

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Makanan sehat merupakan suatu kebutuhan bagi setiap individu. Makanan sehat memiliki perbedaan makna yang beragam. Ragam tersebut mencerminkan perilaku hidup bersih dan sehat atau PHBS suatu individu dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku hidup bersih dan sehat atau yang dikenal dengan PHBS merupakan suatu perilaku sebagai upaya atau suatu kegiatan individu dalam meningkatkan kesehatannya yang didasarkan atas kesadarannya agar dapat mencegah timbulnya penyakit dan berperan untuk mewujudkan lingkungan sehat melalui olahraga rutin, tidak merokok, cukup waktu dalam beristirahat, serta didukung oleh pola hidup yang positif (Notoatmodjo, 2007).

Wujud penerapan PHBS dapat dilakukan salah satunya adalah dengan mengkonsumsi makanan sehat sehingga dapat memelihara atau bahkan meningkatkan derajat kesehatan individu. Makanan sehat merupakan makanan dengan kandungan berbagai nutrisi yang dibutuhkan dalam tubuh guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan serta perawatan kesehatan. Syarat makanan sehat ialah makanan tersebut higienis, bergizi serta berkecukupan. Makanan yang sehat pada umumnya mengandung kebutuhan gizi kompleks dan seimbang yaitu karbohidrat, protein, lemak, serta vitamin yang dibutuhkan tubuh.

Pemenuhan kebutuhan makanan sehat tidak lain dilakukan dalam upaya pencegahan kekurangan gizi. Zat gizi pada makanan merupakan suatu unsur yang memberikan manfaat bagi kesehatan karena komposisi zat gizi dalam setiap makanan tentu memiliki porsi yang berbeda-beda. Zat gizi yang terdapat pada makanan memiliki fungsi masing-masing yang membantu proses metabolisme. Zat gizi diperlukan oleh tubuh sebagai sumber energi yang dapat membantu menggerakkan tubuh. Zat gizi juga berfungsi untuk membentuk serta memelihara sel-sel jaringan tubuh.

Tubuh yang kekurangan zat gizi mengalami permasalahan pemenuhan gizi seimbang. Pengaruh kekurangan gizi akan berdampak pada perkembangan fisik dan perkembangan kognitif yang berkaitan dengan produktivitas tubuh. Tubuh yang kekurangan zat gizi dalam jangka waktu panjang dapat menimbulkan penyakit kronis seperti obesitas, penyakit jantung, hipertensi, diabetes dan stroke. Untuk mengatasi hal ini, perlu suatu pencegahan melalui kegiatan sosialisasi pedoman gizi seimbang kepada masyarakat untuk digunakan sebagai panduan makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal. Untuk itu, diperlukan komunikasi, informasi dan edukasi yang tepat dan berbasis masyarakat. Prinsip 4 sehat 5 sempurna adalah slogan yang tepat untuk diterapkan dalam pendidikan dan penyuluhan gizi agar dapat diterapkan dalam perilaku mengkonsumsi makanan oleh masyarakat.<sup>1</sup>

Prinsip 4 sehat 5 sempurna diperkenalkan mulai pada tahun 1952 oleh Prof. Poorwo Soedarmo yang dijuluki sebagai Bapak Gizi Indonesia, terinspirasi dari *Basic Four* Amerika Serikat yang diperkenalkan pada tahun 1940 berisi empat menu makan yang dianjurkan untuk dikonsumsi terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan, serta minum susu sebagai penyempurna pola makan. Namun karena prinsip tersebut saat ini kurang sesuai, maka diperkenalkan prinsip baru yang disebut dengan Pedoman Gizi Seimbang. Perbedaannya dengan prinsip 4 sehat 5 sempurna yaitu konsumsi makan sehari-hari harus mengandung zat gizi dalam jenis dan porsi yang sesuai dengan kebutuhan setiap orang atau kelompok umur. Konsumsi makanan harus memperhatikan empat pilar yaitu keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, dan memantau berat badan secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Hal.6-7.

<sup>2</sup>*Ibid.*

Makanan yang sehat belum tentu merupakan makanan yang bersih. Joyce ketika meluncurkan suatu buku berjudul *Autoimmune & Me* di Jakarta, Sabtu 10 Maret 2018 memberikan sebuah pernyataan “*Healthy food* belum tentu *clean eating*,”. Menurutnya, saat ini masyarakat telah menyadari akan pentingnya pola hidup sehat. Akan tetapi, makanan yang dianggap sehat belum tentu merupakan makanan bersih. Makna bersih disini tidak hanya berkaitan dengan higienitas, namun juga bahan makanan. Dalam ihwal ini Joyce menegaskan tentang empat hal yang patut diperhatikan dalam *clean eating*. “Pewarna, pemanis, perasa, dan penyedap”. Empat hal tersebut yang dianggap Joyce tidak sehat pada makanan. (www.liputan6.com, diakses pada 4 Maret 2019).

Makanan bersih yang kita konsumsi belum tentu merupakan makanan yang sehat, oleh karena itu perlu adanya pengetahuan mengenai makanan yang bersih tetapi juga menjadikan tubuh sehat. Mahasiswa merupakan individu yang memiliki landasan berpikir secara ilmiah dan kritis dalam hal pengetahuan. Akan tetapi tidak sedikit kita jumpai permasalahan-permasalahan yang dialami oleh mahasiswa dalam kaitannya dengan makanan sehat. Banyak bermunculan kasus-kasus tentang gangguan kesehatan mahasiswa akibat mengkonsumsi makanan secara sembarangan. Di Indonesia, kasus keracunan yang disebabkan oleh makanan mengalami kenaikan jumlah yang cukup banyak dari 106 kasus pada tahun 2016 menjadi 142 kasus pada tahun 2017 (www.suara.com, diakses pada 7 Maret 2019). Data lain dilaporkan oleh BPOM melalui Laporan Tahunan Badan POM pada tahun 2017 sebanyak 1226 kasus keracunan yang disebabkan karena kelompok pangan, yakni 336 kasus makanan dan 890 kasus minuman (Laporan Tahunan Badan POM, 2017).

Kasus keracunan makanan pernah terjadi di Belgia. Dalam laman berita Tribunjogja.com dikabarkan terjadi kematian seorang mahasiswa berusia 20 tahun di Belgia akibat mengkonsumsi sisa *spaghetti* dan pasta yang ditinggalkan di dapur selama lima hari lamanya. Diwartakan News.com.au, Senin (28/1/2019), pria yang tinggal di Brussels itu kemudian mengeluh sakit setelah memakan *spaghetti* sisa dengan saus tomat yang dimasak lima hari sebelumnya. Pasta

tersebut diketahui disimpan pada suhu ruangan. Setelah merasa sakit, dia menuju kamarnya untuk tidur dengan berharap dapat sembuh keesokan harinya. Namun yang terjadi justru sebaliknya, mahasiswa yang diidentifikasi beridentitas sebagai AJ ini ditemukan meninggal dunia di tempat tidurnya pada pagi hari. Hasil autopsi menyebutkan, mahasiswa ini mati mendadak akibat keracunan makanan yang disebabkan oleh bakteri bernama *bacillus cereus*. Sebagai informasi, bakteri pembentuk *spora* tersebut menghasilkan racun, menyebabkan muntah, dan diare. AJ hanya mengatasi dua gejala tersebut dengan meminum banyak air dan tidak minum obat. Racun dari bakteri tersebut menyebabkan kegagalan liver sehingga membunuhnya ketika dia masih dalam kondisi tidur (jogja.tribunnews.com, diakses pada 4 Maret 2019).

Di Indonesia, tidak sedikit kasus keracunan telah terjadi. Misalnya kasus berita yang terjadi di IPB (Institut Pertanian Bogor) pada 22 September 2013 yang lalu. Sebanyak 121 mahasiswa dengan keluhan diare, mual, dan muntah setelah mengonsumsi talam jagung dan getuk lindri dalam kegiatan seminar Pekan Nutrisi yang diselenggarakan di Institut Pertanian Bogor (IPB). Dalam acara seminar yang bertajuk “Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Penanganan Masalah Gizi” tersebut dilaporkan sebanyak 121 mahasiswa merasakan sakit, yakni terdiri dari 115 mahasiswa Institut Pertanian Bogor dan 6 Mahasiswa dari universitas lain (megapolitan.kompas.com, diakses pada 3 Maret 2019). Menurut hasil uji laboratorium yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan, penyebab terjadinya kasus ini yaitu adanya bakteriologis jenis *Bacillus Cereus* yang terkandung di dalam getuk lindri dan talam jagung. Terkontaminasinya dua jenis makanan ini dengan bakteri *Bacillus Cereus* disebabkan kurangnya kebersihan serta sanitasi dari pembuat makanan tersebut (www.republika.co.id, diakses pada 3 Maret 2019). Dari kasus tersebut dapat kita ketahui akan kurangnya pengetahuan mahasiswa mengenai makanan yang higienis maupun tidak. Pengetahuan akan kebersihan dan kesehatan makanan kurang mereka miliki sehingga dapat menyebabkan dampak yang serius seperti keracunan dalam kasus yang telah dipaparkan.

