017) dibedakan 5 generasi manusia berdasarkan tahun kelahirannya, yaitu:

- (1) Generasi Baby Boomer, lahir 1946-1964
- (2) Generasi X, lahir 1965-1980
- (3) Generasi Y, lahir 1981-1994, sering disebut generasi millennial
- (4) Generasi Z, lahir 1995-2010 (disebut juga iGeneration, GenerasiNet, Generasi Internet)
- (5) Generasi Alpha, lahir 2011-2025. Kelima generasi tersebut memiliki perbedaan pertumbuhan kembangan kepribadian.

#### **2.a.2 Generasi Z**

##### **2.a.2.1 Pengertian Generasi Z**

Generasi Z adalah generasi yang lahir diantara generasi milenial dan generasi Alpha. Generasi Z sangat dikenal karena beberapa perilakunya yaitu memiliki kemampuan untuk membuat perencanaan sebelum melakukan sesuatu, memiliki pemikiran yang lebih terstruktur, dan memiliki kemampuan yang cukup untuk melakukan kontrol dirinya sendiri. Karakteristik mereka ini juga dikombinasikan dengan bagaimana generasi Z memiliki sense of marketing mereka sendiri. Karakteristik ini perlu dipertimbangkan oleh penyedia jasa, dalam penelitian ini



bisnis online, untuk memberikan pelayanan yang lebih baik. Penerimaan dari teman-temannya juga merupakan sesuatu yang penting untuk memahami generasi Z, mereka terlihat seperti individual yang sangat mempertimbangkan penerimaan dari temannya. Suatu penelitian bahkan menunjukkan bahwa 46% dari generasi Z mempertimbangkan rekomendasi dan opini dari temannya ketika memilih suatu brand (Miyagi, AR 2020).

Generasi Z adalah generasi mandiri yang mengetahui apa yang mereka inginkan dan butuhkan. Generasi Z lahir di era digital, jadi tidak mengherankan jika generasi ini lebih mahir dalam mengoperasikan gadget dan media sosial untuk mendukung kegiatan sehari-hari mereka, termasuk kegiatan berbelanja. Generasi Z umumnya memiliki sikap kritis dan berhati-hati dalam mengambil keputusan termasuk keputusan untuk melakukan pembelian secara online. Generasi ini memiliki perhatian terhadap alam dan lingkungan, lebih memilih visual daripada teks, dan memilih media sosial yang cenderung tertutup. Karena gaya hidup memiliki pengaruh pada keputusan untuk melakukan pembelian (Ganda et al, 2019).

### **2.a.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Pembelian Makanan pada Generasi Z**

Menurut riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella (2020) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi generasi Z dalam memesan makanan melalui layanan pesan antar makanan diantaranya:

#### **1) Kualitas Layanan dan Aplikasi**

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella (2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: aplikasi mudah untuk digunakan, pengiriman lebih cepat dibanding dengan pesan antar konvensional/layanan pesan antar yang disediakan oleh pihak restoran, bisa membayar melalui GoPay atau OVO, jumlah mitra pengemudi banyak dan tersebar di berbagai daerah, pelayanan memuaskan, mitra pengemudi cepat tanggap dan ramah dan alasan terbanyak adalah lebih nyaman memilih menu makan di rumah karena tidak diburu waktu.

## 2) Variasi Faktor

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella (2020), menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: adanya sistem perolehan poin setiap bertransaksi, banyak pilihan mitra pedagang/merchant makanan atau minuman, banyak pilihan menu makanan atau minuman dan alasan paling banyak adalah banyak yang memakai fitur layanan pembelian dan pengiriman makanan melalui GoFood dan GrabFood.

## 3) Gaya Hidup

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: GoFood dan/atau GrabFood merupakan suatu kebutuhan, menggunakan layanan GoFood atau GrabFood karena trend, menggunakan GoFood atau GrabFood karena gaya hidup dan alasan terbanyak adalah menggunakan layanan GoFood atau GrabFood karena melihat iklan (melalui youtube, papan iklan, instagram dan lain-lain)

## 4) Efektivitas dan Efisiensi

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: efisien waktu dan tenaga, lebih murah daripada masak sendiri, ongkos kirim setimpal dengan jarak pengiriman dan pelayanan yang diberikan, banyak promo makanan melalui layanan GoFood dan GrabFood sehingga harga makanan lebih murah dan alasan terbanyak adalah menghemat ongkos (tidak mengeluarkan biaya untuk bensin dan kontribusi parkir).

## 5) Kondisional

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: pelayanan tidak mengenal cuaca (tetap mengantarkan pesanan ketika hujan deras), adanya fitur untuk melakukan pemesanan ulang/ re-order menu yang

pernah dipesan, dan alasan terbanyak adalah kondisi yang tidak memungkinkan untuk keluar dari tempat tinggal (misalnya cuaca buruk)

6) Sosial

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: rekomendasi teman/rekan kerja dan alasan terbanyak adalah rekomendasi keluarga

7) Preferensi

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: tidak perlu bingung memilih restoran dan alasan terbanyak adalah bosan dengan makanan yang ada di sekitar tempat tinggal.

8) Individu

Hasil dari riset yang telah dilakukan oleh Puspita, Marcella(2020) menyebutkan bahwa alasan dari terbentuknya faktor tersebut adalah: malas/tidak bisa memasak, jadwal aktivitas yang padat dan alasan terbanyak adalah tidak memiliki kendaraan.

## **2.a.3 Perilaku**

### **2.a.3.1 Pengertian Perilaku**

Perilaku adalah respons terhadap rangsangan melalui sentuhan atau pemikiran aktivitas manusia (Kuswana, 2014). Perilaku tidak hanya dapat diartikan sebagai perubahan sikap, tetapi juga sebagai respons terhadap rangsangan, sedangkan menurut putra (2021), perilaku merupakan manifestasi individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut dimulai dari perilaku yang paling jelas sampai perilaku yang tidak terlihat, dari yang paling nampak sampai yang tidak nampak.

Notoatmodjo (2011) menyebutkan bahwa perilaku merupakan suatu kegiatan dan aktivitas makhluk hidup yang bersangkutan, dimana adanya suatu aktivitas dari

manusia itu sendiri dan juga manusia memiliki bentangan yang sangat luas dan juga perilaku ini di kerjakan oleh makhluk hidup (manusia) tersebut baik itu secara langsung maupun tidak langsung.

### **2.a.3.2 Macam – Macam Perilaku**

Menurut teori Soekidjo Notoadmojo dalam Tindas, Olivia (2021), perilaku dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

#### 1. Perilaku Tertutup (*Covert Behaviour*)

Perilaku tertutup adalah respons atau reaksi terhadap stimulus yang masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut. Perilaku tertutup terjadi apabila respon terhadap stimulus tersebut masih belum bisa diamati orang lain (dari luar) secara jelas. Respon seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, persepsi, dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan. Bentuk *covert behaviour* adalah pengetahuan (*knowledge*) dan sikap (*attitude*).

#### 2. Perilaku terbuka (*Overt Behaviour*)

Dikatakan perilaku terbuka apabila respon tersebut dalam bentuk tindakan yang dapat diamati dari luar atau orang lain yang disebut tindakan atau praktik yang diamati orang lain dari luar.

### **2.a.3.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku**

Menurut teori Soekidjo Notoadmojo dalam Tindas, Olivia (2021), beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku diantaranya faktor individu dan sosial.

#### **A. Faktor Individu**

1. Faktor Predisposisi ( *Predisposing Factors* ) yang mencakup pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya.
2. Faktor Pemungkin ( *Enabling Factor* ) Yang mencakup lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana

keselamatan kerja, misalnya ketersedianya alat pendukung, pelatihan dan sebagainya.

3. Faktor Penguat ( Reinforcement Factor ) Faktor-faktor ini meliputi undang-undang, peraturan-peraturan, pengawasan dan sebagainya.

## **B. Faktor Eksogen atau Faktor di Luar Individu**

Faktor yang berasal dari luar individu yaitu Faktor Lingkungan. Lingkungan disini menyangkut segala sesuatu yang ada disekitar individu. Lingkungan sangat berpengaruh terhadap individu karena lingkungan merupakan lahan untuk perkembangan perilaku. Menurut Notoatmodjo dalam Tindas, Olivia (2021) perilaku itu dibentuk melalui suatu proses dalam interaksi manusia dengan lingkungan.

### **a. Usia**

Menurut Sarwono dalam Tindas, Olivia (2021) usia adalah faktor terpenting juga dalam menentukan sikap individu, sehingga dalam keadaan diatas responden akan cenderung mempunyai perilaku yang positif dibandingkan umur yang dibawahnya. Menurut Hurlock (2008:59) masa dewasa dibagi menjadi 3 periode yaitu masa dewasa awal (18-40 tahun), masa dewasa madya (41-60 tahun) dan masa dewasa akhir (>61tahun). Menurut Santrock (2003:240) dalam Apritasari (2018:75), orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual, serta transisi peran sosial. Perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa.

### **b. Pendidikan**

Kegiatan pendidikan formal maupun informal berfokus pada proses belajar dengan tujuan agar terjadi perubahan perilaku, yaitu dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mengerti menjadi mengerti dan tidak dapat menjadi dapat. Menurut Notoatmodjo, pendidikan mempengaruhi perilaku manusia, beliau juga mengatakan bahwa apabila penerimaan perilaku baru didasari oleh pengetahuan,

kesadaran, sikap positif maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng. Dengan demikian semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka semakin tepat dalam menentukan perilaku serta semakin cepat pula untuk mencapai tujuan meningkatkan derajat kesehatan.

c. Pekerjaan

Bekerja adalah salah satu jalan yang dapat digunakan manusia dalam menemukan makna hidupnya.

d. Agama

Agama sebagai suatu keyakinan hidup yang masuk dalam konstruksi kepribadian seseorang sangat berpengaruh dalam cara berpikir, bersikap, bereaksi dan berperilaku individu.

e. Sosial Ekonomi

Lingkungan yang berpengaruh terhadap perilaku seseorang adalah lingkungan sosial, lingkungan sosial dapat menyangkut sosial. Menurut Nasirotnun (2013:19) status sosial ekonomi adalah posisi dan kedudukan seseorang di masyarakat berhubungan dengan pendidikan, jumlah pendapatan dan kekayaan serta fasilitas yang dimiliki.

f. Kebudayaan

Kebudayaan diartikan sebagai kesenian, adat-istiadat atau peradaban manusia, dimana hasil kebudayaan manusia akan mempengaruhi perilaku manusia itu sendiri.

## **2.a.4 Perilaku Makan**

### **2.a.4.1 Pengertian Perilaku Makan**

Menurut Gibney (2020), perilaku makan merupakan tindakan seseorang terhadap makanan yang dipengaruhi oleh persepsi dan pengetahuan terhadap makanan. makan merupakan aspek penting dari kehidupan karena dapat mempengaruhi hasil kesehatan jangka panjang karena perilaku makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan yang kurang gizi, melewatkan makan, dan makan tidak tepat waktu dipahami menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan kekurangan gizi. Sebaliknya, diet seimbang dan konsumsi makanan berkualitas dapat berkontribusi untuk menjaga kesejahteraan fisik dan stabilitas mental

individu. Usia remaja merupakan masa yang tepat bagi individu untuk memperbaiki dan membiasakan perilaku makan sehat untuk kesehatannya di masa sekarang dan yang akan datang.(Kabir,2018). Perilaku makan pada remaja yang lebih menyukai makanan ringan, mengonsumsi makanan cepat saji, makan dengan porsi besar dan masalah lain yang terjadi pada remaja dapat berdampak pada kesehatan remaja dengan timbulnya kasus gizi seperti kekurangan gizi serta kelebihan gizi (Citerawati,Susanti,& Rahima, 2017)

Perilaku makan sehat yang dilakukan oleh mahasiswa berkaitan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Salah satu perilaku makan sehat adalah kebiasaan makan dengan menu seimbang (Sarkim L et al, 2021). Perilaku makan merupakan tingkah laku manusia terhadap makanan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pemilihan dalam mengonsumsi makanan yang diperoleh secara berulang-ulang( Prasasti HP & Indrawati V, 2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku makan pada mahasiswa sangatlah kompleks meliputi jenis kelamin, pengetahuan gizi, budaya (kebiasaan makan daerah asal, pantangan makan), tempat tinggal mahasiswa, teman sebaya, ekonomi, dan asal sumber pangan. (Hizni A, 2014 & Saufika A et al, 2021). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku makan adalah jenis kelamin, Laki-laki cenderung kurang dapat menyiapkan makanan sendiri dan kurang peduli dengan makanan yang dikonsumsi, sedangkan perempuan cenderung lebih peduli terhadap makanan yang dikonsumsi karena takut tubuhnya gemuk (Husnah, 2012). Pengetahuan gizi juga memiliki peran penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang, sebab pengetahuan akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang akhirnya akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang (Lukmanto J & Kristanti M, 2013)

Cara mendapatkan makanan juga berpengaruh terhadap perilaku makan. Generasi Z yang tidak memiliki waktu untuk memasak makanan sendiri, memungkinkan pola makan tidak teratur, dan cenderung malas makan terutama bila akses untuk memperoleh makanan jauh (Dewi SN, 2016). Makanan sumber zat gizi yang diperoleh dengan cara memasak/mengolah sendiri berkaitan dengan perilaku makan yang sehat pada mahasiswa. Sedangkan makanan sumber zat gizi yang

didapatkan dengan cara membeli matang berkaitan dengan perilaku makan yang kurang sehat dan konsumsi buah dan sayur yang rendah (Altavilla C et al, 2019). Uang saku pada mahasiswa juga berpengaruh terhadap perilaku makan. (Kurniawan MWW et al, 2017) Teman sebaya juga dapat mempengaruhi seseorang dalam memilih suatu makanan. Pemilihan makanan tidak hanya didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi, untuk kesenangan, dan supaya tidak kehilangan status (Saufika A, 2012)

Hal ini selaras dengan hasil penelitian Kabir, Ashraful (2018) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku makan diantaranya:

#### A. Faktor individu

##### 1. Keterampilan Memasak

Keterampilan memasak merupakan salah satu factor individu yang mempengaruhi asupan makan di usia remaja, generasi z yang memiliki keterampilan memasak cenderung lebih sering masak sendiri, sebaliknya yang tidak pandai memasak menghindari memasak sendiri dan memutuskan untuk membeli makanan. Namun susanti dan Qalyubi (2020) menyatakan bahwa banyak juga di usia gen z ini yang lebih memilih mengolah atau memasak makanan sendiri dengan alasan lebih menjaga Kesehatan

##### 2. Rasa makanan

Rasa dari sebuah masakan muncul sebagai factor umum untuk menentukan pilihan apa yang mau mereka makan, biasanya mereka menentukan dari warna, bau ataupun tekstur makanannya dalam pemilihan makanan. Namun rasa dari makanan yang sama jika dikonsumsi terus menerus akan menimbulkan kebosanan yang berakibat timbulnya perubahan perilaku makan.



3. *Mood* atau suasana hati

Suasana hati menjadi factor penting yang mempengaruhi kebiasaan makan dan pemilihan asupan makan, kondisi stress seperti tekanan kerap kali terjadi dan bisa mempengaruhi mereka dalam memilih makanan, mereka cenderung memilih untuk tidak makan atau masak Ketika sedang dalam kondisi suasana hati yang buruk.

