

# Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemilihan Makanan Segera Dalam Kalangan Pelajar Politeknik Kota Bharu

Moriza binti Fikri<sup>1, a)</sup> and Nurul Dania Hiqmah Binti Mohd Soufi<sup>2,</sup> Nur Ainaa Marjan binti Mohamed<sup>3, b)</sup>

Author Affiliations

<sup>1</sup>Moriza binti Fikri

(Jabatan Perdagangan, Politeknik Kota Bharu, 16450 Ketereh, Kota Bharu Kelantan).

Author Emails

<sup>a)</sup> Corresponding author: [moriza@pkb.edu.my](mailto:moriza@pkb.edu.my)

Received 15 October 2024, Accepted 5 December 2024, Published on 3 February 2025

**Abstract.** Makanan segera dikenali sebagai pemakanan budaya barat serta makanan sejuk beku. Makanan segera menjadi santapan setiap golongan masa kini terutama golongan remaja. Ini kerana makanan segera menjadi sebahagian gaya hidup moden terutama di kalangan pelajar yang menghadapi masalah kesibukan dalam menguruskan kehidupan seharian. Dalam persekitaran akademik yang sibuk, makanan segera menjadi pilihan popular disebabkan oleh beberapa faktor utama seperti kesibukan jadual harian, kemudahan lokasi restoran dan harga yang berpatutan. Kesibukan pelajar mendorong mereka memilih makanan segera yang mudah didapati dan cepat disediakan. Selain itu, kemudahan untuk akses kepada restoran makanan segera yang terletak berhampiran kampus serta harga yang mampu milik menjadikan makanan segera sebagai pilihan yang praktikal. Pengaruh sosial, khususnya rakan sebaya, turut mempengaruhi keputusan ini. Kajian ini menyumbang kepada pemahaman yang lebih mendalam tentang corak pemakanan pelajar dan faktor-faktor yang mendorong mereka memilih makanan segera, serta implikasi kesihatan yang mungkin timbul akibat pilihan tersebut. Objektif utama kajian ini adalah untuk mengenalpasti faktor kesibukan dan ketiadaan masa, mengkaji kemudahan lokasi serta menganalisa harga dan kos yang rendah yang mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar Politeknik Kota Bharu. Sebanyak 50 orang pelajar dari Jabatan Perdagangan dan Jabatan Kejuruteraan Awam dipilih secara rawak sebagai responden dalam kajian ini. Data yang diperolehi telah dianalisis mengguna aplikasi excel. Kajian ini menggunakan kaedah data kuantitatif statistik seperti bilangan dan peratusan pelajar. Kajian ini menunjukkan bahawa faktor kesibukan, lokasi dan harga merupakan pemboleh ubah bebas manakala pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar adalah pemboleh ubah bersandar. Dapatan kajian mendapati bahawa faktor-faktor tersebut menunjukkan peratusan yang tinggi dalam pemilihan makanan segera di kalangan pelajar. Justeru pengambilan makanan segera perlu dibendung bagi mengelakan implikasi kepada kesihatan dalam jangkamasa yang panjang.

**Katakunci:** makanan segera, kesibukan, lokasi, harga dan kos, pelajar

## PENGENALAN

Makanan segera telah menjadi sebahagian daripada gaya hidup moden, terutama dalam kalangan pelajar, yang sering menghadapi tekanan masa dan kemudahan akses yang tinggi kepada pilihan makanan ini. Makanan segera, yang biasanya terdiri daripada makanan ultra-proses seperti burger, pizza, dan nugget, dikenal pasti sebagai pilihan yang popular dalam kalangan pelajar di seluruh dunia, termasuk di Asia Selatan dan Eropah (14). Kajian menunjukkan bahawa pelajar memilih makanan segera disebabkan oleh beberapa faktor utama seperti kemudahan, harga yang berpatutan, rasa yang menarik, dan ketiadaan masa untuk menyediakan makanan yang sihat. Menurut Oliveira, L., & Raposo, A. (11) satu kajian di Portugal mendapati bahawa lebih 80% pelajar universiti kerap memilih makanan segera, dengan hampir 40% daripadanya mengambil makanan ini lebih daripada sekali atau dua kali seminggu..

Fenomena ini menimbulkan kebimbangan terhadap kesihatan umum kerana pengambilan makanan segera yang tinggi telah dikaitkan dengan pelbagai masalah kesihatan seperti obesiti, penyakit jantung, dan diabetes. Kajian sistematik yang dijalankan di Asia Selatan mendapati bahawa faktor seperti jantina, usia muda, tingkat sosio ekonomi yang tinggi, dan indeks jisim badan (BMI) yang tinggi adalah antara penentu utama yang mendorong pengambilan makanan segera yang kerap dalam kalangan pelajar (14). Di samping itu, aspek persekitaran seperti reputasi jenama, lokasi, dan tawaran promosi juga memainkan peranan penting dalam mempengaruhi pilihan makanan segera. Peningkatan dalam pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar perlu diberi perhatian yang lebih serius terhadap isu ini, terutama dalam merancang strategi intervensi untuk mengurangkan pengambilan makanan tidak sihat ini dan mempromosikan pilihan makanan yang lebih sihat.