Kasus keracunan juga terjadi di tempat lain yang dimuat di laman Kompas.com. Sebanyak 60 orang mahasiswa Universitas Pelita Harapan (UPH) Karawaci, Tangerang Selatan dibawa ke rumah sakit akibat mengonsumsi nasi goreng *seafood* di kantin kampus pada Kamis (31/5/2018) pukul 09.00 WIB. Terdapat 35 mahasiswa dilarikan ke Rumah Sakit Umum Siloam, sebanyak 31 mahasiswa masih sedang dirawat dan 4 lainnya sudah dipulangkan. Sedangkan sebanyak 25 orang mahasiswa lainnya dilarikan ke Rumah Sakit Siloam Gedung A yang 20 diantaranya sudah dipulangkan dan 5 lainnya masih harus dirawat. Selanjutnya, polisi akan mendatangi Rumah Sakit Siloam, menyelidiki tempat kejadian perkara, saksi-saksi, tidak lupa pemilik dapur kantin, dan juga hasil laboratorium. "Barang bukti nasi goreng masih dilakukan pengecekan di laboratorium RS Siloam," tambahnya (dikutip dari megapolitan.kompas.com, diakses pada 4 Maret 2019).

Kasus yang sama juga terjadi di Madura yang diberitakan dalam iNews.id. Puluhan mahasiswa Universitas Trunojoyo, Bangkalan, Madura, Jawa Timur, menderita keracunan makanan usai menyantap menu berbuka puasa bersama di sebuah pondok pesantren, Senin (4/6/2018). Dari data pihak Puskesmas Socah yang merupakan tempat perawatan para korban keracunan, setidaknya ada 20 pasien yang dirujuk ke puskesmas dengan gejala mual, muntah, mencret dan kepala pusing. Dari penuturan beberapa rekan korban, mereka sebelumnya menyantap menu berbuka puasa bersama berupa nasi kotak di pondok pesantren khusus mahasiswa. Setelah menyantap menu tersebut, beberapa mahasiswa langsung mengeluhkan gejala keracunan yang kemudian segera dibawa ke puskesmas untuk mendapat perawatan. Tidak berapa lama, sejumlah mahasiswa lainnya juga dibawa ke Puskesmas Socah (www.inews.id, diakses pada 4 Maret 2019).

Contoh permasalahan dari beberapa kasus tersebut merupakan sedikit gambaran bahwa konstruksi sosial makanan sehat pada mahasiswa berbeda-beda. Kesalahan atau kebenaran pemahaman pada makanan sehat setiap mahasiswa memiliki perbedaan masing-masing. Tidak semua mahasiswa memiliki

pemahaman seperti halnya yang dicontohkan pada beberapa kasus tersebut, ada mahasiswa yang sangat berhati-hati dalam memilih makanan untuk menghindari risiko seperti gangguan penyakit.

Terdapat studi yang membahas mengenai pengkonstruksian suatu makanan, yaitu Konstruksi Sosial Orang Tua Mengenai Konsumsi *Junk Food* untuk Anak di Perkotaan oleh Handito Satya Pratama pada tahun 2015. Pada penelitian ini ditemukan bahwa konstruksi sosial seorang ibu tentang konsumsi *junk food* untuk anak adalah selain sebagai pemenuhan kebutuhan pangan, *junk food* merupakan makanan yang memiliki simbol terhadap sebuah nilai status sosial seseorang. Konsumsi *junk food* merupakan sebuah *life style* atau gaya hidup. Gaya hidup yang membutuhkan kepraktisan dan efisiensi waktu yang cepat sehingga menuntut agar berpikir praktis. Dimana gaya hidup tersebut telah menjadi kebiasaan dan membentuk sebuah budaya karena individu dengan individu lain sepakat bahwa *junk food* merupakan sebuah kebutuhan akan gaya hidup yang modern.<sup>3</sup>

Studi yang memiliki keterkaitan dengan kesehatan suatu makanan ini sebelumnya telah banyak dilakukan oleh banyak pihak. Terdapat dua studi yang berbicara mengenai pemilihan makanan berdasarkan kelas sosial. Studi-studi tersebut diantaranya adalah “*Positioning Food Cultures: ‘Alternative’ Food as Distinctive Consumer Practice*” yang dilakukan oleh Jessica Paddock, 2016 dan “*Moral Conventions in Food Consumption and their Relationship to Consumers’ Social Background*” yang dilakukan Naja Buono Stamer pada tahun 2016. Peran budaya kelas dipertimbangkan dalam praktik konsumsi makanan alternatif. Ketika individu berbicara tentang posisi mereka, ekspresi kelas muncul melalui diskusi tentang praktik makanan (Paddock, 2016). Studi ini menguji bagaimana latar belakang sosial mempengaruhi cara orang mengevaluasi dan membenarkan konsumsi makanan mereka.

---

<sup>3</sup>Handito Satya Pratama, Skripsi: “Konstruksi Sosial Orang Tua Mengenai Konsumsi *Junk Food* untuk Anak di Perkotaan” (Surabaya: UNAIR, 2015), Hal. 261.

Klaim terhadap apa yang baik dalam makanan ini memiliki resonansi berbeda di antara konsumen dengan posisi sosial ekonomi yang berbeda (Stamer, 2016). Makanan berperan dalam menandai batas-batas perbedaan antara makanan 'untuk kita' dan 'untuk mereka', mereka membatasi imajinasi tentang makanan alternatif (Paddock, 2016). Persamaan dari kedua studi tersebut dengan penelitian ini yaitu pada peran kelas dalam mahasiswa. Pada dasarnya mahasiswa berasal dari kelas yang berbeda-beda baik itu kelas ekonomi bawah, menengah, dan kelas ekonomi tinggi. Perbedaannya dengan penelitian ini adalah fokus studi. Kedua studi terdahulu ini berfokus pada peran budaya kelas dalam praktik konsumsi makanan alternatif, sedangkan penelitian ini berfokus pada pemaknaan makanan sehat pada mahasiswa yang berasal dari berbagai macam kelas sosial.

Studi berikutnya mengenai penilaian makanan sehat dari kondisi makanan. Beberapa studi tersebut diantaranya “*Social Representations of Safety in Food Services*” oleh Jorge H. Behrens et al. (2015), “*Street-Vended Local Food Systems Actors Perceptions on Safety in Urban Ghana: The case of Hausa Koko, Waakye and Ga Kenkey*” oleh Joyce Haleegoah et al. (2015), dan “*Street Food Consumption in Terms of the Food Safety and Health*” oleh Aybuke Ceyhun Sezgin & Nevin Sanlier (2016). Representasi sosial dari makanan yang aman dan penyakit yang ada dalam makanan adalah disebabkan dari makanan itu sendiri. Selain itu keterlibatan diri pelanggan juga turut mempengaruhi dalam rantai keamanan pangan (Behrens et al., 2015). Makanan yang aman adalah makanan yang disajikan panas, lingkungan yang higienis, serta tempat makanan atau alas makanan yang digunakan (Haleegoah et al., 2015). Makanan jalanan sebagian besar dikritik dan dipandang sebagai ancaman bagi kesehatan. Hal ini dikarenakan tempat makanan yang digunakan tersebut diproduksi dan dijual terbuka sehingga kotor dan terkontaminasi. Kebersihan, sikap dan persiapan serta penyimpanan makanan dinilai tidak mencukupi (Sezgin & Sanlier, 2016). Ketiga studi ini memfokuskan pada makanan jalanan, sedangkan penelitian dalam topik ini tidak hanya melihat pada makanan jalanan tetapi juga makanan cepat saji dan warung makan yang saat ini sangat digemari mahasiswa.

Studi terdahulu selanjutnya mengenai penilaian makanan sehat dilihat dari perilaku pedagangnya. Studi-studi tersebut diantaranya “*Food Safety Knowledge, Attitudes and Practices of Street Food Vendors and Consumers in Port-au-Prince, Haiti*” oleh Samapundo et al. (2014), “*Food Safety Knowledge, Attitudes and Practices of Street Vendors and Consumers in Ho Chi Minh City, Vietnam*” oleh Samapundo et al. (2016), dan “*Food Safety and Hygiene Practices of Vendors During the Chain of Street Food Production in Florianopolis, Brazil: A Cross-Sectional Study*” oleh Rayza Dal Molin Cortese, et al. (2015). Ditemukan hasil bahwa sebagian besar pedagang menyajikan makanan dengan kondisi tangan kosong serta tidak mencuci tangannya usai memegang uang. Sebagian besar dari pedagang tersebut beroperasi dibawah kondisi yang tidak higienis (Samapundo et al., 2014, 2016). Selain itu penjual juga tidak mencuci tangan setelah dari kamar mandi, tidak menggunakan penutup rambut, serta penjual tidak memiliki pasokan air (Cortese et al., 2015). Perbedaan tiga studi tersebut dengan penelitian ini adalah ketiga studi ini hanya mengamati pedagang yang menjual makanan tersebut, sedangkan penelitian ini berfokus pada mahasiswa sebagai konsumen yang membelinya. Penelitian ini tidak hanya mengamati akan tetapi juga berinteraksi terhadap mahasiswa untuk mengetahui realitas sosial secara mendalam.

