



**FAKTOR PENGAMBILAN MAKANAN SEGERA DALAM KALANGAN PELAJAR  
IJAZAH SARJANA MUDA PENDIDIKAN TAHUN AKHIR DI UNIVERSITI  
PENDIDIKAN SULTAN IDRIS**

**NUR HAZIQAH BINTI HAMZAH**



**FAKULTI PENGURUSAN DAN EKONOMI  
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS**

**2024**





## PENGAKUAN

Saya akui bahawa projek tahun akhir ini adalah hasil kerja saya sepenuhnya kecuali sesetengah nukilan dan ringkasan yang setiap satunya telah saya jelaskan sumbernya. Projek tahun akhir ini dikemukakan bagi memenuhi sebahagian syarat untuk memperoleh Ijazah Sarjana Muda Pendidikan (Pengurusan Perniagaan) dengan Kepujian.



Tandatangan: *Haziqah*

Tarikh: 10/3/2024

Nama Pelajar: Nur Haziqah binti Hamzah

No. Matrik: D20201094032





## ABSTRAK

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk mengenal pasti tahap pengambilan makanan segera oleh pelajar Ijazah Sarjana Muda Pendidikan tahun akhir di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) dalam masa seminggu. Selain itu juga, kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti faktor dominan dalam pengambilan makanan segera oleh pelajar Ijazah Sarjana Muda Pendidikan tahun akhir di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI). Seterusnya, kajian ini telah dijalankan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) yang melibatkan 375 pelajar di peringkat sarjana muda daripada pelajar Ijazah Sarjana Muda Pendidikan (ISMP) tahun akhir dan menggunakan teknik persampelan rawak mudah. Pendekatan kuantitatif dengan reka bentuk tinjauan telah digunakan dalam kajian ini melalui satu instrumen sahaja iaitu borang soal selidik. Data kajian telah dikumpul, diproses dan dianalisis sepenuhnya menggunakan Pakej Statistik Sains Sosial (SPSS) versi 25.0. Data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif min dan sisihan piawai bagi menjawab setiap persoalan dalam kajian. Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap pengambilan makanan segera dalam masa seminggu ialah ( $M=3.48$ ,  $SP=1.054$ ) dan berada pada tahap sederhana tinggi. Hasil dapatan persoalan kedua pula iaitu faktor dominan pengambilan makanan segera pula mencatatkan faktor sikap ( $M=3.76$ ,  $SP=0.846$ ), faktor sosial ( $M=3.66$ ,  $SP=0.937$ ) serta faktor ketersediaan ( $M=4.19$ ,  $SP=0.723$ ). Berdasarkan hasil kajian persoalan kedua, faktor ketersediaan berada pada tahap tinggi dan merupakan faktor dominan dalam pengambilan makanan segera. Oleh itu, tahap pengambilan makanan segera oleh pelajar ISMP tahun akhir berada pada tahap sederhana tinggi dengan faktor ketersediaan menjadi faktor dominan dalam pengambilannya. Semua pihak seperti pelajar dan institusi pendidikan perlu berganding bahu untuk melaksanakan usaha yang berterusan dan efektif agar pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar ini tidak berlebihan dan menyebabkan kehadiran pelbagai penyakit pada masa hadapan.



**FACTORS OF FAST FOOD CONSUMPTION  
AMONG FINAL YEAR BACHELOR OF EDUCATION STUDENTS  
AT SULTAN IDRIS UNIVERSITY OF EDUCATION**