## PERNYATAAN MASALAH

Tingkah laku pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar menimbulkan kebimbangan besar kerana ia berpotensi memberi impak negatif terhadap kesihatan jangka panjang mereka. Walaupun pelajar menyedari risiko yang berkaitan dengan pengambilan makanan segera, faktor-faktor seperti kesibukan, akses mudah, dan kos rendah terus menjadi pendorong utama kepada pilihan mereka. Pernyataan ini telah diutarakan oleh Oliveira, L., & Raposo, A. (11) satu kajian yang dijalankan di Portugal mendapati bahawa majoriti pelajar memilih makanan segera kerana kemudahan dan kos yang rendah, tanpa mengambil kira kesan kesihatan jangka panjangnya. Walaupun terdapat usaha untuk meningkatkan kesedaran mengenai diet yang sihat, kajian menunjukkan bahawa pengambilan makanan segera tetap tinggi dalam kalangan pelajar. Satu kajian yang dijalankan di Asia Selatan mendapati bahawa kesedaran mengenai diet yang sihat tidak semestinya mengurangkan pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar. Faktor-faktor seperti rasa, kemudahan akses, dan promosi makanan segera sering kali mengatasi usaha kesedaran kesihatan (14). Keadaan ini menunjukkan keperluan mendesak untuk tindakan yang lebih efektif dalam mempromosikan pilihan makanan yang lebih sihat di kalangan pelajar. Oleh itu, strategi yang lebih berkesan diperlukan untuk mengubah tingkah laku pemilihan makanan pelajar ke arah yang lebih sihat. Pendekatan yang bersepadu dan berasaskan bukti perlu diterapkan untuk mengurangkan pergantungan terhadap makanan segera dan mempromosikan diet yang lebih seimbang dalam kalangan pelajar (14).

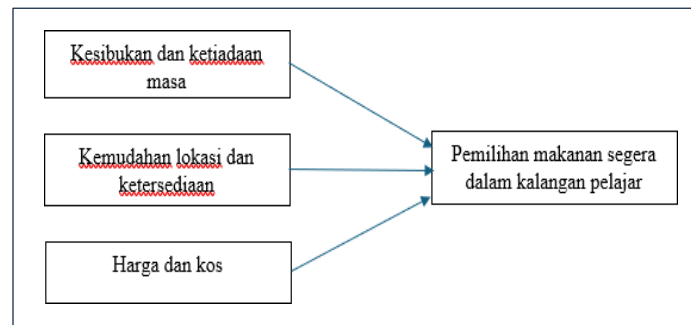
## OBJEKTIF PENYELIDIKAN

Kajian ini bertujuan untuk melihat persepsi terhadap pemilihan makanan segera di kalangan Pelajar Politeknik Kota Bharu dan mencari penyelesaian yang berkesan untuk meningkatkan pemakanan yang berkualiti di kalangan pelajar. Antara objektif khusus kajian ini adalah:

1. Mengenalpasti faktor kesibukan dan ketiadaan masa mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar.
2. Mengkaji faktor kemudahan lokasi dan ketersediaan mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar.
3. Menganalisa faktor harga dan kos yang rendah mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar.

## KERANGKA KONSEPTUAL

Terdapat 2 pembolehubah iaitu pembolehubah bebas dan pembolehubah bersandar di mana faktor kesibukan, lokasi dan kos yang rendah adalah pembolehubah bebas manakala pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar adalah pembolehubah bersandar. Di bawah ini adalah kerangka konseptual yang dibina bagi menjelaskan pembolehubah tersebut.



RAJAH 1. Kerangka Konseptual

## SOROTAN KAJIAN LEPAS

Terdapat banyak kajian lepas dari penyelidikan lepas di luar negara dan dalam Malaysia yang dipilih dalam membincangkan persepsi terhadap pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar Politeknik Kota Bharu. Kajian ini memfokuskan faktor-faktor seperti faktor kesibukan dan ketiadaan masa, faktor kemudahan lokasi dan ketersediaan, dan faktor harga dan kos yang rendah terhadap pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar.

### Faktor Kesibukan Dengan Memerlukan Masa Yang Singkat Dalam Penyediaan Sesuatu Makanan.

Dalam era moden yang serba pantas ini, kesibukan dan ketiadaan masa semakin menjadi faktor utama yang mempengaruhi gaya hidup masyarakat, termasuk dalam aspek pemilihan makanan. Makanan segera, yang pada awalnya dianggap sebagai pilihan mudah dan cepat, kini menjadi keutamaan bagi ramai individu yang sering kali kekurangan masa untuk menyediakan makanan di rumah. Kesibukan, sama ada disebabkan oleh tuntutan kerja, komitmen keluarga, atau tanggungjawab sosial, merupakan salah satu faktor utama yang mendorong individu untuk memilih makanan segera. Menurut kajian Ahmad et al. (1), peningkatan dalam beban kerja dan masa yang terhad menyebabkan ramai individu mencari alternatif yang lebih mudah dan cepat dalam menyediakan makanan. Kajian ini mendapati bahawa 65% daripada responden yang terlibat mengakui bahawa mereka sering memilih makanan segera disebabkan oleh jadual harian yang padat.