Hal yang berkaitan dengan makanan sehat ini menjadi sangat menarik untuk dikaji. Kasus-kasus keracunan yang banyak dialami mahasiswa menarik peneliti untuk mendalami permasalahan sosial ini. Studi-studi terdahulu yang mendefinisikan makanan sehat dari berbagai sudut pandang turut menambah wawasan peneliti dalam mengkaji permasalahan makanan sehat di kalangan mahasiswa, terutama para mahasiswa yang tempat tinggalnya di kos-kosan atau yang berdekatan dengan penjual makanan cepat saji maupun pedagang kaki lima. Perbedaan sudut pandang dari berbagai kalangan mahasiswa tentang makanan sehat akan menjadikan penelitian ini sangat menarik dalam menggambarkan konstruksi sosial mengenai makanan sehat.



## **1.2 Fokus Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, studi ini bermaksud untuk memahami bagaimana mahasiswa mengkonstruksi makanan sehat. Dengan kata lain, studi ini mengkaji perbedaan pemahaman pada kenyataan dan pengetahuan mahasiswa dalam pemaknaan makanan sehat. Oleh karena itu penelitian ini berjudul Konstruksi Sosial Makanan Sehat di Kalangan Mahasiswa dengan berfokus pada perbedaan dalam pemahaman makanan sehat. Penelitian ini memiliki fokus penelitian sebagai berikut:

“Bagaimana mahasiswa mengkonstruksi makanan sehat?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji perbedaan pemahaman pada kenyataan dan pengetahuan mahasiswa dalam pemaknaan makanan sehat. Oleh karena itu penelitian ini berjudul Konstruksi Sosial Makanan Sehat di Kalangan Mahasiswa dengan berfokus pada perbedaan dalam pemahaman makanan sehat. Penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

“Untuk mendeskripsikan, mengungkap makna, dan memahami konstruksi sosial makanan sehat pada mahasiswa.”

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Akademis**

Studi ini diharapkan untuk dapat memberikan suatu kontribusi yang bersifat akademis dalam Sosiologi Kesehatan, lebih khususnya dalam memperkaya pemahaman secara teoritik mengenai konstruksi sosial yang terjadi di kehidupan mahasiswa dalam memaknai makanan sehat. Selain itu, hasil studi ini diharapkan dapat memperkaya variasi teoritik tentang teori Konstruksi Sosial yang telah dikembangkan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann. Adapun penelitian ini diharapkan untuk mampu memberikan

pemahaman mengenai konstruksi sosial mahasiswa terhadap makanan sehat, serta pertentangan makna yang terjadi dalam diri mahasiswa dalam memaknai makanan sehat.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Studi mengenai konstruksi sosial makanan sehat di kalangan mahasiswa diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap berbagai pihak yang terkait, diantaranya adalah:

- a. Bagi mahasiswa, hasil dari studi ini diharapkan memiliki kontribusi dalam menambah wawasan juga masukan terhadap mahasiswa agar supaya lebih berhati-hati dalam memilih dan memaknai makanan sehat.
- b. Bagi pemerintah, hasil dari studi ini diharapkan memiliki kontribusi untuk memberikan masukan yang berkaitan dengan dunia kesehatan terkhusus makanan sehat sehingga dapat mempermudah perumusan kebijakan yang lebih baik dan efisien.

### **1.5 Kajian Pustaka**

#### **1.5.1 Studi Terdahulu**

##### *a. Perceptions of Healthy Eating Among Hispanic Parent–Child Dyads*

Studi ini dilakukan oleh Emily, A. Lilo et al. pada Maret 2019. Studi ini membahas persepsi orangtua dan anak yang dapat menginformasikan praktik kesehatan masyarakat sehubungan dengan nutrisi dan pencegahan obesitas. Studi ini melakukan analisis eksplorasi data wawancara yang dikumpulkan dari 25 pasangan anak-anak orang tua sebagai bagian dari evaluasi program untuk mempelajari lebih lanjut tentang keyakinan dan praktik orang tua dan anak terkait makan sehat, dan khususnya konsumsi buah dan sayur.

Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan wawancara semi-terstruktur dan menggunakan pendekatan *grounded theory* yang dimodifikasi

untuk menghasilkan penjelasan tentang konstruksi dan perilaku yang berkaitan dengan makan sehat di antara anak-anak hispanik dan orang tua mereka atau pengasuh utama. Lilo et al. menggabungkan pengetahuan yang sudah ada sebelumnya tentang perilaku makan dan makan sehat dengan konsep serta ide yang ditawarkan oleh orang yang diwawancarai. Lilo et al. melakukan analisis tematik deduktif dan induktif menggunakan skema pengkodean tunggal untuk mengkode wawancara orangtua, anak, dan pasangan.

Hasil dari studi ini adalah anak-anak fokus pada manfaat makan sehat, terutama makan lebih banyak sayuran. Ini kontras dengan perspektif orang tua yang lebih berorientasi negatif, khususnya bahaya mengonsumsi makanan yang tidak sehat, memiliki berat badan berlebihan, serta makanan yang harus dihindari. Orang tua sering menyalahkan anak-anak karena makan terlalu banyak *junk food* atau tidak cukup sayuran, orangtua melihat masalah ini dalam hal tanggung jawab pribadi. Ada pemahaman yang terbatas tentang faktor sosioekologis (mis., Sistem perawatan kesehatan, sistem makanan) yang memengaruhi konsumsi makanan (Lilo et al, 2019).

Studi ini memiliki dua keterbatasan. Pertama, ini adalah analisis sekunder wawancara yang dilakukan terutama untuk evaluasi program. Oleh karena itu, tidak semua data yang menarik dikumpulkan. Data kualitatif ini dikumpulkan dari sampel kenyamanan di satu komunitas dan karena itu tunduk pada bias respon dan memiliki generalisasi terbatas. Lilo et al. memfokuskan penelitian ini pada persepsi orangtua dengan anak mengenai makanan sehat, berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan akan lebih fokus pada konstruksi sosial mengenai makanan sehat dan dengan subjek yang juga berbeda yakni mahasiswa.

*b. Positioning Food Cultures: 'Alternative' Food as Distinctive Consumer Practice*

Studi selanjutnya dilakukan oleh Jessica Paddock, tahun 2016 di South Wales, UK. Metode yang dilakukan dalam studi ini adalah wawancara etnografi di tempat, analisis dokumenter, survei dan 20 wawancara semi-terstruktur mendalam yang berlangsung antara satu dan dua jam, yang berusaha mendapatkan narasi belanja rutin makanan sehari-hari dan konsumsi. Teori yang digunakan adalah Habitus – Pierre Bourdieu. Studi tersebut mengatakan banyak penelitian sosiologis sampai saat ini telah mengeksplorasi peran makanan dalam menandai perbedaan antar kelompok.

Studi ini mempertimbangkan peran budaya kelas dalam praktik konsumsi makanan alternatif. Ketika peserta berbicara tentang posisi mereka, ekspresi kelas muncul melalui diskusi tentang praktik makanan. Setelah mengeksplorasi bagaimana makanan berperan dalam menandai batas-batas perbedaan antara makanan 'untuk kita' dan 'untuk mereka', kita diingatkan bahwa dalam mereproduksi ide-ide tertentu tentang makan yang benar, kita membatasi imajinasi kita tentang makanan alternatif (Paddock, 2016).

