

**HUBUNGAN LINGKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KONSUMSI
MAKANAN PEDAS DAN MINUMAN BERKAFEIN PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA KONSENTRASI
TATA BOGA**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan (S1) Universitas Negeri Padang*



OLEH:

**SALSABILA MUTIARA DIZA
2019/19075204**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

**“HUBUNGAN LINGKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KONSUMSI
MAKANAN PEDAS DAN MINUMAN BERKAFEIN PADA MAHASISWA
PKK KONSENTRASI TATA BOGA”**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan (S1) Universitas Negeri Padang*



Acc u/ ujian

[Handwritten signature]
19/12-2024

OLEH:

*Kode Dosen Pembimbing
5640*

**SALSABILA MUTIARA DIZA
2019/19075204**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA
DEPARTEMEN ILMU KESEJAHTERAAN KELUARGA
FAKULTAS PARIWISATA DAN PERHOTELAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Judul : Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Konsumsi Makanan Pedas Dan Minuman Berkafein Pada Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga

Nama : Saisabila Mutiara Diza

NIM : 19075204

Program Studi : Pendidikan Kesejahteraan Keluarga

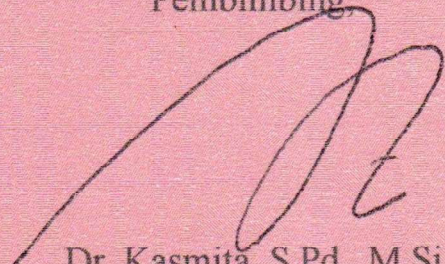
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga

Fakultas : Pariwisata dan Perhotelan

Padang, Februari 2024

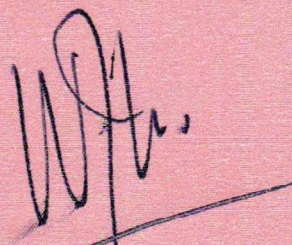
Disetujui Oleh:

Pembimbing



Dr. Kasmita, S.Pd., M.Si
NIP. 19700924 200312 2001

Mengetahui,
Kepala Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga



Dr. Weni Nelmira, S. Pd, M. Pd.T
NIP. 19790727 200312 2002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Salsabila Mutiara Diza

NIM : 19075204

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga
Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas Pariwisata dan Perhotelan
Universitas Negeri Padang

Dengan Judul:

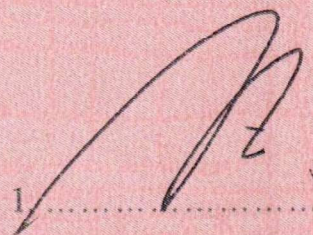
**HUBUNGAN LINGKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KONSUMSI
MAKANAN PEDAS DAN MINUMAN BERKAFEIN PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA KONSENTRASI TATA
BOGA**

Padang, Februari 2024

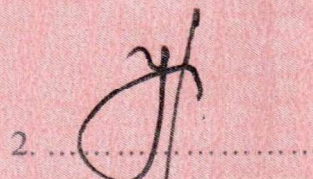
Tim Penguji

Tanda Tangan

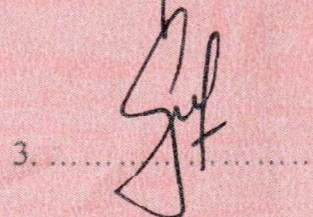
Ketua : Dr. Kasmita, S.Pd., M.Si

1. 

Anggota : Dr. Yuliana, SP, M.Si

2. 

Anggota : Sari Mustika S.Pt., M.Si

3. 



SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Salsabila Mutiara Diza
NIM : 19075204
Program Studi : Pendidikan Kesejahteraan Keluarga
Departemen : Ilmu Kesejahteraan Keluarga
Fakultas : Pariwisata Dan Perhotelan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul **Hubungan lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan kesejahteraan keluarga konsentrasi tata boga** Adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila sesuatu yang terbukti saya melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukuman sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan dengan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Padang, 29 Februari 2024

Diketahui,
Kepala Departemen IKK FPP UNP

Saya yang menyatakan

Dr. Weni Nelmira, S.Pd., M.Pd. T
NIP. 19790727 200312 2002

Salsabila Mutiara Diza
NIM. 19075204

ABSTRAK

Salsabila Mutiara D. 2019. “Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Konsumsi Makanan Pedas Dan Minuman Berkafein Pada Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga. Universitas Negeri Padang”

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan kesejahteraan keluarga Konsentrasi Tata Boga yang didasari oleh indikator penelitian, Adapun indikator dalam penelitian ini yaitu jenis makanan dan minuman, jumlah makanan dan minuman dan frekuensi konsumsi makanan dan minuman tersebut.

Jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Sumber penelitian ini yaitu mahasiswa Pendidikan kesejahteraan keluarga Konsentrasi Tata Boga berjumlah 81 responden. Pengumpulan data dengan cara pengisian kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 8 jenis makanan pedas dan 6 jenis makanan pedas yang dikonsumsi. Rata-rata frekuensi konsumsi makanan pedas (2,39) atau setara dengan 1-2 kali/minggu, rata-rata jumlah konsumsi (1,70) atau setara dengan rata-rata 1 porsi/ minggu, dan cara mendapatkan makanan tersebut dengan cara dibeli. Sedangkan rata-rata konsumsi minuman berkafein (2,16) atau setara dengan 1-2 kali/minggu, rata-rata jumlah konsumsi (1,66) atau setara dengan rata-rata 1 porsi dan cara mendapatkan minuman tersebut dengan cara dibeli. Dari hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan kesejahteraan keluarga Konsentrasi Tata Boga masih dalam batas aman. Disarankan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein tidak ditingkatkan lagi konsumsinya dari segi jumlah/porsi dan frekuensinya.

Kata kunci: Lingkungan Teman Sebaya, Makanan Pedas, Minuman Berkafein.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Konsumsi Makanan Pedas Dan Minuman Berkafein Pada Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga”** Shalawat beserta salam penulis ucapkan kepada junjungan alam yaitu Nabi besar Muhammad SAW yang telah memberikan perubahan kepada manusia berupa ilmu pengetahuan dan Akhlakul Karimah.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak rintangan yang akan penulis hadapi, namun penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dra. Asmar Yulastri, M.Pd, Ph.D selaku Dekan Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
2. Ibu Dr. Weni Nelmira, S.Pd, M.Pd.T selaku Kepala Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang.
3. Dr. Reno Yelfi, M.Pd selaku dosen Penasehat Akademi yang telah memberikan nasehat dan dukungan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

4. Ibu Dr. Kasmita S.Pd, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dengan sabar dan memberi dukungan serta arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini sampai selesai.
5. Ibu Dr. Yuliana, S.P., M.Si selaku dosen penguji 1 dan ibu Sari Mustika S.Pt., M.Si selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis selama menyusun skripsi ini sampai selesai.
6. Seluruh staf pengajar, karyawan dan teknisi di Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata dan Perhotelan Universitas Negeri Padang yang tidak bisa di sebutkan satu persatu.
7. Ucapan terima kasih kepada sahabat, rekan sebaya dan seperjuangan yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
8. Teristimewa kepada orangtua dan keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga segala bantuan, dorongan, motivasi, nasehat dan ilmu yang diberikan mendapat balasan dari Allah SWT serta membawa berkah dan manfaat bagi kita semua. Akhir kata penulis berharap skripsi ini dapat berguna bagi semua pihak, khususnya bagi penulis sendiri.

Padang, Februari 2024

Salsabila Mutiara Diza
NIM. 19075204

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	8
A. Deskripsi Teori	8
1. Pola konsumsi	8
2. Makanan Pedas	12
3. Minuman berkafein.....	21
B. Kerangka Konseptual	27
C. Hipotesis Penelitian	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
C. Variabel penelitian dan Definisi Operasional.....	29
D. Populasi dan sampel penelitian	32
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Instrumen Penelitian.....	37
G. Uji coba instrumen penelitian.....	40
H. Teknik analisis data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50