Ketiadaan masa untuk menyediakan makanan yang sihat dan seimbang juga merupakan faktor penting dalam pemilihan makanan segera. Dalam kajian oleh Lim & Chan (11), didapati bahawa kekurangan masa untuk memasak di rumah sering kali menyebabkan individu memilih makanan segera, terutamanya dalam kalangan pekerja bandar yang mempunyai waktu kerja yang panjang. Kajian ini menunjukkan bahawa 72% daripada responden menyatakan bahawa ketiadaan masa adalah faktor utama yang mempengaruhi pemilihan makanan segera mereka.

Walaupun makanan segera menawarkan kemudahan, ia juga dikaitkan dengan pelbagai masalah kesihatan seperti obesiti, penyakit jantung, dan diabetes. Menurut Hassan et al. (5) menegaskan bahawa peningkatan penggunaan makanan segera dalam kalangan masyarakat moden berpotensi meningkatkan risiko masalah kesihatan kronik. Faktor kesibukan dan ketiadaan masa tidak seharusnya menjadi alasan untuk mengabaikan aspek pemakanan yang sihat. Menurut Rahman et al. (13), kempen kesedaran dan penyediaan resipi yang mudah dan cepat boleh membantu mengurangkan ketergantungan terhadap makanan segera. Oleh itu untuk mengatasi masalah ini, masyarakat

seharusnya diberi pendedahan mengenai kepentingan pemakanan yang sihat dan kaedah penyediaan makanan yang cepat dan berkhasiat.

### **Kemudahan Lokasi Dan Ketersediaan Terhadap Pemilihan Makanan Segera.**

Dalam masyarakat moden yang semakin pantas, kemudahan lokasi dan ketersediaan memainkan peranan penting dalam pemilihan makanan segera. Restoran makanan segera yang mudah diakses dan beroperasi hampir sepanjang masa memenuhi keperluan pengguna yang mencari makanan yang cepat dan mudah. Kemudahan lokasi merujuk kepada akses mudah ke restoran makanan segera yang terletak di kawasan strategik seperti berhampiran kawasan perumahan, pusat bandar, dan tempat kerja. Menurut Tan et al. (18), lokasi restoran makanan segera yang strategik memainkan peranan penting dalam keputusan pemilihan pengguna. Kajian ini mendapati bahawa 78% daripada responden cenderung memilih makanan segera kerana restoran tersebut mudah diakses dari tempat tinggal atau tempat kerja mereka.

Ketersediaan makanan segera yang boleh didapati pada hampir setiap masa, termasuk waktu lewat malam, juga merupakan faktor yang mendorong pemilihan makanan ini. Kajian yang telah dibuat oleh Zain et al. (20), mendapati ketersediaan makanan segera sepanjang masa memberikan kemudahan kepada pengguna, terutamanya mereka yang bekerja dalam syif atau mempunyai jadual yang tidak tetap. Kajian ini menunjukkan bahawa 65% daripada responden memilih makanan segera kerana ia mudah didapati pada bila-bila masa yang diperlukan. Perkembangan infrastruktur dan rangkaian restoran makanan segera yang luas juga mempengaruhi pemilihan pengguna. Menurut kajian oleh Rahim & Abdullah (12), peningkatan jumlah cawangan restoran makanan segera di pelbagai lokasi menjadikannya pilihan yang lebih mudah bagi pengguna. Ini menegaskan bahawa pengguna cenderung untuk memilih makanan segera apabila mereka mempunyai banyak pilihan restoran yang berdekatan.

Kemudahan lokasi dan ketersediaan makanan segera bukan sahaja mempengaruhi tingkah laku pengguna tetapi juga mempunyai implikasi terhadap gaya hidup dan kesihatan masyarakat. Kajian oleh Wong et al. (19) mendapati bahawa kebolehpakaian yang tinggi terhadap makanan segera berpotensi menyumbang kepada tabiat pemakanan yang tidak sihat, terutamanya dalam kalangan golongan muda yang sering kali memilih makanan segera kerana faktor keselesaan.

### **Harga dan kos rendah daya tarikan utama**

Dalam kehidupan moden yang penuh dengan cabaran ekonomi, harga dan kos yang rendah menjadi faktor utama dalam pemilihan makanan. Makanan segera, yang pada mulanya direka untuk kemudahan, kini semakin menjadi pilihan kerana harganya yang lebih murah dan berpatutan berbanding dengan makanan lain. Menurut Anuar & Lim (3) makanan segera sering kali dianggap sebagai pilihan yang lebih murah dan mudah untuk mengisi perut tanpa membebankan bajet harian. Beliau juga menyatakan bahawa 68% daripada responden memilih makanan segera kerana ia menawarkan kos pemakanan yang lebih rendah dalam situasi ekonomi yang mencabar dan ramai individu terpaksa membuat pilihan.

Promosi dan tawaran istimewa yang sering ditawarkan oleh restoran makanan segera juga meningkatkan daya tarikan harga makanan tersebut. Kajian oleh Tan & Wong (17) menunjukkan bahawa promosi harga rendah dan diskaun besar-besaran merupakan faktor penting yang mendorong pengguna untuk memilih makanan segera. Kajian ini mendapati bahawa 75% daripada responden lebih cenderung memilih makanan segera apabila terdapat promosi atau tawaran istimewa. Walaupun harga yang rendah memberikan kelebihan dari segi ekonomi, ia juga membawa implikasi terhadap pemakanan dan kesihatan. Kajian oleh Siti & Rahman (15) mendapati bahawa kecenderungan untuk memilih makanan segera kerana harga yang rendah boleh menyebabkan pengambilan nutrisi yang tidak seimbang. Kajian ini menunjukkan bahawa walaupun makanan segera lebih murah, ia sering kali tinggi dengan lemak, gula, dan garam, yang boleh menyumbang kepada masalah kesihatan jangka panjang.

## METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji faktor pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar PKB. Pendekatan kuantitatif telah digunakan dalam kajian ini. Sebanyak 50 soal selidik telah diedarkan kepada responden yang terdiri dari pelajar semester 5 Jabatan Perdagangan dan Jabatan Kejuruteraan Awam. Kajian ini mensasarkan responden yang tinggal di asrama dan luar asrama. Borang soal selidik ini terdiri dari dua bahagian. Pertama ialah bahagian A yang melibatkan soal-soalan berkenaan demografi responden seperti jantina, jabatan dan bangsa. Kedua ialah bahagian B yang merangkumi soal-soalan tentang faktor kesibukan dengan memerlukan masa yang singkat dalam penyediaan makanan, faktor lokasi dan ketersediaan terhadap pemilihan makanan segera dan faktor harga dan kos yang rendah. Soal-soalan di bahagian A dan B adalah berbentuk struktur. Secara keseluruhannya sebanyak 15 soalan yang terlibat dalam kajian ini.

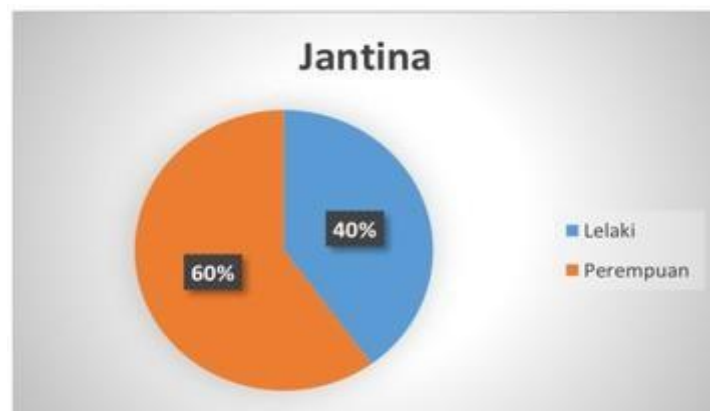
Data yang diperolehi telah dianalisis secara diskriptif dengan menggunakan aplikasi Microsoft Excel iaitu dari segi kekerapan dan peratusan (%) pelajar memilih makanan segera. Jumlah soalan bagi setiap pemboleh ubah adalah berbeza-beza. Pemboleh ubah factor kesibukan dengan memerlukan masa yang singkat, faktor Lokasi dan ketersediaan dan faktor harga dan kos rendah adalah 5 soalan bagi setiap pemboleh ubah.

## DAPATAN KAJIAN

Bahagian A: Analisis demografi responden

**JADUAL 1.** Jantina

JANTINA	BILANGAN	PERATUS (%)
Lelaki	20	40
Perempuan	30	60
<b>JUMLAH</b>	<b>50</b>	<b>100</b>



**RAJAH 2.** Peratusan Jantina

Dapatan umum kajian merujuk kepada Rajah 3, mendapati peratusan responden dari sudut jantina adalah tidak seimbang. Didapati bilangan pelajar lelaki adalah 20 (40%) orang responden manakala 30 (60%) orang responden adalah pelajar perempuan. Walaubagaimanapun perbezaan bilangan responden pelajar lelaki dan perempuan yang menjawab soal selidik ini 10 orang sahaja.

**JADUAL 2. Jabatan**

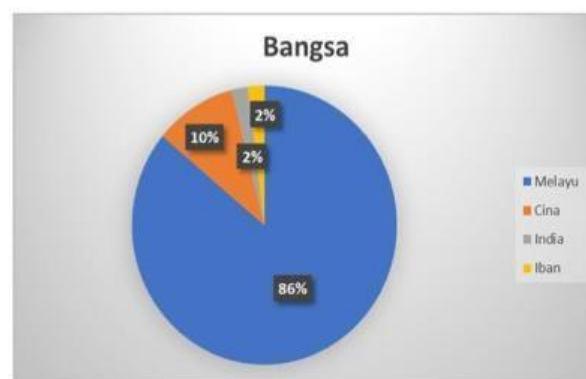
Jabatan	Bilangan	Peratusan (%)
Perdagangan	40 orang	<b>80</b>
Kejuruteraan Awam	10 orang	<b>20</b>
<b>Jumlah</b>	<b>50 orang</b>	<b>100</b>

**RAJAH 3. Peratusan Jabatan**

Jadual 2 menunjukkan bilangan pelajar mengikut jabatan di Politeknik Kota Bharu. Seramai 40 (80%) orang responden perempuan yang menjawab soalan kajian manakala 10 (20%) orang sahaja pelajar lelaki yang menjawab soalan kajian. Ini menunjukkan terdapat jurang perbezaan yang ketara antara pelajar lelaki dan perempuan di Politeknik Kota Bharu.