4. Kebiasaan makan terdahulu

Kebiasaan makan terdahulu dapat mempengaruhi perilaku makan dan pemilihan makanan mereka, mereka tampak lebih cenderung mempertimbangkan rasa, warna dan bahan yang telah mereka biasa makan dengan keluarganya. Pada akhirnya, kebiasaan mereka sudah terbentuk dan enggan untuk memilih makanan dengan jenis tertentu seperti kebiasaan selalu makan dengan nasi dan lain sebagainya.

5. Pengetahuan dan persepsi tentang manfaat gizi

Tingkat pengetahuan dan persepsi tentang manfaat gizi bagi kesehatan mempengaruhi perilaku makan dan pola makan, Sebagian besar generasi z memili pengetahuan terbatas tentang makanan yang bergizi bagi Kesehatan. Mayoritas dari mereka tidak mempertimbangkan nilai gizi saat mengkonsumsi makanan tertentu. Mereka bahkan mengakui bahwa mereka tidak memiliki pengetahuan tentang nilai gizi makanan yang biasa mereka makan setiap harinya. Kebanyakan dari mereka hanya memperhatikan tanggal kadaluarsanya saja tanpa tau komposisi apa yang digunakan untuk membuat makanan tersebut.

6. Tingkat aktivitas fisik

Tingkat aktivitas fisik muncul sebagai faktor dalam menentukan asupan makanan. mereka yang terlibat dalam kebiasaan latihan fisik secara teratur tampaknya lebih suka asupan makanan yang lebih banyak

dibandingkan mereka yang tidak melakukan aktivitas fisik. Sebagian besar melibatkan asupan karbohidrat dan protein dalam jumlah yang lebih besar. mereka percaya bahwa aktivitas fisik menyebabkan hilangnya energi dan jumlah karbohidrat yang lebih tinggi penting untuk menyeimbangkan hilangnya energi ini.

#### 7. Kepercayaan dan budaya

Perilaku makan dan pola makan berdasarkan adat istiadat ataupun agama yang dipercayai bisa merubah perilaku makan bagi Sebagian kelompok, seperti untuk Sebagian orang yang menganut agama Hindu, mereka menghindari makanan yang dilarang oleh agamanya sehingga orang yang menganut agama hindu tidak pernah mengonsumsi daging sapi karna dianggap suci. Begitupun dengan orang yang beragama islam, mereka cenderung menghindari makanan yang dilarang oleh agamanya.

#### B. Factor Sosial

##### 1. Pengaruh teman sebaya

Pengaruh dari teman sebaya juga bisa mempengaruhi pemilihan makan sehari – hari. Ketika mereka sedang berkumpul bersama, beberapa diantara mereka akan menentukan makanan apa yang akan mereka makan saat itu.

##### 2. Jaringan sosial.

Menurut Kabir, Ashraful (2018) Anak – anak kalangan generasi z mengungkapkan bahwa interaksi social menjadi salah satu factor yang mempengaruhi pemilihan makanan dan asupan makanan mereka, mereka yang memiliki circle pertemanan yang luas cenderung sering mengadakan ataupun datang ke sebuah acara dimana mereka bisa mencoba berbagai jenis makanan baru, ataupun mereka yang memiliki circle pertemanan yang luas cenderung sering mencoba tempat – tempat makan yang baru untuk menambah wawasan terhadap jenis – jenis makanan.

## C. Faktor lingkungan

### 1. Ketersediaan dan keterjangkauan makanan mentah segar.

Ketersediaan makanan mentah segar dengan harga terjangkau tampaknya menjadi faktor yang cukup menentukan diet. Bagi mereka yang memiliki kebiasaan memasak, harga bahan baku dipasaran sangat menentukan pemilihan makanan mereka, contoh seperti Ketika sedang musim sayur – sayuran tertentu yang mengakibatkan harga jual sayur tersebut lebih murah, mereka akan cenderung mengonsumsi sayur tersebut dan Ketika bahan baku lainnya mengalami kenaikan harga, seperti saat ingin menjelang hari – hari raya besar, mereka cenderung untuk mengganti kebiasaan mereka untuk menghindari pembelian bahan baku yang mahal.

### 2. Harga Makanan

Harga makanan sering disebut-sebut sebagai masalah penting dalam memilih dan/atau mengatur asupan makanan di kalangan generasi z. Data mengungkapkan bahwa banyak dari mereka yang melewatkan waktu makannya karna mempertimbangkan biaya. Mereka yang berasal dari kelas sosial ekonomi menengah ke bawah cenderung menerima sedikit uang dari rumah mereka untuk bertahan hidup. Akibatnya, memilih untuk memotong biaya yang dikeluarkan untuk makan.

## 2.a.5 Transportasi Online

### 2.a.5.1 Sejarah Transportasi Online di Indonesia

Seiring perkembangan zaman, kemajuan teknologi pada transportasi telah berkembang dengan pesat sehingga muncul ide – ide untuk menggabungkan alat transportasi dengan teknologi sehingga muncul sebuah terobosan baru yang dikenal dengan transportasi online. Transportasi online merupakan sebuah terobosan baru yang dibuat oleh perusahaan yang bergerak di bidang transportasi. Transportasi online merupakan jasa layanan transportasi dengan menggunakan aplikasi sebagai media transaksi.

Transportasi online muncul di tengah kondisi sistem transportasi di Indonesia yang belum tertata dengan baik. Beberapa perusahaan besar berlomba untuk

membentuk perusahaan transportasi berbasis aplikasi online, beberapa di antaranya adalah Gojek, Grab maupun Uber. Bagi sebagian orang transportasi online merupakan solusi atas sistem transportasi yang masih buruk, namun di sisi lain merupakan masalah bagi orang-orang yang menggantungkan hidup dari jasa transportasi yang tidak mengandalkan teknologi. Transportasi online menawarkan kemudahan, biaya yang lebih murah, kenyamanan dan keamanan yang lebih terjamin, maka tidak mengherankan jika banyak orang yang beralih dari moda transportasi konvensional ke moda transportasi online. (aziah & adawia, 2018)

### **2.a.5.2 Jenis – Jenis Transportasi Online**

#### **A. Gojek**

PT GO-JEK Indonesia adalah perusahaan yang bergerak di bidang jasa. Perusahaan PT GO-JEK Indonesia berdiri pada tahun 2011 oleh seorang pemuda yang sangat kreatif bernama Michaelanglo Maron dan Nadiem Makarin. Sejak di buka pada tahun 2011 yang bertempat di Jakarta, sekarang PT Gojek Indonesia sudah merambah ke kota-kota besar di Indonesia khususnya Yogyakarta. PT GO-JEK Indonesia mulai merambah kota Yogyakarta pada November 2018 dengan driver mencapai 2.100 driver. Kini GO-JEK telah menjadi alternatif lain bagi para pelanggan yang datang dari berbagai kalangan. Dengan memaksimalkan teknologi dan pelayanan pelanggan melalui sebuah web aplikasi, GO-JEK telah menjadi alternatif kendaraan umum yang mampu mengakomodir kebutuhan pelanggan, yakni jasa pengantar orang, barang dan masih banyak lagi hal yang menarik lainnya (Novita, Kiki et al 2020)

Layanan yang diberikan pada aplikasi Gojek adalah:

- a. Go-Ride atau fitur untuk sepeda motor. Go-Ride digunakan sebagai sarana transportasi terutama jika terjadi kemacetan lalu lintas dan sulitnya mencari angkutan umum.

- b. Go-Car, Go-car tidak jauh berbeda dengan Go-Ride yang sama – sama merupakan layanan transportasi hanya bedanya Go-Car menggunakan mobil.
- c. Go-Food, Go-Food merupakan salah satu layanan yang telah disediakan oleh Go-Jek, dimana perusahaan tersebut menyediakan layanan pesan antar makanan. Layanan ini menjadi layanan terfavorit setelah layanan Go-Ride. Go-Food diluncurkan pertama kali pada bulan April tahun 2015 silam. Namun kini layanan Go-Food telah memiliki 550.000 merchant yang tersebar di 74 kota diseluruh Indonesia (Gojek, 2019). Merchant Go-Food tidak hanya terdiri dari restoran mewah saja, akan tetapi juga terdiri dari hasil karya industri UKM yang tidak memiliki driver untuk melakukan pengantaran makanan kepada para konsumen. Layanan ini juga memberikan rekomendasi makanan yang diminati oleh banyak orang (*best seller*) hingga makanan yang sesuai dengan budget konsumen. Selain itu, konsumen dapat memperkirakan kedatangan makanannya dengan melihat lokasi driver secara real time. Layanan ini dimaksudkan untuk memberikan kemudahan bagi konsumen untuk memperoleh makanan dan minuman yang diinginkan dari berbagai pilihan restoran hanya melalui media smartphone tanpa harus mengunjungi tokonya (Suryadi & Ilyas, 2018). Selain itu, layanan ini juga memberikan keuntungan bagi pelaku bisnis dengan memberikan akses yang selebar-lebarnya kepada mereka yang ingin berinovasi dalam industri kuliner tanpa membutuhkan modal yang besar.
- d. Go-Send, atau instant courier. Go-Ride dapat digunakan untuk pengiriman barang dan biaya yang dibayar dapat disesuaikan dengan jarak tempuh lokasi yang dituju.
- e. Go-Mart, konsumen dapat membeli ribuan items di toko – toko berbeda, Adapun jenis – jenis toko yang terdapat pada Go-Mart:
  - Toko kelontong
  - Toko serba ada
  - Medis dan farmasi
  - Optic dan kacamata
  - Elektronik dan gadget

- Buku dan alat tulis
  - Hobi dan keahlian
  - Anak – anak, mainan dan kebutuhan ibu
  - Rambut dan kecantikan
- f. Go-Pay, atau e-wallet yang digunakan untuk transaksi di aplikasi Go-Jek)  
(Nasution Amanda et al, 2021)

Dari sekian banyaknya transportasi berbasis aplikasi online yang terdapat di Indonesia, Go-Jek adalah yang paling banyak digunakan oleh masyarakat. Hal tersebut berdasarkan lembaga riset global Growth for Knowledge (Gfk) pada tahun 2018 membuktikan bahwa pengguna aplikasi online Go-Jek mencapai 21,6%. Dimana Jakarta merupakan daerah paling tinggi pengguna gojek sebanyak 40% atau setara dengan 8 juta pengguna gojek di daerah DKI Jakarta. Go-Jek adalah sebuah perusahaan teknologi berjiwa sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan pekerja diberbagai sektor informal di Indonesia.. (marsusanti, eva 2018

### **C. Grab**

Grab merupakan aplikasi layanan transportasi terpopuler di Asia Tenggara yang kini telah berada di Singapura, Indonesia, Filipina, Malaysia, Thailand, dan Vietnam, menghubungkan lebih dari 10 juta penumpang dan 185.000 pengemudi diseluruh wilayah Asia Tenggara. Grab berdiri sejak tahun 2011, didirikan oleh Anthony Tan dan Hooi Ling Tan yang merupakan warga negara Malaysia.

Layanan Grab ditujukan untuk memberikan alternatif berkendara bagi para pengemudi dan penumpang yang menekankan pada kecepatan, keselamatan, dan kepastian. Grab sendiri telah hadir di Indonesia pada bulan juni 2012 sebagai aplikasi pemesanan taksi dan kini telah memberikan beragam pilihan transportasi seperti mobil dan ojek. Layanan Grab yang ditawarkan terdiri atas:

1. Grab taxi, yaitu layanan yang memberikan akses serta kemudahan penumpang menemukan pengemudi taxi terdekat dengan aman.
2. Grab car, yaitu layanan penyewaan mobil pribadi dengan supir yang menghadirkan kebebasan pilihan berkendara yang nyaman dan gaya.

3. Grab bike, yaitu layanan untuk melintasi kemacetan dengan aman dan cepat.
4. Grab food, Grab-Food merupakan salah satu layanan yang disediakan oleh perusahaan Grab. Layanan ini pertama kali diluncurkan pada tahun 2016. Grab-Food juga memiliki kelebihan seperti menyediakan berbagai restoran pilihan, pesanan akan diantar dalam waktu yang cepat dan kualitas makanan yang tetap terjaga karena Grab memiliki tas thermal yang didesain khusus (Grab, 2019). Hampir sama dengan GoFood, Grab-Food juga membagi makanan menjadi beberapa kategori untuk memudahkan konsumen dalam memilih makanan yang diinginkan. Dengan menggunakan Grab-Food, maka konsumen akan lebih mudah dalam memesan makanan dan minuman yang jaraknya jauh dan juga memberikan sebagian besar keuntungan kepada UMKM kuliner. Melakukan pemesanan cukup mudah, hanya dengan membuka aplikasi Grab lalu memilih layanan Grab-Food. Pilih kategori makanan yang hendak dipesan atau cari rekomendasi tempat makanan yang ada disekitar tempat konsumen berada. Pilih makanan dan ketik alamat pengantaran. Aplikasi nantinya akan menampilkan sejumlah angka yang harus dibayarkan. Kemudian driver yang berada disekitar tempat pesanan tersebut akan segera mengantarkan pesanan konsumen. Keunggulan yang dimiliki layanan ini adalah terdapat durasi waktu dalam menunggu pesanan makanan datang serta konsumen dapat memesan makanan sesuai dengan lokasi yang konsumen pilih serta jarak antara posisi pemesanan dengan tempat memesan makanan, sehingga konsumen dapat membuat keputusan sendiri yang sesuai dengan kondisi yang dihadapinya (Riestianti, et al., 2019).
5. Grab express, yaitu layanan kurir express berbasis aplikasi yang menjanjikan kecepatan, kepastian, dan yang paling utama adalah keamanan.
6. Grab hitch, yaitu layanan tebengan separuh harga. Bertemu teman baru sekaligus mengurangi kemacetan. (nati et al, 2021)
7. E-wallet OVO, yang digunakan untuk transaksi di aplikasi.

#### D. Shopee

PT Shopee International Indonesia merupakan anak perusahaan dari Sea Group yang dulu dikenal dengan nama Garena. Didirikan pada tahun 2015, Sea Group berkantor pusat di Singapura. Shopee, yang bergerak di industri e-commerce dipimpin oleh Chris Feng, salah satu mantan pegiat Rocket Internet yang pernah mengepalari Zalora dan Lazada. Shopee tidak hanya ada di Indonesia, melainkan memiliki jangkauan yang luas seperti di beberapa negara seperti, Malaysia, Thailand, Vietnam, Filipina, Taiwan, China, hingga Brazil. Shopee memiliki beberapa akses untuk berjualan atau berbelanja yaitu dapat melalui website dengan mengakses <https://shopee.co.id/> melalui internet, juga melalui aplikasinya dengan cara mengunduh melalui Apps Store atau Play Store. Shopee awalnya merupakan perusahaan yang mengambil pasar customer to customer atau C2C dan mulai mengalami peralihan menjadi business to customer sejak meluncurkan Shopee Mall pada tahun 2017 dan bertindak sebagai platform toko online bagi toko atau distributor resmi. Shopee dalam memberikan dukungan logistik untuk penggunanya tidak hanya berhubungan dengan 70 layanan kurir di seluruh dunia tapi juga berhubungan dengan beberapa penyedia layanan jasa transportasi online. Bahkan, mulai tahun 2020 Shopee memiliki jasa pengiriman Shopee khusus untuk beberapa penjual terpilih yang akan langsung diatur oleh tim Shopee Express (Aris, 2021).

