



PENGETAHUAN GIZI DAN SIKAP REMAJA DENGAN POLA KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI SELAMA MASA *STUDY FROM HOME* (SFH)

Endah Budi Permana Putri¹, Arum Setyowati¹

¹Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

ABSTRAK

Pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *Study from Home* (SFH) dapat mempengaruhi pengetahuan gizi dan sikap pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan sikap remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya yang berjumlah 62 orang yang diambil secara total teknik sampling. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui pengetahuan gizi yaitu kusioner, sikap remaja menggunakan *checklist* serta pola konsumsi makanan cepat saji menggunakan kusioner FFQ (*Food Frequency Questioner*). Analisis data menggunakan uji *rank spearman p-value* $\leq 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi cukup (64,5%), sikap remaja kurang (48,4%), dan pola konsumsi makanan cepat saji sering sekali dikonsumsi (46,8%). Hasil uji *rank spearman* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya (*p-value* = 0,750), namun ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya (*p-value* = 0,000). Simpulan dalam penelitian ini adalah tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi makanan cepat saji namun ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji.

Kata Kunci : pengetahuan gizi, sikap, pola konsumsi, makanan cepat saji, remaja.

ABSTRACT

*Fast food is bad for health if consumed in excess, lack of physical activity and not balanced with nutritionally balanced food, one of the effects is obesity (overweight). This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge and adolescent attitudes with consumption patterns of fast food during the study from home (SFH) period in RW 4 Darmo Village, Wonokromo District, Surabaya City. The population of this study were all teenagers in RW 4 Darmo Village, Wonokromo District, Surabaya City, totaling 62 people who were taken by total sampling technique. The nutritional knowledge research instrument used a questionnaire, adolescent attitudes used a checklist and fastfood consumption patterns used the FFQ (Food Frequency Questioner) questionnaire. Data analysis using Spearman rank test, *p-value* ≤ 0.05 . The results showed that knowledge of nutrition was sufficient (64.5%), adolescent attitudes were lacking (48.4%), and fast food consumption patterns were often consumed (46.8%). Spearman rank test results show that there is no significant relationship between adolescent nutritional knowledge and fastfood consumption patterns during the study from home (SFH) period in RW 4 Darmo Village, Wonokromo District, Surabaya City (*p-value* = 0.750), but there is a significant relationship. There is a significant relationship between adolescent attitudes and fastfood consumption patterns during the learning from home (SFH) period in RW 4 Darmo Village, Wonokromo District, Surabaya City (*p-value* = 0.000). The conclusion in this study is that there is no significant relationship between nutritional knowledge and fastfood consumption patterns, but there is a significant relationship between adolescent attitudes and fastfood consumption patterns.*

Key words : nutritional knowledge, attitudes, consumption patterns, fastfood, adolescents

PENDAHULUAN

Makanan cepat saji cenderung padat energi, mengandung tinggi lemak jenuh dan garam dan dimakan dalam ukuran porsi besar. Makanan cepat saji memiliki efek buruk bagi kesehatan apabila dikonsumsi secara berlebihan salah satunya yaitu kegemukan (obesitas). Pergaulan dengan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku makan yang tidak baik. Contohnya saja anak muda lebih sering menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman yang kemungkinan mengkonsumsi makanan cepat saji. Dari contoh tersebut dapat menyebabkan salah satu aspek yaitu penyimpangan perilaku pada remaja (Afifah, 2017).

Remaja atau *adolescent* dikategorikan pada tahap perkembangan yaitu pada usia 11 – 20 tahun. Tahap ini memiliki masalah yang rentan terhadap gizi sehingga berisiko terhadap masalah kesehatan. Hal ini dikarenakan pada masa remaja terjadinya pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial atau tingkah laku. Perubahan ini membuat seorang remaja akan mengalami banyak perubahan seperti gaya hidup dan pengalaman dalam menentukan makanan apa saja yang akan dikonsumsi (Adriani dan Bambang, 2014).

Konsumsi pangan individu dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi setiap individu meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi makanan setiap hari dengan baik dan memberikan zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi tubuh yang normal (Almatsier, 2010). Makanan cepat saji (*fast food*) merupakan makanan yang sering dikonsumsi remaja saat ini dan diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan cara teknologi yang tinggi dan memberikan citra rasa bagi produk tersebut (Valoka, 2017).

