

HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA MAKAN REMAJA

Arni Apriliani¹, Rosmauli Jerimia Fitriani^{1*}

¹ Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Sains Dan Teknologi, Universitas PGRI Yogyakarta

¹ Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Sains Dan Teknologi, Universitas PGRI Yogyakarta

*Korespondensi penulis: rosmaulijf@upy.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja merupakan perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Hal tersebut menyebabkan permasalahan yaitu kelebihan berat badan (obesitas), kurang berat badan (*underweight*) dan pola makan yang salah. Remaja pada saat ini banyak mengonsumsi makanan yang diiklankan melalui media sosial namun makanan tersebut tidak mengandung zat gizi yang ade kuat. Selain itu pengaruh lingkungan sosial seperti teman sebaya berperan penting dalam pola makan yang tidak sehat. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan peran teman sebaya dan penggunaan media sosial terhadap pola makan remaja di SMP PGRI Kasihan Bantul Tahun 2024.

Metode penelitian menggunakan jenis penelitian observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan antara peran teman sebaya terhadap pola makan dengan nilai $p= 0,031$, serta tidak terdapat hubungan antara penggunaan media sosial terhadap pola makan remaja di SMP PGRI Kasihan Bantul dengan nilai $p= 0,096$.

Kesimpulan: Ada hubungan antara peran teman sebaya terhadap pola makan remaja dan tidak ada hubungan antara penggunaan media sosial terhadap pola makan remaja di SMP PGRI Kasihan Bantul.

Kata Kunci: Media sosial, Pola makan, Teman sebaya

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ROLE OF PEERS AND THE USE OF SOCIAL MEDIA ON ADOLESCENTS' EATING PATTERNS

ABSTRACT

Background: Adolescence is a change from childhood to adulthood. This causes problems, namely being overweight (obesity), underweight and wrong eating patterns. Nowadays, teenagers consume a lot of food advertised on social media, but these foods do not contain strong enough nutrients. Apart from that, the influence of the social environment, such as peers, plays an important role in unhealthy eating patterns. The aim of this research is to analyze the relationship between the role of peers and the use of social media on the eating patterns of adolescents at PGRI Kasihan Bantul Middle School in 2024. The research method uses observational research with a cross-sectional research design. Sampling used a simple random sampling technique.

Results: Based on the research results, it was found that there was a relationship between the role of peers on eating patterns and a value of $p= 0.031$, and there was no relationship between the use of social media and the eating patterns of teenagers at PGRI Kasihan Bantul Middle School with a value of $p= 0.096$.

Conclusion: There is a relationship between the role of peers on teenagers' eating patterns and there is no relationship between the use of social media on teenagers' eating patterns at PGRI Kasihan Bantul Middle School.

Keywords: Social media, Diet, Peers

PENDAHULUAN

WHO (World Organization Health) menyatakan remaja merupakan seseorang dengan usia 10-19 tahun, sedangkan menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) remaja merupakan seseorang berusia 10-24 tahun yang belum menikah. Remaja usia 10-19 tahun di Indonesia sebanyak 46,9 juta atau sekitar 17,3% (1).

Remaja rawan mengalami masalah gizi karena mereka ada di masa transisi dari anak-anak ke dewasa, yang ditandai dengan perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial. Kelebihan berat badan (obesitas), kurang berat badan (*underweight*), dan pola makan yang salah adalah masalah yang sering terjadi pada remaja (2).

Sebuah penelitian yang dilakukan pada remaja pada tahun 2019 menemukan bahwa sebesar 68,75% remaja memiliki kebiasaan yang tidak sehat, yaitu membeli dan mengonsumsi makanan ringan seperti keripik, *fast food*, dan minuman ringan, serta jarang mengonsumsi sayur dan buah (3), makanan ini mudah diperoleh, disamping lebih bergensi karena terpengaruh iklan, dimana makanan tersebut tidak mengandung gizi yang adekuat dan kandungan lemak jenuh, kolesterol dan natriumnya cukup tinggi, akibatnya dapat menyebabkan penyakit degeneratif lainnya (4).

Pola makan pada umumnya dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup hal-hal yang bersifat intrinsik dan menetap dalam tubuh individu, seperti preferensi makanan dan citra tubuh. Sedangkan faktor eksternal melibatkan pengaruh dari

lingkungan sekitarnya, seperti pengaruh teman, sosial budaya dan media atau periklanan (5).