**JADUAL 3. Bangsa**

Bangsa	Bilangan	Peratusan (%)
Melayu	43 orang	86
Cina	5 orang	10
India	1 orang	2
Iban	1 orang	2
<b>Jumlah</b>	<b>50 orang</b>	<b>100</b>



#### RAJAH 4. Peratusan Bangsa

Jadual 3 di atas menunjukkan bilangan responden mengikut bangsa yang terdiri dari Melayu, Cina, India dan lain-lain Iban. Dapatan kajian menunjukkan responden bangsa Melayu mencatat bilangan pelajar yang paling ramai iaitu 43 (86%) orang yang terdiri pelajar lelaki dan perempuan. Manakala bangsa Cina 5 orang (10%), India 1 orang (2%) dan Iban 1 orang (2%). Ini menunjukkan kebanyakan pelajar yang memasuki Institusi Politeknik adalah dari golongan bangsa Melayu.

### Bahagian B: Analisa data berdasarkan faktor pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar

#### FAKTOR KESIBUKAN DENGAN MEMERLUKAN MASA YANG SINGKAT DALAM PENYEDIAAN SESUATU MAKANAN

JADUAL 4. Faktor Kesibukan dan Ketiadaan Masa

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	2	4
Tidak Pasti	10	20
Setuju	21	42
Sangat Setuju	16	32
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



RAJAH 5. Graf Kesibukan dan Ketiadaan Masa

Jadual 4 menunjukkan bilangan responden yang menjawab tentang jadual yang padat dengan kelas dan tugas menyebabkan pelajar tiada masa untuk menyediakan makanan. Hasil dapatan menunjukkan 1 orang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, 2 orang (4%) responden memilih tidak setuju, 21 (42%) responden menjawab setuju dan 16 orang (32%) memilih setuju dengan faktor kesibukan dan ketiadaan masa dalam menyediakan makanan. Sebanyak 10 orang (20%) responden perlu diabaikan kerana ia natural dan tidak berkecenderungan berpindah ke mana-mana faktor.

**JADUAL 5.** Pelbagai aktiviti luar

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	5	10
Tidak Pasti	12	24
Setuju	22	44
Sangat Setuju	10	20
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**RAJAH 6.** Graf Pelbagai aktiviti luar dijalankan

Jadual 5 menunjukkan analisis tentang pelbagai aktiviti luar seperti sukan atau kerja separuh masa menyebabkan pelajar tiada masa untuk memasak makanan. Berdasarkan graf di atas seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, 2 orang (4%) responden memilih tidak setuju, 21 orang (42%) responden memilih setuju dan 16 orang (32%) responden memilih sangat setuju. Dari analisis data yang diperolehi kebanyakan responden bersetuju dengan kenyataan pelajar tiada masa untuk menyediakan makanan kerana sibuk dengan pelbagai aktiviti luar.

**JADUAL 6.** Tempat tinggal

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	3	6
Tidak Setuju	1	2
Tidak Pasti	5	10
Setuju	15	30
Sangat Setuju	26	52
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>





**RAJAH 7.** Graf tempat tinggal

Jadual 6 menunjukkan analisa tentang tempat tinggal pelajar di mana 3 orang (6%) responden memilih sangat tidak setuju, seorang (2%) responden memilih tidak setuju, 5 orang (15%) responden memilih setuju dan 26 orang (52%) responden paling ramai memilih sangat setuju. Oleh itu berdasarkan analisa data yang diperolehi bersetuju dengan kenyataan bahawa tempat tinggal juga menyebabkan pelajar tidak ada masa untuk masak dan terpaksa membeli makanan segera. Selain itu pelajar juga tiada kemudahan tempat memasak kerana kebanyak tinggal di asrama atau rumah sewa.

### **Kemudahan Lokasi dan ketersediaan**

**JADUAL 7.** Faktor Lokasi dan ketersediaan

<b>Item</b>	<b>Kekerapan/Bilangan</b>	<b>Peratusan (%)</b>
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	1	2
Tidak Pasti	6	12
Setuju	28	56
Sangat Setuju	14	28
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 8.** Graf Lokasi dan ketersediaan

Jadual 7 menunjukkan analisa tentang lokasi restoran strategik iaitu di kawasan pusat membeli belah bagi memudahkan pelajar mendapatkan makanan segera pada bila-bila masa sahaja. Data menunjukkan seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju dan, 28 orang (56%) responden memilih setuju dan 14 orang (28%) responden memilih sangat setuju. Dapatan di atas menunjukkan lokasi yang strategik memainkan peranan yang penting dalam membuat pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar.

**JADUAL 8.** Gerai makanan segera

	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	0	0
Tidak Setuju	0	0
Tidak Pasti	7	14
Setuju	21	42
Sangat Setuju	22	44
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 9.** Graf Gerai makan segera

Jadual 8 di atas menunjukkan analisa tentang terdapat gerai makanan segera yang terletak di hadapan kawasan PKB. Berdasarkan Rajah 9, 21 orang (42%) responden memilih setuju dan 22 orang (44%) responden memilih sangat setuju dengan kenyataan di atas. Oleh itu bagi kenyataan ini responden bersetuju dengan kemudahan gerai makanan segera yang terletak di hadapan PKB.