Shopee terus melakukan pengembangan di bidang konsep fitur dengan terus melakukan pembaharuan, seperti Shopee food yang *launching* di Indonesia semenjak April 2020. Fitur-fitur yang tersedia di Shopee food memudahkan konsumen dalam melakukan pembelian, seperti fitur *discount*, *cash back* dan *shopee pay*. Fitur Shopee Food bertujuan untuk memberi suatu manfaat kepada *customers* sebagai sarana suatu layanan pesan antar makanan yang dapat secara efisien dan efektif dalam memenuhi kebutuhan makanan melalui *e-service quality* serta memungkinkan konsumen untuk memesan suatu kebutuhan manusia kapanpun dan dapat dilakukan dimanapun, sehingga memudahkan konsumen dengan tidak sampai keluar rumah maupun mengantri secara langsung (Febriani, Faras Rana; Cahya, 2022). Penggunaan shopee yang marak di Indonesia juga dipengaruhi oleh kepuasan konsumen. konsumen dapat



merasakan kepuasan ketika konsumen sudah membeli atau menggunakan sebuah produk atau jasa dan membandingkan pengalaman mereka dengan harapan dari konsumen itu sendiri (Mas'ud, Rombe and Nainggolan, 2018). Disebutkan juga oleh (Ruslim and Rahardjo, 2016) kepuasan konsumen dapat juga ditentukan oleh variable harga, karena jika konsumen merasa puas terhadap harga tersebut, maka akan melakukan pembelian produk yang sama nanantinya. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Wardani, Putri Ayu Kusuma; Reinaldy, Fadzlian Rizky; Tyas, 2021) menyebutkan bahwa Shopee Food menyediakan banyak promo, mulai dari potongan harga, vouch, hingga cashback yang cukup besar untuk menarik konsumen. Promo-promo yang diberikan akan berpengaruh penting terhadap konsumen, karena konsumen akan lebih sensitif terhadap harga yang membebani pikiran konsumen. Pengaruh promo Shopee Food terhadap minat beli pengguna shopee juga dibahas pada penelitian yang dilakukan oleh (Izella and Remista, 2021) bahwa promo voucher yang dikeluarkan oleh Shopee Food menjadi pemicu keinginan beli konsumen bahkan tanpa direncanakan dan konsumen menjadi cukup sering jajan, promo voucher dengan potongan harga cukup banyak dan kerjasama antar berbagai restoran cukup memuaskan pengguna Shopee di daerah Tangerang selatan sehingga membuat keinginan membeli mereka bertambah.

### **2.a.5.3 Tujuan dan manfaat menggunakan aplikasi transportasi online**

#### **a. Praktis dan mudah digunakan**

Layanan jasa transportasi berbasis aplikasi online ini dapat digunakan dengan cukup memesan driver melalui smartphone yang sudah diunduh terlebih dahulu. Setelah itu customer dapat langsung melakukan pemesanan driver.

#### **b. Transparan**

Melalui jasa transportasi berbasis aplikasi online ini juga memungkinkan pelanggan mengetahui dengan pasti setiap informasi jasa transportasi online secara

detail seperti nama driver, nomor kendaraan, posisi kendaraan yang akan dipakai, waktu perjalanan, lisensi pengendara dan lain sebagainya.

c. Lebih terpercaya

Para pengemudi sudah terdaftar didalam perusahaan jasa transportasi berbasis aplikasi online ini berupa identitas lengkap dan perlengkapan berkendara yang sesuai Standar Nasional Indonesia (SNI) sehingga dapat meminimalisir resiko kerugian terhadap pengguna jasa transportasi ini.

d. Adanya asuransi kecelakaan bagi pengguna dan pengemudi,

Salah satu perusahaan jasa transportasi berbasis aplikasi online yaitu GO-JEK telah melakukan kerjasama dengan perusahaan asuransi Allianz dalam 32 memberikan perlindungan asuransi kecelakaan bagi para pengguna jasa transportasi GOJEK.

#### **2.a.6 Corona Virus Disease-19**

Corona Virus atau yang dikenal COVID-19 merupakan penyakit yang menular yang pada saat ini yang membuat resah masyarakat diseluruh dunia, menurut WHO (World Health Organization) Coronavirus (COVID-19) merupakan penyakit yang menular yang disebabkan oleh Virus Corona yang baru saja di temukan pada bulan Desember 2019. Masyarakat yang terinfeksi COVID-19 ini akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang dan sembuh tanpa memerlukan perawatan khusus (WHO, 2020). Faktor risiko lain yang pernah hidup bersama seseorang yang memiliki gejala gejala seperti demam, sesak nafas dan juga batuk yang membuat psikologi seseorang tersebut menjadi perhatian bagi dirinya sendiri, karena berisiko terpapar COVID-19 (F. F. Rahman et al., 2020).

Virus COVID-19 semakin menyebar luas dimana penularan ini dilakukan antara 1 manusia ke manusia lainnya melalui kontak erat dengan orang yang terinfeksi COVID-19 melalui batuk, bersin dan serta hal yang membuat mudah tertular, dimana penularan COVID-19 bisa menular antara manusia ke manusia yang lain. Sehingga dilakukan yang namanya pembatasan sosial antara 1 manusia dengan manusia lainnya sehingga tidak tertular COVID-19 (Nugroho et al., 2020). Penyakit pernapasan dengan penyakit flu, demam, batuk dan kelelahan merupakan gejala yang umum terjadi saat terkonfirmasi COVID-19 (S. Rahman et al, 2020).

Banyak cara yang dilakukan untuk melakukan pencegahan COVID-19 ini. Di luar negeri tepatnya di negara Taiwan, pemerintah melakukan penerapan tindak pencegahan baik itu di lingkungan pendidikan, kesehatan public, karantina kelompok berisiko tinggi, dan pembatasan pengujung pasien dalam fasilitas perawatan kesehatan atau rumah sakit (Ya-Chuan et al., 2020). Negara Taiwan melakukan aksi secara nyata yaitu dengan melakukan penggunaan masker pada masyarakat, penggunaan sarung tangan, dan juga menggunakan pakaian pelindung medis dalam melakukan perawatan kesehatan pada masyarakat umum (Kampf et al., 2020).

Sebagai upaya untuk membantu memutus mata rantai penularan COVID-19 agar tidak menimbulkan penularan atau kasus baru. Perlu di ingat bahwa cara penularan COVID-19 ini berdasarkan droplet infection dari satu individu ke individu lainnya, maka dari itu penularan dapat terjadi dalam lingkungan apapun baik di rumah, perjalanan, tempat kerja, tempat ibadah, tempat wisata maupun tempat lain yang dimana terdapat orang berinteraksi sosial di kawasan tersebut. Untuk itu cara pencegahan penularan COVID-19 pada individu ini dilakukan dengan beberapa tindakan yang kita lakukan yaitu Membersihkan tangan secara teratur dengan melakukan cuci tangan pakai sabun atau biasa dikenal dengan CTPS dan air mengalir, Menggunakan alat pelindung diri seperti masker yang menutupi bagian area hidung dan mulut dan jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain, Menjaga jarak minimal 1 meter antara satu orang dengan orang lainnya untuk menghindari terkena droplet dari orang yang batuk atau bersin, Membatasi diri dengan interaksi atau kontak dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatan diri orang tersebut, Saat tiba atau sudah dalam rumah setelah melakukan bepergian, segera mandi dan berganti pakaian, meningkatkan daya tahan tubuh yang ada di diri kita dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) (Kementrian Kesehatan RI, 2020)

## b. Penelitian Terkait

Tabel 1 Penelitian Terkait

No	Penulis Dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
1	Febrina Yollanda Maretha , Ani Margawati, Hartanti Sandi Wijayanti, Fillah Fithra Dieny Tahun (2020)	Hubungan Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online dengan Frekuensi Makan dan Kualitas Diet Mahasiswa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode penelitian: observasional,</li> <li>• Desain penelitian: cross sectional.</li> <li>• Subjek penelitian: mahasiswa Universitas Diponegoro sebanyak 70 orang</li> <li>• metode simple: random sampling.</li> <li>• Variabel bebas: penggunaan aplikasi pesan antar makanan online, variabel terikat: frekuensi makan dan kualitas diet.</li> <li>• Variabel perancu: uang saku dan pengetahuan gizi.</li> <li>• Data konsumsi makan diambil menggunakan Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) lalu dikonversi ke skor Diet Quality Index-International (DQI-I). Data diuji dengan uji korelasi Rank Spearman.</li> </ul>	Terdapat 97,1% subjek yang memiliki kualitas diet buruk. tidak ada hubungan antara penggunaan aplikasi pesan antar makanan online dengan frekuensi makan utama ( $p=0,162$ ), frekuensi makan selingan ( $p=0,751$ ) dan kualitas diet ( $p=0,869$ ). ada hubungan negatif yang signifikan antara uang saku dengan frekuensi makan utama ( $r=-0,297$ ; $p=0,013$ )	Tidak ada hubungan antara penggunaan aplikasi pesan antar makanan online dengan frekuensi makan dan kualitas diet. preferensi pribadi dan ketersediaan makanan di sekitar tempat tinggal menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap frekuensi makan dan kualitas diet.
2	Rosalia Sonya Jahang , Siti Wahyuningsih, Merita Eka Rahmuniyati Tahun (2021)	Hubungan Pengetahuan dan Penggunaan Layanan Delivery Makanan Online Konsumsi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jenis penelitian: observasional analitik</li> <li>• desain penelitian: cross sectional.</li> </ul> <p>Waktu penelitian: Februari 2019 - Juli 2020.</p>	Berdasarkan analisa data menggunakan uji fisher exact menunjukkan tidak ada hubungan pengetahuan dengan konsumsi makanan cepat saji ( $p=1,000$ ) dan tidak ada hubungan penggunaan	Tidak ada hubungan pengetahuan dan penggunaan layanan delivery makanan online dengan konsumsi makanan cepat saji pada

No	Penulis Dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
		Makanan Cepat Saji dada Mahasiswa Gizi Universitas Respati Yogyakarta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sampel: mahasiswa Program Studi Gizi Program Sarjana angkatan 14 di UNRIYO yang berjumlah 86 orang responden.</li> <li>• Teknik sampling: purposive sampling.</li> <li>• Analisa data berupa analisa univariat dan bivariat. Analisis univariat -&gt; menjelaskan karakteristik setiap variable</li> <li>• analisis bivariat -&gt; dilakukan untuk menghubungkan dua variabel.</li> <li>• Teknik Analisa: uji Fisher Exact.</li> </ul>	layanan delivery makanan online dengan konsumsi makanan cepat saji ( $p=0,683$ ). sebanyak 69,8% responden memiliki pengetahuan baik, 83,7% responden menggunakan layanan delivery makanan online dan sejumlah 87,2% responden mengkonsumsi makanan cepat saji dalam kategori sering	mahasiswa program studi gizi program sarjana universitas respati yogyakarta.
3	Ravi Masitah , Ni Putu Eny Sulistyadewi Tahun (2019)	Pemanfaatan Isi Pesan Instagram dan Sikap Pemilihan Makanan Jajanan pada Remaja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain cross-sectional.</li> <li>• Tempat dan waktu: SMK Kesehatan Bali Dewata Denpasar pada bulan Juli-Agustus 2019.</li> <li>• Populasi dalam peneltian ini adalah siswaswi kelas X SMK Kesehatan Bali Dewata. Besar sampel sebanyak 91</li> <li>• Teknik sampling: purposive sampling</li> <li>• Analisis data menggunakan uji Chi-Square.</li> </ul>	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan pemanfaatan isi pesan instagram dengan sikap pemilihan makanan jajanan pada remaja dengan nilai $p(0,000) < 0,05$ . sampel penelitian yang memiliki sikap baik terhadap pemilihan makanan jajanan sebagian besar adalah remaja yang memanfaatkan isi pesan instagram secara positif.	Terdapat hubungan pemanfaatan isi pesan instagram dengan sikap pemilihan makanan jajanan pada remaja $p(0,000) < 0,05$ . pemanfaatan isi pesan yang positif dapat berdampak pada sikap yang baik terhadap pemilihan makanan jajanan.
4	Sri Nurhayati, Siti Nurbayani, Asep Dahliyana (2020)	Pengaruh Fitur Go-Food pada Aplikasi Go-Jek	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendekatan kuantitatif</li> <li>• metode deskriptif.</li> <li>• Lokasi dan waktu</li> </ul>	Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikansi ( $p = 0,00$ ( $p < 0,05$ ))	Terdapat pengaruh penggunaan go-food pada aplikasi go-jek

