

SKRIPSI
ANALISIS PERILAKU KONSUMSI MAKANAN PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA



Intelligentia - Dignitas

DEWI PRIHATINI FAUZI
1504621018

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN
KELUARGA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Analisis Perilaku Konsumsi pada Mahasiswa Universitas Negeri
Jakarta
Penyusun : Dewi Prihatini Fauzi
NIM : 1504621018

Disetujui oleh:

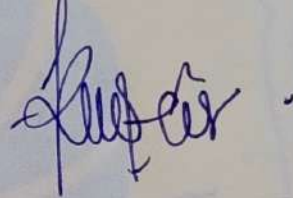
Pembimbing I,



Mulyati, M.Si.

NIP.197312242024212006

Pembimbing II,

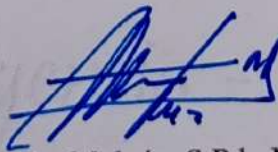


Prastiti Laras Nugraheni, M.Si.

NIP. 198907172023212066

Mengetahui,

Plt. Koordinator Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga
Wakil Dekan I



Dr. Muksin, S.Pd., M.Pd.
NIP 197105201999031002

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

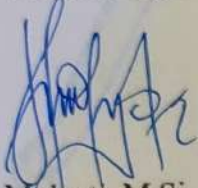
JUDUL : Analisis Perilaku Konsumsi Makanan pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta

PENYUSUN : Dewi Prihatini Fauzi

NIM : 1504621018

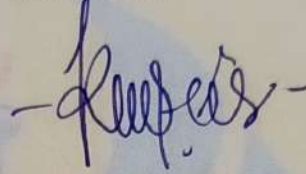
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Mulyati, M.Si.
NIP197312242024212006

Pembimbing II



Prastiti Laras Nugraheni, M.Si.
NIP 198907172023212066

Pengesahan Panitia Ujian Skripsi

Ketua Penguji



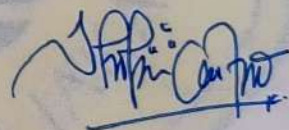
Riswano, S.Pd., M.Pd.
NIP. 199602102025061003

Dosen Penguji I



Dr. Uswatun Hasanah, M.Si.
NIP. 196703261994032001

Dosen Penguji II



Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si.
NIP. 199204252022032008

Mengetahui,

Plt. Koordinator Program Studi
Pendidikan Kesejahteraan Keluarga
Wakil Dekan I



Dr. Muksin, S.Pd., M.Pd.
NIP 197105201999031002

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan Karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan tidak benaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta

Jakarta, 12 Januari 2026

Yang membuat



Dewi Prihatini Fauzi

NIM. 1504621018

Intelligentia Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas berkat dan rahmat-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Analisis Perilaku Konsumsi Makanan Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta" tepat pada waktunya.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Jakarta. Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil sehingga skripsi ini dapat selesai.

Ucapan terima kasih ini penulis tujukan kepada:

1. Ibu Elmanora, S.Si., M.Si. selaku koordinator program studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga.
2. Ibu Mulyati, S.Pd., M.Si., dan Ibu Prastiti Laras Nugraheni, S.TP., M.Si., sebagai pembimbing skripsi.
3. Bapak Reno Irwanto, S.TP., M.Si. dan Bapak Jaka Marsita, M.Par., sebagai dosen penguji seminar proposal.
4. Bapak Riswano, S.Pd., M.Pd., Ibu Hurriyyatun Kabbaro, S.Si., M.Si., Ibu Dr. Uswatun Hasanah, M.Si., sebagai dosen penguji sidang skripsi.
5. Bapak Riswano, S.Pd., M.Pd., Ibu Rachmadina Rafika Triani, S.Tr., M.Par., sebagai dosen validator.
6. Ibu Vania Zulfa, M.Pd dan Ibu Maya Oktaviani, M.Pd selaku dosen pembimbing akademik.
7. Bapak Abdul Malik, M.Pd. dan Bapak Eko Gusti Priambodo, S.Pd. selaku staf Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga.
8. Seluruh rekan mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga angkatan 2021, khususnya konsentrasi Akomodasi Perhotelan yang sudah bekerja sama selama ini.
9. Almh. Ibu Haironi & Karmila Dwi Pujianti selaku ibu dan kakak penulis yang telah memberikan doa, dorongan dan semangat selama penyusunan skripsi ini.