**ABSTRACT**

This study was conducted to identify the frequency of fast food consumption by final year Bachelor of Education students at Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) within a week. In addition, this study was conducted to identify the dominant factors in the consumption of fast food by final year Bachelor of Education students at Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI). Next, this study was conducted at Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) involving 375 students at the bachelor's level from final year Bachelor of Education (ISMP) students and using a simple random sampling technique. A quantitative approach with a survey design was used in this study through only one instrument, a questionnaire. The study data was collected, processed and fully analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) version 25.0. Data were analyzed using descriptive statistical analysis of mean and standard deviation to answer each question in the study. The results of the study show that the level of consumption of fast food in a week is ( $M=3.48$ ,  $SP=1.054$ ) and is at a moderately high level. The results of the second question, which is the dominant factor of fast food consumption, recorded the attitude factor ( $M=3.76$ ,  $SP=0.846$ ), the social factor ( $M=3.66$ ,  $SP=0.937$ ) and the availability factor ( $M=4.19$ ,  $SP=0.723$ ). Based on the results of the second question, the availability factor is at a high level and is the dominant factor in the consumption of fast food. Therefore, the level of consumption of fast food by final year ISMP students is at a moderately high level with the availability factor being the dominant factor in their consumption. All parties such as students and educational institutions need to join hands to implement continuous and effective efforts so that the consumption of fast food among these students is not excessive and cause the presence of various diseases in the future.

## KANDUNGAN

|                                              |           |
|----------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>               | <b>1</b>  |
| 1.1 Pengenalan .....                         | 1         |
| 1.2 Latar Belakang Kajian .....              | 2         |
| 1.3 Pernyataan Masalah .....                 | 3         |
| 1.4 Objektif Kajian.....                     | 7         |
| 1.5 Persoalan Kajian .....                   | 7         |
| 1.6 Kepentingan Kajian .....                 | 7         |
| 1.7 Batasan Kajian .....                     | 8         |
| 1.8 Definisi Operasional .....               | 9         |
| 1.9 Rumusan .....                            | 12        |
| <b>BAB 2 TINJAUAN LITERATUR.....</b>         | <b>13</b> |
| 2.1 Pengenalan .....                         | 13        |
| 2.2 Konteks Penyelidikan .....               | 13        |
| 2.3 Teori Tingkah Laku Terancang.....        | 15        |
| 2.4 Definisi Konsep Pembolehkan Kajian ..... | 18        |
| 2.5 Rumusan .....                            | 23        |
| <b>BAB 3 METODOLOGI KAJIAN .....</b>         | <b>25</b> |
| 3.1 Pendahuluan.....                         | 25        |
| 3.2 Reka Bentuk Kajian .....                 | 25        |
| 3.3 Lokasi Kajian .....                      | 26        |
| 3.4 Populasi dan Sampel .....                | 26        |
| 3.5 Pengukuran Item Kajian.....              | 28        |
| 3.6 Instrumen Kajian.....                    | 30        |
| 3.7 Kajian Rintis .....                      | 32        |
| 3.8 Kutipan Data .....                       | 36        |
| 3.9 Analisis Data.....                       | 38        |

|                                                        |                                            |           |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------|
| 3.10                                                   | Rumusan .....                              | 40        |
| <b>BAB 4 DAPATAN KAJIAN.....</b>                       |                                            | <b>41</b> |
| 4.1                                                    | Pengenalan .....                           | 41        |
| 4.2                                                    | Profil Responden.....                      | 42        |
| 4.3                                                    | Analisis Awal.....                         | 45        |
| 4.4                                                    | Tafsiran Dapatan Kajian .....              | 47        |
| 4.5                                                    | Rumusan .....                              | 51        |
| <b>BAB 5 PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN LIMITASI.....</b> |                                            | <b>53</b> |
| 5.1                                                    | Pengenalan .....                           | 53        |
| 5.2                                                    | Perbincangan Terhadap Dapatan Kajian.....  | 54        |
| 5.3                                                    | Implikasi Dapatan Kajian.....              | 59        |
| 5.4                                                    | Limitasi Dan Cadangan Kajian Lanjutan..... | 61        |
| 5.5                                                    | Kesimpulan .....                           | 62        |
| <b>Rujukan .....</b>                                   |                                            | <b>63</b> |
| <b>Lampiran.....</b>                                   |                                            | <b>68</b> |