Penggunaan media sosial dan pola makan sering dikaitkan dengan status gizi. Berkembangnya teknologi dan internet melahirkan revolusi industri yang berdampak pada berbagai sektor, termasuk pendidikan dan kesehatan (6). Hasil survey Asosiasi sJasa Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengemukakan pengguna internet di Indonesia meningkat dari 77,02% pada tahun 2022 menjadi 78,19% pada tahun 2023 dan sebagian besar pengguna internet berusia 13-18 tahun yang merupakan remaja dengan persentase 98,2% (7). Penelitian Husna (2020), menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat memengaruhi pola makan remaja, hal ini dikarenakan media sosial berdampak pada gaya hidup kesehatan remaja seperti aktivitas fisik dan status gizi (8).

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan September 2023 di SMP PGRI Kasihan Bantul, menunjukkan bahwa kantin sekolah dan pedagang makanan di sekitarnya menyajikan variasi makanan yang tinggi energi, lemak dan mengandung pewarna sintesis sehingga menarik perhatian remaja. Di sana, kebiasaan remaja untuk membeli makanan secara berkelompok menjadi relevan. Pentingnya temuan ini diperkuat oleh fakta bahwa belum ada penelitian sebelumnya dalam bidang gizi di SMP PGRI Kasihan, Bantul.

Urgensi penelitian ini adalah sebagian remaja memiliki pola makan yang kurang baik dapat disebabkan oleh faktor teman sebaya dan media sosial. Pilihan makanan tidak lagi didasarkan pada aspek gizi, tetapi lebih pada pengalaman sosial, kesenangan dan ketakutan kehilangan status. Hal tersebut dapat mengganggu

perkembangan fisik dan pertumbuhan mereka, karena masa remaja membutuhkan asupan gizi yang adekuat. Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan di atas maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan teman sebaya dan media sosial terhadap pola makan remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan teman sebaya terhadap pola makan pada remaja dan untuk mengetahui hubungan media sosial terhadap pola makan pada remaja.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Penelitian dilakukan di SMP PGRI Kasihan Bantul pada bulan Maret 2024. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah 260 remaja setelah dihitung menggunakan rumus slovin didapatkan hasil 72 sampel, yang dilakukan secara *simple random sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner karakteristik responden, kuesioner pertanyaan terkait peran teman sebaya, penggunaan media sosial serta pertanyaan pola makan dengan kategori jika skor nilai <60% tidak terpengaruh dan ≥60% terpengaruh, dan pola makan sehat atau tidak sehat. Pola makan yang sehat mensyaratkan mengonsumsi beraneka ragam makanan agar memperoleh seluruh zat gizi yang dibutuhkan tubuh sedangkan pola makan yang tidak sehat yaitu bersifat tidak peduli terhadap makanan yang beragam dan bervariasi, lupa waktu karena banyaknya aktivitas, makan makanan berlebihan, mengikuti trend, dengan makan makanan *fast food* dan *junk food* tanpa memperhatikan nilai kecukupan kebutuhan gizi yang dibutuhkan. (9)

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran dalam penelitian dan analisis bivariat menggunakan uji *spearman rank* untuk mengetahui apakah ada hubungan dari variabel bebas dan terikat. Penyajian data dalam penelitian ini berupa tabel serta alat dan bahan yang digunakan yaitu kuesioner peran teman sebaya, kuesioner penggunaan media sosial dan kuesioner pola makan, antropometri yang meliputi alat ukur tinggi badan menggunakan *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm dan alat ukur berat badan menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg. Pengukuran tinggi badan dan berat badan dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh 3 petugas yang berasal dari bidang gizi dan telah mempunyai keterampilan dalam bidang pengukuran status gizi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

Hasil analisis univariat pada penelitian hubungan peran teman sebaya dan penggunaan media sosial terhadap pola makan diuraikan sebagai berikut:

Distribusi Karakteristik Responden

1. Jenis Kelamin

Distribusi jenis kelamin responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	44	61,1
Perempuan	28	38,9
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa diantara 72 responden, menunjukkan sebagian besar sampel berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 44 orang (61,1%).

2. Usia

Distribusi usia responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
13 Tahun	20	27,8
14 Tahun	21	29,2
15 Tahun	25	34,7
16 Tahun	6	8,3
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa diantara 72 responden, menunjukkan sebagian besar sampel berusia 15 tahun dengan jumlah 25 (34,7%) dan usia 16 tahun lebih sedikit dengan jumlah 6 orang (8,3%).

