

KESADARAN MEMILIH TIPE MAKANAN: STUDI PENGUKURAN SIKAP EKSPLISIT DAN IMPLISIT

*Grace Theola Hanani*¹
*Christiany Suwartono*²

¹The Nielsen Company
Mayapada Tower 15/F, Jl. Jenderal Sudirman Kav. 28, Jakarta Selatan 12930, Jakarta

²Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Jl. Jenderal Sudirman Kav. 51, Jakarta Selatan 12930, DKI Jakarta

²christiany.suwartono@atmajaya.ac.id

Abstrak

Sosialisasi mengenai pentingnya makanan berserat semakin marak namun konsumsi makanan cepat saji terus meningkat. Padahal, banyak orang yang menyatakan atau menunjukkan sikap yang negatif terhadap konsumsi makanan cepat saji. Peneliti merasa bahwa fenomena kontradiktif tersebut perlu diteliti lebih lanjut. Untuk itulah, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian mengenai sikap terhadap makanan cepat saji dan makanan berserat, baik secara eksplisit maupun implisit. Sikap eksplisit merupakan evaluasi yang disadari dan dapat dengan mudah dilaporkan. Sedangkan, sikap implisit merupakan evaluasi yang muncul secara involuntary, tidak dapat dikontrol, dan seringkali tanpa disadari. Guna melihat gambaran sikap eksplisit dan implisit terhadap makanan cepat saji dan makanan berserat, serta untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan antara sikap eksplisit dan implisit tersebut, diperlukan dua metode pengukuran, yaitu survei bagi sikap eksplisit dan Implicit Association Test (IAT) bagi sikap implisit. Penelitian dilakukan terhadap 31 laki-laki dan 68 perempuan. Partisipan-partisipan penelitian tersebut merupakan para dewasa muda yang berusia antara 18-24 tahun. Hasilnya menunjukkan partisipan cenderung memiliki preferensi terhadap makanan berserat dibandingkan dengan makanan cepat saji, baik pada sikap eksplisit maupun sikap implisit partisipan-partisipan penelitian. Namun, terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap eksplisit dan implisit partisipan terhadap makanan cepat saji dan makanan berserat. Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa masyarakat dalam tahap perkembangan dewasa muda memiliki sikap yang lebih positif terhadap makanan berserat dibandingkan dengan makanan cepat saji. Namun, kecenderungan memilih makanan cepat saji masih termasuk tinggi. Peneliti menduga hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan waktu dan kesibukan, serta sulitnya mengakses makanan berserat dibanding makanan cepat saji.

Kata Kunci: Makanan cepat saji, Makanan berserat, IAT, Sikap eksplisit, Sikap implisit

THE AWARENESS TO CHOOSE FOOD TYPE: MEASUREMENT STUDY OF EXPLICIT AND IMPLICIT ATTITUDE

Abstract

Socialization of the importance of healthy food consumption is becoming more of an issue in Jakarta. Many people tend to state negative responses when asked about their outlook toward fast food consumption. Interestingly, fast food consumption keeps on increasing over the years. Therefore, this research has been done to investigate about the explicit and implicit attitude toward fast food and healthy food. Explicit attitudes are evaluation that consciously endorsed and can easily reported. Meanwhile, implicit attitudes are evaluation that are involuntary, uncontrollable, and at times unconscious. To describe the explicit and implicit attitude toward fast food and healthy food, and also to investigate whether there are any differences between those explicit and implicit attitudes, two measurement methods are needed: surveys for the explicit attitudes and Implicit Association Test (IAT) for the implicit attitudes. The research participants consist of 31 males and 68 females. They are in the early adulthood, aged 18 to 24 years old. This research on their explicit as well as implicit attitudes shows participants tend to prefer healthy food. However, statistical analysis shows significant differences between the participants' explicit and implicit attitudes toward fast food and healthy food. So, it can be concluded that the early adulthood have more positive attitude toward healthy food compared to fast food. Nevertheless, the tendency to pick fast food over healthy food can still be considered high. It is presumed that this tendency is caused by time limitations and the difficulty to access healthy food over fast food.

Key Words: *Fast food, Healthy food, IAT, Explicit attitudes, Implicit attitudes*