## SENARAI JADUAL

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| Jadual 3.1 : Kandungan Soal Selidik                                           | 27 |
| Jadual 3.2 : Nilai Skala Likert Lima Mata dan Indikatornya                    | 27 |
| Jadual 3.3 : Item soal selidik Faktor Pengambilan Makanan Segera              | 29 |
| Jadual 3.4 : Jadual Interpretasi Skor Alpha Cronbach                          | 32 |
| Jadual 3.5 : Nilai Alpha Cronbach bagi Kajian Rintis                          | 32 |
| Jadual 3.6 : Rumusan Ulasan Pakar Penilaian Instrumen                         | 34 |
| Jadual 3.8 : Interpretasi Nilai Skor Min                                      | 38 |
|                                                                               |    |
| Jadual 4.1 : Maklumat Demografi Responden                                     | 40 |
| Jadual 4.2 : Keputusan Analisis Kepencencongan (Skewness) dan Kurtosis        | 44 |
| Jadual 4.3 : Interpretasi Skor Min                                            | 45 |
| Jadual 4.4 : Jenis statistik yang digunakan untuk mengukur persoalan kajian 1 | 46 |
| Jadual 4.5 : Analisis Min Tahap Pengambilan Makanan Segera dalam Seminggu     | 46 |
| Jadual 4.6 : Jenis statistik yang digunakan untuk mengukur persoalan kajian 2 | 47 |
| Jadual 4.7 : Analisis Min bagi Faktor Pengambilan Makanan Segera              | 47 |

## SENARAI RAJAH

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| Rajah 2.1 : Teori Tingkah Laku Terancang | 14 |
| Rajah 3.7 : Carta Alir Pengumpulan Data  | 36 |





05-4506832



[pustaka.upsi.edu.my](http://pustaka.upsi.edu.my)



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

## SENARAI SINGKATAN

ISMP Ijazah Sarjana Muda Pendidikan

UPSI Universiti Pendidikan Sultan Idris



05-4506832



[pustaka.upsi.edu.my](http://pustaka.upsi.edu.my)



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



05-4506832



[pustaka.upsi.edu.my](http://pustaka.upsi.edu.my)



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Pengenalan

Makanan segera dianggap sebagai makanan yang dihidangkan dalam keadaan yang boleh dimakan terus di restoran atau gerai makanan oleh pengguna. Selain itu juga, makanan segera merupakan makanan yang boleh dimasak sendiri dengan cepat. Dalam bab 1 membincangkan tentang latar belakang kajian yang berlatarkan pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar universiti dan remaja. Definisi makanan segera juga diterangkan di bahagian latar belakang kajian tersebut. Seterusnya, faktor - faktor pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar yang diambil daripada kajian-kajian lepas turut dibincangkan dalam pernyataan masalah yang mana ia menjadi sebab mengapa kajian ini dilaksanakan. Kajian ini memfokuskan kepada tiga faktor iaitu faktor sikap, sosial dan ketersediaan dalam pengambilan makanan segera. Selain itu, akan disenaraikan objektif, persoalan kajian, kepentingan kajian dan batasan kajian bagi mengkaji faktor – faktor pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir di UPSI. Seterusnya, bab ini akan menerangkan definisi operasional bagi tiga aspek yang difokuskan. Tambahan pula, kajian yang dilaksanakan ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pelbagai pihak untuk mengatur strategi dalam merancang pelbagai program dan aktiviti yang mampu mengurangkan pengambilan makanan segera dan memfokuskan makanan yang lebih berkhasiat dan sihat dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir di UPSI. Struktur kajian yang dijalankan terbahagi kepada 5 bab turut diterangkan dalam Bab 1 dan diakhiri dengan rumusan bab.



## 1.2 Latar belakang kajian

Perkembangan pesat Malaysia dalam beberapa dekad kebelakangan ini telah mengubah gaya hidup yang mungkin menyumbang kepada peningkatan berat badan berlebihan dan obesiti. Menurut Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (2019), 50.1% orang dewasa Malaysia mempunyai berat badan berlebihan dengan jumlah peratusan (30.4%) atau obes dengan jumlah peratusan (19.7%). Dalam konteks pelajar universiti, berat badan berlebihan atau obesiti di negara berpendapatan rendah dan sederhana didapati bahawa 22% pelajarannya mempunyai berat badan berlebihan atau obes (24.7% adalah lelaki dan 19.3% adalah perempuan). Ini menunjukkan bahawa obesiti dalam kalangan pelajar universiti merupakan isu biasa di banyak negara termasuk Malaysia (Wan Mohamas Radzi, 2019).