Penduduk Indonesia terutama remaja rata-rata berperilaku mengkonsumsi makanan instan atau makanan instan lainnya. Berdasarkan

hasil Rikesdas (2018) pada remaja Indonesia usia 15-20 tahun, menunjukkan bahwa remaja yang kebiasaan mengkonsumsi mie instan / makanan instan lainnya dengan prevalensi ≥ 1 kali perhari 11,2 %, dan 1 – 6 kali perminggu 67,6%, serta ≤ 3 kali perbulan 21,2%. Dari hasil tersebut dapat berpotensi terhadap masalah kesehatan karena tiap minggu remaja mengkonsumsi 1– 6 kali perminggu. Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan sikap remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya.

METODE

Jenis penelitian ini bersifat *observational* dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya yang berjumlah 62 orang yang diambil secara total teknik sampling. Kriteria pada penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang sudah menetap di daerah tersebut, remaja yang tidak memiliki alergi dalam mengonsumsi makanan cepat saji tertentu dan bersedia mengikuti penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah remaja yang sedang sakit atau berhalangan dalam mengisi kuesioner pada saat pengambilan data, sehingga dapat mengganggu proses pengumpulan data, remaja yang kos di daerah tersebut, serta remaja yang sedang menjalani diet vegetarian. Instrumen penelitian pengetahuan menggunakan kuesioner pengetahuan gizi (Firdianty, 2019), sikap remaja menggunakan *checklist* (Mirarimi et. al., 2016) serta pola konsumsi makanan cepat saji menggunakan kuesioner FFQ (*Food Frequency Questioner*) (Firdianty, 2019). Kriteria penilaian variabel pengetahuan gizi dibagi 3 yaitu baik (76%-100%); cukup (56%-75%); dan kurang

(<56%) (Arikunto, 2011), variabel sikap dibagi 3 yaitu baik (>80%); cukup (60-80%); dan kurang (<60%), serta variabel pola konsumsi makanan cepat saji dibagi 6 yaitu tidak pernah (skor 0); jarang (skor 1); kadang-kadang (skor 10); biasa (skor 15); sering (skor 25) dan sering kali (skor 50) (Mulyati, 2016). Cara pengumpulan data pada penelitian ini adalah data yang diperoleh secara online yang diberikan melalui google form. Setelah data terkumpul kemudian dianalisis menggunakan aplikasi SPSS dengan Uji *Rank Spearman* dengan nilai signifikan α 0,05. Bila nilai p value < α (0,05) berarti hasil perhitungan statistik bermakna (signifikan), dan apabila nilai p value $\geq \alpha$ (0,05) berarti hasil perhitungan statistik tidak bermakna (tidak signifikan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Berdasarkan Tabel 1 dari 62 responden sebanyak 80,6% atau 50 orang berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 19,4% atau 12 orang berjenis kelamin laki-laki. Remaja

putri memiliki kebiasaan yang cukup signifikan karena pengaruh dari gaya hidup. Remaja perempuan lebih aktif, dan lebih banyak makan saat berada di luar rumah, sehingga mendapatkan banyak makan saat berada di luar rumah, sehingga mendapatkan banyak pengaruh dari lingkungan dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya, remaja putri juga muda dipengaruhi untuk mencoba makanan yang akan dikonsumsinya (Adriani & Bambang, 2014). Pola konsumsi makanan ringan pada anak laki-laki dan anak perempuan cenderung sama walaupun asupan energi dan kalsium yang dimiliki anak laki-laki mengarah ke arah yang lebih tinggi daripada anak perempuan. Akan tetapi, konsumsi makanan ringan pada anak perempuan berkontribusi lebih besar yaitu 21% pada total asupan energi yang dikonsumsinya, sedangkan asupan pada laki-laki sebesar 14% (Suswanti, 2013).

2. Pengetahuan Gizi

Berdasarkan Tabel 2. hasil penelitian yang telah dilakukannya pengukuran tingkat gizi

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1. Jenis Kelamin		
Perempuan	50	80,6
Laki-laki	12	19,4
Total	62	100
2. Usia		
Remaja Madya (14-16)	3	4,8
Remaja Akhir (17-21)	59	95,2
Total	62	100

Sumber : Data Primer, 2021

Tabel 2. Hasil Analisis Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi	Skor	Frekuensi	
		Jumlah (n)	Persentase (%)
Kurang	<56%	8	12,9
Cukup	56%-75%	30	48,4
Baik	76%-100%	24	38,7
Total		62	100