Kelemahan dalam studi ini adalah ruang untuk membahas data survei terbatas, dan mengingat maksud artikel ini untuk mengeksplorasi pengambilan posisi melalui pembicaraan, data survei secara singkat memperkenalkan komposisi sosial-demografis dari masing-masing situs. Pada kasus yang akan diambil oleh peneliti, studi ini memiliki persamaan yaitu pada peran kelas dalam mahasiswa. Pada dasarnya mahasiswa berasal dari kelas yang berbeda-beda baik itu kelas ekonomi bawah, menengah, dan kelas ekonomi tinggi. Perbedaan selanjutnya adalah fokus studi. Studi ini berfokus pada peran budaya kelas dalam praktik konsumsi makanan alternatif, sedangkan peneliti berfokus pada pemaknaan makanan sehat pada mahasiswa yang berasal dari berbagai macam kelas sosial.

c. *Moral Conventions in Food Consumption and Their Relationship to Consumers' Social Background*

Naja Buono Stamer pada tahun 2016 juga mengemukakan studi yang hampir sama dengan Jessica Paddock, dimana studinya telah menguji bagaimana latar belakang sosial mempengaruhi cara orang mengevaluasi dan membenarkan konsumsi makanan mereka. Metodologi yang diterapkan adalah metodologi kuantitatif menggunakan kuesioner tentang konsumsi makanan. Selain itu Paddock juga menggunakan wawancara - baik wawancara kualitatif semi-terstruktur atau wawancara survei. Analisis statistik berisi dua langkah: analisis faktor dan analisis regresi.

Secara teoritis, studi ini menggabungkan teori Bourdieu tentang praktik berbasis kelas dengan teori penilaian terletak Boltanski dan Thévenot untuk lebih memahami bagaimana kelas sosial dan nilai-nilai moral terhubung. Secara empiris, artikel ini menganalisis bagaimana kelas sosial mungkin membatasi atau memungkinkan jenis pembenaran tertentu untuk konsumsi makanan. Hasilnya menunjukkan bahwa klaim terhadap apa yang baik dalam makanan ini memiliki resonansi berbeda di antara konsumen dengan posisi sosial ekonomi yang berbeda. Kondisi struktural, terutama terkait dengan kepemilikan modal budaya oleh konsumen atau jenis kelamin atau usia mereka, memengaruhi kemungkinan konsumen mengevaluasi praktik penyediaan makanan mereka dengan cara tertentu (Stamer, 2016).

Keterbatasan pada penelitian ini adalah tipe data survei tidak mampu menciptakan suatu hubungan yang bersifat sebab-akibat antara struktur, ruang sosial, dan habitus. Studi ini akan membantu peneliti dalam menganalisis proses konstruksi sosial makanan sehat di kalangan mahasiswa dengan mengkaitkan apakah latar belakang mahasiswa tersebut dapat mempengaruhi proses pemaknaan makanan sehat.

*d. Development and Preliminary Testing of the Food Choice Priorities Survey (FCPS): Assessing the Importance of Multiple Factors on College Students' Food Choices*

Berbeda dengan Melissa J. Vilaro et al. tentang studinya yang dilakukannya pada tahun 2017. Penelitian ini mengembangkan dan menguji Survei Prioritas Pilihan Makanan (FCPS) di kalangan mahasiswa. Tiga puluh tujuh mahasiswa sarjana berpartisipasi dalam dua kelompok fokus (n = 19; 11 dalam kelompok khusus laki-laki, 8 dalam kelompok khusus perempuan) dan wawancara (n = 18) tentang pengaruh khas pada pilihan makanan.

FCPS dinilai mampu melihat faktor-faktor pemilihan makanan pada mahasiswa. Faktor penting tersebut diantaranya adalah pekerjaan, rasa yang diusulkan, kesehatan, status sosial, latar belakang keluarga dan budaya, harga dan kenyamanan, teman, dan iklan (Vilaro et al., 2017). Studi ini menggunakan konsep model *Food Choice Process* yang dikembangkan oleh Furst T. Kelemahan dari studi ini yaitu tidak mencantumkan teori yang digunakan untuk membandingkan dengan studi sebelumnya atau sesudahnya. Perbedaan penelitian ini dengan studi yang dilakukan oleh peneliti adalah studi ini mengaitkan faktor pemilihan makanan pada peningkatan kualitas diet, sedangkan peneliti lebih mengaitkan pemilihan makanan dengan alasan kesehatan.

*e. Social Representations of Safety in Food Services*

Studi selanjutnya adalah studi yang dilakukan oleh Jorge H. Behrens et al. pada tahun 2015. Dalam penelitiannya wawancara mendalam selama 20 hingga 30 menit dilakukan menggunakan kuesioner semi-struktur dengan tiga pertanyaan terbuka yang berfokus pada keamanan pangan dalam layanan makanan. Teori yang digunakan adalah teori representasi sosial. Teknik analisis yang digunakan untuk data kualitatif bernama *Collective Subject Discourse (CSD)*, berdasarkan SRT, yang mengasumsikan bahwa, dalam suatu

masyarakat, ide, pendapat, kepercayaan dan nilai-nilai dibagikan oleh kelompok individu sehingga pidato individu menunjukkan kesamaan isi dan makna.

Representasi sosial dari makanan yang aman dan penyakit yang ada dalam makanan adalah disebabkan dari makanan itu sendiri. Selain itu keterlibatan diri pelanggan juga turut mempengaruhi dalam rantai keamanan pangan. Dari beberapa responden yang diwawancarai, mereka menunjukkan keprihatinan mengenai kebersihan dan praktik-praktik yang dilakukan dalam penyajian makanan. Responden juga mengenali beberapa bahaya pangan yang mungkin dapat menyerang kesehatan mereka. (Behrens et al., 2015)

Kekurangan dari studi ini adalah objek yang diteliti kurang bervariasi karena hanya berfokus pada rumah makan atau restoran sehingga data yang dihasilkan juga kurang variatif. Dalam studi ini Behrens telah mengungkap bahwa individu sebenarnya telah mengetahui bahwa penyakit yang ditimbulkan merupakan representasi dari makanan itu sendiri. Maka posisi peneliti disini adalah untuk mengungkapkan alasan individu masih tetap bertahan mengkonsumsi suatu makanan, walaupun sebenarnya mereka sudah mengetahui efek penyakit yang akan mereka derita.

*f. Street-Vended Local Food Systems Actors Perceptions on Safety in Urban Ghana: The Case of Hausa Koko, Waakye and Ga Kenkey*

Studi berikutnya berasal dari Ghana yang dilakukan oleh Joyce Haleegoah et al. pada tahun 2015. Metode yang digunakan untuk pengumpulan data primer adalah kualitatif seperti wawancara individu, diskusi kelompok fokus (FGD) dan observasi. Kuesioner semi-terstruktur digunakan untuk mendapatkan data kuantitatif. Studi ini menggunakan SPSS untuk menganalisis data dari survei kuesioner semi terstruktur konsumen dengan menggunakan statistik deskriptif.

Keamanan pangan di makanan jalanan dipersepsikan terkait dengan proses memasak yang panjang. Selain itu ditemukan bahwa suatu makanan dikatakan aman jika makanan tersebut disajikan saat masih panas. Lingkungan yang higienis, tempat makanan atau alas makanan bersih yang digunakan turut mempengaruhi keamanan pangan tersebut (Haleegoah et al., 2015). Terlepas dari karakteristik fisik, responden juga berpendapat bahwa makanan jalanan yang aman adalah makanan yang tidak memberi efek merugikan ketika dikonsumsi.

Kelemahan dari studi yang dilakukan oleh Haleegoah et al. ini adalah tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis. Dalam studi ini responden sudah dapat memilah mana makanan jalanan yang layak untuk dibeli/ dikonsumsi. Peneliti akan membandingkan hasil penelitian ini dengan keadaan yang ada disekitar peneliti khususnya mahasiswa. Peneliti ingin mengetahui apakah mahasiswa juga sudah pandai memilah makanan jalanan yang layak untuk dikonsumsi.

*g. Food Safety Knowledge, attitudes and Practices of Street Food Vendors and Consumers in Port-au-Prince, Haiti*

Studi yang mengamati tentang makanan jalanan juga dilakukan oleh S. Samapundo et al. Studi ini dilakukan pada tahun 2014. Samapundo et al. melakukan pengamatan pada makanan yang dijual di jalanan Port-au-Prince, Haiti. Kuesioner tertulis terstruktur digunakan untuk menilai pengetahuan dan sikap keamanan pangan dari konsumen dan penjual sedangkan daftar periksa digunakan untuk mengevaluasi praktik penanganan makanan dari pedagang kaki lima. Dua sampel T-tes digunakan untuk perbandingan set data 2-sampel seperti jenis kelamin, status pelatihan keamanan makanan dan usia.

Hasil studi ini adalah 60% kasus lalat dan hewan sejenisnya terlihat nyata, 65% pedagang tanpa kepemilikan akses terhadap air minum, sebagian besar pedagang menyajikan makanan dengan kondisi tangan kosong serta tidak



mencuci tangannya usai memegang uang (Samapundo *et al*, 2014). Kelemahan dari studi ini adalah beberapa temuan yang diperoleh dalam studi ini adalah hasil dari *status quo*. Hasil studi ini sangat sesuai dengan situasi yang ada di Indonesia, khususnya di lingkungan tempat tinggal mahasiswa. Untuk itu, studi ini sangat membantu peneliti menggambarkan situasi yang terjadi pada makanan jalanan. Selain itu studi ini juga menjadi jalan bagi peneliti untuk mengetahui alasan mahasiswa tetap membeli makanan jalanan dengan berbagai resiko yang ditimbulkan.