Obesiti telah menjadi salah satu masalah kesihatan yang serius di kalangan remaja (Al-Hazzaa et al., 2014; Lee et al., 2011). Pertubuhan Kesihatan Dunia menyatakan bahawa kadar obesiti dunia adalah 11.9% dan lebih 1.4 bilion remaja berumur 20 tahun ke atas mengalami berat badan berlebihan, dan 200 juta orang obes adalah lelaki dan 300 juta adalah perempuan (Nicholls et al., 2014). Obesiti adalah salah satu fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh faktor genetik, tingkah laku, persekitaran, dan keluarga. Tahap pengambilan makanan segera boleh menyebabkan obesiti. Aktiviti fizikal yang tidak mencukupi semasa zaman kanak-kanak dan remaja serta pengaruh media merupakan faktor risiko yang mempengaruhi kejadian obesiti dalam kalangan remaja (Lubans et al., 2014).

Disebabkan oleh kesan potensi terhadap kesihatan dan kesejahteraan pengguna, pola penggunaan makanan segera dalam kalangan pelajar universiti telah menjadi satu perkara yang membimbangkan. Pengambilan makanan segera telah menimbulkan kebimbangan kesihatan awam yang serius di Malaysia, terutamanya dalam kalangan pelajar universiti yang sentiasa sibuk dengan aktiviti akademik dan sosial dan mungkin tidak mempunyai masa untuk

menyediakan makanan yang sihat dan seimbang (Odebunmi, 2023). Walau bagaimanapun, penggunaan makanan segera secara berlebihan dikaitkan dengan beberapa masalah kesihatan yang memudaratkan, seperti diabetes, obesiti, dan penyakit kardiovaskular (Odebunmi, 2023).

Pada zaman millennia yang serba canggih dan pantas kini, semua orang terlalu sibuk dengan hal dan kerjaya masing-masing hingga mengabaikan pengambilan pemakanan seimbang dalam kehidupan seharian mereka. Mereka lebih gemar mengambil makanan segera dan tidak berkhasiat seperti mi segera, minuman berkarbonat, burger dan sebagainya. Saintis di seluruh dunia mendapati bahawa makanan tersebut tidak dapat menampung keperluan zat yang diperlukan oleh badan. Tambahan pula, ia turut menjadi punca utama kepada penyakit kronik seperti obesiti (Govindji et al., 2002). Pada masa kini, pengambilan pelbagai makanan segera telah berkembang di seluruh dunia dalam kedua-duanya negara maju dan membangun (Mahajan & Gothankar, 2020).

### 1.3 Pernyataan masalah

Tinjauan Kebangsaan dan Morbiditi Malaysia atau National Health Morbidity Survey (NHMS) pada 2019 mendapati kadar kegemukan dan obesiti adalah 30.4 peratus dan 19.7 peratus berbanding 30 peratus dan 17.7 peratus pada 2015. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar antaranya pengaruh rakan, mudah diperolehi, harga yang berpatutan dan lain-lain. Berdasarkan kajian Sumantari et al. (2018), didapati sebanyak 60.5% daripada remaja daripada sampel kajian kerap mengambil makanan segera. Priwahyuni (2016) telah mendapati bahawa 59.5% pelajar mempunyai makanan segera di dalam diet mereka. Terdapat hubungan antara tahap pengetahuan, sikap, dan jumlah wang saku pada corak makanan segera. Penyelidikan ini juga selari dengan penyelidikan Ariyana dan Asthiningsih (2020) dan Nuraini dan Asthiningsih (2020), yang telah menyatakan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan tabiat mengambil makanan segera.