3. Uang Saku

Distribusi uang saku responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Uang Saku

Uang Saku	Frekuensi (n)	Persentase (%)
< Rp. 10.000	31	43,1
Rp. 10.000 – Rp. 20.000	32	44,4
Rp. 20.000 – Rp. 30.000	8	11,1
> Rp. 30.000	1	1,4
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh data sebanyak 32 responden (44,4%) memperoleh uang saku Rp 10.000 – Rp 20.000.

4. Pendapatan Orang Tua

Distribusi pendapatan orang tua dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 4 sebagai berikut :

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan Orang Tua

Pendapatan Orang Tua	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah (Rp. 500.000 – Rp. 2.500.000)	59	81,9
Sedang (Rp. 2.500.000 – Rp. 3.500.000)	6	8,3
Tinggi (Rp. 3.500.000 – Rp. 5.000.000)	2	2,8
Sangat tinggi (>Rp. 5.000.000)	5	6,9
Total	72	100

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh data sebanyak 59 responden (81,9%) memperoleh pendapatan orang tua rendah, kemudian 6 responden (8,3%) memperoleh pendapatan orang tua sedang, serta 5 responden (6,9%) memperoleh pendapatan orang tua tinggi dan 2 responden (2,8%) memperoleh pendapatan orang tua sangat tinggi.

5. Penggunaan Media Sosial

Distribusi penggunaan media sosial dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 5 sebagai berikut :

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Media Sosial

Frekuensi Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah (1-3 jam/hari)	27	37,5
Sedang (4-6 jam/hari)	24	33,3
Tinggi (>6 jam/hari)	21	29,2
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan Tabel 5 diperoleh data sebanyak 27 responden (37,5 %) memiliki frekuensi penggunaan media sosial rendah, kemudian 24 responden (33,3%) memiliki kebiasaan penggunaan media sosial sedang dan 21 responden (29,2) memiliki kebiasaan penggunaan media sosial tinggi.

6. Pola Makan

Distribusi pola makan dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel berikut :

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sehat	36	50,0
Tidak sehat	36	50,0
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan data pada Tabel 6 diperoleh data sebanyak 36 responden (50%) mempunyai pola makan yang sehat dan 36 responden (50%)

mempunyai pola makan yang tidak sehat.

7. Peran Teman Sebaya

Distribusi peran teman sebaya dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel berikut :

Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Peran Teman Sebaya

Peran Teman Sebaya	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Terpengaruh	47	65,3
Tidak terpengaruh	25	34,7
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan data pada Tabel 7 diperoleh data sebanyak 47 responden (65,3%) terpengaruh terhadap teman sebaya dan 25 responden (34,7%) tidak terpengaruh terhadap teman sebaya.

8. Penggunaan Media Sosial

Distribusi penggunaan media sosial dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Penggunaan Media Sosial

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Terpengaruh	38	52,8
Tidak terpengaruh	34	47,2
Total	72	100

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan data pada Tabel 8 diperoleh data sebanyak 38 responden (52,8%) terpengaruh terhadap penggunaan media sosial dan 34 responden (47,2) tidak terpengaruh terhadap penggunaan media sosial.

9. Status Gizi

Penilaian status gizi remaja SMP PGRI Kasihan Bantul dilakukan secara langsung menggunakan pengukuran antropometri yaitu IMT/U yang klasifikasinya menurut Peraturan Menteri Kesehatan No 2 Tahun 2020

Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Gizi Buruk	3	4,2
Gizi Kurang	7	9,7
Gizi Baik	56	77,8
Gizi Lebih	6	8,3
Obesitas	0	0
Total	72	100

Berdasarkan Tabel 7 diperoleh hasil data status gizi remaja SMP PGRI Kasihan Bantul sebanyak 7 responden (9,7%) mempunyai status gizi kurang, 56 responden (77.8%) mempunyai status gizi baik.

Hasil Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data pada penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 8 berikut :

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas dengan Shapiro-Wilk Test

	Statistic	Df	Sig.
Peran Teman Sebaya	.961	72	.026
Penggunaan Media Sosial	.955	72	.011
Pola Makan	.963	72	.032

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh hasil untuk Peran Teman Sebaya nilai *asympt sig* 0,026 <0,05, Penggunaan Media Sosial nilai *asympt sig* 0,011 <0,05, Pola Makan nilai *asympt sig* 0,032 <0,05. Maka dapat disimpulkan sebaran data berdistribusi tidak normal. Kemudian dilanjutkan dengan uji spearman rank untuk melihat nilai kemaknaan.