A. Deskripsi Hasil Penelitian	50
1. Deskripsi Data Variabel Konsumsi Makanan Pedas	50
2. Deskripsi Data Variabel Konsumsi Minuman Berkafein	56
3. Deskripsi data variabel faktor lingkungan teman sebaya dalam konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein	60
4. Deskriptif Hubungan lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein.....	65
B. Pembahasan	71
BAB V PENUTUP	76
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Makanan pedas.....	12
Gambar 2. Bakso Mercon	13
Gambar 3. Seblak.....	14
Gambar 4. Mie Pedas Berlevel.....	15
Gambar 5. Ayam Geprek	15
Gambar 6. Mie Instan Pedas	16
Gambar 7. Cemilan Pedas.....	17
Gambar 8. Minuman kafein	21
Gambar 9. Teh.....	22
Gambar 10. Kopi.....	23
Gambar 11. Minuman Bersoda	23
Gambar 12. Minuman Berenergi.....	24
Gambar 13. Coklat	24
Gambar 14. Kerangka Konseptual	28
Gambar 15. Histogram Deskriptif Variabel Konsumsi Makanan Pedas.....	52
Gambar 16. Histogram Deskriptif Variabel Konsumsi Minuman Berkafein ..	57
Gambar 17. Histogram Deskriptif Variabel lingkungan teman sebaya (X1)...	61
Gambar 18. Histogram Deskriptif Variabel lingkungan teman sebaya (X2)...	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian Mahasiswa PKK Konsentrassi Tata Boga.....	32
Tabel 2. Kisi-kisi penyusunan instrumen angket.	37
Tabel 3. Skor Alternatif Jawaban Angket.....	40
Tabel 4. Hasil uji coba instrumen penelitian.....	42
Tabel 5. Kriteria reliabilitas suatu penelitian	44
Tabel 6. Uji realibilitas (X1).....	44
Tabel 7. Uji realibilitas (X2).....	44
Tabel 8. Uji realibilitas konsumsi makanan pedas.....	45
Tabel 9. Uji realibilitas konsumsi minuman berkafein	45
Tabel 10. Klasifikasi Pengkategorian Data.....	46
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 12. Hasil Uji Korelasi (X1, Y1).....	68
Tabel 13. Hasil Uji Korelasi (X2, Y2).....	69
Tabel 14. Hasil Uji t.....	70
Tabel 15. Hasil Uji t.....	70
Tabel 16. Data Hasil Perhitungan Statistik Konsumsi Makanan Pedas.....	51
Tabel 17. Klasifikasi pengkategorian data variabel konsumsi makanan pedas	52
Tabel 18. Jumlah konsumsi makanan pedas	53
Tabel 19. Frekuensi konsumsi makanna pedas	54
Tabel 20. Data Hasil Perhitungan Statistik Konsumsi Minuman Berkafein....	56
Tabel 21. Klasifikasi pengkategorian data variabel minuman berkafein	57
Tabel 22. Jumlah konsumsi minuman berkafein.....	58
Tabel 23. Frekuensi konsumsi minuman berkafein	59
Tabel 24. Data Hasil Perhitungan Statistik (X1)	61
Tabel 25. Faktor lingkungan teman sebaya (makanan pedas)	62
Tabel 26. Data Hasil Perhitungan Statistik (X2).....	63
Tabel 27. Faktor lingkungan teman sebaya (minuman berkafein).....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner uji coba penelitian	83
Lampiran 2. Kuesioner penelitian	86
Lampiran 3. Tabulasi data uji validitas variabel konsumsi makanan pedas	89
Lampiran 4 Tabulasi data uji validitas variabel konsumsi minuman berkafein	93
Lampiran 5 Tabulasi data uji voba validitas variabel lingkugan teman sebaya	96
Lampiran 6. Tabulasi data variabel konsumsi makanan pedas (x1)	97
Lampiran 7. Tabulasi data variabel konsumsi makanan pedas (x2)	101
Lampiran 8. Dokumentasi penyebaran kuesioner	103
Lampiran 9. Dokumentasi hasil pengisian kuesioner	104
Lampiran 10. Permohonan penulisan skripsi	105
Lampiran 11. Surat permohonan pembimbing skripsi.....	106
Lampiran 12. Surat tugas pembimbing	107
Lampiran 13. Surat tugas seminar.....	108
Lampiran 14. Surat izin penelitian	109
Lampiran 15. Kartu Konsultasi.....	110

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini tren makanan dan minuman sangat berkembang di kalangan mahasiswa mulai dari makanan ringan hingga makanan berat dengan berbagai cita rasa, salah satunya pada makanan dengan sensasi pedas dan minuman berkafein, seiring dengan berkembangnya industri kuliner ini menyebabkan terjadinya konsumsi yang kurang baik di kalangan mahasiswa.

