

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL, PENGETAHUAN MAKAN, DAN SIKAP DENGAN PERILAKU MAKAN REMAJA KABUPATEN LEBAK

*Andri Putri Rianti¹, Siti Soraya², Annisa Yuri Ekaningrum³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan Program S1 Gizi
Universitas Indonesia Maju Jakarta

ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase kehidupan peluang kesehatan orang dewasa di masa depan terbentuk oleh determinan sosial dan risiko serta faktor protektif yang mempengaruhi pengambilan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Banyak faktor risiko yang menyebabkan terjadinya perilaku makan remaja, terutama penggunaan media sosial, pengetahuan makan dan sikap remaja. Penelitian ini untuk menganalisis hubungan karakteristik keluarga dan remaja, penggunaan media sosial, pengetahuan makan, dan sikap dengan perilaku makan remaja. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dilakukan secara online pada bulan Januari tahun 2023, dengan menggunakan *google form* melalui *self-administered* kuesioner. Total sampel yang digunakan adalah 96 siswa yang dihitung menggunakan rumus *Lemeshow*. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *chi square*. Hasil: uji *chi square* mengetahui penggunaan media sosial, pengetahuan makan, dan sikap dengan perilaku makan remaja. Hasil analisis variabel penggunaan media sosial diperoleh $p=0,02$, pengetahuan makan diperoleh $p=0,468$, dan sikap remaja diperoleh $p=0,087$. Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku makan remaja, pengetahuan makan tidak berhubungan signifikan dengan perilaku makan, dan selanjutnya sikap makan remaja tidak berhubungan signifikan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak.

Kata Kunci

Remaja, Perilaku, perilaku makan, Pengetahuan

ABSTRACT

Adolescence is the phase of life in which an adult's future health opportunities are shaped by social determinants and risks as well as protective factors that influence the taking of health-related behaviors. Many risk factors cause adolescent eating behavior, especially social media use, eating knowledge and adolescent attitudes. This study analyze the relationship of family and adolescent characteristics, social media use, eating knowledge, and attitudes with adolescent eating behavior. This study used a cross sectional design and used purposive sampling techniques. Conducted online in January 2023, using a google form through a self-administered questionnaire. The total sample used was 96 students calculated using the Lemeshow formula. The data analysis technique used is the chi square test. The results of the Chi Square test determine social media use, eating knowledge, and attitudes with adolescent eating behavior. The results of the analysis of social media use variables were obtained $p = 0.02$, eating knowledge was obtained $p = 0.468$, and adolescent attitudes were obtained $p = 0.087$. There is a significant relationship between social media use and adolescent eating behavior, eating knowledge is not significantly related to eating behavior, and furthermore adolescent eating behavior is not significantly related to adolescent eating behavior in Lebak Regency.

Keywords

Adolescent, Attitude, eating behavior, knowledge

Received : 19 Mei 2023

Revise : 18 Juli 2023

Accepted : 22 Juli 2023

Correspondence*: Andri Putri Kinanti

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: putriandri3@gmail.com

Pendahuluan

Masa remaja adalah fase kehidupan dimana peluang kesehatan orang dewasa di masa depan terbentuk oleh determinan sosial dan risiko serta faktor protektif yang mempengaruhi pengambilan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan.¹ Beberapa perubahan terjadi pada remaja, salah satunya perubahan perilaku makan, baik mengarah kepada perilaku makan yang sehat maupun cenderung mengarah kepada perilaku makan tidak sehat.² Pada penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Padang oleh Sagala, et al menunjukkan bahwa remaja lebih sering mengonsumsi makanan dengan lemak dan karbohidrat yang tinggi dan jarang mengonsumsi makanan tinggi serat.³ Berdasarkan penelitian Pujati et al pada remaja Kecamatan Kota Pekanbaru, sebanyak 60,9% responden memiliki perilaku makan termasuk dalam kategori tidak baik yang disebabkan oleh pola perilaku makan tidak teratur.⁴