Sumber : Data Primer, 2021

menggunakan kusioner dengan 25 pertanyaan padaremajadiRW4KelurahanDarmoKecamatan Wonokromo Kota Surabaya, 12 responden dengan presentase 19,4% memiliki pengetahuan baik, 40 responden dengan presentase 64,5% memiliki pengetahuan cukup, dan 10 responden dengan presentase 16,1% memiliki pengetahuan baik. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan gizi cukup yaitu 64,5%. Hal tersebut bisa terjadi karena remaja juga mendapatkan informasi melalui sosial media. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pantaleon (2019) pada remaja putri di SMA Negeri II Kota Kupang yaitu menunjukkan pengetahuan gizi cukup lebih banyak dibandingkan dengan pengetahuan gizi baik dan pengetahuan gizi kurang yaitu sebanyak 79 responden (79%) memiliki pengetahuan gizi cukup, 3 responden (3%) memiliki pengetahuan gizi baik, dan 18 responden (18%) memiliki pengetahuan gizi kurang. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2020) pada siswa MTS Darul Ulum yaitu menunjukkan pengetahuan gizi cukup lebih banyak dibandingkan dengan pengetahuan gizi baik, pengetahuan gizi sangat baik dan pengetahuan gizi kurang yaitu sebanyak 32 responden (62,74%) memiliki pengetahuan gizi cukup, sebanyak 16 responden (31,37%) memiliki pengetahuan gizi yang baik, 1 responden (1,96%) memiliki pengetahuan sangat baik, dan 2 responden (3,92%) memiliki pengetahuan gizi yang kurang. Pengetahuan gizi merupakan suatu pengetahuan yang berkaitan dengan tingkat konsumsi dan kebiasaan makan seseorang (Tepriandy dan R. Kintoko, 2021). Pengetahuan

gizi pada penelitian ini adalah pengetahuan gizi yang cukup. Hal tersebut menandakan bahwa responden kurang menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari. Alangkah baiknya jika responden meningkatkan pengetahuan demi mencapai sikap yang baik dalam pola makan agar gizi dalam tubuh dapat dipenuhi serta dapat mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Sikap Remaja

Berdasarkan Tabel 3. hasil penelitian yang telah dilakukan pengukuran sikap menggunakan kusioner dengan 15 pertanyaan pada remaja di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya, 30 responden memiliki sifat yang kurang dengan presentase 48,4%, 27 responden memiliki sifat yang cukup dengan presentase 43,5%, dan 5 responden memiliki sifat yang baik dengan presentase 8,1%. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar memiliki sikap yang kurang yaitu 48,4%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tepriandi dan R. Kinonto (2021) yaitu menunjukkan bahwa 60 responden remaja, sebanyak 36 remaja (60%) memiliki sikap kurang dan 24 remaja (40%) memiliki sikap baik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aprilianti dan Jonni (2018) yaitu menunjukkan bahwa sikap kurang baik lebih tinggi dibandingkan dengan sikap baik yaitu sebanyak 36 responden (55,7%) memiliki sikap yang kurang baik dan 34 responden (48,6%) memiliki sikap baik. Sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting,

Tabel 3. Hasil Analisis Berdasarkan Sikap Remaja

Sikap Remaja	Skor	Frekuensi	
		Jumlah (n)	Presentase (%)
Kurang	<60%	30	48,4
Cukup	60%-80%	27	43,5
Baik	>80%	5	8,1
Total		62	100

Sumber : Data Primer, 2021

Tabel 4. Hasil Analisis Berdasarkan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Presentase (%)
Tidak pernah	0	0
Jarang	1	1,6
Kadang-kadang	2	3,2
Biasa	4	6,5
Sering	26	41,9
Sering sekali	29	46,8
Total	62	100

Sumber : Data Primer, 2021

pengaruh kebudayaan, media massa, serta lembaga pendidikan (Azwar, 2013). Sikap yang kurang tersebut akan mempengaruhi remaja dalam memilih makanan, sehingga remaja cenderung untuk memiliki sikap yang searah dengan sikap orang yang dianggap penting. Orang yang biasanya dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, dan guru.

4. Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Berdasarkan Tabel 4. hasil penelitian yang telah dilakukannya pengukuran pola konsumsi makanan cepat saji menggunakan kusioner dengan 20 pertanyaan pada remaja di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya, 1 responden jarang mengkonsumsi dengan presentase 1,6%, 2 responden kadang-kadang mengkonsumsi dengan presentase 3,2%, 4 responden biasa mengkonsumsi dengan presentase 6,5%, 26 responden sering mengkonsumsi dengan presentase 41,9%, dan 29 responden sering sekali mengkonsumsi dengan presentase 46,8%. Dari data tersebut dapat