**JADUAL 9.** Kemudahan Wifi

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	6	12
Tidak Pasti	12	24
Setuju	16	32
Sangat Setuju	15	30
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 10.** Graf Kemudahan Wifi

Jadual 9 menunjukkan analisa tentang kemudahan wifi yang disediakan oleh kedai makanan segera. Berdasarkan data yang diperolehi di atas, seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, 6 orang (12%) responden memilih tidak setuju, 16 orang (32%) responden memilih setuju dan 15 orang (30%) responden memilih sangat setuju. Berdasarkan analisa yang telah dibuat sebanyak 62% bersetuju dengan kemudahan wifi yang disediakan oleh gerai atau restoran makanan segera dengan kemudahan yang disediakan.

**JADUAL 10.** Perkhidmatan penghantaran makanan segera

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	0	0
Tidak Setuju	0	0
Tidak Pasti	7	14
Setuju	23	46
Sangat Setuju	20	40
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

**RAJAH 11.** Graf perkhidmatan penghantaran makanan segera

Jadual 10 menunjukkan analisa tentang penghantaran makanan segera di sekitar lokasi yang berhampiran dengan tempat tinggal pelajar. Berdasarkan analisa data di atas 23 orang (46%) responden memilih bersetuju, 20 orang (40%) responden memilih sangat bersetuju. Ini menunjukkan 43 orang (66%) responden bersetuju dengan perkhidmatan penghantaran makanan segera ke lokasi tempat tinggal pelajar.

**JADUAL 11.** Lokasi makanan segera berhampiran tempat rehat pelajar

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	3	6
Tidak Setuju	4	8
Tidak Pasti	13	26
Setuju	19	38
Sangat Setuju	11	22
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 12.** Graf lokasi makanan segera berhampiran tempat rehat pelajar

Jadual 11 menunjukkan analisa data lokasi makanan segera terletak berhampiran dengan tempat rehat pelajar. Analisa data menunjukkan 3 orang (6%) responden sangat tidak bersetuju, 4 orang (8%) responden tidak bersetuju, 19 orang (38%) responden bersetuju dengan kenyataan ini dan 11 orang (22%) responden telah memilih sangat setuju. Oleh itu jumlah keseluruhan item setuju dan sangat setuju adalah sebanyak 30 orang (60%) responden.

**JADUAL 12.** Kos penyediaan makanan lebih mahal

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	0	0
Tidak Setuju	0	0
Tidak Pasti	5	10
Setuju	15	30
Sangat Setuju	30	60
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 13.** Graf kos penyediaan makanan lebih mahal

Jadual 12 menunjukkan analisa tentang untuk menyediakan makanan lebih mahal berbanding dengan makanan segera. Data menunjukkan 15 orang (30%) responden memilih dan 30 orang (60%) responden memilih sangat setuju. Daripada dapatan tersebut sejumlah 45 orang (90%) responden menunjukkan bersetuju dengan

kenyataan ini. Hasil dari analisa tersebut menunjukkan kos dalam penyediaan makanan lebih tinggi dan mahal berbanding dengan penyediaan makanan segera.

**JADUAL 13.** Harga promosi jualan makanan segera

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	1	2
Tidak Pasti	9	18
Setuju	22	44
Sangat Setuju	17	34
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 14.** Graf harga promosi jualan makanan segera

Jadual 13 menunjukkan analisa tentang harga promosi jualan makanan segera. Berdasarkan data yang diperolehi di atas, seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, seorang (2%) responden memilih tidak setuju, 22 orang (44%) responden memilih setuju dan 17 orang (34%) responden memilih sangat setuju. Berdasarkan analisa yang telah dibuat sejumlah 39 orang (68%) responden bersetuju dengan harga promosi yang dibuat oleh kedai makanan segera.

**JADUAL 14.** Harga pakej makanan segera

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	2	4
Tidak Pasti	12	24
Setuju	20	42
Sangat Setuju	15	30
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 15.** Graf harga pakej makanan segera

Jadual 14 menunjukkan analisa tentang harga pakej makanan segera yang dibuat oleh pemilik makanan segera. Berdasarkan data yang diperolehi di atas, seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, 2 orang (4%) responden memilih tidak setuju, 20 orang (42%) responden memilih setuju dan 15 orang (30%) responden memilih sangat setuju. Berdasarkan analisa yang telah dibuat sejumlah 35 orang (72%) responden bersetuju dengan harga promosi yang dibuat oleh pemilik kedai makanan segera.

**JADUAL 15.** Tempoh masa penghantaran makanan segera

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	1	2
Tidak Pasti	14	28
Setuju	19	38
Sangat Setuju	15	30
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 16.** Graf tempoh masa penghantaran makanan segera

Jadual 15 menunjukkan analisa tentang tempoh masa penghantaran makanan segera. Berdasarkan data yang diperolehi di atas, seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, seorang (2%) responden memilih tidak setuju, 19 orang (38%) responden memilih setuju dan 15 orang (30%) responden memilih sangat setuju. Berdasarkan

analisa yang telah dibuat sejumlah 34 orang (68%) responden bersetuju dengan tempoh masa penghantaran makanan segera dibuat oleh pemilik kedai makanan segera.