Hubungan Peran Teman Sebaya Terhadap Pola Makan Pada Remaja

Analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti. Berikut adalah hasil uji korelasi peran teman sebaya dengan pola makan.

Tabel 9. Uji Korelasi Spearman Rank Peran Teman Sebaya Terhadap Pola Makan Pada Remaja

	Rata-rata ±SD	Min	Max	r	P
Peran Teman Sebaya	59.86 ± 20.244	10	100	0.255	0.031
Pola Makan	58.75 ± 14.057	18	81		

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada Tabel 9 diperoleh nilai p = 0,031 yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara peran teman sebaya dengan pola makan. Nilai korelasi *spearman rank* sebesar 0,255 dengan kekuatan korelasi sedang secara

statistik. Hal ini sejalan dengan penelitian Suhada (10) yang menyatakan bahwa ada hubungan peran teman sebaya dengan perilaku makan remaja di SMA Negeri Samarinda dengan nilai *p-value* 0.000. Hal ini disebabkan karena teman sebaya merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi. Makan bersama teman adalah cara yang digunakan setiap individu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya mereka. Sehingga teman sebaya dapat mempengaruhi pemilihan makannya.

Hubungan Penggunaan Media Sosial Terhadap Pola Makan Pada Remaja

Analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti. Berikut adalah hasil uji korelasi penggunaan media sosial dengan pola makan :

Tabel 10. Uji Korelasi Spearman Rank Penggunaan Media Sosial Terhadap Pola Makan Pada Remaja

	Rata-rata ±SD	Min	Max	r	P
Penggunaan media sosial	55.97 ± 17,170	20	100	0,198	0,009
Pola Makan	58.75 ± 14.057	18	81		

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada Tabel 10 diperoleh nilai $p = 0,096$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara penggunaan media sosial dengan pola makan. Nilai korelasi *spearman rank* sebesar 0,198 yang artinya kekuatan korelasi sangat lemah secara statistik. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Karini (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara akses media sosial dengan perilaku makan dengan nilai $p\text{-value}=0,025 < 0,05$ (11). Hal ini disebabkan karena sebagian besar responden menggunakan media sosial tanpa melakukan pembelian makanan atau barang melalui media sosial . Salah satu faktor yang mempengaruhi keputusan ini adalah keterbatasan ekonomi. Hal ini didukung oleh temuan

dalam penelitian ini bahwa banyak responden (81.9%) berasal dari keluarga dengan pendapatan rendah, yang mengakibatkan sebagian besar dari mereka memiliki uang saku yang terbatas atau kurang (44.1%). Keterbatasan ini membatasi mereka dalam memilih makanan dan mengakibatkan daya beli rendah, sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh (12), yang menyatakan bahwa pendapatan dan uang saku memiliki dampak signifikan pada keputusan konsumen dalam hal pembelian makanan.

Adapun faktor yang mempengaruhi lainnya adalah faktor jenis kelamin. Pada penelitian ini responden yang berjenis kelamin laki-laki lebih banyak (61.1%) daripada yang berjenis kelamin perempuan (38.9%). Tidak ada hubungan dalam penelitian ini disebabkan karena laki – laki kurang dominan dalam penggunaan sosial media. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lubis (13) yang menyatakan bahwa perempuan umumnya lebih dominan dalam penggunaan media sosial dan mengalokasikan lebih banyak waktu untuk berkomunikasi melalui media sosial, berbeda dengan laki-laki yang menggunakan media sosial untuk menghabiskan waktu luang tanpa tujuan tertentu. Remaja laki – laki menyukai media online untuk bermain game, sedangkan perempuan menggunakannya sebagai jejaring sosial (14), (15).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang didapatkan tentang hubungan peran teman sebaya dan penggunaan media sosial terhadap pola makan remaja diperoleh simpulan sebagai berikut :

Ada hubungan peran teman sebaya terhadap pola makan remaja di SMP

PGRI Kasihan Bantul dengan nilai *p-value* 0,031. Hal ini disebabkan karena teman sebaya merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pemilihan makanan dan kebiasaan konsumsi. Makan bersama teman adalah cara yang digunakan setiap individu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya mereka. Tidak ada hubungan penggunaan media sosial terhadap pola makan remaja di SMP PGRI Kasihan Bantul dengan nilai *p-value* 0,096 sehingga H_1 ditolak. Hal ini disebabkan karena sebagian besar responden memiliki keterbatasan ekonomi yang merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penggunaan media sosial terhadap pola makan, yang dibuktikan dengan 44,4% responden memperoleh uang saku Rp 10.000 – Rp 20.000, kemudian 43,1% responden memperoleh uang saku <Rp 10.000.