Hal ini dibuktikan oleh persentase prevalensi kelebihan dan kekurangan gizi remaja di Indonesia. Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar Riskesdas, 2018 menyatakan Prevalensi sangat kurus dan kurus di Indonesia pada tahun 2007 sebanyak 18,4%, pada tahun 2013 menurun menjadi 9,4% dan tahun 2018 menurun menjadi 8,1%. Sedangkan prevalensi obesitas sentral di Indonesia pada remaja umur ≥ 15 tahun pada tahun 2007 adalah 18,8%, meningkat pada tahun 2013 menjadi 26,6% dan pada tahun 2018 meningkat hingga 31,0%.⁵ Saat ini Indonesia mempunyai tiga beban masalah gizi (*triple burden*) yaitu *stunting*, *wasting* dan obesitas. Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) di Kabupaten Lebak prevalensi status gizi pada remaja usia 16-18 tahun diperoleh prevalensi sangat kurus (0%), prevalensi kurus (4,51%), prevalensi gemuk (11,9%), dan prevalensi sangat gemuk (obesitas) 1,9%.⁵ Meningkatnya permasalahan gizi pada remaja salah satunya disebabkan oleh kurangnya pemahaman gizi dan kebiasaan makan yang tidak sesuai dengan gizi seimbang. Hal ini dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian. Penelitian yang dilakukan di SMPN 35 Makassar menunjukkan bahwa pengetahuan gizi responden masih masuk dalam kategori kurang.⁶ Perubahan perilaku makan selain pengetahuan dan sikap juga di pengaruhi oleh sumber informasi lain yaitu media sosial yang hampir seluruh remaja mempunyai akun media sosial yang berguna sebagai sarana remaja memperoleh semua informasi.

Pada tahun 2017 pertumbuhan pengguna internet mencapai angka tertinggi dibandingkan tahun 2016 yaitu sebesar 143,26 juta. Sedangkan jika dikelompokkan berdasarkan usia, persentase

pengguna internet paling banyak berusia 13-18 tahun yaitu 75,5%. Sebanyak 44,16% perangkat yang digunakan untuk mengakses internet adalah *smartphone*, 4,49% menggunakan komputer/laptop, dan 39,28% menggunakan keduanya.⁷ Hasil survey tersebut menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi mengubah perilaku makan di kalangan remaja.

Remaja sangat gemar mengonsumsi makanan siap saji tanpa memperhatikan kandungan gizi nya. Mengonsumsi makanan ringan atau makanan siap saji yang mengandung tinggi kalori dan lemak.⁸ Perubahan gaya hidup juga terjadi dengan semakin mudahnya remaja pada akses internet, sehingga remaja lebih banyak membuat pilihannya sendiri. Pilihan yang dibuat seringkali kurang tepat sehingga secara tidak langsung menyebabkan masalah gizi.

Berdasarkan data Riskesdas 2018 Kabupaten Lebak Pola konsumsi makanan manis remaja sebanyak 41- 50% (1-6 kali per minggu), konsumsi makanan asin 46 – 49% (1-6 kali per minggu) dan tidak konsumsi sayur sebanyak 17– 24%.⁵ Berdasarkan penjelasan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial, pengetahuan makan, sikap makan, dan perilaku makan remaja Kabupaten Lebak.

Metode

Desain penelitian ini menggunakan *cross-sectional study*, dimana variabel dependen dan independen pada penelitian diteliti pada waktu bersamaan untuk melihat hubungan penggunaan media sosial, pengetahuan makan, sikap dengan perilaku makan remaja, selanjutnya menggunakan metode *self-administered* secara online dengan bantuan kuesioner. Penelitian dilakukan pada remaja sekolah menengah atas dengan pertimbangan bahwa remaja usia ≥ 15 tahun di Kabupaten Lebak. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2023 selama 3 hari melalui *google form* yang disebarkan melalui link. Responden dalam penelitian ini adalah 96 sampel remaja sekolah menengah atas negeri dan swasta yang dihitung menggunakan rumus *Lemeshow*. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini adalah data primer. Data primer di peroleh dengan alat bantu kuesioner online meliputi karakteristik remaja (usia, jenis kelamin), karakteristik keluarga (pendidikan orangtua), penggunaan media sosial di ukur dengan kuesioner *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS)⁹, pengetahuan makan di ukur menggunakan *General Nutrition Knowledge Questionnaire* (GNKG),¹⁰ sikap makan di ukur menggunakan *Nutrition Attitude Scales*,¹¹ dan perilaku makan remaja di ukur menggunakan *Block's Screening Scales*.¹² Hasil skoring

data dijumlahkan sehingga diperoleh skor total yang kemudian di transformasikan kedalam indeks.

Selanjutnya skor indeks yang diperoleh dikategorikan menjadi 3, yaitu rendah, sedang dan tinggi berdasarkan standar nilai *normative* dengan *cut off point* dengan pengkategorian rendah (<60), sedang (60-80), dan tinggi (>80).¹³ Setelah di olah data dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mengetahui sebaran frukuensi pada variabel.