**JADUAL 16.** Pembungkusan makanan segera

Item	Kekerapan/Bilangan	Peratusan (%)
Sangat Tidak Setuju	1	2
Tidak Setuju	4	8
Tidak Pasti	13	26
Setuju	18	36
Sangat Setuju	14	28
<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>



**RAJAH 17.** Graf pembungkusan makanan segera

Jadual 16 menunjukkan analisa tentang pembungkusan makanan yang menarik menyebabkan responden lebih tertarik untuk membeli makanan segera. Berdasarkan data yang diperolehi di atas, seorang (2%) responden memilih sangat tidak setuju, 4 orang (8%) responden memilih tidak setuju, 18 orang (36%) responden memilih setuju dan 14 orang (28%) responden memilih sangat setuju. Berdasarkan analisa yang telah dibuat sejumlah 32 orang (64%) responden bersetuju dengan tempoh masa penghantaran makanan segera dibuat oleh pemilik kedai makanan segera.

## PERBINCANGAN

Di dalam kajian ini, majoriti responden bersetuju bahawa faktor kesibukan dan ketiadaan masa, kemudahan lokasi dan ketersediaan serta kos dan harga yang rendah menyumbangkan kepada faktor pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar. Penemuan ini juga adalah selari dengan hasil kajian lepas. Hasil dapatan kajian yang telah dianalisa sebanyak 74% responden bersetuju dengan faktor kesibukan di samping ketiadaan masa untuk menyediakan makanan. Ini menunjukkan hasil dapatan adalah seiringan dengan objektif kajian yang pertama iaitu faktor kesibukan dan ketiadaan masa mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar. Oleh itu faktor dominan yang mempengaruhi pemilihan makanan segera adalah disebabkan kesibukan dan ketiadaan masa sebagai seorang pelajar. Pelajar biasanya menghadapi jadual yang padat dengan kuliah, tugas, dan aktiviti kokurikulum. Kesibukan ini mengurangkan masa yang ada untuk menyediakan makanan yang sihat dan seimbang di rumah. Oleh itu, mereka lebih cenderung untuk memilih makanan segera yang mudah didapati dan cepat disediakan. Restoran makanan segera menawarkan hidangan yang dapat dinikmati dalam masa yang singkat, yang sesuai dengan jadual harian yang sibuk.



Bagi faktor kemudahan lokasi restoran makanan segera yang berdekatan dengan kampus atau tempat tinggal pelajar juga mempengaruhi keputusan pemilihan makanan mereka. Hasil data yang telah dianalisa didapati sebanyak 84% responden bersetuju dengan kemudahan lokasi. Ini menunjukkan hasil dapatan yang telah dianalisa ada selari dengan objektif kajian yang kedua dengan menyatakan responden cenderung memilih makanan segera kerana ia mudah diakses dari tempat tinggal atau tempat kerja. Dengan kemudahan akses lokasi ini, pelajar tidak perlu menghabiskan banyak masa untuk mendapatkan makanan kerana jarak berdekatan menjadikan restoran makanan segera sebagai pilihan yang praktikal dan mudah. Kehadiran restoran ini dalam kawasan yang sering dilalui pelajar juga meningkatkan kecenderungan mereka untuk memilih makanan segera.

Faktor harga dan kos adalah salah perkara yang utama diambilkira oleh pelajar. Kebanyakan pelajar mempunyai bajet yang terhad, menyebabkan mereka lebih cenderung memilih makanan yang murah dan berpatutan. Daripada hasil data yang dianalisa, menunjukkan objektif yang ketiga mempunyai hubungan yang positif dengan faktor harga dan kos yang rendah mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar. Restoran makanan segera sering menawarkan hidangan pada harga yang rendah dan dapat menarik minat pelajar. Promosi dan diskaun yang ditawarkan juga menambah daya tarikan makanan segera, terutama apabila pelajar mencari pilihan makanan yang menjimatkan. Secara keseluruhan, pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar adalah hasil gabungan faktor kesibukan, kemudahan lokasi dan harga serta kos yang murah. Meskipun murah, mudah dan cepat, terdapat kebimbangan mengenai impak kesihatan jangka panjang jika makanan segera terus menjadi pilihan utama dalam diet harian pelajar.

Hanya 50 orang responden pelajar di PKB yang terlibat dalam kajian ini. Hal ini menunjukkan saiz persempalan yang tidak mencukupi dan perlu diperluaskan dengan melibatkan keseluruhan responden di semua jabatan supaya data yang dikumpul tidak bias untuk dianalisis. Jika dilihat dalam kajian ini, majoriti responden yang terlibat adalah responden perempuan. Untuk mendapatkan hasil kajian yang lebih tepat pada kajian akan datang, penyelidik perlu mencari lebih ramai responden lelaki supaya bilangan responden lelaki dan perempuan berada dalam kedudukan seimbang. Penyelidik boleh memelihara alam sekitar (*paperless*) dengan mengedarkan kaji selidik melalui internet (*whatsapp, telegram & facebook*). Ini merupakan Cadangan penambahbaikan bagi kajian pada masa akan datang.