10. Fahrul Rivaldi Hidayat, S.Kom., selaku kekasih penulis, yang telah memberikan dukungan selama ini.

Mungkin dalam penyelesaian skripsi ini masih banyak kekurangan baik segi isi maupun tata bahasa, untuk itu sangat diharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca demi menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi ini.

Jakarta, 12 Januari 2026

Penyusun,

Dewi Prihatini Fauzi

(1504621018)



Intelligentia - Dignitas

**Analisis Perilaku Konsumsi Makanan pada Mahasiswa Universitas Negeri
Jakarta**

Dewi Prihatini Fauzi

Dosen Pembimbing: Mulyati, S.Pd., M.Si. dan

Prastiti Laras Nugraheni, S.TP., M.Si.

ABSTRAK

Sampah makanan merupakan masalah kompleks di lingkungan masyarakat yang kurang memiliki kesadaran lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan solusi untuk mengatasi masalah ini, salah satunya dengan meningkatkan perilaku konsumsi berkelanjutan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku konsumsi makanan pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan melibatkan 396 mahasiswa sebagai responden yang dipilih melalui teknik *insidental sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang berisi instrumen perilaku konsumsi makanan. Analisis data dilakukan dengan statistik deskriptif, tabulasi silang, dan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku konsumsi makanan mahasiswa UNJ secara umum berada pada kategori cukup baik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa UNJ telah memiliki perilaku konsumsi makanan yang cukup baik, masih diperlukan upaya lebih lanjut melalui edukasi, kampanye, dan penguatan norma sosial untuk meningkatkan kesadaran dan tindakan nyata dalam menerapkan konsumsi berkelanjutan serta mengurangi *food waste* di lingkungan kampus.

Kata kunci: konsumsi berkelanjutan, mahasiswa, perilaku konsumsi makanan, *theory of planned behavior*.

Intelligentia - Dignitas

Analysis of Food Consumption Behavior of Students at Jakarta State University

Dewi Prihatini Fauzi

Dosen Pembimbing: Mulyati, S.Pd., M.Si. dan

Prastiti Laras Nugraheni, S.TP., M.Si.

ABSTRACT

Food waste is a complex problem in communities lacking environmental awareness. Therefore, solutions are needed to address this issue, one of which is by improving sustainable consumption behavior. This study aims to analyze the food consumption behavior of students at the State University of Jakarta (UNJ). The study used a descriptive quantitative approach involving 396 students as respondents selected through incidental sampling techniques. Data were collected through a questionnaire containing food consumption behavior instruments. Data analysis was conducted using descriptive statistics, cross-tabulations, and chi-square tests. The results showed that the food consumption behavior of UNJ students was generally in the fairly good category. This study concluded that although the majority of UNJ students have fairly good food consumption behavior, further efforts are needed through education, campaigns, and strengthening social norms to increase awareness and take concrete actions in implementing sustainable consumption and reducing food waste on campus.

Keywords: food consumption, food consumption behavior; student, theory of planned behavior

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.5.2 Manfaat Praktis	5
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	6
2.1.1 Perilaku Konsumsi Makanan	6
2.1.1.1 Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumsi Makanan.....	8
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	9
BAB III METODE PENELITIAN	13
3.1 Tujuan Penelitian	13
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	13
3.3 Metode Penelitian.....	13
3.4 Populasi dan Sampel	13
3.4.1 Populasi.....	13
3.4.2 Sampel.....	14
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	14
3.5.1 Definisi Konseptual.....	15
3.5.2 Definisi Operasional.....	15
3.5.3 Kisi-kisi Instrumen.....	15