Analisis univariat adalah suatu teknik analisis terhadap satu variabel secara mandiri, tiap variabel dianalisis tanpa dikaitkan dengan variabel lainnya. Analisis univariat biasa juga disebut analisis deskriptif yang bertujuan menggambarkan kondisi fenomena yang dikaji. Analisis univariat merupakan metode analisis yang paling mendasar terhadap suatu data. Peneliti menggunakan uji deskriptif frekuensi untuk mengetahui frekuensi dan presentase dari variabel jenis kelamin, usia, pendidikan orangtua, penggunaan media sosial, pengetahuan makan, sikap makan dan perilaku makan remaja. Analisis bivariate digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel menggunakan rumus *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95 % ($\alpha = 0,05$). Nomer Surat Etik Penelitian: 3503/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/II/2023.

Hasil

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah remaja perempuan lebih banyak daripada laki-laki yaitu 66 remaja perempuan (68,8%). Usia dibagi menjadi 4 kelompok yaitu 15-18 tahun dan remaja paling bayak mengikuti penelitian ini ber usia 17 tahun sebanyak 17 tahun (35,4%). Pendidikan ayah paling banyak yaitu pendidikan dasar (1-9 tahun) sebanyak 52 orang (54,2 %) dan pendidikan ibu paling banyak yaitu pendidikan dasar (1-9 tahun) sebanyak 61 orang (63,5 %).

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa remaja dengan penggunaan media sosial paling banyak pada penggunann media sosial sedang sebanyak 62 remaja (64,6 %). Pengetahuan makan pada penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan makan secara keseluruhan adalah sebanyak 47 remaja (49 %) dengan kategori sedang. Sikap makan ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan adalah 78 remaja (81,3 %) dengan kategori sedang. Perilaku makan remaja ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan perilaku makan remaja sebanyak 46 remaja (47,9 %) dengan kategori rendah.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa responden dengan perilaku makan sedang lebih banyak terdapat pada penggunaan media sosial sedang (46,8%) dibandingkan penggunaan media sosial tinggi

(28,6%). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,002<0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang

Tabel 1. Sebaran Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	30	31,3
Perempuan	66	68,8
Total	96	100
Usia	Frekuensi	Persentase (%)
15 tahun	13	13,3
16 tahun	21	21,9
17 tahun	34	35,4
18 tahun	28	29,2
Total	96	100
Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Pendidikan Ayah		
1-9 tahun	52	54,2
10-12 tahun	36	37,5
>12 tahun	8	8,3
Total	96	100
Pendidikan Ibu		
1-9 tahun	61	63,5
10-12 tahun	28	29,2
>12 tahun	7	7,3
Total	96	100

signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku makan remaia di Kabupaten Lebak.

Tabel 2. Sebaran Responden Berdasarkan Katagori Penggunaan Media Sosia, Pengetahuan Makan, Sikap Makan dan Perilaku Makan Remaja

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	20	20,8
Sedang	62	64,6
Tinggi	14	14,6
Total	96	100
Pengetahuan Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	24	25
Sedang	47	49
Tinggi	25	26
Total	96	100
Sikap Makan	Frekuensi	Persentase(%)
Rendah	3	3,1
Sedang	78	81,3
Tinggi	15	15,6
Total	96	100
Perilaku Makan	Frekuensi	Persentase(%)
Rendah	46	47,9
Sedang	42	43,8
Tinggi	8	8,3
Total	96	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa responden dengan perilaku makan sedang pada remaja lebih banyak terdapat pada pengetahuan makan sedang (48,9%) dibandingkan pengetahuan

makan rendah. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,468>0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan makan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak. Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa responden dengan perilaku makan rendah pada remaja lebih banyak terdapat pada sikap makan sedang (51,3%) dibandingkan sikap makan rendah (33,3%). Hasil uji

Tabel 3. Uji *Chi Square* Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Perilaku Makan Remaja

Penggunaan Media Sosial	Perilaku makan						Total		Nilai P
	Rendah		Sedang		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Rendah	11	55	9	45	0	0	20	100	0,002
Sedang	31	50	29	46,8	2	3,2	62	100	
Tinggi	4	28,6	4	28,6	6	42,9	14	100	
Total	46	47,9	42	43,8	8	8,3	96	100	

statistik diperoleh nilai $p=0,087>0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap makan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak.