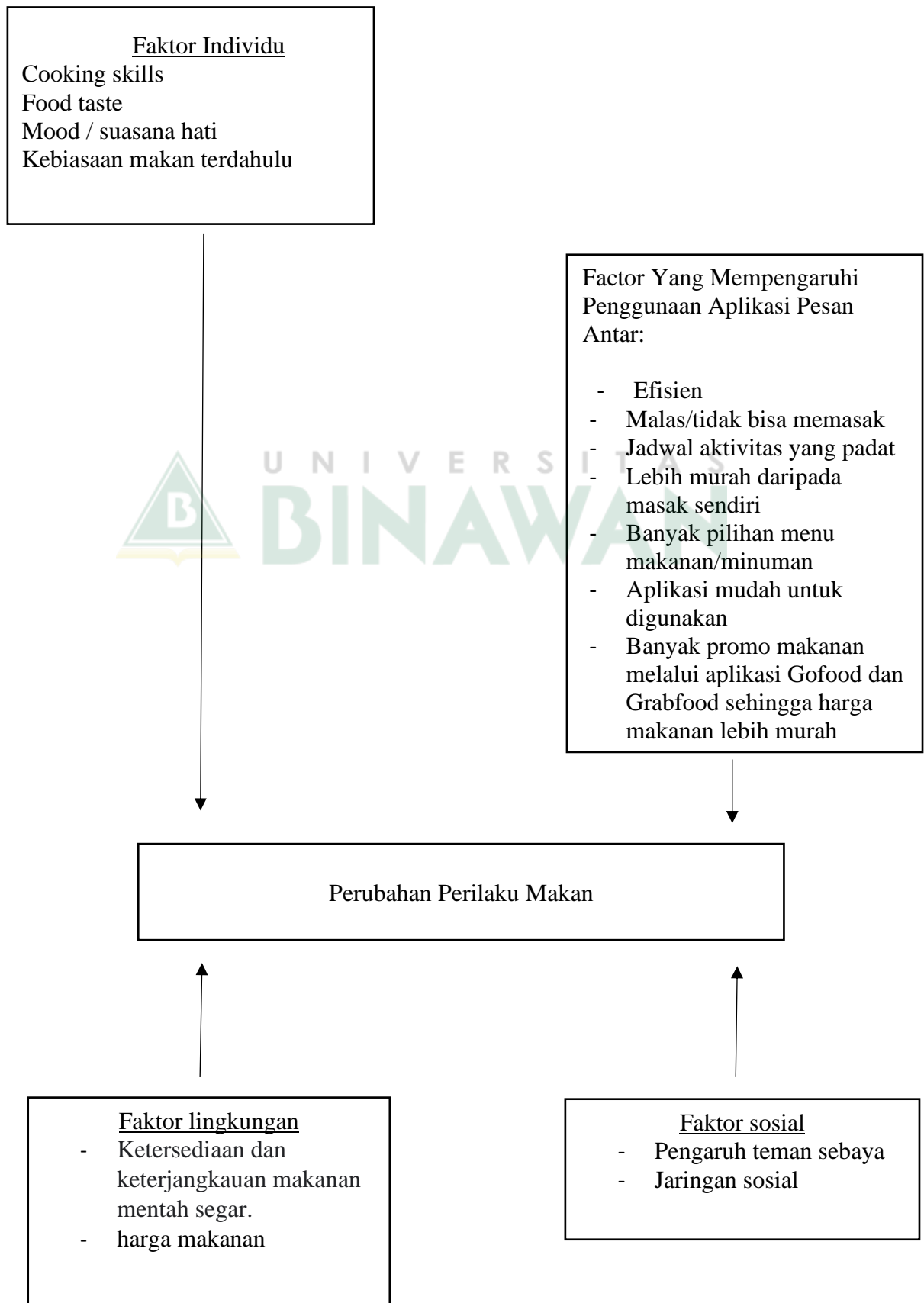
No	Penulis Dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
		terhadap Gaya Hidup Mahasiswa di Era Digital	<ul style="list-style-type: none"> <li>• di Universitas Pendidikan Indonesia,</li> <li>• populasi : mahasiswa aktif UPI angkatan 2017, angkatan 2018 dan angkatan 2019 yang sedang melanjutkan Strata 1 pada semester genap 2019/2020.</li> <li>• metode sampling: probability sampling dengan</li> <li>• teknik simple random sampling dan menggunakan rumus Slovin</li> <li>• Uji statistik yang dapat digunakan selanjutnya adalah uji normalitas.</li> </ul>	artinya ada pengaruh positif signifikansi penggunaan go-food terhadap gaya hidup mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.	terhadap gaya hidup mahasiswa di era digital
5	Thre Rosita Dewi Tahun (2014)	Perilaku Makan Pada Mahasiswa Universitas Surabaya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengukuran perilaku makan dilakukan dengan menggunakan angket food frequency questionnaire</li> <li>• Pengukuran perilaku makan ini terdiri dari pengukuran frekuensi dan porsi makan beberapa jenis makanan, alasan dalam pemilihan makanan, alasan dalam mengonsumsi, dan berhenti makan.</li> <li>• Pengukuran kecenderungan food addict diukur dengan menggunakan angket YFAS (Gearhardt, Corbin, &amp; Brownell, 2009).</li> <li>• Populasi: mahasiswa Universitas Surabaya. Mahasiswa Universitas Surabaya sebanyak 316 orang.</li> </ul>	Sebanyak 87.5% responden memiliki kecenderungan food addict. hal ini dibuktikan dengan responden yang mengalami tiga sampai dengan tujuh gejala dari food addict. adapun variasi makanan yang dikonsumsi secara berlebihan juga cukup beragam. contohnya nasi, mie instan, daging, camilan/snack, cokelat, telur, dan fast food.	Terdapat 49.1% mahasiswa memiliki kecenderungan food addict dengan tiga sampai dengan tujuh gejala..

No	Penulis Dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
6	Muhammad Muiz Ikram 2021	Keputusan Penggunaan Layanan Gofood Selama Masa Pandemi Covid-19 tahun 2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik sampel: incidental sampling,</li> <li>• Populasi: konsumen yang berdomisili di Jakarta jakarta selatan, yang menggunakan layanan GoFood selama masa pandemi Covid-19.</li> <li>• Teknik sampling: non-probability sampling,</li> <li>• Perhitungan: lemeshow,</li> <li>• Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deksriptif dan inferensial menggunakan PLS.</li> </ul>	Gaya Hidup dan Kualitas Layanan memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel Keputusan Pembelian. Keputusan Pembelian tidak dipengaruhi oleh variabel promosi secara -signifikan. Artinya Gaya Hidup pengguna Layanan GoFood yang tinggal di daerah Jakarta Selatan dapat mempengaruhi Keputusan Pembelian.	Gaya Hidup berpengaruh-positif dan signifikan terhadap Keputusan Pembelian. b. Selanjutnya penelitian menghasilkan bahwa variabel Kualitas Layanan berpengaruh positif dan signifikan terhadap Keputusan Pembelian. Promosi tidak berpengaruh terhadap Keputusan Pembelian secara signifikan.
7	Ferinawati, Sulis Mayanti (2018)	Pengaruh Kebiasaan Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan studi analitik observasional.</li> <li>• Desain penelitian: kasus kontrol (case control), sering juga disebut retrospektive study.</li> <li>• Lokasi dan waktu: di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen dari bulan April sampai dengan mei 2018.</li> <li>• Populasi:seluruh remaja yang duduk di bangku kelas XI dan XII yang mengalami obesitas di Sekolah</li> </ul>	Hasil penelitian pada analisa bivariat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengkonsumsi sumber energi, kebiasaan mengkonsumsi minuman manis atau soft drink, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik, dengan kejadian obesitas pada remaja di sekolah menengah atas negeri 1 bireuen. hasil uji regresi logistik sebagai variabel yang paling dominan yang berpengaruh terhadap kejadian obesitas adalah	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitas fisik, kebiasaan makan remaja mengkonsumsi makanan cepat saji, kebiasaan makan remaja mengkonsumsi sumber energi dan kebiasaan remaja mengkonsumsi minuman manis dan soft drink merupakan</li> </ul>

No	Penulis Dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Kesimpulan
			Menengah Atas Negeri 1 Bireuen yaitu 51 remaja yang berumur 15-18 tahun. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode: menggunakan analisa univariat, analisa Bivariat untuk melihat pengaruh variabel independen dan dependen dengan menggunakan chi-square pada tingkat kemaknaan 95% atau nilai (<math>\alpha = 0,05</math>).</li> </ul>	variabel aktivitas fisik ( $or = 26,725$ ). berdasarkan analisa yang dilakukan ternyata aktivitas fisik memiliki pengaruh paling besar terhadap kejadian obesitas pada remaja di sekolah menengah atas negeri 1 kecamatan kota juang kabupaten bireuen.	faktor pemicu obesitas. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitas fisik memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kejadian obesitas pada remaja di sekolah menengah atas negeri 1 kecamatan kota juang kabupaten bireuen.</li> </ul>

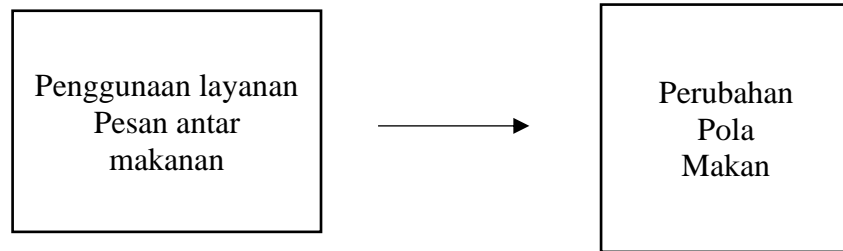


### c. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: Kabir, Ashraful et al 2018

**d. Kerangka Konsep**

Gambar 2. Kerangka Konsep

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **3.1 Desain, Waktu dan Tempat**

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Variabel terikatnya perubahan pola makan Generasi z. Variabel bebasnya layanan pesan antar makanan pada aplikasi ojek online. Penelitian ini dilakukan di wilayah DKI Jakarta pada bulan Mei - Juli 2022

### **3.2 Populasi dan Sampel**

#### **3.2.1 Populasi Penelitian**

Populasi penelitian ini adalah seluruh generasi z dengan tahun kelahiran 1997 - 2002 dengan rentang umur 24 – 20 di wilayah DKI Jakarta sebanyak 818.069 orang.

#### **3.2.2 Sampel Penelitian**

Sampel penelitian yang akan diambil harus memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut:

1. Generasi z yang tinggal dan menetap di Jakarta lebih dari satu tahun
2. Berusia 20 - 24 tahun
3. Generasi z yang mempunyai perangkat seluler berkemampuan internet dan mempunyai aplikasi pesan antar Gojek / Grab / Shopee
4. Bersedia menjadi sampel penelitian dengan menandatangani inform consent

Kriteria eksklusi sebagai berikut:

1. Masyarakat yang hanya berkunjung sementara di Jakarta
2. Masyarakat yang tidak menggunakan layanan pesan antar selama lebih dari 3 bulan

### 3.2.3 Besar sampel

Dalam penelitian ini banyaknya jumlah sampel yang digunakan, dihitung menggunakan rumus slovin

$$\text{Slovin: } n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

n : banyak sampel minimum

N : banyak sampel pada populasi

e : batas toleransi kesalahan (*error*)

Berikut penghitungan jumlah sampel dari rumus Slovin:

$$n = \frac{818.069}{1 + 818.069 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{818.069}{1 + 818.069 (0,01)}$$

$$n = \frac{818.069}{1 + 8180,69}$$

$$n = \frac{818.069}{8181,69}$$

$$n = 99,98 = 100$$

maka dari itu diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 100 responden

### 3.2.4 Teknik sampling

Digunakan Teknik consecutive sampling pada penelitian ini. dimana sampel dipilih sesuai dengan kriteria yang ada sampai jumlah sampel terpenuhi.

## 3.3 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan beberapa instrument penelitian yang terdiri dari

1. Lembar Persetujuan atau informed consent  
Berisi identitas singkat responden serta tanda tangan sebagai bukti persetujuan bersedia menjadi responden dalam penelitian
2. Kuesioner
  - a. Kuesioner karakteristik responden

Kuesioner ini dilakukan secara online menggunakan google form untuk mendapatkan data pribadi seperti nama, usia, jenis kelamin, Pendidikan terakhir, pekerjaan dan penghasilan, Berat Badan, Tinggi Badan.

b. Kuisisioner Perilaku Makan

Kuesionerini dilakukan secara online menggunakan google form untuk mendapatkan data apakah ada perubahan perilaku makan selama pandemic covid-19, apa penyebab dari perubahan makan mereka, makanan apa yang sering mereka konsumsi selama pandemic covid-19

c. Kuesioner intensitas menggunakan aplikasi layanan pesan antar

Kuesionerini dilakukan secara online menggunakan google form untuk mendapatkan datanya frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar, makanan apa yang sering dipesan dengan aplikasi pesan antar serta apa alasan mereka menggunakan layanan tersebut

d. Kuesioner FFQ

Kuesioner FFQ ini dilakukan secara online menggunakan google form untuk mendapatkan datanya. FFQ digunakan untuk mengetahui pola makan.

### **3.4 Jenis dan Pengumpulan Data**

#### **3.4.1 Data Primer**

Data primer dikumpulkan oleh peneliti yang terdiri dari penggunaan media sosial dan aplikasi ojek online didapat dengan menggunakan kuesioner. Data tersebut antara lain mengani karakteristik responden (jenis kelamin, usia, penghasilan per bulan, pekerjaan, Pendidikan terakhir), perilaku makan dan FFQ, serta intensitas penggunaan aplikasi layanan pesan antar makanan online.

#### **3.4.2. Data sekunder**

Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian,

### 3.5 Definisi Operasional

Tabel 2. Definisi Operasional

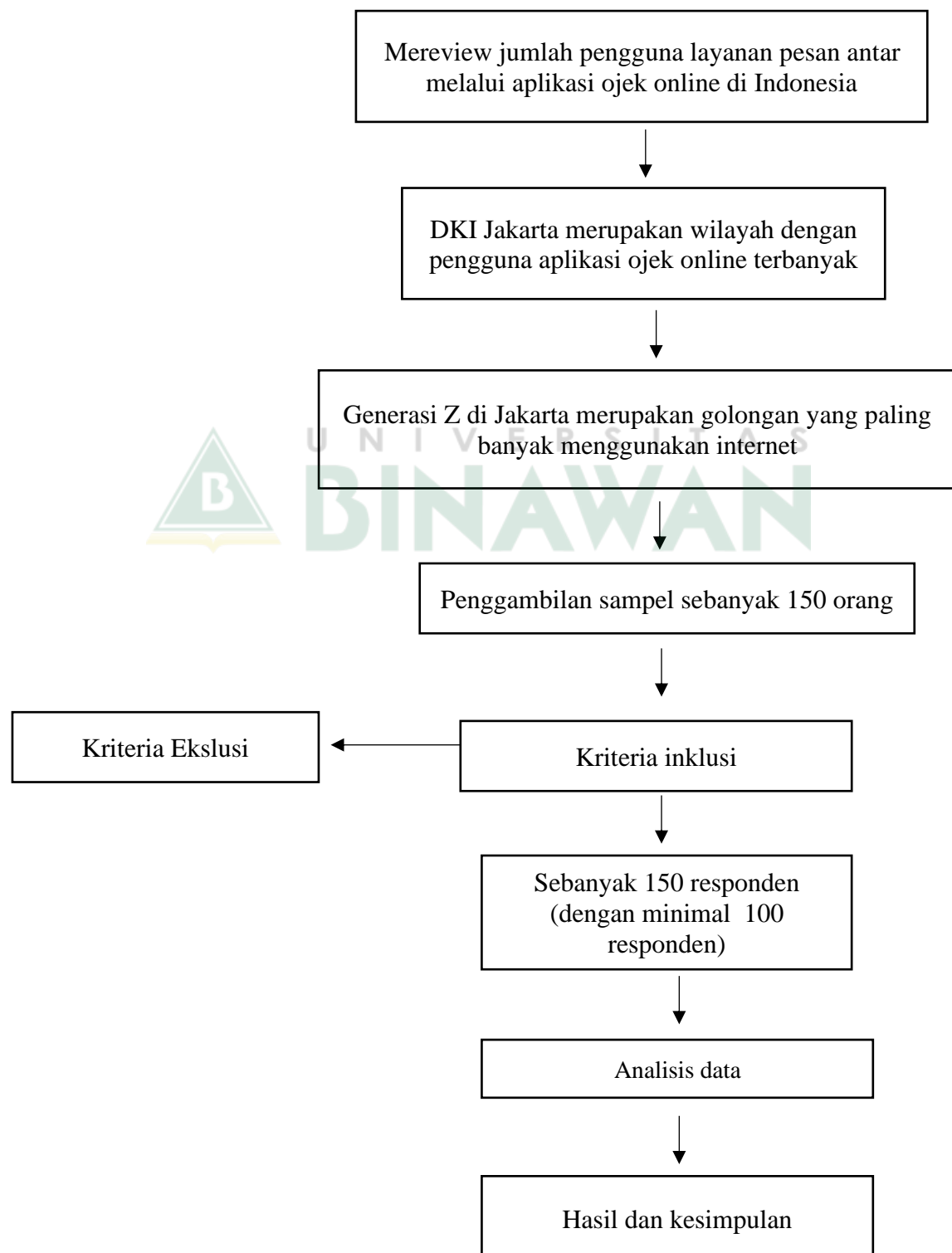
No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
<b>Independen</b>						
1	Penggunaan aplikasi pesan antar	Layanan Pesan Antar merupakan salah satu kegiatan pembelian jasa dimana customers memesan produk yang ada melalui handphone dengan berkemampuan internet, setelah itu produk yang telah dipesan akan diantarkan ke rumah customer tanpa perlu datang ke toko. (Khusnul, 2015)	Kuesioner Intensitas penggunaan layanan pesan antar makanan	Mengisi kuesioner	1. Jika $<$ median = rendah 2. Jika $>$ median = tinggi	Ordinal
<b>Dependen</b>						
1	Pola Makan	Menurut Gibney (2020) pola makan adalah cara untuk mempertimbangkan jenis ataupun jumlah makanan sesuai kebutuhan tubuh kita.	Kuesioner FFQ	Mengisi kuesioner	$\leq$ median = rendah $\geq$ median = tinggi	Ordinal

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
2.	Perilaku makan	perilaku makan merupakan sesuatu kegiatan seseorang terhadap pemilihan makanan dipengaruhi oleh wawasan seseorang terhadap makanan. (Gibney,2020)	Kuesioner Perubahan Perilaku Makan	Mengisi kuesioner	Semakin menuju ke 15 maka perilaku makan semakin sehat, tetapi semakin besar keangka 0 maka semakin tidak sehat perilaku makannya.  < median (6,11) = pola makan tidak sehat > median (6,11) = pola makan sehat	Ordinal





### 3.6 Alur Penelitian



Gambar 3. Alur Penelitian

### **3.7 Analisis Data**

#### **3.7.1 Analisis Univariat**

Sebagai gambaran karakteristik variable aplikasi pesan antar makanan online terhadap perubahan pola makan pada remaja generasi z dengan melihat distribusi frekuensi.