diketahui bahwa sebagian besar responden sering sekali mengonsumsi makanan cepat saji yaitu 46,8%. Dapat dilihat dari hasil tersebut remaja mudah sekali terpengaruh terhadap media dan iklan yang banyak sekali ditayangkan, sehingga mereka menginginkan apa yang dia lihat dan berusaha mencobanya walaupun makanan tersebut tidak dapat mencukupi kebutuhan gizi dalam tubuh mereka. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Loka dan Handari (2016) menunjukkan bahwa 39 responden (35,1%) mengonsumsi *fast food* ≤ 3 kali perminggu dan 72 responden (64,9%) mengonsumsi *fast food* > 3 kali perminggu. *Fast food* dapat diartikan sebagai makanan yang dihidangkan dan dikonsumsi dalam waktu seminimal mungkin atau juga dapat diartikan sebagai makanan yang dikonsumsi secara cepat. Pada umumnya komposisi *fast food* mengandung lebih tinggi energi, garam dan lemak termasuk kolestrol dan hanya sedikit mengandung serat (Aifien, 2011).

5. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Sikap Remaja dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Tabel 5. Hasil Analisis Berdasarkan Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Variabel Bebas	Variabel Terikat	N	R	p-value
Pengetahuan Gizi	Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji	62	0,041	0,750
Sikap Remaja	Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji	62	-0,530	0,000

Sumber : Data Primer, 2021

A. Pengetahuan Gizi dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Berdasarkan Tabel 5. diketahui bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan uji rank-spearman diperoleh hasil korelasi koefisien positif bernilai $r = 0,041$ dengan tingkatan kekuatan yang sangat lemah. Artinya hubungan pengetahuan gizi dengan dengan pola konsumsi makanan cepat saji yang memiliki sifat searah. Dapat disimpulkan bahwa hubungan pengetahuan gizi dengan pola konsumsi makanan cepat saji tidak signifikan karena hasil dari nilai signifikan $p\text{-value} \geq 0,05$ yaitu sebesar 0,750.

Hasil ini tidak sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa kebiasaan makan disebabkan oleh budaya, pola makan, besarnya keluarga, pembagian maanan dalam keluarga, faktor diri sendiri, pengetahuan mengenai gizi, status dari kesehatan, segi psikologis, dan kepercayaan terhadap makanan (Jannah dan Lastariwati, 2016). Penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firdianty (2020) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan gizi dengan frekuensi konsumsi fast food di SMA 5 Surakarta dengan nilai ($p\text{-value} \leq 0,05$) sebesar 0,001. Hal tersebut dikarenakan ada faktor internal dan faktor eksternal yang saling mempengaruhi, dimana respon yang dihasilkan dari kedua faktor tersebut berbeda pada individu. Dalam hal ini pengetahuan merupakan salah satu dari variabel faktor internal pada diri individu yang mempengaruhi konsumsi makanannya, khususnya pengetahuan mengenai makanan, kebersihan dan kesehatan dari makanan serta bahan tambahan yang digunakan dalam makanan cepat saji (Kindi dkk, 2013). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2020) menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan pemilihan makanan cepat saji di UPTD Puskesmas Sadabuan.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyawan, dkk. (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan frekuensi makan dari luar. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik belum tentu mereka akan berupaya baik dalam pemilihan makanan cepat saji.

Menurut peneliti bahwa pengetahuan yang baik maupun cukup baik tidak menjamin remaja akan mengkonsumsi makanan cepat saji yang baik, dikarenakan bukan hanya faktor pengetahuan yang berhubungan dengan pola konsumsi makanan cepat saji. Ada faktor yang lain yang dapat mempengaruhi pola konsumsi makanan cepat saji seperti sikap ataun faktor-faktor lainnya seperti pendidikan orangtua, media massa, sosial budaya dan informasi, lingkungan, minat serta usia. Mayoritas remaja dapat memperoleh informasi tentang pola konsumsi makanan cepat saji melalui media elektronik (Internet) yang didalamnya memuat informasi yang sangat besar jumlahnya, namun tidak semuanya dibutuhkan.

B. Sikap Remaja Dengan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji

Berdasarkan Tabel 5. diketahui bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan uji rank-spearman diperoleh hasil korelasi koefisien negatif bernilai $r = -0,530$ dengan tingkatan kekuatan yang sangat lemah. Artinya hubungan sikap remaja dengan dengan pola konsumsi makanan cepat saji yang memiliki sifat berlawanan arah, apabila variabel sikap remaja mengalami peningkatan maka variabel pola konsumsi makanan cepat saji mengalami penurunan, begitupun sebaliknya. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sikap remaja dengan pola konsumsi makanan cepat saji yang signifikan karena hasil dari nilai signifikan $p\text{-value} \leq 0,05$ yaitu sebesar 0,000.