Pembahasan

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,002<0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak. Semakin tinggi penggunaan media sosial, remaja memiliki perilaku makan yang rendah. Frekuensi penggunaan media sosial ini bisa saja memengaruhi perilaku konsumtif.¹⁴ dan juga berpengaruh pada perilaku makan seseorang.¹⁵

Tabel 4. Uji *Chi Square* Hubungan Pengetahuan Makan Dengan Perilaku Makan Remaja

Pengetahuan Makan	Perilaku makan						Total		Nilai p
	Rendah		Sedang		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Rendah	11	45,8	13	54,2	0	0	24	100	0,468
Sedang	23	48,9	19	20,6	5	10,6	47	100	
Tinggi	12	48	10	40	3	12	25	100	
Total	46	47,9	42	43,8	8	8,3	96	100	

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Wilkch et al didapatkan seorang anak mempunyai banyak akun media sosial membuat mereka sering melewatkan waktu makan atau makan dengan porsi sedikit tentunya dapat berakibat pada kesehatannya.¹⁶ Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa penggunaan sosial media dapat mempengaruhi status gizi, dikarenakan media sosial

dapat berdampak pada gaya hidup remaja dalam kesehatan, seperti perilaku makan remaja.¹⁷

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,468>0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan makan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak. Seperti halnya teori yang dikemukakan oleh Festinger mengistilahkan teori ini dengan sebutan disonansi kognitif yang membahas mengenai perasaan ketidaknyamanan akibat pikiran, dan perilaku yang saling bertentangan dengan dirinya, oleh sebab itu memotivasi mereka untuk mengambil langkah demi mengurangi ketidaknyamanan tersebut dengan mengonsumsi makanan sehat walaupun memiliki pengetahuan makan tinggi.¹⁸

Pengetahuan makan terhadap makanan bergizi tidak cukup mengubah perilaku makan remaja, oleh sebab itu perlu dibentuknya sikap makan positif.¹⁹ Berdasarkan hasil penelitian lain yang telah dilakukan, diketahui bahwa banyak mahasiswa yang mengerti tentang pentingnya pengetahuan gizi. Namun, masih banyak yang belum bisa menerapkan perilaku makan yang baik dengan mengonsumsi makanan yang bergizi untuk dapat memenuhi kebutuhan kalori dalam setiap harinya.

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,087>0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap makan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak. Sikap yang baik belum tentu memunculkan perilaku makan yang baik.²¹ Hal ini dapat terjadi karena sikap seseorang dapat terbentuk dengan adanya interaksi sosial yang dapat mempengaruhi individu.²² Hal ini sejalan dengan penelitian Setyawan et al bahwa terdapat korelasi negatif antara sikap makan sehat dengan perilaku makan dari luar rumah.²³

Kelebihan dalam penelitian ini yakni dapat melihat faktor risiko apa saja yang berhubungan dan tidak berhubungan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Lebak. Sedangkan kekurangan dari penelitian ini adalah tidak didapatkannya nilai OR dari hasil analisis bivariat yang dilakukan, oleh karenanya pada penelitian selanjutnya perlu dipertimbangkan jumlah pengkatagorian sampel agar didapat nilai OR pada analisis bivariatnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan penggunaan media sosial, pengetahuan makan dan sikap makan dengan perilaku makan remaja Kabupaten Lebak yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku makan remaja dengan nilai $p=0,02$.

Selanjutnya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan makan dengan perilaku makan remaja dengan nilai $p=0,468$. Dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap makan dengan perilaku makan remaja Kabupaten Lebak dengan nilai $p=0,087$.

Semakin tinggi penggunaan media sosial, remaja mesmiliki perilaku makan yang rendah. Frekuensi penggunaan media sosial ini bisa saja memengaruhi perilaku konsumtif dan juga berpengaruh pada perilaku makan seseorang. Sedangkan pengetahuan makan terhadap makanan bergizi tidak cukup mengubah perilaku makan remaja, oleh sebab itu perlu dibentuknya sikap makan positif. Dan Sikap makan pada remaja yang baik belum tentu memunculkan perilaku makan yang baik. Hal ini dapat terjadi karena sikap seseorang dapat terbentuk dengan adanya interaksi sosial yang dapat mempengaruhi individu.

Disarankan orang tua dapat menerapkan perilaku makan yang baik, seperti mendorong anak untuk makan sehat, memberi batasan dan mengedukasi anak untuk mengurangi waktu penggunaan media sosial. Sekolah dan Dinas Kesehatan dapat memberikan pengajaran dan pembelajaran terkait pengetahuan makan sehat dan bergizi edukasi perilaku makan sehat yang meliputi pengetahuan makan dan sikap makan remaja dengan memberikan rekomendasi makanan bergizi kepada remaja.