*h. Food Safety Knowledge, Attitudes and Practices of Street Food Vendors and Consumers in Ho Chi Minh City, Vietnam*

S. Samapundo *et al*. juga melakukan penelitian yang sama di Vietnam pada 2016. Kuesioner tertulis terstruktur digunakan untuk menilai pengetahuan dan sikap keamanan pangan dari konsumen dan penjual sedangkan daftar periksa digunakan untuk mengevaluasi praktik penanganan makanan dari pedagang kaki lima. Selain itu studi ini juga menggunakan analisis deskriptif untuk menghitung rata-rata, standar deviasi maksimum serta minimum untuk usia, pendidikan, lokasi, jenis kelamin dan pelatihan keamanan makanan. Analisis T-test dan ANOVA juga digunakan dalam studi ini. Meskipun topik penelitian ini sama dengan yang mereka lakukan di Haiti, hasil yang didapatkan sedikit terdapat perbedaan.

Hasil penelitiannya adalah perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap keamanan pangan yang terjadi pada responden adalah berdasarkan usia, pendidikan yang ditempuh, status pelatihan keamanan pangan, serta lokasi. Pedagang jalanan yang menjajakan makanan ditemukan memiliki pengetahuan dan sikap keamanan pangan yang buruk. Sebagian besar dari pedagang tersebut beroperasi dibawah kondisi yang tidak higienis (Samapundo *et al*., 2016). Kelemahannya, studi ini tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis. Studi ini relevan dengan situasi yang menjadi latar belakang pedagang kaki lima di Indonesia, khususnya di sekitar tempat tinggal mahasiswa. Peneliti

juga ingin mengetahui alasan mahasiswa tetap membeli makanan di jalanan dengan kondisi yang demikian.

*i. Street Food Consumption in Terms of the Food Safety and Health*

Studi yang lain dilakukan oleh Aybuke Ceyhun Sezgin dan Nevin Sanlier pada tahun 2016. Dalam studinya Sezgin dan Sanlier menemukan bahwa makanan jalanan sebagian besar dikritik dan dipandang sebagai ancaman bagi kesehatan. Hal ini dikarenakan tempat makanan yang digunakan tersebut diproduksi dan dijual terbuka sehingga kotor dan terkontaminasi. Kebersihan, sikap dan persiapan serta penyimpanan makanan dinilai tidak mencukupi (Sezgin & Sanlier, 2016).

Studi ini tidak memiliki kejelasan dalam lokasi, teori maupun metode penelitian karena studi ini merupakan studi literasi yang membandingkan studi-studi sebelumnya. Seperti studi sebelumnya, studi ini relevan dengan situasi yang menjadi latar belakang pedagang kaki lima di Indonesia, khususnya di sekitar tempat tinggal mahasiswa. Peneliti juga ingin mengetahui alasan mahasiswa tetap membeli makanan di jalanan dengan kondisi yang demikian.

*j. Food Safety and Hygiene Practices of Vendors During the Chain of Street Food Production in Florianopolis, Brazil: A Cross-Sectional Study*

Rayza Dal Molin Cortese et al. juga melakukan penelitian pada makanan jalanan di Brazil (2015). Teknik observasi secara langsung dan wawancara dilakukan dalam pengumpulan data pada penelitian ini. Untuk observasi secara langsung, daftar periksa dengan pertanyaan tertutup digunakan untuk memandu poin yang akan diamati. Selanjutnya, wawancara dilakukan secara langsung, dipandu oleh kuesioner tertutup dengan pertanyaan nominal kategorikal / pilihan ganda.

Studi ini menyelidiki profil demografis PKL dan praktek kebersihan yang digunakan di titik-titik kritis produksi makanan untuk produk yang dijual.

Hasilnya adalah sebesar 95% penjual tidak mencuci tangan dalam transaksi yang berkaitan dengan uang dan makanan. Selain itu penjual juga tidak mencuci tangan setelah dari kamar mandi. Sebesar 91% penjual juga tidak menggunakan penutup rambut, dan 100% penjual tidak memiliki pasokan air (Cortese et al, 2015). Studi kualitatif ini tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis. Studi ini juga menjadi referensi bagi peneliti dalam menganalisis alasan-alasan bagi mahasiswa tetap mengonsumsi makanan jalanan dengan latar belakang yang sama dengan penelitian ini.

Tabel 1.1 Matriks Penelitian Terdahulu

No	Judul	Penulis	Lokasi	Teori	Metode	Hasil	Kritik
1.	<i>Perceptions of Healthy Eating Among Hispanic Parent-Child Dyads</i>	Emily, A. Lilo dkk.	Mexico	Grounded Theory	Kualitatif	Anak-anak fokus pada manfaat makan sehat, terutama makan lebih banyak sayuran. Perspektif orang tua lebih berorientasi negatif, khususnya bahaya mengonsumsi makanan yang tidak sehat, memiliki berat badan berlebihan, serta makanan yang harus dihindari. Orang tua sering menyalahkan anak-anak karena makan	Data dalam studi ini dikumpulkan hanya dari sampel kenyamanan di satu komunitas dan karena itu tunduk pada bias respon dan memiliki generalisasi terbatas.

						terlalu banyak junk food atau tidak cukup sayuran.	
2.	<i>Positioning Food Cultures: 'Alternative' Food as Distinctive Consumer Practice</i>	Jessica Paddock	South Wales, UK	Habitus – Pierre Bourdieu	Kualitatif	<p>Ketika peserta berbicara tentang posisi mereka, ekspresi kelas muncul melalui diskusi tentang praktik makanan.</p> <p>Setelah mengeksplorasi bagaimana makanan berperan dalam menandai batas-batas perbedaan antara makanan 'untuk kita' dan 'untuk mereka', kita diingatkan bahwa dalam mereproduksi ide-ide tertentu tentang makan yang benar, kita membatasi imajinasi kita tentang makanan alternatif.</p>	Ruang untuk membahas data survei terbatas, data survei secara singkat memperkenalkan komposisi sosial-demografis dari masing-masing situs.

3.	<i>Moral Conventions in Food Consumption and Their Relationship to Consumers' Social Background</i>	Naja Buono Stamer	Denmark	Class-based theory - Bourdieu & Theory of situated judgement - Boltanski and Thevenot	Kuantitatif	Hasilnya menunjukkan bahwa klaim terhadap apa yang baik dalam makanan ini memiliki resonansi berbeda di antara konsumen dengan posisi sosial ekonomi yang berbeda. Kondisi struktural, terutama terkait dengan kepemilikan modal budaya oleh konsumen atau jenis kelamin atau usia mereka, memengaruhi kemungkinan konsumen mengevaluasi praktik penyediaan makanan mereka dengan cara tertentu.	Tipe data survey dalam studi ini tidak dapat membangun hubungan sebab akibat antara struktur, ruang sosial, dan habitus
4.	<i>Development and Preliminary Testing of</i>	Melissa J. Vilaro, dkk	USA	Model Food Choice Process	Kuantitatif	FCPS dinilai mampu melihat faktor-faktor pemilihan makanan	Studi ini tidak melampirkan teori yang digunakan

	<i>The Food Choice Priorities Survey (FCPS): Assessing the Importance of Multiple Factors on College Students' Food Choice</i>					<p>pada mahasiswa. Faktor penting tersebut diantaranya adalah pekerjaan, rasa yang diusulkan, kesehatan, status sosial, latar belakang keluarga dan budaya, harga dan kenyamanan, teman, dan iklan.</p>	<p>untuk membandingkan dengan studi sebelumnya atau sesudahnya.</p>
5.	<i>Social Representations of Safety in Food Services</i>	Jorge H. Behrens, dkk.	Brazil	Social Representation	Kualitatif	<p>Representasi sosial dari makanan yang aman dan penyakit yang ada dalam makanan adalah disebabkan dari makanan itu sendiri. Keterlibatan diri pelanggan turut mempengaruhi dalam rantai keamanan pangan. Responden menunjukkan keprihatinan mengenai</p>	<p>Objek yang diteliti dalam studi ini kurang bervariasi karena hanya berfokus pada rumah makan atau restoran sehingga data yang dihasilkan juga kurang variatif.</p>