Pelajar universiti lebih cenderung mengalami berat badan berlebihan disebabkan oleh kekangan masa, kesukaran membeli makanan yang sihat, tekanan, rasa makanan yang tidak sihat lebih enak, dan kekurangan motivasi untuk menyediakan makanan berbanding individu dewasa muda yang tidak menghadiri universiti (Sogari et al. 2018). Pelajar atau remaja terdedah kepada bahaya akibat budaya pemakanan tidak sihat dan pastinya mengancam kesihatan, bahkan memberi kesan kepada pemikiran pelajar. Gizi yang tidak seimbang boleh menyebabkan pelbagai masalah kesihatan.

Berdasarkan kajian – kajian lepas, faktor sikap menjadi salah satu faktor dalam pengambilan makanan segera oleh pelajar. Walaupun Seo et al. (2011) mengenal pasti pengambilan makanan segera yang kerap oleh pelajar sebagai ancaman yang mungkin kepada pertumbuhan dan perkembangan, terdapat responden yang menyatakan kebimbangan terhadap kesihatan secara serta-merta mereka tidak akan terkesan terhadap pertumbuhan jangka panjang mereka. Terdapat responden yang mengatakan makanan segera sebagai sumber tenaga dan kalori yang boleh membantu mereka mendapatkan tenaga yang cukup untuk aktiviti harian. Konsep yang sama telah dinyatakan oleh Martens et al. (2005) bahawa makanan segera dapat membekalkan tenaga dan nutrisi yang cukup untuk menjalankan kehidupan seharian.

Selain itu, faktor sosial juga mempengaruhi pelajar dalam pengambilan makanan segera. Dalam kajian pelajar di Afrika Selatan oleh S.Rabotata (2021) telah menunjukkan faktor seperti bersosial dengan rakan atau pasangan sebagai faktor yang mendorong dalam pengambilan makanan segera. Keputusan yang sama diperoleh oleh Park (2004) dalam kajiannya yang mana didapati makan di luar memberi individu keseronokan, hiburan dan interaksi sosial serta perubahan mood. Begitu juga hasil Tinjauan Pemakanan Kebangsaan oleh Mclean dan Podger (1995) menunjukkan bahawa tabiat makan pelajar sekolah menengah dan pelajar pengajian tinggi sering berubah disebabkan peningkatan sosialisasi dengan rakan-rakan, kerja sambilan dan gaya hidup yang umumnya lebih berdikari. Mereka cenderung untuk makan lebih banyak



di luar rumah, dengan itu mereka membuat keputusan mereka sendiri mengenai apa yang hendak dimakan.

Selain itu juga, faktor ketersediaan menjadi faktor dalam pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar. Kemudahan ialah apa sahaja yang bertujuan untuk menjimatkan masa dan tenaga. Kajian terkini telah mendedahkan bahawa pelajar di bawah populasi yang dikaji mengambil makanan segera untuk sebab kemudahan, yang dijelaskan sebagai berada jauh dari rumah (di luar kampus). Begitu juga kajian rintis pelajar kolej di Sepanyol dan Amerika Syarikat yang membuat kesimpulan tentang persepsi makanan segera yang sama. Apabila pelajar ditanya mengapa mereka membeli dengan cepat makanan, majoriti pelajar menunjukkan kemudahan yang ditakrifkan sebagai berdekatan, kekurangan masa, tergesa-gesa dan kelajuan perkhidmatan sebagai sebab utama dalam pengambilan makanan segera (Bryant & Dundes, 2006).

Pelajar menyatakan kekurangan masa sebagai faktor utama yang mempengaruhi pengambilan makanan segera. Kajian lepas oleh Atkins dan Bowler (2001) mendapati dalam kajiannya di London, di mana dikatakan bahawa disebabkan kepada gaya hidup pengguna yang lebih sibuk, penekanan semakin diberikan kepada makanan segera. Oleh kerana gaya hidup pelajar universiti yang lebih sibuk, penekanan semakin tinggi diletakkan pada makanan segera. Perubahan dalam keadaan hidup juga mempengaruhi kekurangan masa kerana pelajar memulakan kehidupan baru sebaik sahaja mereka berada di Universiti.