#### **3.7.2 Analisis Bivariat**

Analisis bivariat untuk melihat hubungan aplikasi pesan antar makanan dengan perubahan pola makan mahasiswa apakah bermakna atau tidak. Analisis bivariat yang digunakan adalah uji statistik Spearman Nonparametric Correlations. Berdasarkan hasil uji spearman jika nilai  $p < 0,05$  maka terdapat hubungan yang signifikan, namun bila nilai  $p > 0,05$  maka tidak terdapat hubungan yang signifikan, selain itu juga menguji perbedaan pola makan sebelum dan saat pandemic menggunakan uji Wilcoxon berdasarkan hasil uji spearman jika nilai  $p < 0,05$  maka terdapat perbedaan yang signifikan, namun bila nilai  $p > 0,05$  maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan,

### **3.8 Persetujuan Etik**

Dalam melakukan penelitian, peneliti melakukan izin kelayakan etik. Penelitian ini sudah mendapatkan izin dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA . Berikut etika penelitian yang harus diperhatikan, yaitu :

1. **Informed Consent (Lembar Persetujuan)**

Informed consent atau lembar persetujuan akan menjelaskan tujuan dari penelitian, kemudian meminta kesediaan responden untuk ikut serta dalam penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan.

2. **Anonymity (Tanpa Nama)**

Peneliti akan memberikan kode untuk setiap responden dan tidak mencantumkan nama responden pada penelitian, sehingga menjaga kerahasiaan identitas responden.

3. **Confidentiality (Kerahasiaan)**

Hak-hak dasar responden penelitian sebagai individu berupa privasi atau kerahasiaan akan dijamin oleh peneliti dengan menjaga informasi yang telah responden berikan dan memberikan coding untuk menggantikan identitas responden.

4. Justice (Keadilan)

Semua responden mendapat perlakuan dan keuntungan yang sama sebelum, selama, dan sesudah penelitian, tanpa diskriminasi terhadap perbedaan gender, agama, etnis, dan lain-lain.



## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **4.1 Hasil Penelitian**

#### **4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Provinsi DKI Jakarta mempunyai luas daratan 661,52 km<sup>2</sup> dan lautan seluas 6.977,5 km<sup>2</sup> serta tercatat ±110 pulau yang tersebar di Kepulauan Seribu. Secara administrasi, Provinsi DKI Jakarta terbagi menjadi 5 wilayah Kotamadya dan 1 Kabupaten Administrasi yaitu Jakarta Pusat dengan luas daratan 47,90 km<sup>2</sup>; Jakarta Utara dengan luas daratan 154,01 km<sup>2</sup>, Jakarta Barat dengan luas daratan 126,15 km<sup>2</sup>; Jakarta Selatan dengan luas daratan 145,73 km<sup>2</sup>; Jakarta Timur dengan luas daratan 187,73 km<sup>2</sup> dan Kabupaten Adm. Kepulauan Seribu. Jumlah penduduk Provinsi DKI Jakarta 9,041 juta jiwa dengan kepadatan penduduk 13.667,01 jiwa per km<sup>2</sup>. Jakarta beriklim tropis, dengan suhu tahunan rata-rata 27°C dengan kelembaban 80-90%. Karena terletak di dekat garis khatulistiwa, arah angin dipengaruhi oleh angin musim. Angin musim barat bertiup antara November dan April, sedang angin musim timur antara Mei dan Oktober. Curah hujan rata-rata 2.000 mm, curah hujan paling besar sekitar bulan Januari dan paling kecil pada bulan September. Provinsi DKI Jakarta terletak disebelah Selatan Laut Jawa; sebelah Timur berbatasan dengan Kabupaten/Kota Bekasi; sebelah Selatan dengan Kabupaten/Kota Bogor dan Depok serta sebelah Barat dengan Kabupaten/Kota Tangerang. Lokasi Provinsi DKI Jakarta yang strategis di Kepulauan Indonesia menjadikan Jakarta pintu gerbang utama dalam perdagangan antar pulau dan hubungan Internasional dengan pelabuhan utamanya Tanjung Priok dan Bandara Soekarno Hatta. Dengan total penduduk generasi z laki laki umur 20 – 24 tahun sebanyak 434 875 dan perempuan 423 226 (Badan Pusat Statistik, 2021).

#### 4.1.2 Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini adalah remaja generasi z yang berdomisili di DKI Jakarta. Pada table 3 menunjukkan distribusi karakteristik responden penelitian ini hampir semua dari populasi (72,7) yaitu berjenis kelamin perempuan, dengan rentan usia 20 – 24 tahun, pada penelitian ini didapatkan frekuensi tertinggi berdomisili di Jakarta Timur sebanyak 96 responden (64%) dan terendah berdomisili di Jakarta Utara sebanyak 2 responden (1,3%), lulusan terakhir SMA sebanyak 70% dan mayoritas belum bekerja serta didapatkan setengah dari total responden (50%) memiliki IMT (Indeks Massa Tubuh) normal.



Tabel 3 Karakteristik Responden

Variabel	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – Laki	41	27,3
Perempuan	109	72,7
<b>Usia</b>		
20 Tahun	3	2
21 Tahun	58	38,7
22 Tahun	68	45,3
23 Tahun	17	1,3
24 Tahun	4	2,7
<b>Domisili</b>		
Jakarta Barat	10	6,7
Jakarta Pusat	4	2,7
Jakarta Selatan	38	25,3
Jakarta Timur	96	64
Jakarta Utara	2	1,3
<b>Lama Tinggal di Jakarta</b>		
>1 Tahun	150	100
<b>Pendidikan Terakhir</b>		
SMA	105	70
D3 dan S1	45	30
<b>IMT</b>		
Underweight	13	8,7
Normal	75	50
Overweight	26	17,3
Obesitas	30	20
Obesitas 2	6	4

Sumber: Data Primer

### 4.1.3 Penggunaan Aplikasi Pesan Antar

Penggunaan aplikasi pesan antar go-food, grab food, shopee food pada remaja generasi z di daerah Jakarta melalui aplikasi rata-rata adalah 12x Per bulan. Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa remaja yang menggunakan aplikasi layanan pesan antar dengan frekuensi tinggi sebanyak 53,3%

Tabel 4 distribusi frekuensi penggunaan layanan pesan antar makanan pada aplikasi layanan pesan antar pada remaja generasi z

Variable	n	%
Penggunaan Aplikasi Pesan Antar		
Rendah	70	46,7
Tinggi	80	53,3

Sumber: Data Primer

### 4.1.4 Perilaku Makan Remaja Generasi Z saat Pandemi

Perilaku makan remaja generasi z di daerah Jakarta diukur menggunakan kuesioner perilaku makan. Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa lebih dari setengah (54,7%) remaja generasi z di Jakarta memiliki pola makan yang tidak sehat saat pandemic covid – 19.

Tabel 5 distribusi frekuensi perilaku makan remaja generasi z di Jakarta saat Pandemi

Variabel	n	%
Perilaku Makan		
Tidak Sehat	82	54,7
Sehat	68	45,3

Sumber: Data Primer

### 4.1.5 Perubahan Pola makan remaja generasi z di Jakarta

Perubahan makan remaja diukur menggunakan formular kuesioner FFQ (*Food Frequency*). Berdasarkan hasil table 6 diketahui bahwa persentase asupan remaja

generasi z di Jakarta masih banyak yang rendah sebelum pandemic dibandingkan saat pandemic.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Perubahan Makan Remaja Generasi Z Di Jakarta

<b>Variabel</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Pola Makan Sebelum Pandemi</b>			
<b>Karbohidrat</b>	Rendah	87	58
	Tinggi	63	42
<b>Protein Hewani</b>	Rendah	85	56,7
	Tinggi	65	43,3
<b>Protein Nabati</b>	Rendah	82	54,7
	Tinggi	68	45,3
<b>Sayur</b>	Rendah	90	60
	Tinggi	60	40
<b>Buah</b>	Rendah	90	60
	Tinggi	60	40
<b>Minyak</b>	Rendah	97	64,7
	Tinggi	53	35,3
<b>Pola Makan saat Pandemi</b>			
<b>Karbohidrat</b>	Rendah	90	60
	Tinggi	60	40
<b>Protein Hewani</b>	Rendah	89	59,3
	Tinggi	61	40,7
<b>Protein Nabati</b>	Rendah	91	60,7
	Tinggi	59	39,3
<b>Sayur</b>	Rendah	92	61,3
	Tinggi	58	38,7
<b>Buah</b>	Rendah	90	60
	Tinggi	60	40
<b>Minyak</b>	Rendah	95	63,3
	Tinggi	55	36,7

Sumber: Data Primer 2022



#### 4.1.6 Hubungan antara Skor Penggunaan Layanan Pesan Antar dengan Perubahan Perilaku Makan saat Pandemi

Tabel 7 Hubungan Skor Penggunaan Layanan Pesan Antar dengan Skor Perubahan Perilaku Makan Remaja Generasi Z Di Jakarta

Variabel	Korelasi	p-value
Skor Penggunaan Layanan Pesan Antar	0,207	0,011

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil analisis diketahui untuk hubungan antara skor perubahan makan dengan layanan pesan antar diperoleh besarnya nilai koefisien korelasi sebesar 0,207 dengan signifikansi 0,011. Semakin tinggi skor perubahan perilaku makan saat pandemic menunjukkan perubahan yang semakin sehat. Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan antara skor penggunaan layanan pesan antar berkorelasi positif dengan perubahan perilaku makan saat pademi.

#### 4.1.7 Hasil Uji Beda Pola Makan Sebelum dan Saat Pandemi

Tabel 8 Hasil Uji Beda Pola Makan Sebelum dan Saat Pandemi

Variabel		Median (Min-Max)	P-value
<b>Karbohidrat</b>	Sebelum	70 (25-175)	0,000
	Pandemi		
	Saat Pandemi	80 (0-200)	
<b>Protein Hewani</b>	Sebelum	70(5-200)	0,249
	Pandemi		
	Saat Pandemi	60(0-200)	
<b>Protein Nabati</b>	Sebelum	32,5(0-100)	0,479
	Pandemi		
	Saat Pandemi	30(SSSs0-100)	
<b>Sayur</b>	Sebelum	65(0-250)	0,106
	Pandemi		
	Saat Pandemi	75(0-250)	

<b>Buah</b>	Sebelum	55(0-200)	0,018
	Pandemi	60(0-200)	
<b>Minyak</b>	Sebelum	60(0-200)	0,069
	Pandemi	60(0-200)	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 8 yang menggunakan uji statistic Wilcoxon diketahui bahwa nilai sebelum dan saat pandemic terdapat perubahan dimana konsumsi cenderung meningkat dan nilai signifikansi karbohidrat 0,000 dan buah 0,018 yang artinya pola makan remaja generasi z di Jakarta mengalami perubahan karena nilai signifikansi yaitu kurang dari 0,05.

## 4.2 Pembahasan

### 4.2.1 Penggunaan Layanan Pesan Antar Makanan dan Perubahan Perilaku Makan Sebelum dan Saat Pandemi

Penggunaan layanan pesan antar makanan pada generasi z bukanlah hal yang baru. Kemudahan dalam mengkases makanan dengan menggunakan smartphone juga membantu masyarakat dalam pemenuhan asupan zat gizi (Nugroho,2020). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 127 responden (84,7%) telah memakai aplikasi pesan antar lebih dari 1 tahun dengan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan sebelum pandemic sebanyak 2-3x per minggu (50%) dan lebih dari 3x perminggu saat pandemic(34,7%). Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Umar (2021) yang menyatakan bahwa frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan selama pandemi sebanyak 2-3 kali dalam seminggu (53%). Bahkan di penelitian lainnya, proporsi penggunaan layanan pesan antar lebih tinggi saat pandemic (77,1%) (Amalia, 2020). Pada penelitian ini aplikasi Grab dengan fitur Grabfood merupakan layanan yang paling sering digunakan (44%) dan hal ini selaras dengan penelitian Hendrawan (2022) dimana aplikasi Grab dengan fitur Grabfood adalah layanan yang paling sering digunakan

oleh masyarakat (34%) dengan alasan grabfood lebih banyak menyediakan voucher diskon sehingga dirasa menggunakan layanan GrabFood menjadi lebih murah. Didukung oleh hasil penelitian ini terdapat lebih dari setengah dari total populasi yang setuju bahwa mereka menggunakan aplikasi pesan antar karena terdapat banyak promo (68%) makanan, bisa menggunakan e-wallet atau dompet digital (55%) serta menggunakan aplikasi pesan antar dirasa lebih efisien (51%). Hal ini didukung dari hasil penelitian Jahang (2021) didapatkan 45 (52,3%) responden menggunakan layanan delivery makanan online lebih dari 1x/minggu dan sebanyak (76,7%) responden beranggapan bahwa menggunakan layanan delivery makanan online dapat terjadi penghematan uang. Sebanyak 77 (89,5%) responden beralasan menggunakan layanan delivery makanan online dapat menghemat uang dengan adanya promo pada layanan delivery makanan online. Sebanyak 83 (96,5%) responden beranggapan menggunakan layanan delivery makanan online karna sanget efisien waktu tanpa harus pergi ke restoran. Ditambah oleh hasil penelitian Nurvitasari (2021) menunjukkan bahwa responden sangat setuju pada penggunaan fitur layanan grabfood dimana dirasa sangat fleksibel saat digunakan, sangat efisien waktu, bisa menghemat tenaga dan kualitas yang ditawarkan sangat sesuai dengan kebutuhan customers. Salah satu fitur pada layanan pesan antar adalah menggunakan dompet digital. Adanya dompet digital memberikan kemudahan customers dalam melakukan transaksi pada jasa pesan antar makanan ini. fitur yang bervariasi ini sangat berdampak positif bagi customers sehingga mengakibatkan peningkatan minat yang tinggi untuk memakai aplikasi tersebut dalam kurun waktu yang lama.