						<p>kebersihan dan praktik-praktik yang dilakukan dalam penyajian makanan.</p> <p>Responden juga mengenali beberapa bahaya pangan yang mungkin dapat menyerang kesehatan mereka.</p>	
6.	<p><i>Street-Vended Local Food Systems Actors Perceptions on Safety in Urban Ghana: The Case of Hausa Koko, Waakye and Ga Kenkey</i></p>	<p>Joyce Haleeg oah, dkk.</p>	<p>Ghana</p>	-	<p>Kualitatif</p>	<p>Keamanan pangan di makanan jalanan dipersepsikan terkait dengan proses memasak yang panjang.</p> <p>Selain itu ditemukan fakta bahwa suatu makanan dikatakan aman apabila disajikan dalam kondisi yang masih panas. Lingkungan yang higienis, tempat makanan atau alas makanan bersih yang digunakan turut</p>	<p>Studi kualitatif ini tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis</p>

						mempengaruhi keamanan pangan tersebut. Terlepas dari karakteristik fisik, responden juga berpendapat bahwa makanan jalanan yang aman adalah makanan yang tidak memberi efek merugikan ketikan dikonsumsi.	
7.	<i>Food Safety Knowledge, Attitudes and Practices of Street Food Vendors and Consumers in Port-au-Prince, Haiti</i>	S. Samapundo, dkk.	<i>Haiti</i>	-	Kuantitatif	Sebanyak 60% kasus lalat dan hewan sejenisnya terlihat nyata, 65% pedagang tanpa kepemilikan akses terhadap air minum, sebagian besar pedagang menyajikan makanan dalam kondisi tangan kosong serta tidak terlebih dahulu mencuci tangan setelah kontak langsung dengan uang.	Beberapa temuan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah hasil dari status quo



8.	<i>Food Safety Knowledge, Attitudes and Practices of Street Food Vendors and Consumers in Ha Chi Minh City, Vietnam</i>	S. Samapundo, dkk.	Vietnam	-	Kuantitatif	Perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap keamanan pangan yang terjadi pada responden adalah berdasarkan usia, pendidikan yang ditempuh, status pelatihan keamanan pangan, serta lokasi. Pedagang memiliki pengetahuan dan sikap keamanan pangan yang buruk. Sebagian besar dari pedagang tersebut beroperasi dibawah kondisi yang tidak higienis.	Studi ini tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis
9.	<i>Street Food Consumption in Terms of the Food Safety and Health</i>	Aybuke Ceyhun Sezgin dan Nevin Sanlier	-	-	-	Makanan jalanan sebagian besar dikritik dan dipandang sebagai ancaman bagi kesehatan. Hal ini dikarenakan tempat makanan yang digunakan tersebut diproduksi dan dijual terbuka	Studi ini tidak memiliki kejelasan dalam lokasi, teori maupun metode penelitian karena studi ini merupakan studi literasi

						sehingga kotor dan terkontaminasi. Kebersihan, sikap dan persiapan serta penyimpanan makanan dinilai tidak mencukupi.	
10.	<i>Food Safety and Hygiene Practices of Vendors During the Chain of Street Food Production in Florianopolis, Brazil: A Cross-Sectional Study</i>	Rayza Dal Molin Cortese, dkk	Brazil	-	Kualitatif	Sebesar 95% penjual tidak mencuci tangan dalam transaksi yang berkaitan dengan uang dan makanan. Penjual juga tidak mencuci tangan setelah dari kamar mandi. Sebesar 91% penjual tidak menggunakan penutup rambut, 100% penjual tidak memiliki pasokan air.	Studi kualitatif ini tidak melampirkan teori yang digunakan untuk pisau analisis

## 1.5.2 Kerangka Teori

### 1.5.2.1 Teori Konstruksi Sosial (Peter L. Berger dan Thomas M. Luckmann)

Kenyataan yang terjadi di dalam hidup seorang individu dibangun secara sosial. Dalam ikhwal ini terdapat dua istilah berbeda yang dapat digunakan untuk memahami kunci suatu realitas sosial, yaitu istilah kenyataan dan istilah pengetahuan. Istilah kenyataan merupakan suatu fenomena yang mana fenomena tersebut memiliki keberadaan (*being*)-nya sendiri dan tidak bergantung terhadap kehendak dari manusia. Sedangkan istilah pengetahuan diketahui sebagai suatu fakta yang telah memiliki kepastian dimana suatu fenomena-fenomena yang terjadi memiliki keberadaan yang nyata (*real*) serta memiliki karakteristik yang spesifik (Berger, 1990: 1).

Berger dan Luckmann mengembangkan pengetahuan yang didasarkan pada dunia kehidupan sehari-hari dalam suatu lingkungan masyarakat sebagai suatu realitas. Dunia kehidupan sehari-hari ditampilkan sebagai suatu realitas yang telah ditafsirkan oleh individu sebagai dunia yang koheren. Maka dari itu, apa yang disebut manusia dalam dunia nyata dalam kehidupan sehari-hari merupakan suatu kenyataan seperti yang ia alami (1990: 28).

Kehidupan sehari-hari adalah sebuah produk dari pikiran-pikiran serta tindakan-tindakan individu itu sendiri, sehingga keduanya diketahui dan dipercaya sebagai hal “yang nyata” bagi dirinya (1990: 28). Oleh karena itu pikiran dan tindakan yang nyata kemudian dijadikan dasar dalam pembentukan realitas sosial. Menurut Peter L. Berger dan Thomas M. Luckmann, realitas akal sehat dalam diri setiap individu dibentuk melalui proses pengobjektivan dalam kehidupan bermasyarakat. Kesadaran yang selalu intens selalu dibutuhkan karena hal itu mengarah pada objek (1990: 30). Akan tetapi, keterbatasan manusia dalam menyadari esensi realitas tidak

dapat disadari, sehingga kesadaran itu hanya dapat dilakukan secara subyektif. Dunia kehidupan sehari-hari yang terjadi pada individu tak hanya diketahui sebagai faktisitas yang nyata, namun juga sebagai hal yang bermakna baginya. Kebermaknaan tersebut tidak lain bersifat subyektif yang artinya kebermaknaan tersebut diterima akan kebenarannya seperti halnya persepsi dari individu itu sendiri. Dalam hal ini, mahasiswa memaknai makanan sehat sangat bergantung pada anggapan benar dari persepsi mereka sendiri. Fenomena ini muncul dan tumbuh dalam jangka waktu yang panjang serta berkembang dalam waktu yang panjang pula. Makanan sehat yang dianggap benar oleh mahasiswa ini diterima olehnya sebagai suatu hal yang nyata dan kenyataan tersebut bersifat memaksa dengan sendirinya, hal seperti ini kemudian terjadi secara terus-menerus atau kontinyu.

Konsep konstruksi sosial menurut Berger dan Luckmann adalah melihat proses memaknai yang dilakukan individu terhadap lingkungan sekitar serta aspek eksternal melalui dialektika pemikirannya yang disebut sebagai dialektika berpikir Berger, dialektika berpikir ini diawali dengan proses eksternalisasi, dilanjutkan proses obyektivasi, dan diakhiri dengan internalisasi. Sebagaimana yang dikatakan oleh Berger dan Luckmann (1990) proses atau tahap eksternalisasi merupakan tahap dimana individu melakukan penyesuaian dirinya terhadap dunia sosiokultural sebagai produk dari manusia, atau dengan kata lain eksternalisasi ini merupakan suatu tahap pengenalan individu dengan hal-hal baru dimana hal baru tersebut dibentuk oleh manusia itu sendiri. Pada proses eksternalisasi ini, individu menyesuaikan diri dengan realitas dalam dunia sosiokultural sebagai suatu produk manusianya, selain itu kepemilikan pengetahuan (*stock of knowlegde*) turut mempengaruhi didalamnya.

Proses obyektivasi merupakan tahap terjadinya suatu interaksi sosial yang terjadi dalam dunia intersubjektif yang dilembagakan atau mengalami proses institusionalisasi. Pada tahap ini suatu realitas mengalami habitualisasi atau pembiasaan yang kemudian mengalami institusionalisasi atau

pelembagaan di dalam diri individu (1990:75-76). Tahap yang terakhir adalah internalisasi yang menurut Berger dan Luckmann (1990:87) diketahui sebagai tahap ketika individu melakukan identifikasi diri ditengah lembaga-lembaga sosial sebagai anggota dari lembaga tersebut. Pada tahap internalisasi terjadi proses peresapan kembali realitas yang dialaminya kemudian mentransformasikan kembali struktur kesadaran objektif menjadi kesadaran subjektif

### 1.5.2.2 Dialektika Berpikir Berger

Dialektika berpikir antara diri dan dunia sosiokultural yang berlangsung dalam suatu realitas dikenal dengan tiga proses yang dikemukakan oleh Berger dan Luckmann. Ketiga proses ini dikenal dengan proses eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi. Suatu realitas akan dapat diketahui jika ditelaah menggunakan tiga proses tersebut. Proses yang pertama diawali dengan proses eksternalisasi. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Berger dan Luckmann (1990), proses eksternalisasi merupakan suatu tahap dimana seorang individu sebagai aktor beradaptasi dengan dunia sosiokulturalnya. Berger dan Luckmann (1990) menambahkan eksternalisasi yang terjadi dalam diri individu tidak terlepas dari *stock of knowledge* (cadangan pengetahuan) yang mempengaruhinya. *Stock of knowledge* ini merupakan akumulasi dari pengetahuan akal sehat atau *common sense knowledge*, yang mana pengetahuan ini dimiliki oleh individu bersama dengan kelompoknya dalam membentuk suatu kegiatan yang rutin dilakukannya secara bersama-sama dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Berger dan Luckmann (1990), proses eksternalisasi ini merupakan akumulasi diri individu yang dilakukan terus-menerus atau kontinyu dalam dunia kehidupan sehari-hari. Proses eksternalisasi menjadi penting dalam kehidupan individu karena proses ini merupakan bagian dari dunia sosiokultural. Sederhananya, proses eksternalisasi ini menjadi proses yang merupakan bagian mendasar dalam memahami suatu realitas sosial. Proses ini sebagai tahap interaksi antara individu dengan produk sosial masyarakat didalamnya. Setelah proses

eksternalisasi, realitas tersebut kemudian memunculkan interaksi dalam dunia intersubyektif dan mengalami proses institusionalisasi yang disebut dengan proses objektivasi.