Tiada data yang tepat mengenai pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar universiti di Malaysia, tetapi dengan melihat pertambahan jumlah pasaran jualan untuk makanan segera dalam negara setiap tahun membuktikan bahawa makanan segera semakin menular dikalangan populasi Malaysia. Kajian di Sekolah Tinggi Minnesota dimana sebanyak 935 pelajar perempuan dan 751 pelajar lelaki menunjukkan trend pengambilan makanan segera

yang semakin meningkat. Kajian mendapati sebanyak 24% remaja lelaki dan 21% remaja perempuan mengambil makanan segera sebanyak tiga kali seminggu. Tahap pengambilan makanan segera ini meningkat di awal peringkat dewasa dimana kajian diteruskan selepas empat tahun kemudian dan mendapati peningkatan dimana 33% lelaki dan 26% perempuan mengambil makanan segera sebanyak 3 kali seminggu (Larson et al, 2008)

Oleh kerana kajian-kajian lepas tertumpu kepada remaja, kajian ini pula akan dijalankan kepada pelajar universiti. Hal ini kerana pelajar universiti lebih cenderung untuk mengalami obesiti kerana kesibukan, kekangan masa, dan tiada motivasi untuk mengambil makanan sihat. Kajian ini juga tertumpu kepada pelajar pendidikan tahun akhir di UPSI kerana kajian lepas banyak tertumpu pada pelajar bukan pendidikan.

Pemakanan merupakan satu faktor yang penting dalam kehidupan seharian setiap manusia. Keperluan pemakanan di kalangan pelajar UPSI adalah kritikal untuk membantu mendapatkan nutrisi yang diperlukan seharian. Keperluan pemakanan setiap individu akan mempengaruhi fungsi badan dan tubuh seseorang. Pelajar pada masa kini gemar mengambil makanan segera secara kerap. Salah satu sebab mengapa makanan segera kurang baik untuk kesihatan ialah kerana kandungan perasa tambahan yang berlebihan. Oleh itu, pengkaji ingin melihat tahap pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir UPSI dan mengenalpasti faktor-faktor pengambilan makanan segera ini. Pengkaji berharap kajian ini dapat disempurnakan dengan lancar dan berjaya mencapai objektif yang telah ditetapkan.

## 1.4 Objektif kajian

Objektif kajian ini adalah untuk:

1. Menentukan tahap pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir UPSI
2. Mengenalpasti faktor dominan pengambilan makanan segera yang mempengaruhi pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir UPSI

## 1.5 Persoalan Kajian

Berikut merupakan persoalan kajian:

1. Apakah tahap pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir UPSI?
2. Apakah faktor dominan yang menyumbang kepada pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir UPSI?

## 1.6 Kepentingan kajian

Tujuan kajian ini adalah untuk mengetahui tahap pengambilan makanan segera dalam seminggu dan faktor dominan pengambilan makanan segera oleh pelajar ISMP tahun akhir di Universiti Pendidikan Sultan Idris. Dapatan kajian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pelbagai pihak untuk mengatur strategi dalam merancang dan membuat keputusan berkaitan pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar pendidikan tahun akhir di UPSI.

### 1.6.1 Pelajar

Kajian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan pelajar mengenai keburukan pengambilan makanan segera secara berlebihan. Meskipun pelajar dikatakan sibuk dan tidak dapat mengurus masa makan dengan baik, pengambilan makanan segera perlu dikurangkan



dan pengambilan makanan yang sihat adalah digalakkan. Pengambilan makanan sihat dapat membekalkan nutrisi dan zat yang diperlukan untuk tubuh badan setiap individu. Selain itu, melalui kajian ini, diharap dapat meningkatkan kesedaran dalam kalangan pelajar tentang keburukan makanan segera yang berterusan. Pengambilan makanan segera boleh memberi kesan negatif pada jangka masa panjang. Kesimpulannya, pengambilan makanan seimbang merupakan keperluan penting bagi melahirkan modal insan yang cemerlang.