Conflict of Interest

Tidak ada konflik kepentingan dalam penulisan artikel ini.

Author Contribution

APR: Merancang dan menentukan analisa data, pengumpulan data, pengolahan data. SS AYE: Pembacaan hasil analisis, penulisan artikel.

Acknowledgment

Penulis berterimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan artikel ini.

Daftar Pustaka

1. Health A, Sawyer SM, Afi RA, et al. Series Adolescence: a foundation for future health. *Lancet* 2012; 379: 1630–1670.
2. Lathifa S, Mahmudiono T. Pengaruh Media Edukasi Gizi Berbasis Web Terhadap Perilaku Makan Gizi Seimbang Remaja Sma Surabaya the Effect of Web-Based. *Mgk J* 2019; 4: 4–9.
3. Sagala, N. F. A., Ardiani, F. and Lubis Z. Gambaran Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food), Aktivitas Fisik dan Status Gizi Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Padangsidempuan. *J Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiol* 2018; 1147–1151.
4. Pujiati, Arneliwati and Rahmalia S. 'Hubungan antara Perilaku Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri'. *JOM* 2015; 17: 56–64.
5. Kemenkes RI. Laporan Provinsi Banten RISKESDAS 2018. *Badan Penelit dan Pengemb Kesehatan* 2018; 575.
6. Salmiah, Rochimiwati SN, Asbar R, et al. Gambaran remaja obesitas tentang pengetahuan pola menu seimbang si SMPN 30 Makassar. *Media Gizi Pangan* 2015; XIX: 55–59.
7. APPJII. Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia Survey 2019. *Teknopreneur* 2017; 2022: Hasil Survey.
8. Mardalena I. Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan. In: Press PB (ed). Yogyakarta, 2017.
9. Andreassen CS, Griffiths MD, Kuss DJ, et al. The Relationship Between Addictive Use of Social Media and Video Games and Symptoms of Psychiatric Disorders: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *Psychol Addict Behav* 2016; 30: 252–262.
10. Parmenter K, Waller J, Wardle J. Demographic variation in nutrition knowledge in England. *Health Educ Res* 2000; 15: 163–174.
11. Byrd-Bredbenner C, O'Connell LH, Shannon B, et al. A Nutrition Curriculum for Health Education: Its Effect on Students' Knowledge, Attitude, and Behavior. *J Sch Health* 1984; 54: 385–388.
12. Block G, Clifford C, Naughton MD, et al. A brief dietary screen for high fat intake. *J Nutr Educ* 1989; 21: 199–207.
13. Yimer M. Knowledge, Attitude and Practices of High Risk Populations on Louse- Borne Relapsing Fever in Bahir Dar City, North-West Ethiopia. *Sci J Public Heal* 2014; 2: 15.
14. Khrishananto R, Adriansyah MA. Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Konformitas Terhadap Perilaku Konsumtif di Kalangan Generasi Z. *Psikoborneo J Ilm Psikol* 2021; 9: 323.
15. Wijaya K. Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone dengan Perilaku Makan pada Emerging

- Adult. *Calyptra* 2019; 8: 1–12.
16. Wilksch SM, O’Shea A, Ho P, et al. The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents. *Int J Eat Disord* 2020; 53: 96–106.
17. Husna DS, Puspita ID. Korelasi antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Durasi Tidur dan Status Gizi Remaja. *J Ris Gizi* 2020; 8: 76–84.
18. Soraya S. Pengaruh Gaya Pengasuhan, Kontrol Diri, Pola Asuh Makan Terhadap Pengetahuan, Sikap Makan, Dan Perilaku Makan Remaja. Institut Pertanian Bogor, 2021.
19. Mirmiran P, Azadbakht L, Azizi F. Dietary behaviour of Tehranian adolescents does not accord with their nutritional knowledge. *Public Health Nutr* 2007; 10: 897–901.
20. Berliandita AA, Hakim AA. Analisis Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan pada Mahasiswa Angkatan 2017 Prodi Ilmu Keolahragaan Unesa. *Indones J Kinanthropology* 2021; 1: 8–20.
21. Susanto. *Gizi dan Kesehatan*. Malang, 2006.
22. S A. Teori Sikap Manusia & Pengukurannya. Yogyakarta, 2007, p. Jal 30-38.
23. Setyawan F, Panunggal B, Nuryanto N, et al. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Dengan Perilaku Makan Dari Luar Rumah Pada Remaja Di Kota Surakarta. *J Nutr Coll* 2019; 8: 187–195.