Proses objektivasi yang dikenalkan oleh Berger dan Luckmann (1990:75-76) sebagai tahap kedua dalam dialektika berpikir konstruksi sosial adalah suatu proses dimana individu melangsungkan interaksi bersama dengan lingkungan sekitarnya dan saling memberikan timbal balik. Lingkungan sekitar yang dimaksudkan dalam hal ini adalah lingkungan alam dan juga lingkungan manusia. Proses interaksi yang dilakukan oleh individu dengan lingkungan alam tidak hanya berkaitan dengan penampakan fisik alam saja, namun juga berkaitan dengan suatu tatanan sosial budaya secara spesifik dengan melalui hubungannya terhadap individu-individu disekitarnya. Sebagaimana yang dikatakan oleh Berger dan Luckmann (1990) ketika proses objektivasi dimulai, seorang individu berusaha melebur dengan individu lain guna terciptanya suatu interaksi diantara mereka. Melalui proses ini, individu membawa pikiran objektif sebagai hasil dari proses eksternalisasi yang dialaminya. Sehingga momen objektivasi turut berpartisipasi dalam proses terciptanya dunia sosial menjadi suatu kenyataan yang menghambat atau bahkan membuat individu-individu turut berpartisipasi.

Kemudian dilanjutkan pada proses internalisasi dimana realitas yang ada tersebut menjadi sebuah pola atau tindakan yang diikuti oleh individu sebagai sebuah kebenaran yang dilakukan secara berulang-ulang. Proses internalisasi merupakan tahapan terakhir dalam dialektika konstruksi sosial Berger dan Luckmann. Sebelum proses internalisasi, individu mendapatkan realitas yang diperoleh dari proses eksternalisasi yang merupakan pemikiran lama dan mendapat pemikiran baru yang kemudian dibawanya melalui interaksi dengan lingkungan dan ditanamkan pada realitas subyektif, yakni objektivasi. Pada tahap internalisasi, individu meninjau kembali atas realitas

yang terbentuk sebagai struktur yang bersifat objektif sehingga kemudian diaplikasikan dalam diri sebagai realitas yang subyektif.

Skema 1.1 Kerangka Konseptual Konstruksi Sosial (Berger&Luckmann)



### 1.5.2.3 Perilaku Konsumsi Makanan Sehat terkait dengan Proses Internalisasi

#### a. Perilaku Kesehatan

Perilaku manusia merupakan hasil dari sekian banyak pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungan sekitarnya yang diwujudkan dalam bentuk pengetahuan, tindakan, dan sikap (Sarwono, 2007). Perilaku kesehatan ialah respon individu (organisme) terhadap stimulus maupun objek yang berkorelasi dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, minuman, dan juga lingkungan. Terdapat klasifikasi perilaku kesehatan yang dibagi dalam tiga kelompok. Salah satu klasifikasi dari perilaku kesehatan ini adalah perilaku pemeliharaan kesehatan.

Dalam Sarwono (2007) perilaku pemeliharaan kesehatan atau yang disebut dengan *health maintenance* adalah perilaku atau usaha seseorang yang bertujuan untuk memelihara dan menjaga kesehatan agar tidak sakit

dan usaha penyembuhan ketika sakit. *Health maintenance* meliputi beberapa aspek salah satunya adalah pola perilaku dalam mengkonsumsi makanan dan minuman. Dalam pola perilaku mengkonsumsi makanan dan minuman ini dikatakan dapat menyehatkan tetapi juga bisa justru menimbulkan penyakit (Sarwono, 2007).

Becker (dalam Ariadi, 2011) juga membuat klasifikasi mengenai perilaku kesehatan yang salah satunya adalah perilaku hidup sehat. Perilaku hidup sehat adalah suatu upaya yang dilakukan oleh individu dengan tujuan untuk mempertahankan serta meningkatkan kesehatan tubuhnya. Perilaku ini mencakup: 1). Mengkonsumsi makanan dengan menu seimbang; 2). Berolahraga secara teratur; 3). Tidak merokok; 4). Tidak mengkonsumsi minuman keras serta narkoba; 5). Beristirahat dengan cukup; 6). Mampu mengendalikan stress; dan 7). Perilaku maupun gaya hidup lain yang baik untuk kesehatan.

Aktivitas perilaku kesehatan juga dikategorikan Alonso (dalam Ariadi, 2011) dalam empat dimensi. Empat dimensi tersebut yaitu: 1). *Prevention*, bertujuan untuk meminimalisir resiko terhadap terserangnya penyakit, sakit, atau kecelakaan; 2). *Detection*, yaitu pendeteksian penyakit sebelum kemunculan gejala sakit dengan pemeriksaan secara medis; 3). *Promotion*, merupakan suatu upaya secara persuasif bagi individu untuk meningkatkan status kesehatannya; dan 4). *Protection*, merupakan upaya protektif yang dilakukan ditingkat masyarakat dibandingkan individu. Seperti menciptakan lingkungan sehat baik lingkungan fisik maupun sosial.

#### **b. Konsep Perikelakuan dalam Tindakan Sosial Weber**

Mahasiswa dalam memilih atau mengkonsumsi makanan sehari-hari merupakan suatu penerapan dari perilaku pemeliharaan kesehatan. Pola perilaku dalam mengkonsumsi makanan yang dilakukan oleh mahasiswa dapat meningkatkan derajat kesehatan namun juga dapat mendatangkan



suatu penyakit. Makanan yang dimaknai sebagai makanan sehat oleh mereka belum tentu merupakan makanan yang sehat menurut rezim medis atau ilmu kesehatan. Oleh karena itu makna yang dihasilkan oleh mahasiswa merupakan makna yang bersifat subyektif. Kata subyektif disini berkaitan dengan pemikiran Weber dalam konsep perikelakuan dalam tindakan sosial.

Kata perikelakuan digunakan oleh Weber untuk perbuatan-perbuatan yang bagi si pelaku memiliki arti subyektif. Pelaku hendak mencapai suatu tujuan atau ia didorong oleh motivasi. Perikelakuan menjadi sosial menurut Weber dapat terjadi hanya pada saat dan sejauh mana arti maksud subyektif dari tingkah laku membuat individu memikirkan dan menunjukkan suatu keseragaman yang kurang lebih tetap. Sebagaimana konsep perikelakuan, tindakan sosial mahasiswa dalam memaknai makanan sehat juga memiliki arti subyektif bagi dirinya. Sehingga tindakan sosial tersebut tidak termasuk perilaku yang kebetulan tetapi yang memiliki pola dan struktur tertentu maupun makna tertentu.

## **1.6 Metode dan Prosedur Penelitian**

### **1.6.1 Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Metode penelitian kualitatif digunakan oleh peneliti karena ingin melihat, menuturkan, dan juga menggambarkan bagaimana konstruksi sosial mahasiswa terhadap makanan sehat dan motif apa yang melatarbelakangi mereka untuk menilai suatu makanan tersebut merupakan makanan yang sehat dan layak untuk mereka konsumsi.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan konstruktivisme yang dikembangkan oleh Peter L. Berger dan Thomas M. Luckmann. Asumsi dasar dari pendekatan konstruktivisme ini adalah suatu realitas tidak dibentuk secara ilmiah akan tetapi juga tidak turun karena campur tangan Tuhan, sebaliknya realitas tersebut adalah dibentuk dan dikonstruksi.

Dengan demikian, realitas yang sama dapat ditanggapi, dimaknai, serta dikonstruksi secara berbeda-beda oleh semua orang. Hal ini dikarenakan semua orang memiliki pengalaman, preferensi, pendidikan tertentu dan lingkungan pergaulan atau sosial tertentu, dimana semua itu suatu saat akan digunakan untuk menafsirkan realitas sosial yang ada disekelilingnya dengan konstruksinya masing-masing.