### **1.6.2 Universiti**

Melalui kajian ini, pihak univeristi dapat mengetahui tahap pengambilan makanan segera pelajar dalam tempoh seminggu dan faktor dominan yang menyumbang kepada pengambilan makanan segera. Kajian ini juga dapat membantu pihak universiti untuk lebih memahami keperluan makanan seimbang dalam kalangan pelajar. Selain itu, dengan kerjasama agensi pendidikan lain, pihak universiti perlu memastikan makanan di kafeteria adalah makanan seimbang dan makanan segera tidak dijual kepada pelajar. Selain itu, dengan kerjasama agensi – agensi lain, pemberian kupon atau makanan seimbang yang lengkap pada waktu tengah hari perlu diberi kepada pelajar dengan kekerapan seminggu sekali. Hal ini akan menggalakkan pengambilan makanan yang seimbang kepada pelajar.

### **1.7 Batasan kajian**

Lokasi kajian hanya terbatas di satu lokasi sahaja iaitu UPSI. Ia juga hanya melibatkan pelajar dari peringkat pengajian Ijazah Sarjana Muda Pendidikan sahaja iaitu dalam kalangan pelajar Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Tahun Akhir iaitu pelajar yang berada di semester 7 dan 8 sahaja. Oleh itu, dapatan daripada kajian ini tidak boleh digeneralisasikan kepada situasi kajian yang berbeza.

Borang soal selidik yang diedarkan kepada responden merupakan instrumen kajian yang menggunakan Skala Likert dengan lima jawapan sahaja. Maka, jawapan yang akan

diterima daripada responden juga terhad kepada lima jawapan sahaja. Justeru itu, pilihan jawapan yang berbeza daripada Skala Likert yang dinyatakan ini akan mewujudkan perbezaan keputusan oleh setiap responden. Kebolehpercayaan dapatan kajian ini bergantung kepada kejujuran responden memberi maklum balas terhadap item-item dalam soal selidik yang diberikan.

## 1.8 Definisi Operasional

Penyelidik telah mendefinisikan beberapa istilah mengikut konteks kajian yang dijalankan dengan melibatkan definisi istilah dan operasional. Ini adalah seperti yang dinyatakan Marican (2005) di mana definisi operasi menghubungkan konsep kepada sesuatu yang boleh diperhatikan dan dinyatakan dalam bentuk yang boleh diukur dan dimanipulasi. Secara definisi mengikut konteks kajian adalah seperti berikut:

### 1.8.1 Makanan segera

Makanan segera ialah sejenis makanan yang dihasilkan secara besar-besaran yang direka untuk jualan semula komersial, dengan keutamaan yang kukuh diletakkan pada kelajuan perkhidmatan. Ia adalah istilah komersial, terhad kepada makanan yang dijual di restoran atau kedai dengan bahan beku, dipanaskan atau dimasak terlebih dahulu dan dihidangkan dalam pembungkusan untuk dibawa pulang. Makanan segera adalah salah satu jenis makanan yang paling cepat berkembang di dunia. Makanan segera adalah cepat, harga berpatutan dan mudah serta tinggi kalori, lemak, gula dan garam (Bender dan Bender, 1995). Selain itu, menurut (Pereira MA, 2005), makanan segera ialah makanan yang mudah dibeli secara layan diri atau dibawa pulang tanpa perlu menunggu lama. Dalam konteks kajian ini, makanan segera adalah makanan yang cepat dan mudah disediakan atau dibeli tanpa perlu menunggu masa yang lama. makanan segera ditakrifkan sebagai makanan yang cepat disediakan, dibungkus dan dijual kepada pengguna pada harga yang agak murah, dan pemakanannya secara tidak formal iaitu

boleh dibawa pulang atau dimakan terus. Makanan segera juga termasuklah seperti mi segera, makanan separuh masak, makanan dalam tin serta makanan sejuk beku dan makanan ringan.