Pada masa pandemic masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan yang lebih sehat, selain untuk mencukupi kebutuhan asupan gizi harian, asupan yang adekuat bertujuan untuk meningkatkan daya tahan tubuh sehingga terhindar dari infeksi penyakit (Sibuea, 2021). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan perilaku makan menjadi tidak sehat, dimana terjadi peningkatan pengonsumsi karbohidrat sebelum dan saat pandemic sebanyak 10%, penurunan pengonsumsi protein hewani 10%, penurunan protein nabati 8%, peningkatan pengonsumsi sayur 10%, peningkatan pengonsumsi buah 5%. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Dieny (2021) dimana frekuensi pengonsumsi protein

hewani sebelum pandemic 65,9% dan saat pandemic 53,5%, frekuensi pengonsumsi protein nabati sebelum pandemic 70,1% dan pada saat pandemic 62,1%.

#### **4.2.2 Hubungan antara Skor Penggunaan Layanan Pesan Antar dengan Perubahan Perilaku Makan**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat hubungan bermakna positif antara penggunaan aplikasi pesan antar dengan perubahan makan remaja generasi z di Jakarta ( $p < 0,05$ ). Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan layanan pesan antar makanan dapat meningkatkan skor perubahan perilaku makan ke arah yang lebih sehat. Hasil uji statistic, didapatkan nilai  $p = 0,011$ , maka penelitian ini berarti ada hubungan yang signifikan antara penggunaan aplikasi pesan antar dengan perubahan makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja generasi z lumayan sering membeli cemilan – cemilan pada saat pandemi (40%) Hal ini sejalan dengan penelitian Mustakim (2021) dimana terdapat 37% remaja yang suka mengonsumsi cemilan pada saat pandemic dan penelitian Badriyah (2022) didapatkan 47% remaja suka mengonsumsi cemilan pada saat pandemic. Factor menyebabkan seseorang tidak menggunakan layanan pesan antar makanan online, bisa dikarenakan faktor kelas sosial. Kelas sosial seseorang juga mempengaruhi perilaku makan. Makan di restoran fast food juga mengisyaratkan seseorang ada di kelas tinggi, hal ini berhubungan dengan *prastige* dan simbolisasi bagi orang tertentu sebagai sesuatu yang disukainya (Daulay, 2019).

Perubahan pola makan selama pandemic covid-19 dapat ditimbulkan oleh rasa cemas yang dialami seluruh masyarakat di dunia. Banyak bukti yang menunjukkan bahwa perilaku makan dapat dipengaruhi oleh kondisi stress dan gangguan emosial, dimana dapat menjadikan perilaku makan yang tidak sehat (Taylor, dkk, 2020). Selain itu isolasi diri dirumah juga bisa menimbulkan pola makan yang berantakan ditambah meningkatnya frekuensi pengonsumsi makanan kering yang mana menimbulkan peningkatan resiko obesitas (Naja & Hamadeh, 2020) terutama pada saat pandemic banyak orang yang lebih banyak terkena paparan iklan makanan dan menyebabkan pola konsumsi lebih besar dimana dengan demikian penggunaan aplikasi pesan antar menjadi solusi untuk

pemenuhan keinginan untuk mengonsumsi makan berlebihan (Chenarides, Grebitus, Lusk, & Printezis, 2021). Akibatnya, kejadian ini mendeskripsikan kecenderungan meningkatnya angka obesitas pada seluruh orang karena pandemic. Hal ini menjelaskan bahwa adanya keterkaitan perilaku konsumsi dengan keputusan penggunaan layanan aplikasi pesan antar, maka dari itu konsumen atau pengguna harus lebih bijak dalam memilih apa yang ingin dia pesan agar bisa memperbaiki pola makan diri kita sendiri.

#### **4.4.2.2 Perubahan Pola Makan Remaja Generasi Z Di Jakarta Sebelum Dan Saat Pandemic**

Pada zat gizi karbohidrat memiliki kenaikan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) dan hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian hasil penelitian Agustina (2021) dimana ditemukan peningkatan asupan karbohidrat sebelum pandemic 44,9% menjadi 73,8% pada saat pandemic. Sumber karbohidrat yang diminati oleh remaja generasi z ini sebenarnya memiliki kandungan gizi yang tidak berbeda jauh. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian Insani (2019), dimana pangan pokok yang paling sering dikonsumsi oleh remaja adalah nasi, mie, dan kentang. Hal ini mungkin terjadi karena jenis makanan tersebut lebih mudah ditemukan dan dijangkau oleh remaja dan nasi putih juga merupakan makanan pokok orang Indonesia. Namun hasil ini berbeda dengan hasil penelitian Trisanti (2022) dimana pada saat pandemic Covid 19 terjadi penurunan asupan karbohidrat dari 68% menjadi 31%.

Selain itu pada zat gizi buah juga memiliki kenaikan yang signifikan ( $p < 0,05$ ) dan penelitian ini didukung oleh hasil dari penelitian Noviasy dan Susanti (2020) Sebanyak 32,3% responden cenderung mengalami kenaikan pengonsumsi sayur – sayuran dan buah – buahan selama pandemic covid – 19. Hasil penelitian itu sejalan dengan studi yang menyatakan 62,5% responden mengalami peningkatan asupan buah selama pandemic COVID-19 didukung oleh sebuah Studi di Turki yang menyebutkan 49,1% responden meningkatkan konsumsi buah selama pandemi (Yılmaz, Aslan dan Unal, 2020).

Namun penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Ashifa (2021) dimana pengonsumsi buah di Indonesia masih tergolong rendah ( $< 30\%$ ), sesuai dengan

dengan penelitian kumara (2022) dimana asupan buah-buahan pada remaja masih rendah (<10%) ditambah oleh hasil penelitian Tambajong (2021) dimana pengonsumsi buah-buahan pada penelitiannya masih kurang dan didapatkan persentase sebesar 60,4% untuk responden yang hanya mengonsumsi buah kadang – kadang dan penelitian ini sesuai dengan penelitian Tristanti (2022) dimana remaja yang mengonsumsi buah hanya 40%. Hal ini berisiko terhadap kurangnya kekebalan tubuh pada remaja sebab sayur dan buah merupakan sumber vitamin C yang sangat bagus untuk meningkatkan kekebalan tubuh (tristanti,2022). WHO menyarankan untuk banyak mengonsumsi sayur dan buah setiap hari sebanyak 400g dimana 250g buah dan 150g sayuran. Namun konsumsi rata – rata penduduk Indonesia hanya sekitar 100g. Penelitian lain juga menemukan bahwa keinginan remaja untuk mengonsumsi buah masih kurang jika dibandingkan dengan konsumsi fast food (Insani, 2019). Konsumsi buah cenderung dipengaruhi oleh pengaruh orang tua, keterpaparan media massa, dan ketersediaan buah di rumah (Anggraeni & Sudiarti, 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, masyarakat yang tidak mengonsumsi sayur dan buah di Indonesia masih sangat tinggi, yakni 95,5% (Kementerian Kesehatan, 2018). Sedangkan pada zat gizi lain terdapat beberapa perubahan namun tidak signifikan.

Di masa pandemi COVID-19 ini masyarakat cenderung mengalami peningkatan keragaman konsumsi pangan karena semakin beragam maka akan meningkatkan sumber gizi yang diperoleh dan dapat membantu menjaga imunitas tubuh (Saragih & Saragih, 2020). Berdasarkan jenis makanan dan frekuensi makan dalam penelitian ini, remaja sudah mengonsumsi makanan yang beragam dan bervariasi namun, tidak dibarengi dengan proporsi dan pemilihan jenis makanan yang seimbang. Idealnya, setiap individu dianjurkan mengonsumsi 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Organisasi kesehatan dunia (WHO) juga menganjurkan konsumsi sayur dan buah 400 gram/hari (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

#### 4.5 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai prosedur ilmiah, namun masih memiliki keterbatasan, yaitu:

1. Keterlambatan peneliti dalam memvalidasi kuesioner penelitian
2. Penelitian dilaksanakan secara online sehingga sempat terjadi website tidak bisa diakses dan harus dinonaktifkan beberapa saat untuk dapat melanjutkan pengambilan data kembali sehingga beberapa responden dinyatakan tidak valid akibat *error* nya website.
3. Peneliti kesulitan dalam mencari jurnal dikarenakan penelitian ini masih sangat jarang dibahas sehingga peneliti mendapatkan kesulitan untuk mencari jurnal pendukung dari hasil penelitian ini



## **BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan dan berdasarkan pembahasan, makan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Didapatkan 127 orang (84,7%) menggunakan aplikasi pesan antar makanan online lebih dari 1 tahun dengan frekuensi pemakaian sebelum pandemic lebih dari 3x seminggu 13%, 2-3x seminggu 31%, 1x seminggu 50% dan tidak pernah 5,3%. Sedangkan SSSsssfrekuensi pemakaian saat pandemic lebih dari 3x seminggu 24% 2-3x seminggu 34,7% 1x semingg 34% dan tidak pernah 7%
2. Lebih dari setengah dari total populasi responden memiliki perilaku makan tidak sehat (54,7%) dan yang memiliki perilaku makan sehat 45,3% dan masih sering membeli makanan goreng – gorengan, fast food, makanan dan minuman manis, serta jarang makan sayur dan buah.
3. Terdapat hubungan bermakna antara penggunaan aplikasi pesan antar makanan online dengan perilaku makan remaja generasi z di Jakarta (p-value = 0,011)
4. Terdapat perbedaan pola makan remaja generasi z sebelum dan saat pandemic (p-value: 0,000)

### **5.2 Saran**

- 1 Diharapkan agar remaja generasi z lebih selektif dalam memilih makanan yang ingin dikonsumsi sehari – hari
- 2 Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sumber atau referensi atau inspirasi bagi peneliti selanjutnya.
- 3 Diharapkan seluruh masyarakat bisa lebih bijak dan tumbuh kesadaran lebih besar dalam menggunakan aplikasi layanan pesan antar makanan online yaitu dengan mempertimbangkan makanan yang lebih sehat dan begizi. masyarakat dapat lebih bijak dalam menggunakan aplikasi pesan antar makanan onlne yaitu dengan memilih makanan yang lebih bergizi





## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, S., R. Noriega, B., & Shin, J. Y. (2018). College students eating habits and knowledge of nutritional requirements. *Journal of Nutrition and Human Health*, 02(01). <https://doi.org/10.35841/nutrition-human-health.2.1.13-17>
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., Bouaziz, B., Bentlage, E., How, D., Ahmed, M., Müller, P., Müller, N., Aloui, A., Hammouda, O., Paineiras-Domingos, L. L., Braakman-Jansen, A., Wrede, C., Bastoni, S., Pernambuco, C. S., Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1–14. <https://doi.org/10.3390/nu12061583>
- Ardiani, H. E., Permatasari, T. A. E., & Sugiartmi, S. (2021). Obesitas, Pola Diet, dan Aktifitas Fisik dalam Penanganan Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.1-12>
- Artanti, annisa ayu. (2020). *Transaksi GoFood Naik 20% saat Pandemi*. Medcom.Id. <https://www.medcom.id/ekonomi/bisnis/eN406jwN-transaksi-gofood-naik-20-saat-pandemi>
- Asosiasi Penyedia Jaringan Internet Indonesia. (2019). Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018. *Apjii*, 51. [www.apjii.or.id](http://www.apjii.or.id)
- Covid, J. (2022). *Data Pemantauan COVID-19*. Covid Jakarta. <https://corona.jakarta.go.id/id/data-pemantauan>
- Hjerkind, K. V., Stenehjem, J. S., & Nilsen, T. I. L. (2017). Adiposity, physical activity and risk of diabetes mellitus: Prospective data from the population-based HUNT study, Norway. *BMJ Open*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-013142>
- Ikram, M. M. (2021). Keputusan Penggunaan Layanan GoFood Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Manajemen Kesatuan*, 9(2), 71–80. <https://doi.org/10.37641/jimkes.v9i2.467>
- Israwati, I. (2017). Hubungan Makanan Cepat Saji Dan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Usia 13-15 Tahun di SLTP 1 Konawe

Selatan. Politeknik Kesehatan Kendari.

- Jayani, D. H. (2019). *Pemesanan Makanan secara Online Makin Digemari*. Databoks.Katadata.  
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/09/26/pemesanan-makanan-secara-online-makin-digemari>
- Juntra, L., Program, U., Gizi, S., Kemenkes, P., Jalan, K., & Tallo -Kupang, P. A. (2020). Gaya Hidup Masyarakat Nusa Tenggara Timur Dalam Menghadapi Pandemi Corona Virus Disease 19 (Covid-19). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 34–38. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/ANN/article/view/2994>
- Kemenkes RI. (2018a). *EPIDEMI OBESITAS*. Kementerian Kesehatan RI. [http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXIxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/FactSheet\\_Obesitas\\_Kit\\_Informasi\\_Obesitas.pdf](http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXIxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/FactSheet_Obesitas_Kit_Informasi_Obesitas.pdf)
- Kemenkes RI. (2018b). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11.
- Kusuma, H. (2020). *Ekonomi RI Babak Belur Dihantam Corona*. Detik Finance. <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-5193430/ekonomi-ri-babak-belur-dihantam-corona>
- Manggabarani, S., Said, I., Hadi, A. J., Saragih, R., & Crystandy, M. (n.d.). *Study Program of Nutrition, Helvetia Institute of Health, Medan, Indonesia* Master Program of Public Health, Helvetia Institute of Health, Medan, Indonesia 3) Study Program of Midwifery, Helvetia Institute of Health, Medan, Indonesia 4) Study Program of Public Health, Helvetia Institute of Health, Medan, Indonesia. 4.
- Mokolensang, O. G., Manampiring, A. E., & . F. (2016). Hubungan Pola Makan Dan Obesitas Pada Remaja Di Kota Bitung. *Jurnal E-Biomedik*, 4(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.4.1.2016.10848>
- Piché, M. E., Tchernof, A., & Després, J. P. (2020). Obesity Phenotypes, Diabetes, and Cardiovascular Diseases. *Circulation Research*, 1477–1500.