## KESIMPULAN DAN CADANGAN KAJIAN

Secara kesimpulannya objektif utama dalam kajian ini adalah untuk mengetahui faktor kesibukan dan ketiadaan masa, kemudahan lokasi dan ketersediaan serta kos dan harga yang rendah. Maka persoalan kajian ialah adakah faktor kesibukan, lokasi serta harga dan kos mempengaruhi pemilihan makanan segera dalam kalangan pelajar PKB? Keputusan analisis data daripada 50 orang responden dengan menggunakan kaedah analisis diskritif telah merungkai persoalan tersebut. Hasil kajian mendapati bahawa tiga pemboleh ubah tidak bersandar (faktor kesibukan dan ketiadaan masa, kemudahan Lokasi dan ketersediaan serta harga dan kos) memberi kesan dalam pemilihan makanan segera kepada pelajar PKB. Oleh itu kecenderungan pelajar- pelajar memilih makanan segera mewujudkan tabiat makanan yang tidak sihat. Lebih memburukkan lagi, keadaan yang telah menyebabkan pelajar tertarik kepada iklan makanan segera yang berjenama terkenal. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan segera memberi gambaran bahawa pelajar lebih memilih untuk mengambil makanan yang mudah dan cepat tanpa menghiraukan kesan sampingan. Kesimpulannya, rakyat Malaysia hendaklah membuka mata dan lebih prihatin tentang pengamalan makanan sihat supaya Malaysia dapat mengurangkan pesakit yang menghidap penyakit kronik. Selain itu, penyelidik juga boleh menjalankan kajian baharu pada masa hadapan dengan mengkaji faktor-faktor lain seperti pengaruh rakan sebaya, pengiklanan dan kepuasan citarasa.

## RUJUKAN

1. Ahmad, M., et al. (2020). \*Impact of Workload on Fast Food Consumption among Urban Workers.\* Journal of Nutrition and Health, 45(3), 289-305.
2. Ahmad, R., et al. (2024). Affordable Healthy Eating: Balancing Cost and Nutrition in Consumer Choices. Asian Journal of Dietetics and Nutrition, 59(1), 110-125.
3. Anuar, N., & Lim, S. (2021). Economic Constraints and Food Choices: The Role of Fast Food in Budget Management. Journal of Food Policy, 52(4), 304-318.
4. Gupta, N., Singh, P., & Saini, R. (2020). Urbanization and Fast Food Consumption: The Impact on Student Health. International Journal of Public Health Research, 58(4), 342- 353.
5. Hassan, R., et al. (2022). \*Fast Food Consumption and Health Risks: The Modern Dilemma.\* Journal of Public Health, 67(4), 467-482.
6. Hernandez, M., Gonzalez, E., & Rivera, L. (2019). Promotional Strategies and Their Influence on Fast Food Consumption Among College Students. Marketing and Consumer Behavior, 44(3), 287-305.
7. Ismail, H., et al. (2024). Promoting Healthy Food Choices: Accessibility and Consumer Behavior. International Journal of Nutrition and Dietetics, 58(1), 120-135.
8. Jayasinghe, M., Wijesinghe, D., & Perera, H. (2021). Fast Food Accessibility and Consumption Patterns Among University Students in South Asia. Asian Journal of Health Sciences, 19(1), 112-125.
9. Lee, J., et al. (2020). Price as a Key Determinant of Fast Food Choice among Low- Income Consumers. Journal of Consumer Economics, 45(3), 189-202.
10. Lim, S., & Chan, T. (2021). \*Time Constraints and Fast Food Preferences: A Study in Urban Settings.\* International Journal of Food Science, 56(2), 178-191.
11. Oliveira, L., & Raposo, A. (2024). Factors That Most Influence the Choice for Fast Food in a Sample of Higher Education Students in Portugal. Nutrients, 16(7), 1007. <https://www.mdpi.com/2072-6643/16/7/1007>.
12. Rahim, R., & Abdullah, N. (2022). The Growth of Fast Food Chains and Consumer Accessibility. Journal of Food Distribution, 47(1), 80-92.
13. Rahman, A., et al. (2023). \*Promoting Healthy Eating Habits: Quick and Nutritious Meal Preparations.\* Asian Journal of Nutrition, 49(2), 233-250.
14. Sanjoy Saha, Md Abdullah Al Mamun % Md Ruhul Kabir. Factors Affecting Fast Food Consumption among College Students in South Asia: A Systematic Review. (2021). *PubMed*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34156900/>.
15. Siti, M., & Rahman, A. (2023). Nutritional Impact of Low-Cost Fast Food on Public Health. International Journal of Public Health Nutrition, 51(3), 250-267.
16. Smith, J., Thompson, M., & Roberts, A. (2022). Time Constraints and Fast Food Consumption Among College Students. Journal of Health and Nutrition, 35(2), 223-235.
17. Tan, K., & Wong, L. (2022). The Impact of Promotions on Fast Food Consumption Behavior. Journal of Marketing and Consumer Research, 67(2), 143-155.
18. Tan, L., et al. (2020). The Impact of Strategic Location on Fast Food Consumption. Journal of Urban Food Studies, 38(2), 150-165.
19. Wong, M., et al. (2023). Accessibility and Its Influence on Unhealthy Eating Habits among Youth. Journal of Public Health Nutrition, 54(4), 389-403.
20. Zain, A., et al. (2021). Availability and Operational Hours: Key Factors in Fast Food Choice. Journal of Consumer Behavior, 52(3), 230-245.