### **1.8.2 Pelajar**

Menurut Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka (2013) istilah pelajar bermaksud orang yang belajar atau orang yang mengaji. Ia juga membawa maksud orang yang menyelidiki ilmu. Pelajar ialah seseorang yang dalam proses menimba ilmu atau pembelajaran dan sedang melalui pendidikan dalam bentuk pendidikan tinggi. (Hartaji, 2012). Dalam konteks kajian ini, pelajar yang dimaksudkan ialah pelajar-pelajar pendidikan yang berada di tahun akhir pengajian di Universiti Pendidikan Sultan Idris.

### **1.8.3 Sikap pelajar**

Menurut Siragusa dan Dixon (2008) sikap pada dasarnya adalah merujuk kepada perasaan suka atau tidak suka kepada sesuatu perkara. Sikap adalah berkaitan dengan kepercayaan dan tingkah laku. Sikap akan membantu kita untuk mentafsirkan bagaimana kita melihat situasi serta menentukan bagaimana kita bersikap terhadap keadaan atau objek. Menurut Nur Athirah dan Faridah (2017), sikap bermaksud tingkah laku seseorang individu terhadap sesuatu perkara. Sikap ialah kecenderungan seseorang supaya bertindak balas secara positif atau negatif terhadap sesuatu idea (Tuan Rahayu, 2018). Dalam konteks kajian ini, sikap pelajar seperti tingkah laku yang suka akan makanan segera adalah salah satu faktor pengambilan makanan segera dalam kalangan pelajar ISMP tahun akhir di UPSI.

### **1.8.4 Faktor sosial**

Faktor sosial adalah fenomena atau proses yang menyebabkan perubahan sosial yang mempengaruhi bidang aktiviti yang berlainan, dari ekonomi ke kesihatan. Menurut Kipke MD (2007), faktor sosial boleh memberi kesan terhadap pengambilan makanan segera. Sebagai

contoh, keperluan untuk menyesuaikan diri dengan rakan dan pengaruh rakan dan ahli keluarga juga dilaporkan sebagai faktor yang mendorong pengambilan makanan segera. Dalam konteks kajian ini, faktor sosial yang melibatkan keluarga, rakan dan media sosial menjadi faktor pelajar mengambil makanan segera.

### 1.8.5 Ketersediaan

Ketersediaan bermakna seseorang boleh memilikinya kerana ia boleh diakses dan ia berada dalam jangkauan. Ketersediaan adalah faktor paling penting yang menyumbang kepada pembelian makanan segera (Khoo, 2021). Harga makanan segera juga merupakan faktor penting yang mempengaruhi pembelian makanan segera (Se-Hak Chun, 2020). Oleh itu, ketersediaan dalam konteks kajian ini merangkumi kebolehdapatan seperti harga, mudah diakses dan sebagainya.

## 1.9 Rumusan

Kesimpulannya, adalah penting bagi pelajar universiti khususnya untuk memberikan perhatian kepada pilihan makanan segera mereka. Walaupun makanan segera mungkin menjadi pilihan yang cepat dan mudah, kesedaran terhadap kesihatan dan pemakanan yang seimbang perlu ditingkatkan. Makanan segera bukanlah pilihan yang ideal untuk keperluan nutrisi jangka panjang dan boleh memberi kesan negatif terhadap kesihatan mereka. Oleh itu, penting untuk mendidik pelajar mengenai kepentingan pemakanan yang seimbang dan memberikan akses kepada makanan yang berkualiti.

Dalam bab ini telah dihuraikan dan dijelaskan perkara-perkara yang menjadi asas dan hala tuju kajian ini. Di dalam bahagian objektif kajian, penyelidik telah menetapkan matlamat-matlamat yang hendak dicapai di akhir kajian ini. Persoalan kajian turut ditentukan berdasarkan objektif-objektif yang telah ditetapkan terlebih dahulu. Diharapkan kajian ini dapat memberi



manfaat kepada banyak pihak. Kajian ini turut dibataskan skopnya agar kajian ini mudah dan munasabah untuk dilakukan. Akhir sekali, dalam bahagian definisi operasional telah diterangkan maksud beberapa istilah dan konsep yang penting dalam kajian ini.