Paradigma yang digunakan adalah paradigma definisi sosial. Paradigma ini menjelaskan makna subyektif yang diberikan individu terhadap tindakan mereka. Paradigma definisi sosial memandang manusia sebagai orang yang aktif menciptakan kehidupan sosialnya maupun bagaimana cara manusia membentuk kehidupan sosial yang nyata. Paradigma definisi sosial menjelaskan suatu proses sosial yang mengalir dari pendefinisian sosial oleh individu (Ritzer, 2003). Pada intinya paradigma ini berupaya untuk mengetahui dan memahami apa makna terhadap perilaku kehidupan sehari-hari. Alasan dipilihnya paradigma ini karena peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui konstruksi sosial yang dikembangkan oleh mahasiswa dalam mengkonsumsi makanan yang dinilai sebagai makanan sehat dan apa motif yang melatarbelakangi mahasiswa mengkonstruksi suatu makanan yang mereka sebut sebagai makanan sehat.

### **1.6.2 Isu-Isu Sosial**

Tidak sedikit kita jumpai permasalahan-permasalahan yang dialami oleh mahasiswa dalam kaitannya dengan makanan yang mereka konsumsi. Banyak bermunculan kasus-kasus tentang gangguan kesehatan mahasiswa akibat mengkonsumsi makanan secara sembarangan. Mahasiswa yang bertempat tinggal di kos cenderung membeli makanan yang dekat dengan kos dan harga yang murah, yaitu makanan yang diperjualkan secara bebas oleh pedagang kaki lima (PKL). Selain itu saat ini dikenal pula aplikasi *android* yang menyediakan jasa pembelian sekaligus mengantar makanan dengan diskon yang cukup besar guna menarik minat konsumen. Makanan-makanan tersebut belum tentu

merupakan makanan yang sehat sehingga banyak kasus maupun berita keracunan yang diderita mahasiswa akibat konsumsi makanan sembarangan.

### **1.6.3 Setting Sosial**

Kemajuan industri makanan pada era modern ini semakin berkembang pesat. Pedagang kaki lima maupun industri makanan cepat saji berlomba-lomba memodifikasi makanan sedemikian rupa agar diminati oleh masyarakat konsumen khususnya mahasiswa yang jauh dari rumah dan bertempat tinggal di kos. Mahasiswa yang bertempat tinggal di kos cenderung ingin membeli makanan yang dekat, mudah dijangkau, dan praktis. Pada penelitian ini, Kota Surabaya merupakan kota yang dipilih menjadi lokasi penelitian. Surabaya merupakan salah satu kota metropolitan di Indonesia. Sebagai kota metropolitan, banyak universitas yang didirikan di Kota Surabaya sehingga banyak pula mahasiswa yang bertempat tinggal di kota ini.

Penentuan lokasi penelitian di Kota Surabaya tentunya memiliki pertimbangan yaitu mahasiswa yang bertempat tinggal di Kota Surabaya, tidak hanya penduduk asli Kota Surabaya akan tetapi juga berasal dari kota-kota lain dengan kultur yang sangat heterogen. Sehingga ketika dihadapkan dengan kondisi Kota Surabaya dengan gaya hidupnya yang modern dan pilihan makanan yang bervariasi, pemaknaan akan pentingnya makanan sehat bagi setiap individu tentunya berbeda berdasarkan latar belakang dan budaya dari daerah/kota masing-masing. Pertimbangan ini juga ditunjang oleh banyaknya makanan cepat saji yang ditemui pada setiap sudut di Kota Surabaya terutama yang berdekatan dengan kampus serta banyaknya pedagang yang menjajakan makanan di pinggir jalan dekat tempat tinggal atau kos mahasiswa.

### **1.6.4 Penentuan Subyek Penelitian**

Teknik penentuan subyek penelitian yang digunakan adalah teknik purposive, yaitu mempertimbangkan bahwa individu yang menjadi subyek dianggap benar-benar mengetahui serta memiliki hubungan dengan

permasalahan yang diteliti. Kriteria yang ditentukan adalah mahasiswa yang sedang berkuliah di Kota Surabaya. Adapun kriteria dari subyek dalam penelitian ini yang harus dipenuhi yaitu mahasiswa yang sedang mengambil kuliah di Kota Surabaya, bertempat tinggal di Kota Surabaya, baik yang tinggal di kos maupun merupakan penduduk asli Kota Surabaya, serta pernah atau sering membeli makanan dari restoran cepat saji atau warung makan atau pedagang kaki lima.

Beberapa informan tersebut diantaranya adalah UNH, RIA, SA, RJG, MNA, FIR, dan ISA. Ketujuh informan tersebut ditemui di lokasi yang berbeda baik itu di lingkungan kampus, tempat tinggal kos, maupun di tempat makan umum yang mendukung proses berjalannya wawancara dengan baik. Dari ketujuh informan tersebut memiliki latar belakang yang berbeda dalam hal kelas perekonomian, jenis kelamin, asal daerah, serta lokasi kampus. Hal ini tentu bertujuan untuk munculnya variasi data yang dibutuhkan dalam penelitian. Berikut merupakan tabel informasi umum mengenai informan dalam penelitian.

Tabel 1.2 Informasi Umum Informan

Informan	Jenis Kelamin	Usia	Asal	Universitas
UNH	P	21	Gresik	Poltekkes Kemenkes Surabaya
RIA	P	21	Kediri	UIN Sunan Ampel Surabaya
SA	P	22	Surabaya	STIE Urip Sumoharjo
RJG	L	21	Sumatra Utara	Universitas Airlangga
MNA	L	22	Blitar	Politeknik Perkapalan Negeri Surabaya
FIR	L	21	Jombang	UNESA (Lidah Wetan)
ISA	P	22	Jombang	UNESA (Ketintang)

### **1.6.5 Metode Pengumpulan Data**

Dalam melakukan penelitian, peneliti membutuhkan data mengenai segala sesuatu yang ditemukan di lapangan. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini diperoleh melalui:

#### **1. Wawancara Mendalam (*Indepth Interview*)**

Dalam hal ini peneliti dan subyek penelitian berkomunikasi secara langsung untuk melakukan wawancara mendalam dengan menggunakan pedoman wawancara. Untuk memudahkan peneliti dalam proses wawancara, media *handphone* digunakan dalam merekam proses wawancara guna membantu peneliti untuk mengingat kembali hasil wawancara yang dilakukan.

#### **2. Studi Kepustakaan**

Studi kepustakaan yang dilakukan oleh peneliti adalah mengumpulkan data serta informasi-informasi yang dibutuhkan. Data dan informasi tersebut diperoleh melalui sumber buku, jurnal, makalah serta artikel maupun yang bersumber dari internet. Pencarian berbagai sumber tersebut dilakukan berdasarkan pada topik penelitian ini, yaitu konstruksi sosial makanan sehat di kalangan mahasiswa.

#### **3. Observasi**

Peneliti melakukan observasi kepada mahasiswa yang mengkonsumsi makanan pinggir jalan dan makanan cepat saji. Peneliti meninjau dan mengamati secara langsung kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut serta melihat keadaan sekitar baik keadaan lingkungan, kondisi outlet, maupun gerobak makanan dari makanan pinggir jalan dan makanan cepat saji. Dalam hal ini peneliti juga menggunakan media kamera

*handphone* guna membantu peneliti untuk mengabadikan *moment-moment* atau realitas yang terjadi.

#### **1.6.6 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan berdasarkan tiga tahap analisis, yaitu:

##### **1. Reduksi Data (*Data Reduction*)**

Peneliti melakukan reduksi data dengan memilih hal-hal yang pokok serta mengerucutkan pada bagian-bagian yang penting. Selain itu peneliti mencari pola sehingga data-data yang telah usai direduksi menggambarkan data yang lebih jelas sehingga dapat memberikan kemudahan bagi peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya.

##### **2. Penyajian Data (*Data Display*)**

Dalam menganalisis data, peneliti menyajikan data berupa teks naratif dan juga berupa tabel, matriks, dan bagan. Penyajian data akan memberikan kemudahan bagi peneliti untuk memahami realitas yang sebenarnya terjadi, merancang apa yang selanjutnya dilakukan dengan bekal data yang dipahami.

##### **3. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion Drawing*)**

Penarikan kesimpulan adalah metode analisis terakhir yang digunakan peneliti dengan menyimpulkan data yang telah diperoleh guna menjawab rumusan masalah yang sebelumnya telah dirumuskan. Kesimpulan tersebut merupakan temuan baru yang sebelumnya masih belum memiliki kejelasan sehingga menjadi jelas.