Pola konsumsi adalah informasi tentang jenis dan jumlah makanan yang dimakan oleh individu atau kelompok orang pada waktu tertentu, dan asupan makanan dapat dinilai berdasarkan jumlah dan jenis makanan yang dimakan (Wahdah dkk, 2019). Pola konsumsi makanan dengan cita rasa tertentu seperti rasa pedas cenderung meningkat karena mahasiswa dominan menyukai makanan dengan cita rasa pedas yang cocok dengan lidahnya seperti mie ayam, bakso aci, dsb (Oktaviani, 2021).

Makanan pedas adalah makanan yang memiliki sensasi pedas, panas dan terbakar ketika mengkonsumsinya, sensasi ini dihasilkan dari zat *capsaicin* yang merupakan sebuah senyawa *alkaloid* yang dapat di jadikan sebagai zat tambahan pada makanan untuk memberikan sensasi pedas dalam makanan yang dibuat (Nuraeni & Rostinawati, 2018). Kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas lebih dari satu kali dalam sepekan selama minimal enam bulan jika dibiarkan terus menerus dapat menyebabkan iritasi pada mukosa lambung (Wijaya, Hamdani, & Herlinda, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang penulis lakukan terhadap 43 orang mahasiswa mengenai pola konsumsi makanan pedas pada mahasiswa FPP UNP, hasil survey menunjukkan bahwa (100%) mahasiswa yang pernah mengkonsumsi makanan pedas dengan frekuensi konsumsi makanan pedas 1-2 kali/ minggu (36,4%), 3-4 kali/minggu (29,5%), 5-6 kali/minggu(11,4%), setiap hari (22,7%).

Selain makanan pedas, minuman berkafein juga digemari mahasiswa. Minuman berkafein adalah minuman yang mengandung kafein yang merupakan turunan dari senyawa *alkaloid* yang termasuk jenis *xantina* yang bisa ditemui secara alami pada bahan pangan seperti biji kopi, teh, buah kola, guarana dan mate. Kafein juga menjadi salah satu bahan tambahan pada minuman bersoda dan berenergi, namun jika di konsumsi secara berlebihan kafein dapat menyebabkan jantung berdebar, meningkatkan asam lambung dan hipertensi. Konsumsi minuman berkafein hingga 400 mg/hari masih dianggap aman. Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan menunjukkan bahwa (95,5%) mahasiswa pernah mengkonsumsi minuman berkafein dengan frekuensi konsumsi minuman berkafein 1-2 kali/minggu (70,7%), 3-4kali/minggu (24,5%) dan setiap hari (4,9%).

Kondisi tubuh yang tidak sehat akan berdampak kepada aktivitas sehari-hari mahasiswa yang mana aktivitas mahasiswa adalah belajar baik belajar teori maupun praktek. Hal ini dikhawatirkan dapat mengganggu konsentrasi mahasiswa dalam perkuliahan dan oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan

pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga, karena jika terdapat hubungan yang signifikan antara lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein dapat dikhawatirkan bisa membahayakan kesehatan mahasiswa terlebih lagi jika mengkonsumsi makanan dan minuman tersebut dalam jumlah yang berlebihan.

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa Konsentrasi Tata Boga, alasannya karena mahasiswa Tata Boga sudah mendapatkan mata kuliah tentang ilmu gizi dan ilmu bahan makanan seharusnya mahasiswa mengetahui bahwa minuman berkafein mengandung zat kafein yang jika dikonsumsi berlebihan dapat membahayakan tubuh, begitu juga dengan makanan pedas yang mengandung zat *capcaisin* yang didapat dari cabe yang jika dikonsumsi berlebihan dapat membahayakan tubuh.