- <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.120.316101>
- Puspita, M., & Aprilia, A. (2020). Faktor-Faktor Pendorong Konsumen Surabaya Membeli Makanan Dan Minuman Melalui Aplikasi Gofood Dan Grabfood. *Jurnal Manajemen Perhotelan*, 6(2), 88–98. <https://doi.org/10.9744/jmp.6.2.88-98>
- Rossouw, H. A., Grant, C. C., & Viljoen, M. (2012). Overweight and obesity in children and adolescents: The South African problem. *South African Journal of Science*, 108(5–6), 1–7. <https://doi.org/10.4102/sajs.v108i5/6.907>
- Safitri, K. (2020). *Promo GoFood, ada diskon hingga 100.000*. Kompas.Com. <https://money.kompas.com/read/2020/10/07/163900426/promo-gofood-ada-diskon-hingga-rp-100.000>
- SATGAS COVID-19. (2022). *Angka Kesembuhan COVID-19 Terus Meningkatkan Hingga 4.120.036 Orang*. SATGAS COVID-19. <https://covid19.go.id/artikel/2022/01/18/angka-kesembuhan-covid-19-terus-meningkat-hingga-4120036-orang>
- Snapcart. (2021). *GrabFood the most-used food delivery platform amongst consumers and merchants in Indonesia: Study*. Snapcart.Global. <https://snapcart.global/article-grabfood-the-most-used-food-delivery-platform-amongst-consumers-and-merchants-in-indonesia-study/>
- Tumuwe, R., Damis, M., & Muliarti, T. (2018). Pengguna ojek online di kalangan mahasiswa Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Holistik*, 21, 1–19.
- Zhou, Y., Chi, J., Lv, W., & Wang, Y. (2021). Obesity and diabetes as high-risk factors for severe coronavirus disease 2019 (Covid-19). *Diabetes/Metabolism Research and Reviews*, 37(2). <https://doi.org/10.1002/dmrr.3377>
- Putra, Y. S. (2017). Theoretical review: Teori perbedaan generasi. *Among makarti*, 9(2)
- Simbolon, Permadi. 2019. Teori Generasi dan Pembentukan Karakter Anak. Artikel diakses melalui <https://www.indonesiana.id/read/112536/teori-generasi-danpembentukan-karakter-anak> pada 27 Januari 2020, Pukul 20.05 WITA
- Miyagi, R. A., & Persada, S. F. (2021). Perilaku Generasi Z Terhadap Service Recovery pada Bisnis Online. *Jurnal Teknik ITS*, 9(2), F143-F150.

- Saputra, I. A. G., Soewarno, N., & Isnalita, N. (2019). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keputusan Pembelian Generasi Z pada Kegiatan Bisnis Berbasis E-Commerce. *Jurnal Riset dan Aplikasi: Akuntansi dan Manajemen*, 4(1), 32-51.
- Putra, D. P. (2021). Lake ANALISIS DINAMIKA LUASAN DANAU DAN TUTUPAN LAHAN SEMPADAN DANAU KERINCI TERHADAP PERILAKU MASYARAKAT DI KABUPATEN KERINCI PROVINSI JAMBI. *Jurnal Kependudukan dan Pembangunan Lingkungan*, 2(2), 56-66.
- Kuswana, W. S. (2014). Biopsikologi: Pembelajaran Perilaku.
- Notoatmodjo, S. (2011). Buku Kesehatan Masyarakat, Ilmu & Seni - Ed Revisi 2011, Soekidjo Notoatmodjo. <http://kesmasid.com/buku-kesehatan-masyarakat-ilmu-seni-ed-revisi-2011-soekidjo-notoatmodjo/>
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta. Notoatmodjo
- Hurlock, E. B. (1996). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, terj. Isti Widiyati, Jakarta: Erlangga.
- Nasirotnun, S. (2013). Pengaruh kondisi sosial ekonomi dan pendidikan orang tua terhadap motivasi melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi pada siswa. *Ekonomi IKIP Veteran Semarang*, 1(2), 37061.
- Gibney, dkk. Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC; 2009.
- Kabir, A., Miah, S., & Islam, A. (2018). Factors influencing eating behavior and dietary intake among resident students in a public university in Bangladesh: A qualitative study. *PloS one*, 13(6), e0198801.
- Citerawati, Y. W., Susanti, N., & Rahima, D. (2017). Proses Asuhan Gizi Terstandar Komunitas. Yogyakarta: Trans Medika.
- Sarkim, L., Nabuasa, E., & Limbu, R. (2010). Perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat undana kupang yang tinggal Di Kos Wilayah Naikoten 1. *Jurnal FKM Undana (Online)(www.SolidDocuments.com 20 september 2015)*.

- Prasasti, H. P. (2019). Pengaruh Kebiasaan Makan Keluarga Terhadap Status Gizi Anak di SDN Babak Sari-Kecamatan Dukun-Kabupaten Gresik (Studi Kasus). *Jurnal Tata Boga*, 8(1).
- Hizni A. Gizi Dewasa. In: Hardinsyah, Rezkina E, editors. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. 1st ed. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran ECG. 2014. p. 209–19.7.
- Saufika A, Retnaningsih, Alfiasari. Gaya hidup dan kebiasaan makan mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. 2012; 5(2): 157–65
- Husnah, H. (2012). GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI MAHASISWA KULIAH KLINIK SENIOR (KKS) DI BAGIAN OBGYN RSUD DR. ZAINOEL ABIDIN BANDA ACEH. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 12(1), 23-30.
- Lukmanto, J., & Kristanti, M. (2013). Pengetahuan gizi dan perilaku makan remaja di SMP Gloria 1 Surabaya. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa*, 1(2), 70-82.
- Dewi, S. N. N. (2016). *Pengaruh Anggaran Dan Harga Terhadap Preferensi Konsumen Kantin Koperasi Mahasiswa (Kopma) Di Kota Bandung* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Kurniawan, M. W. W., & Widyaningsih, T. D. (2017). Hubungan pola konsumsi pangan dan besar uang saku mahasiswa manajemen bisnis dengan mahasiwa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya terhadap status gizi. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 5(1).
- Susanti, E., & Qalyubi, I. (2020). Analisis perilaku konsumsi pangan mahasiswa PGSD UMPR selama pandemi covid-19. *Tunas: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(1), 52-57.
- Azizah, A., & Adawia, P. R. (2018). Analisis perkembangan industri transportasi online di era inovasi disruptif (Studi Kasus PT Gojek Indonesia). *Cakrawala-Jurnal Humaniora*, 18(2), 149-156.
- Sari, K. N. (2020). E-partnership di PT Go-Jek Indonesia Cab. Yogyakarta Perspektif Ekonomi Islam. *Li Falah: Jurnal Studi Ekonomi dan Bisnis Islam*, 5(1), 67-89.

- Nasution, A. D., Putri, H. D., & Nurbaiti, N. (2022). Comparative Analysis of E-Business Implementation in Service Companies (Case Study of PT. Gojek and PT. Grab Indonesia). *Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi dan Keuangan*, 3(1), 40-47.
- Eva, M. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Driver Gojek.
- Suryadi, D. F., & Ilyas, M. I. F. (2018, December). Adopsi online food delivery service bagi wirausaha pemula di kota Makassar (Studi kasus pada Big Bananas). In *Seminar Nasional Hasil Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat (SNP2M)*.
- Nati, A., Timuneno, T., & Fanggidae, R. E. (2021). PENGARUH INSENTIF TERHADAP KINERJA PENGEMUDI GRAB BIKE DI KOTA KUPANG. *Jurnal Ekobis: Ekonomi Bisnis & Manajemen*, 11(2), 266-284.
- Rochdianingrum, W. A., Rahayu, R., & Iswara, U. S. (2019). Keterkaitan antara Kenyamanan dan Kemudahan Bertransaksi pada Intensitas Penggunaan Layanan Aplikasi GRAB. In *Prosiding Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu dan Call for Papers Unisbank (SENDI\_U) Ke 5 Tahun 2019* (pp. 382-389). Universitas STIKUBANK, Semarang.
- Rahman, S., & Bahar, T. (2020). COVID-19: The New Threat. *International Journal of Infection*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.5812/iji.102184>
- Nugroho, W. D., Cahyani, W. I., Tobing, A. S., Istiqomah, N., Cahyasari, I., Indrastuti, M., ... & Isworo, A. (2020). Literature Review: Transmisi Covid-19 dari Manusia ke Manusia di Asia. *Journal of Bionursing*, 2(2), 101-112.
- Ardan, M., Rahman, F. F., & Geroda, G. B. (2020). The influence of physical distance to student anxiety on COVID-19, Indonesia. *Journal of Critical Reviews*, 7(17), 1126-1132.
- Hsu, Y. C., Liu, Y. A., Lin, M. H., Lee, H. W., Chen, T. J., Chou, L. F., & Hwang, S. J. (2020). Visiting policies of hospice wards during the COVID-19 pandemic: an environmental scan in Taiwan. *International journal of environmental research and public health*, 17(8), 2857.
- Kampf, G., Scheithauer, S., Lemmen, S., Saliou, P., & Suchomel, M. (2020). COVID-19-associated shortage of alcohol-based hand rubs, face masks, medical gloves, and gowns: proposal for a risk-adapted approach to ensure

- patient and healthcare worker safety. *Journal of Hospital Infection*, 105(3), 424-427.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. ALFABETA Bandung.
- Khusnul.2015.Merancang Bisnis Jasa Layanan Pesan Antar [Online]. Tersedia: [http://www.trainingusaha.com/merancang-bisnis-jasa layanan pesan antar](http://www.trainingusaha.com/merancang-bisnis-jasa-layanan-pesan-antar), diakses pada tanggal 20 januari 2022
- Nabela Anisa, P. (2020). *Gambaran Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Simpang Tiga* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Riau).
- Buggya, R., Adid, V., & Hermawane, S. Studi Netnografi Tentang Keputusan Konsumen Menggunakan Jasa Pesan Antar Makanan Online di Sidoarjo.
- Lachat, C., Nago, E., Verstraeten, R., Roberfroid, D., Van Camp, J., & Kolsteren, P. (2012). Eating out of home and its association with dietary intake: a systematic review of the evidence. *Obesity reviews*, 13(4), 329-346.
- Abbas, A. M., & Kamel, M. M. (2020). Dietary habits in adults during quarantine in the context of COVID-19 pandemic. *Obesity medicine*, 19, 100254.
- Dieny, F. F., Jauharany, F. F., Tsani, A. F. A., & Nissa, C. (2021). Perilaku makan sebelum dan selama pandemi covid-19 pada kelompok remaja dan dewasa di Indonesia. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), 128-138.
- Jahang, R. S., Wahyuningsih, S., & Rahmuniyati, M. E. (2021, October). Hubungan Pengetahuan dan Penggunaan Layanan Delivery Makanan Online Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Mahasiswa Gizi Universitas Respati Yogyakarta. In *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati* (Vol. 6, No. 2, pp. 199-208).
- Nurvitasari, E., & Dwijayanti, R. (2021). Pengaruh Persepsi Kemudahan, Fitur Layanan Dan Kepercayaan Terhadap Minat Menggunakan Aplikasi Grab (Studi Pada Pengguna Aplikasi Grab Fitur Grabfood). *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 9(3), 1472-1481.
- Lutfiah, E. (2019). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Menggunakan Aplikasi Go-Jek Fitur Go-Food (Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah dan*



- Keguruan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*) (Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah).
- Daulay V. Persepsi KOnsumen dalam Memilih Makanan Cepat Saji (Studi di RestoranCepat Saji KFC Suprpto Kota Bengkulu) [Internet]. Universitas Bengkulu; 2014. Available from: <http://repository.unib.ac.id/id/eprint/9194>
- Maretha, F. Y., Margawati, A., Wijayanti, H. S., & Dieny, F. F. (2020). Hubungan penggunaan aplikasi pesan antar makanan online dengan frekuensi makan dan kualitas diet mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, 9(3), 160-168.
- R. Taylor, C. (2020). Advertising and COVID-19. *International Journal of Advertising*, 39(5), 587-589.
- Naja, F., & Hamadeh, R. (2020). Nutrition amid the COVID-19 pandemic: a multi-level framework for action. *European journal of clinical nutrition*, 74(8), 1117-1121.
- Chenarides, L., Grebitus, C., Lusk, J. L., & Printezis, I. (2021). Food consumption behavior during the COVID-19 pandemic. *Agribusiness*, 37(1), 44-81.
- Trisanti, I., Solikhah, A., & Budiani, S. (2022). PENGARUH PANDEMI COVID 19 PADA KEBIASAAN MAKAN REMAJA PUTRI. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 6(1), 16-20.
- Agustina, H. (2017). Penggunaan Teknologi Informasi, Kemudahan, dan Fitur Layanan Terhadap Minat Nasabah Dalam Menggunakan Internet Banking (Studi Pada Bank Syariah Mandiri). *Jurnal Manajemen KINERJA*, 3(1), 24-29.
- Insani, H. M. (2020). Analisis Konsumsi Pangan Remaja dalam Sudut Pandang Sosiologi. *SOSIETAS*, 9(2).
- Kumara, Kadek Dhiyo Mamhista, and I. Wayan Gede Artawan Eka Putra. "POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK, DAN STATUS GIZI SISWA SMA NEGERI 1 SINGARAJA DI MASA PANDEMI COVID-19." *Health* (2022).
- Mutia, A., Jumiyati, J., & Kusdalina, K. (2022). Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Nutrition College*, 11(1), 26-34.

- Tambajong, C. A., Malonda, N. S., & Kapantow, N. H. (2021). GAMBARAN POLA MAKAN MAHASISWA SEMESTER II FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI MANADO SELAMA PANDEMI COVID-19. *KESMAS*, 10(5).
- Anggraeni, N. A., & Sudiarti, T. (2018). Faktor dominan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMPN 98 Jakarta. *Indonesian journal of human nutrition*, 5(1), 18-32.
- Noviasty, R., & Susanti, R. (2020). Perubahan Kebiasaan Makan Mahasiswa Peminatan Gizi Selama Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 2(2), 90-99.
- Yilmaz, C. and Gokmen, V. (2020) Neuroactive Compounds in Foods : Occurrence, Mechanism and Potential Health Effects', *Food Research International*, 128. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0963996919306301?via%3Di%3Dhub>.
- Saragih, B., & Saragih, F. M. (2020). Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19. *Research Gate*, 19, 1-12
- Sibuea, P. (2021). Kajian Manfaat Makanan Fungsional di Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Teknologi Pangan Dan Hasil Pertanian (RETIPA)*, 2(1), 83-92.
- Mustakim, M., Efendi, R., & Sofiany, I. R. (2021). Pola Konsumsi Pangan Penduduk Usia Produktif Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1-12.
- Pijaryani, I. (2022). Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Remaja Pada Saat Pandemi Covid-19. *IAKMI Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(1), 31-40.
- Febriani, Faras Rana; Cahya, S.B. (2022) 'Pengaruh E-Service Quality dan Sales Promotion Terhadap Keputusan Menggunakan Fitur Shopee-Food (Studi pada Mahasiswa Aktif FEB UNESA)', 10(1).
- Mas'ud, Anshar Anwar, Elimawaty Rombe, and Enki P. Nainggolan. "Pengaruh Kepuasan Konsumen Terhadap Perilaku Pembelian Ulang Konsumen Pada Café dan Resto Bangi Kopitiam Di Kota Palu." *Jurnal Ilmu Manajemen Universitas Tadulako (JIMUT)* 4.1 (2018): 71-80.

- Ruslim, T. S., & Rahardjo, M. (2016). Identifikasi kepuasan konsumen ditinjau dari segi harga dan kualitas pada restoran abuba steak di Greenville. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis*, 2(1), 96569
- Wardani, P. A. K., Reinaldy, F. R., & Tyas, I. P. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keputusan Pembelian Makanan Dengan Menggunakan Jasa ShopeeFood. *Literasi: Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*, 2(1), 163-192.