Hasil ini sesuai dengan teori Azwar (2013) yang mengatakan bahwa sikap seseorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan atau jajanan. Sikap positif anak terhadap kesehatan kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan pasti berdampak pada perilakunya. Hal tersebut dikarenakan sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa serta lembaga pendidikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2020) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dan sikap dengan pemilihan makanan cepat saji di UPTD Puskesmas Sadabuan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safriana (2012) yang menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara hubungan sikap dalam memilih makanan dengan perilaku memilih jajanan. Salah satu faktor yang berpengaruh sangat besar terhadap terjadinya perilaku seseorang yaitu faktor sosio dan psikologis. Faktor-faktor sosio psikologis ini terdiri dari sikap, emosi, kepercayaan, kebiasaan, dan kemauan. Sikap merupakan faktor yang sangat penting dalam sosio psikologis karena merupakan kecenderungan untuk bertindak dan berpersepsi. Selain itu, sikap juga relatif akan menetap lebih lama daripada emosi dan pikiran (Notoatmodjo, 2011).

Menurut peneliti bahwa sikap adalah respon dari stimulus yang didapat tetapi masih belum terlihat dan belum diaplikasikan dalam suatu tindakan nyata namun disertai dengan kecenderungan untuk melakukan tindakan sesuai respon yang didapatkan. Responden memiliki sikap yang kurang baik dalam pola konsumsi makanan cepat saji. Hal ini diartikan bahwa sikap merupakan penunjang dalam melakukan perilaku sehat.

SIMPULAN

Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) namun terdapat hubungan antara sikap dengan pola konsumsi makanan cepat saji selama masa *study from home* (SFH) di RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya.

SARAN

Remaja dengan tingkat pengetahuan kurang dapat mencari informasi di media kesehatan. Selain itu, remaja diharapkan berpendirian kuat dan dapat memilah iklan yang bermanfaat bagi mereka terutama terkait tentang pola konsumsi makan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti ingin mengucapkan terimakasih pada ketua RW 4 Kelurahan Darmo Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya yang telah memberikan izin untuk dilakukannya penelitian dan seluruh remaja yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., Bambang, W. (2014). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Cetakan ke 1*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Aifien, T. (2011). *Panduan Lengkap Pola Makan untuk Penderita Diabetes*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Afifah, dkk. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Fast Food pada Remaja Obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5 (4): 706-713. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Aprilianti, D., Jonni S. R. P. (2018). Hubungan

- Pengetahuan, Sikap, Asupan Energi dan Protein terhadap Risiko Kurangta Energi Kronik (KEK) pada Wanita Usia Subur di Desa Hibun Kabupaten Sanggau. *Pontianak Nutrition Journal*, 1(01): 36-39.
- Arikunto, S. (2011). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Firdianty A. N. E. (2020). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Surakarta*, [Naskah Publikasi]. Surakarta: Universtitas Muhammadiyah
- Handari, S. R. T. dan Loka T. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Lebih Remaja SMA Labschool Kebayoran Baru Jakarta Selatan. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13(2): 153-162.
- Harahap, L. J. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji di UPTD Puskesmas Sadabuan. *Jurnal Education and development*, 8(4): 271 – 274.
- Janah, I.C & Badraningsih, L. (2016). *Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Yogyakarta* [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kindi, A., dkk. (2013). Hubungan Pengetahuan Makanan dan Kesehatan Dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Pembangunan Laboratorium Universitas Negeri Padang. *E-Journal Home Economic and Tourism*, 2(1): 3-19.
- Lestari, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Siswi MTS Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2): 73-80.
- Mulyati, S. (2016). *Pengetahuan dan Sikap Tentang Makanan Serta Pola Makan Pada Siswa Kelas XI SMK N 4 Yogyakarta*, [Tugas Akhir Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Panteleon, M. G. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 3(3): 70–76.
- Rikesdas. (2018). *Laporan National Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Litbangkes Departemen Kesehatan.
- Safriana. (2012). *Perilaku Memilih Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar* [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia.
- Setyawan, F., Panunggal, B., Syauqy, A., Rahadiyanti., A. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Gizi Dengan Perilaku Makan Dari Luar Rumah Pada Remaja di Kota Surakarta. *Journal of Nutrition College*, 8(4): 187–195.
- Suswanti, I. (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2021* [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Tepriandy, S., R. Kintoko Rochadi. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Status Gizi Siswa MAN Medan pada Masa Pandemi COVID-19.

Tropical Public Health Journal, 1(1): 43-49.

Valoka, A., D. (2017). *Dampak Negatif Makanan Cepat Saji terhadap Kesehatan Tubuh Manusia di Kota Bandung Melalui Still Life Photography*. Fakultas Ilmu Seni dan Sastra Jurusan Fotografi dan Film. Bandung: Universitas Pasundan.