

HUBUNGAN FREKUENSI PEMESANAN MAKANAN *ONLINE* DENGAN ASUPAN ENERGI, LEMAK DAN SERAT PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Gifta Rahma Febrina, Riva Mustika Anugrah

Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Email : giftarahma.feb@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Aplikasi pemesanan makanan *online* saat ini sedang diminati oleh kalangan masyarakat terutama mahasiswa. Kinerja layanan dan kemudahan akses menjadikan aplikasi tersebut semakin banyak digunakan namun, layanan ini cenderung menyediakan berbagai jenis makanan yang secara gizi terbilang kurang sehat yang berkaitan dengan asupan makan. Aplikasi pemesanan makanan *online* dapat memberikan dampak yang baik maupun buruk, tergantung bagaimana penggunaannya memanfaatkan.

Tujuan : Mengetahui hubungan frekuensi pemesanan makanan online dengan asupan energi, lemak dan serat pada mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.

Metode : Penelitian yang digunakan adalah analitik korelasi dengan pendekatan *crosssectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *propotional random sampling* berjumlah 100 responden. Pengambilan data asupan energi, lemak dan serat dengan cara wawancara FFQ Semi Kuantitatif dan frekuensi pemesanan makanan online diambil dengan pengisian kuesioner oleh responden. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman* ($\alpha = 0,05$).

Hasil : Hasil uji frekuensi pemesanan makanan online dengan asupan energi, lemak dan serat, dapat disimpulkan bahwa frekuensi pemesanan makanan online berhubungan dengan asupan energy ($p = 0.027$, $r = 0.221$), lemak ($p = 0.027$, $r = 0.222$) sedangkan pada asupan serat tidak terdapat hubungan ($p = 0.221$, $r = 0.112$).

Simpulan : Terdapat hubungan antara frekuensi pemesanan makanan online dengan asupan energi dan lemak dengan korelasi positif yang menandakan semakin sering frekuensi pemesanan makanan online maka asupan energi dan lemak akan meningkat, sedangkan pada serat tidak terdapat hubungan dengan korelasi negatif yang menandakan semakin sering frekuensi pemesanan makanan online maka asupan serat semakin rendah.

Kata kunci : Frekuensi pemesanan makanan online, asupan energi, asupan lemak, asupan serat

Kepustakaan : 34 (2010-2023)

THE CORRELATION BETWEEN ONLINE FOOD DELIVERY FREQUENCY WITH ENERGY, FAT AND FIBER INTAKE IN STUDENTS NGUDI WALUYO UNIVERSITY

Gifta Rahma Febrina, Riva Mustika Anugrah

Nutrition Study Program Faculty of Health Sciences Ngudi Waluyo University

Email : giftarahma.feb@gmail.com

ABSTRACT

Background : The Application of online food delivery now are currently in great demand by the consumer, especially students. Service work and Access easiness make this application is more used but this service tends to provide variety of food which is nutritiously considered less healthy that related with food intake. The Application of online food delivery has good and bad effect, depends on its as to use it.

Aim : To analyze the correlation frequency of online food ordering with energy, fat and fiber intake among college students.

Methods : The research was an observational study with cross-sectional design. The subject were 100 students who were selected by simple random sampling. Food consumption was collected used Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Data were analyze used Rank Spearman test.

Results : The results of the online food ordering frequency test with energy, fat and fiber intake, it can be concluded that the frequency of online food ordering is related to energy intake ($p = 0.027$, $r = 0.221$), fat ($p = 0.027$, $r = 0.222$) whereas fiber intake is not there is a relationship ($p = 0.221$, $r = 0.112$).

Conclusion : There is a correlation between the frequency of online food ordering and energy and fat intake with a positive correlation indicating that the more often the frequency of ordering food online, the energy and fat intake will increase, while there is no correlation with fiber and the negative correlation indicating the more often the frequency of ordering food online, the intake lower fiber.

Keywords : frequency of ordering food online, energy intake, fat intake, fiber intake.

Library : 34 (2010-2023)