Saran untuk remaja agar lebih memperhatikan pola makan sehat agar dapat mempertahankan status gizi baik, untuk pihak sekolah diharapkan melakukan pemantauan makanan atau jajanan yang tersedia di kantin sekolah dan di lingkungan sekolah agar mengurangi resiko bagi para siswa untuk menerapkan pola makan yang kurang sehat dengan membeli jajanan sembarangan dan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan topik serupa sebaiknya untuk menambahkan kuesioner penilaian konsumsi makanan agar mengetahui asupan makan remaja dan memberikan edukasi terkait pola makan yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

1. [BPS] Badan Pusat Statistik. Berita resmi statistik. BpsGoId [Internet]. 2019;(27):1–52. Available from: <https://papua.bps.go.id/pressrelease/2018/05/07/336/indeks-pembangunan-manusia-provinsi-papua-tahun-2017.html>
2. Noviyanti RD, Marfuah D. Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisk, dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja di Kelurahan Purwosari Laweyan Surakarta. *Univ Res Colloq.* 2017;421–6.
3. Sholikhah DM. Nutrition Status in Adolescent (Case Study At Yasmu Manyar. *UNES J Sci Res.* 2019;4(1):27–34.
4. Suryanti Y, A IN, Suryani, Minfadlillah I. Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di Mts Swasta Al-Hidayah Talang Bakung Kota Jambi Tahun 2017. *J Bahana Kesehat Masyarakat.* 2017;Vol.1(No.2):179–89.
5. Virgo G, Hardianti S, Nopriyarti A. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Berat Badan Berlebih pada Remaja di Kelurahan Air Tiris. *J Ners Univ Pahlawan.* 2022;6(2):128–31.
6. A. Nopindra, A. Saquro EA. Increasing Knowledge About Obesity With the Web-Based “Bang Abe” Application in Teenagers. *J Bahana Kesehat Masy (Bahana J Public Heal.* 2022;62:61–6.
7. APJII. ASOSIASI PENGGUNA JASA INTERNET INDONESIA. 2023.
8. Husna DS, Puspita ID. *Jurnal Riset Gizi.* *J Ris Gizi [Internet].* 2020;8(1):76–84. Available from: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/6273/2008>
9. Milenianti Artadini G, Fransiske Simanungkalit S, Wahyuningsih U, Studi Gizi Program Sarjana P, Ilmu Kesehatan F, Veteran Jakarta U. The Relationship Between Eating Habits, Social Media Exposure and Peers With Nutritional Status of Nutrition Students at UPN Veteran Jakarta. Vol. 14. 2022.
10. Suhada R, Asthiningsih, N, W W. Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. *Borneo Student Res.* 2019;1(3):38–45.
11. Karini TA, Arranury Z, Ansyar DI, Wijaya DR, Syahrir RA. Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan

- Perilaku Makan Mahasiswa di Kota Makassar. *Higiene*. 2022;8(2):118–24.
12. Rita Julya, Ayu Fitriani RD. Factors Influencing Instant Noodle Consumption Patterns Among Students In Yogyakarta. *J Ilmu Gizi*. 2018;59–70.
13. Lubis EE. Potret media sosial dan perempuan. *Parallela*. 2014;1(2):97–106.
14. Uli Intan Sari Sinaga M, P. Rahayu W, Kamayanti Latifa Y. Preferensi Siswa Sekolah Menengah Atas terhadap Pencarian Informasi Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah di Jakarta. *J Mutu Pangan Indones J Food Qual*. 2020;7(1):14–20.
15. A. Nopindra, A. Saquro, E. Armizan. Increasing Knowledge About Obesity With the Web-Based "Bang Abe" Application in Teenagers: Literature Review. *Prepotif; Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2022; 6(2): 61-66.