## LAMPIRAN

### INFORMED CONSENT PENELITIAN

#### **ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA MAKAN GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19**

Dengan Hormat,

Perkenalkan saya Ghassany Putri Maraya, Mahasiswi Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Universitas Binawan. Saat ini saya akan melakukan penelitian yang diajukan sebagai syarat penulisan skripsi yang berjudul “analisis perubahan perilaku makan dan penggunaan layanan pesan antar makanan online pada generasi z di jakarta saat pandemi covid-19” Penelitian ini bertujuan dan bermanfaat untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan kalangan generasi z terhadap hubungan terhadap perubahan kebiasaan makan untuk menciptakan kebiasaan makan yang lebih baik dengan adanya kemajuan teknologi. dan dapat dijadikan masyarakat untuk bahan pertimbangan saat ingin menggunakan layanan pesan antar makanan pada aplikasi transportasi online dalam hal perubahan kebiasaan makan

Saya memohon kesediaan Saudara/i untuk keikutsertaannya dalam penelitian saya sebagai subyek penelitian. Adapun resiko yang mungkin terjadi adalah menyita waktu aktivitas Saudari guna menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam penelitian saya. Semua data yang didapat akan benar-benar dijaga dan dijamin kerahasiaannya. Responden dalam penelitian ini adalah sukarela dan tidak dipungut biaya apapun.

Atas perhatian dan bantuan yang Saudari berikan saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

( Ghassany Putri Maraya )

**KUESIONER PENELITIAN**

**ANALISIS HUBUNGAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN  
ANTAR MAKANAN ONLINE DENGAN PERUBAHAN POLA  
MAKAN GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI  
COVID-19**

**Kuesioner Karakteristik Responden**

**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

No. Whatsapp :

Domisili :



**KARAKTERISTIK RESPONDEN**

1. Sudah berapa lama tinggal di Jakarta?
2. Berat Badan Terakhir..
3. Tinggi Badan Terakhir...
4. Berat badan..
5. Pendidikan Terakhir..
  - a. SMA
  - b. D3
  - c. S1

### KUESIONER PERILAKU MAKAN SAAT PANDEMI

No.	Pertanyaan	Iya	Tidak
1.	pada saat pandemi, jika saya makan siang diluar rumah, saya sering memilih makanan low fat (rendah lemak)		
2.	pada saat pandemic, saya biasanya menghindari makan makanan yang digoreng		
3.	saya dipastikan memakan buah setidaknya satu porsi dalam sehari pada saat pandemi		
4.	saya mencoba untuk menjaga asupan lemak saya agar tetap rendah pada saat pandemi		
5.	pada saat pandemi, jika saya membeli keripik, saya sering memilih yang low fat (rendah lemak)		
6.	saya menghindari makan sosis, burger dan nugget dalam jumlah banyak pada saat pandemic		
7.	saya sering membeli roti atau kue pada saat pandemi		
8.	saya mencoba untuk menjaga asupan gula saya tetap rendah pada saat pandemi		
9.	saya dipastikan memakan sayur - sayuran atau salad setidaknya satu porsi dalam sehari pada saat pandemi		
10.	saya jarang makan makanan untuk dibawa pulang (take away) pada saat pandemi		
11.	saya sering memakan cemilan manis pada saat pandemi		
12.	pada saat pandemi, ketika saya membeli minuman, saya biasanya memilih minuman untuk diet		

13. pada saat pandemi, ketika saya makan cemilan, saya biasanya memilih untuk makan buah
14. saya makan setidaknya 3 porsi buah setiap hari pada saat pandemic
15. saya mencoba untuk merapkan pola makan yang sehat pada saat pandemic

#### **KUESIONER APLIKASI PESAN ANTAR MAKANAN**

4. Sudah berapa lama menggunakan aplikasi pesan antar makanan?
  - a. < 3 bulan
  - b. 3-6 bulan
  - c. 7-12 bulan
  - d. > 1 tahun
1. Frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan sebelum pandemic COVID-19
  - a. 1x Seminggu
  - b. 2-3x Seminggu
  - c. >3x Seminggu
  - d. Tidak Pernah
2. Frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan saat pandemic COVID-19
  - a. 1x Sehari
  - b. >1x Sehari
  - c. 1-3x Seminggu
  - d. 4-6x Seminggu
  - e. Tidak Pernah

No	Pertanyaan	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Netral	Setuju	Sangat Setuju
1	Anda lebih sering menggunakan GrabFood untuk memesan makanan secara online					
2	Anda lebih sering menggunakan GoFood untuk memesan makanan secara online					
3	Anda lebih sering menggunakan ShopeeFood untuk memesan makanan secara online					
4	anda cenderung lebih suka membeli makanan berat saat menggunakan aplikasi pesan antar					
5	anda cenderung lebih suka membeli minuman saat menggunakan aplikasi pesan antar					
6	anda cenderung lebih suka membeli snack berat saat menggunakan aplikasi pesan antar					
7	terjadi peningkatan frekuensi penggunaan aplikasi pesan antar makanan semenjak masa pandemic COVID-19 pada diri anda					



---

8 pola makan anda berubah dengan adanya aplikasi pesan antar makanan?

9 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena dirasa lebih efisien

10 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena banyak pilihan makanan

11 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena banyak promo makanan

12 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena pembayaran bisa menggunakan E-Wallet

13 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena Bosan dengan makanan yang ada dirumah / di sekitar rumah

14 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena pelayanan tidak mengenal cuaca (misalnya: tetap mengantar meskipun sedang hujan)

15 anda menggunakan aplikasi pesan antar karena rekomendasi dari teman, keluarga atau influencer dari sosical media

- 
- 16 Menurut anda makanan dan minuman yang dijual di melalui GoFood, GrabFood dan ShopeeFood memiliki harga yang masuk akal

## 6. KUESIONER FFQ SEBELUM PANDEMI COVID-19

---

Bahan Makanan	Berapa kali konsumsi per...					
	>3x sehari	1x perhari	3-6x perminggu	1-2x perminggu	2x perbulan	Sebulan sekali

---

### KARBOHIDRAT

Nasi

Kentang

Mie

Roti

### PROTEIN

#### HEWANI

Daging sapi

Daging ayam

Ikan segar

Telur ayam

### PROTEIN

#### NABATI

Tahu

Tempe

### SAYUR

Wortel

Kacang panjang

Kangkung

Bayam

Buncis

BUAH

Manga

Papaya

Jeruk

Pisang

LEMAK

Keju

Minyak kelapa

sawit (minyak

sayur / cooking

oil)

Margarin

Mayonnaise



## 7. KUESIONER FFQ SAAT PANDEMIC COVID-19

Bahan Makanan	Berapa kali konsumsi per...					Sebulan sekali	Tidak pernah
	>3x sehari	1x perha ri	3-6x permingg u	1-2x permingg u	2x perbula n		

### KARBOHIDRAT

Nasi

Kentang

Mie

Roti

**PROTEIN****HEWANI**

Daging sapi

Daging ayam

Ikan segar

Telur ayam

**PROTEIN****NABATI**

Tahu

Tempe

**SAYUR**

Wortel

Kacang panjang

Kangkung

Bayam

Buncis

**BUAH**

Manga

Papaya

Jeruk

Pisang

**LEMAK**

Keju

Minyak kelapa

sawit (minyak

sayur / cooking

oil)

Margarin

Mayonnaise



## Lampiran 2. Surat Persetujuan Etik

	<p>Komisi Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka (KEPKK-UHAMKA)</p> <p>Kodefikasi Kelembagaan KEPKK: 31750228 <a href="http://slm-epk.keppkn.kemkes.go.id/daftar_kepk/">http://slm-epk.keppkn.kemkes.go.id/daftar_kepk/</a></p>	<p>POB-KE.B/008/01.0</p> <p>Berlaku mulai: 04 Juni 2021</p> <p>FL/B.06-008/01.0</p>
---	--	---

## SURAT PERSETUJUAN ETIK

PERSETUJUAN ETIK

No : 03/22.04/01750

*Bismillahirrahmanirrahim**Assalamu 'alaikum warohmatullohi wabarokatuh*

Yang bertanda tangan di bawah ini, Koordinator Komisi Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (KEPKK-UHAMKA), setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian oleh reviewer yang bersertifikat, memutuskan bahwa protokol penelitian/skripsi/tesis dengan judul :

"ANALISIS PERUBAHAN PERILAKU MAKAN DAN PENGGUNAAN LAYANAN PESAN ANTAR MAKANAN ONLINE PADA GENERASI Z DI JAKARTA SAAT PANDEMI COVID-19"

Atas nama  
Peneliti utama : Ghassany Putri Maryana  
Peneliti lain : -  
Program Studi : S1 GIZI  
Institusi : UNIVERSITAS BINAWAN  
JAKARTA

dapat disetujui pelaksanaannya dan **Lolos Kaji Etik (Ethical Approval)**. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol.

Pada akhir penelitian, laporan pelaksanaan penelitian harus diserahkan kepada KEPKK-UHAMKA dalam bentuk soft copy ke email [kepk@uhamka.ac.id](mailto:kepk@uhamka.ac.id). Jika terdapat perubahan protokol dan/atau perpanjangan penelitian, maka peneliti harus mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).

*Wassalamu 'alaikum warohmatullohi wabarokatuh*

Jakarta, 20 April 2022  
Koordinator Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
UHAMKA



(Dr. Retno Mardhiati, M.Kes)





menggunakan_aplikasi_p n_aplikasi_p esan_antar_k arena_dirasa _lebih_efisie n	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.366* .028 36	.394* .017 36	1 .699** 36	.714** .000 36	.572** .000 36	.596** .000 36	.412* .012 36	.507** .002 36		
menggunakan_aplikasi_p n_aplikasi_p esan_antar_k arena_banya k_pilihan_ma kanan	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.335* .046 36	.292 .084 36	.699** .000 36	1 .707** 36	.473** .004 36	.545** .001 36	.440** .007 36	.453** .005 36		
menggunakan_aplikasi_p n_aplikasi_p esan_antar_k arena_banya k_promo_ma kanan	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.329 .050 36	.219 .200 36	.714** .000 36	.707** .000 36	1 .525** 36	.430** .009 36	.398* .016 36	.426** .010 36		
menggunakan_ewallet n_ewallet	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.382* .021 36	.472** .004 36	.572** .000 36	.473** .004 36	.525** .001 36	1 .508** 36	.409* .013 36	.407* .014 36		
bosan_dengan_makanan_ n_makanan_ dirumah	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.264 .120 36	.445** .006 36	.596** .000 36	.545** .001 36	.430** .009 36	.508** .002 36	1 .292 36	.300 .076 36		
karena_pelayanan_tidak_ n_mengenal_cu aca	Pearson Correlatio n Sig. (2- tailed) N	.110 .523 36	.280 .098 36	.412* .012 36	.440** .007 36	.398* .016 36	.409* .013 36	.292 .084 36	1 .429** 36		
rekomendasi_dari_teman_ n	Pearson Correlatio n	.419* .419* 36	.289 .289 36	.507** .507** 36	.453** .453** 36	.426** .426** 36	.407* .407* 36	.300 .300 36	.429** .429** 36	1	



	Sig. (2-tailed)	.011	.087	.002	.005	.010	.014	.076	.009		
	N	36	36	36	36	36	36	36	36	36	
harga_masuk_	Pearson										
_akal	Correlation	.269	.396*	.546**	.359*	.483**	.506**	.236	.230	.251	
	Sig. (2-tailed)	.113	.017	.001	.031	.003	.002	.166	.177	.139	
	N	36	36	36	36	36	36	36	36	36	
total	Pearson										
	Correlation	.585**	.681**	.789**	.756**	.720**	.691**	.615**	.592**	.626**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	36	36	36	36	36	36	36	36	36	

## 1. Karakteristik Responden : Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	3	2.0	2.0	2.0
	21	58	38.7	38.7	40.7
	22	68	45.3	45.3	86.0
	23	17	11.3	11.3	97.3
	24	4	2.7	2.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 2. Karakteristik Responden : Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V	Laki laki	41	27.3	27.3	27.3
a	perempuan	109	72.7	72.7	100.0
li	Total	150	100.0	100.0	
d					

## 3. Karakteristik Responden : Domilisi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
V	Jakarta Barat	10	6.7	6.7	6.7
a	jakarta pusat	4	2.7	2.7	9.3
l	jakarta selatan	38	25.3	25.3	34.7
i	jakarta timur	96	64.0	64.0	98.7
d	jakarta utara	2	1.3	1.3	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 4. Karakteristik Responden : Lama Tinggal di Jakarta

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
lebih dari satu tahun	150	100.0	100.0	100.0

## 5. Karakteristik Responden : IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	underweight	13	8.7	8.7	8.7
	normal	75	50.0	50.0	58.7
	overweight	26	17.3	17.3	76.0
	obesitas 1	30	20.0	20.0	96.0
	obesitas 2	6	4.0	4.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 6. Karakteristik Responden : Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMA	105	70.0	70.0	70.0
	D3 dan S1	45	30.0	30.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 7. Karakteristik Responden : Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS / BUMN	116	77.3	77.3	77.3
	Pegawai Swasta	34	22.7	22.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 8. Karakteristik Responden : Penghasilan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang dari UMR	79	52.7	52.7	52.7
	Lebih dari UMR	40	26.7	26.7	79.3
	2	31	20.7	20.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 9. Tabel Perubahan makan

	Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid pola makan tidak sehat	82	54.7	54.7	54.7
sehat	68	45.3	45.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

## 10. Tabel Pesan Antar

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	70	46.7	46.7	46.7
tinggi	80	53.3	53.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

## 11. FFQ Karbohidrat Sebelum Pandemi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	87	58.0	58.0	58.0
tinggi	63	42.0	42.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

## 12. FFQ Protein Hewani Sebelum Pandemi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	85	56.7	56.7	56.7
tinggi	65	43.3	43.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

## 13. FFQ Protein Nabati Sebelum Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	82	54.7	54.7	54.7
	tinggi	68	45.3	45.3	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 14. FFQ Sayur Sebelum Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	90	60.0	60.0	60.0
	tinggi	60	40.0	40.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 15. FFQ Buah Sebelum Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	90	60.0	60.0	60.0
	tinggi	60	40.0	40.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 16. FFQ Minyak Sebelum Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	97	64.7	64.7	64.7
	tinggi	53	35.3	35.3	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 17. FFQ Karbohidrat Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	90	60.0	60.0	60.0
	tinggi	60	40.0	40.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 18. FFQ Protein Hewani Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	89	59.3	59.3	59.3
	tinggi	61	40.7	40.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 19. FFQ Protein Nabati Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	91	60.7	60.7	60.7
	tinggi	59	39.3	39.3	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 20. FFQ Sayur Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	92	61.3	61.3	61.3
	tinggi	58	38.7	38.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 21. FFQ Buah Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	90	60.0	60.0	60.0
	tinggi	60	40.0	40.0	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 22. FFQ Minyak Saat Pandemi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	95	63.3	63.3	63.3
	tinggi	55	36.7	36.7	100.0
	Total	150	100.0	100.0	

## 23. Hubungan Penggunaan Layanan Pesan Antar dengan Skor Perubahan Makan

			Skorperubahan makan	PATOTAL
Spearman's rho	Skorperubahanmakan	Correlation Coefficient	1.000	.207*
		Sig. (2-tailed)	.	.011
		N	150	150
	PATOTAL	Correlation Coefficient	.207*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.011	.
		N	150	150