3.5.4	Jenis Instrumen	16
3.5.5	Pengujian Validitas dan Penghitungan Reliabilitas	16
3.6	Teknik Analisis Data.....	18
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		21
4.1	Deskripsi Data	21
4.1.1	Deskripsi Karakteristik Responden	21
4.2	Deskripsi Data Perilaku Konsumsi Makanan.....	26
4.2.1	Faktor Sikap Perilaku.....	28
4.2.2	Faktor Norma Subjektif	33
4.2.3	Faktor Kontrol Perilaku yang Dirasakan	36
4.2.4	Tabulasi Silang antara Karakteristik Responden dengan Variabel Perilaku Konsumsi Makanan	42
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		51
5.1	Kesimpulan.....	51
5.2	Implikasi	51
5.3	Saran	52
DAFTAR PUSTAKA		53
LAMPIRAN.....		55
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		63

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Rumus Tiga Kategorisasi	26
Tabel 4. 2 Sebaran Responden Berdasarkan Perilaku Konsumsi Makanan.....	27
Tabel 4. 3 Sebaran Responden Berdasarkan Kategori Faktor <i>Attitude</i>	28
Tabel 4. 4 Sebaran Responden Berdasarkan Kategori Faktor <i>Subjective Norms</i> . 33	
Tabel 4. 5 Sebaran Responden Berdasarkan Kategori Faktor <i>Perceived Behavioral Control</i>	36
Tabel 4. 6 Tabulasi silang antara Usia dengan Perilaku Konsumsi Makanan.....	42
Tabel 4. 7 Hasil Uji Chi-Square Usia dengan Perilaku Konsumsi Makanan.....	43
Tabel 4. 8 Tabulasi Silang antara Jenis Kelamin dengan Perilaku Konsumsi Makanan.....	43
Tabel 4. 9 Hasil Uji Chi-Square Jenis Kelamin dengan Perilaku Konsumsi Makanan.....	44
Tabel 4. 10 Tabulasi Silang antara Fakultas dengan Perilaku Konsumsi Makanan	44
Tabel 4. 11 Hasil Uji Chi-Square Fakultas dengan Perilaku Konsumsi Makanan	45
Tabel 4. 12 Tabulasi Silang antara Semester dengan Perilaku Konsumsi Makanan	45
Tabel 4. 13 Hasil Uji Chi-Square Semester dengan Perilaku Konsumsi Makanan	46



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram Karakteristik Usia.....	22
Gambar 4. 2 Diagram Karakteristik Jenis Kelamin	23
Gambar 4. 3 Diagram Karakteristik Fakultas	24
Gambar 4. 4 Diagram Karakteristik Semester	25
Gambar 4. 5 Sebaran Data Peduli Terhadap Lingkungan dengan Cara Menghabiskan Makanan yang dibeli.....	29
Gambar 4. 6 Sebaran Data Membeli Makanan dengan Kemasan yang Ramah Lingkungan	30
Gambar 4. 7 Sebaran Data Memerlukan Upaya yang Lebih Besar Untuk Menghabiskan Makanan yang di Beli	31
Gambar 4. 8 Sebaran Data Menghabiskan Makanan Untuk Mengurangi Limbah Makanan	32
Gambar 4. 9 Sebaran Data Orang Lain Akan Menilai Positif Ketika Menghabiskan Makanan.....	34
Gambar 4. 10 Sebaran Data Orang-orang dapat Mengandalkan Saya Untuk Menghabiskan Makanan yang Mereka Beli.....	35
Gambar 4. 11 Gambar Sebaran Data Memiliki Kendali Untuk Menghabiskan Makanan	37
Gambar 4. 12 Sebaran Data Dapat Dengan Mudah Menghabiskan Makanan.....	38
Gambar 4. 13 Sebaran Data Memberikan Sisa Makanan Kepada Hewan	39
Gambar 4. 14 Sebaran Data Memastikan Memiliki Cukup Waktu dan Energi Untuk Menghabiskan Makanan	40
Gambar 4. 15 Sebaran Data Berbagi Makanan Dengan Teman Ketika Tidak Dapat Menghabiskan Makanan	41

Intelligentia - Dignitas