Berdasarkan hasil survey makanan pedas dan minuman berkafein terdapat (63,6%) mahasiswa merasakan sakit perut setelah mengkonsumsi makanan pedas, (31,8%) mengalami diare dan (25%) mengalami asam lambung kumat dan (65,9%) mengganggu aktivitas mahasiswa. Sedangkan pada minuman berkafein terdapat (50%) mahasiswa mengalami sulit tidur, (29,5%) jantung berdebar, (20,5%) asam lambung kumat, (25%) dampak tersebut dapat mengganggu aktifitas, (31,8%) dampak tersebut tidak mengganggu aktivitas dan (43,2%) dampak tersebut terkadang mengganggu aktivitas.

Selain dari cita rasa makanan pedas dan minuman berkafein yang enak terdapat faktor yang menyebabkan seseorang konsumsi suatu makanan pedas

dan minuman berkafein salah satunya adalah faktor lingkungan, faktor ini memberikan pengaruh terhadap tingkah laku atau perilaku makan seorang individu atau kelompok. Salah satu bagian dari faktor lingkungan adalah pengaruh teman sebaya. Menurut Rahman dkk (2019) “Pengaruh teman sebaya menjadi perhatian yang serius karena adanya hubungan yang erat dengan teman menyebabkan seseorang memiliki dorongan keinginan untuk mengonsumsi *fast food*”. Perilaku remaja mulai banyak dipengaruhi oleh teman sebaya, termasuk pola makan dan perilaku konsumsi makanan, seperti konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein.

Berdasarkan hasil penelitian Rahman dkk (2019) tentang hubungan teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada siswa SMA Negeri Samarinda menunjukkan hasil yang signifikan antara teman sebaya dengan konsumsi makanan cepat saji dengan nilai korelasi sebesar 0,259. Sejalan dengan penelitian Rahman, menurut Imam Aulia (2012) sebanyak (87,8%) responden pada penelitiannya terpengaruh oleh teman sebaya dalam mengonsumsi makanan jajanan.

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan terhadap pola konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein menunjukkan gejala yang tidak baik bagi kesehatan mahasiswa. maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Konsumsi Makanan Pedas Dan Minuman Berkafein Pada Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Adanya faktor lingkungan teman sebaya yang di khawatirkan dapat menyebabkan konsumsi yang buruk pada mahasiswa
2. Hasil survey penelitian pendahuluan menyatakan bahwa (86,4%) mahasiswa merasakan dampak setelah mengkonsumsi makanan pedas dan minuman berkafein.
3. Banyaknya mahasiswa yang kurang memperhatikan konsumsi makanan sehari-hari.
4. Banyaknya variasi makanan dengan sensasi pedas yang dapat menyebabkan terjadinya konsumsi makanan pedas yang tidak baik bagi mahasiswa.
5. Minuman berkafein sangat mudah dijumpai sehingga dapat menyebabkan kebiasaan konsumsi minuman berkafein tersebut contohnya saja es teh.
6. Belum adanya penelitian terkait dengan hubungan lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan identifikasi masalah penelitian diatas, maka batasan masalah dari penelitian ini yaitu hubungan lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi dan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana konsumsi makanan pedas pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga?
2. Bagaimana konsumsi minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga?
3. Apakah terdapat hubungan lingkungan teman sebaya pada saat mengkonsumsi makanan pedas pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga?
4. Apakah terdapat hubungan lingkungan teman sebaya pada saat mengkonsumsi minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk menganalisis konsumsi makanan pedas pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga konsentrasi Tata Boga.
2. Untuk menganalisis konsumsi minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga konsentrasi Tata Boga.
3. Untuk menganalisis lingkungan teman sebaya pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga dalam mengkonsumsi makanan pedas dan minuman berkafein.

4. Menganalisis hubungan antara lingkungan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan paparan pada tujuan penelitian, maka manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa atau responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa tentang batasan mengkonsumsi makanan pedas dan minuman berkafein sehingga mahasiswa dapat mengatur konsumsi makan dengan baik supaya tidak menyebabkan terjadinya konsumsi yang buruk dikalangan mahasiswa.

2. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan mengenai hubungan ajakan teman sebaya dengan konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein pada mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga, serta penelitian ini dapat dijadikan sebagai koleksi perpustakaan dan sumber ilmiah bagi penelitian sejenisnya di Universitas Negeri Padang.