

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Mie instan menjadi salah satu makanan tidak sehat yang paling sering dikonsumsi masyarakat karena kandungan natrium dan lemak yang tinggi, namun rendah serat, vitamin dan mineral. Peningkatan aktivitas, kehidupan sosial dan kesibukan mengakibatkan mahasiswa mengonsumsi makanan tidak sehat. Tantangan yang kini dihadapi mahasiswa adalah konsumsi makanan olahan secara berlebihan seperti mie instan. Oleh sebab itu, diperlukan sebuah penelitian untuk menggali gambaran faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa, dengan mengaplikasikan model Story *et al.* (2002), yang mengembangkan model berdasarkan *social cognitive theory* dan teori ekologi, yang terdiri dari 4 faktor yang mempengaruhi pola makan.

**Tujuan Penelitian :** Untuk menggali gambaran faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa.

**Metode Penelitian :** Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam pada 20 informan. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Juni-September 2015.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor individu merupakan faktor yang paling berpengaruh meliputi kendala waktu, praktis, rasa lapar, rasa enak, aroma serta harga, yang didukung oleh faktor lingkungan sosial meliputi pola hubungan keluarga dan pola pertemanan. Faktor lingkungan fisik meliputi akses yang mudah dan ketersediaan mie instan yang mencukupi serta faktor lingkungan makro meliputi tidak adanya kebijakan kampus, norma sosial di masyarakat serta iklan berpengaruh terhadap konsumsi mie instan varian rasa baru. Mahasiswa memberikan saran upaya promosi melalui seminar dan media sosial.

**Kesimpulan :** Faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa meliputi 4 faktor yang saling berhubungan. Mahasiswa mengonsumsi mie instan karena faktor individu, faktor lingkungan sosial, lingkungan fisik dan lingkungan makro.

**Kata Kunci :** konsumsi mie instan, mahasiswa, faktor yang berpengaruh

## ABSTRACT

**Background:** *Instant noodles become one of the most unhealthy foods often consumed by people because of the content of sodium and fat, but low in fiber, vitamins and minerals. Increased activity, social life and bustle resulted in students eating unhealthy foods. The challenge now faced by students is excessive consumption of processed foods such as instant noodles. Therefore, it is necessary to do research to explore the factors that influence consumption behavior of instant noodles on the student, by applying the model Story et al. (2002), who developed a model based on social cognitive theory and the theory of ecology, which consists of four factors that affect eating patterns.*

**Objective:** *To explore the description of the factors that influence the behavior of instant noodle consumption on college students.*

**Methods:** *This study used a qualitative method with phenomenological approach. Data was collected through in-depth interviews on 20 informants. The sampling technique purposive sampling. The data collection was conducted in June-September, 2015.*

**Results:** *The results showed that individual factors are the most influential factors include time constraints, easy to cook, hunger, delicious taste, aroma as well as the price, which is supported by social environmental factors include the pattern of family relationships and patterns of friendship. Physical environmental factors include easy access and sufficient availability of instant noodles and macro environmental factors include the lack of campus policies, social norms in the society as well as the advertising effect on the consumption of instant noodles new flavors. Students give advice promotional efforts through seminars and social media.*

**Conclusions:** *Factors that influence consumption behavior of instant noodles in the students through four inter-related factors. Students eating instant noodles for individual factors, social environmental factors, physical environment and the macro environment.*

**Keywords:** *consumption of instant noodles, college students, determinant*