



FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA DI SMAN 1 PADANG TAHUN 2022

FACTOR RELATED TO FAST FOOD SELECTION BEHAVIOR OF TEENAGERS AT SMAN 1 PADANG IN 2022

Oktariyani Dasril^{*1}, Minnia Fitri¹, Wiya Elsa Fitri¹

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Syedza Sainatika
(oktariyanidasril@gmail.com)

ABSTRAK

Prevalensi obesitas pada remaja di Provinsi Sumatera Barat sebesar (1,18%). Kabupaten/Kota yang memiliki prevalensi paling tinggi terhadap masalah obesitas adalah Kota Padang dan Kabupaten Pesisir Selatan dengan prevalensi yang sama yaitu 2,9%. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Padang tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah semua siswa kelas XI SMAN 1 Padang yang berjumlah 352 orang dengan jumlah sampel 187 orang. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik proportional random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dengan cara wawancara dimulai bulan Agustus-Oktober 2022. Pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji Chi Square dengan tingkat kemaknaan 95% $\alpha = 0,05$. Hasil univariat didapatkan bahwa 61,5% siswa memilih makanan siap saji, 56,7% siswa memiliki pengetahuan cukup, 58,3% dukungan keluarga kurang baik dan 37,4% memiliki uang saku kurang. Hasil bivariat dengan uji Chi Square didapatkan nilai p value = 0,036 < $\alpha = 0,05$ (tingkat pengetahuan), p value = 0,023 < $\alpha = 0,05$ (dukungan keluarga) dan p value = 0,045 < $\alpha = 0,05$ (uang saku). Ada hubungan tingkat pengetahuan, dukungan keluarga dan uang saku dengan pemilihan makanan siap saji. Diharapkan pihak sekolah dapat melakukan penyuluhan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku kesehatan khususnya makanan cepat saji sekali 3 bulan dengan guru Bimbingan Konseling.

Kata Kunci: Perilaku, Makanan Cepat Saji, Tingkat Pengetahuan, Dukungan Keluarga dan Uang Saku

ABSTRACT

The prevalence of obesity in adolescents in West Sumatra Province was (1.18%). The districts/cities that have the highest prevalence of obesity are the City of Padang and Pesisir Selatan District with the same prevalence of 2.9%. This study aims to determine the factors associated with fast food behavior in adolescents at SMAN 1 Padang in 2022. This type of research is analytic with cross sectional design. The population of this study were all students of class XI, totaling 352 people with a total sample of 187 people. The sampling method used proportional random sampling technique. Data was collected using a questionnaire by means of interviews on September 27 to October 10, 2022. Data processing was carried out univariate and bivariate with Chi Square test with a significance level of 95% = 0,05. The result showed that as many as that 61.5% of students choose fast food, 56.7% of students have sufficient knowledge, 58.3% of poor family support and 37.4% have less pocket money. Chi Square test results obtained p value = 0.036 < = 0.05 (level of knowledge), p value = 0.023 < = 0.05 (family support)

and p value = $0.045 < = 0.05$ (pocket money). There is a relationship between the level of knowledge, family support and pocket money with the choice of fast food. It is hoped that the school can provide counseling about factors related to health behavior, especially fast food once every 3 months with Bimbingan Konseling teacher

Keywords : *Behavior Fast Food, Knowledge Level, Family Support and Allowance*

PENDAHULUAN

Masa Remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun (World Health Organization, 2021). Populasi remaja diseluruh dunia 1,2 miliar atau 16 persen remaja berusia 10-19 tahun. Masa Remaja dimulai dari masa remaja awal usia 10-12 tahun, dilanjutkan masa remaja madya usia 13- 15 tahun, dan masa remaja akhir usia 16-19 tahun (UNICEF, 2019). Perubahan ini membuat remaja mengalami banyak ragam gaya hidup, perilaku, tidak terkecuali pengalaman dalam menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi.

Perilaku konsumsi makanan yang salah pada remaja menyebabkan ketidakseimbangan antara konsumsi gizi yang dianjurkan (Thamrin, dkk 2018). Hal ini menyebabkan kondisi remaja mengarah kepada kekurangan gizi maupun kelebihan gizi pada remaja merupakan dampak dari suatu perilaku makan yang salah dan merupakan masalah utama yang harus segera ditanggulangi karena fase remaja merupakan fase akhir dari proses pertumbuhan dan perkembangan manusia (Husaini 2017).

Makanan siap saji sudah menjadi trend dikalangan remaja perkotaan. Selain menjadi tempat makan, restoran siap saji juga menjadi tempat kumpul favorite dengan teman. Masalah pada restoran siap saji adalah jumlah menu yang terbatas dalam makanan relative mengandung kadar lemak dan garam yang tinggi. Minuman yang tersedia pada restoran siap saji seperti minuman ringan (soft drink) juga menambah masukan kalori berlebih pada remaja. Dengan demikian, remaja yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji cenderung mengalami kelebihan berat badan (Arisman, 2009).

Makanan cepat saji pada umumnya mengandung beberapa unsur kalori tinggi, kadar

lemak, gula dan sodium (NA) yang tinggi, tetapi rendah serat kasar, vitamin A, asam askorbat, kalsium dan folat. Kandungan gizi tidak seimbang ini bila terlanjur menjadi pola makan, akan berdampak negative pada keadaan gizi para remaja. Pola makan remaja yang salah akan mengakibatkan munculnya masalah gizi karena ketidakseimbangan konsumsi makanan seperti obesitas dan penyakit degenerative. Tampaknya remaja kota mempunyai resiko lebih tinggi untuk mengalami hal tersebut (Khomsan, 2013).

Penelitian Iswara (2014) tentang gambaran pendapatan orang tua perbulan, jenis makanan cepat sajian frekuensi makanan per hari dengan prevalensi obesitas pada mahasiswa program studi pendidikan dokter mengatakan makanan cepat saji minimal 1 kali per minggu. Pada tahun 2010 dilakukan penelitian terhadap 500.000 murid SMA dan SMU di California ditemukan hasil sekitar 28% dari peserta penelitian memiliki berat badan berlebihan (overweight) dan dari 12% dari peserta adalah kegemukan (obesitas). Lebih dari 55% sekolah diteliti terletak dengan restoran cepat saji. Berdasarkan penelitian tersebut, pelajar pada sekolah yang dekat dengan restoran cepat saji memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan pelajar disekolah lainnya (Wundari, 2010).

Menurut Riskesdes tahun 2018 angka kejadian obesitas terjadi peningkatan tahun 2007 sebanyak 10,5% tahun 2013 sebanyak (14,8%) dan tahun 2018 meningkat (21,6%). Kelebihan gizi ini timbul akibat kelebihan asupan makanan dan minuman kaya energy, kaya lemak jenuh, gula dan garam tambahan, namun kekurangan asupan pangan bergizi seperti sayuran buah-buahan dan sereal, serta kurang melakukan aktifitas fisik. Obesitas tidak hanya terjadi pada orang dewasa tetapi juga pada anak dan remaja, peningkatannya bahkan sejajar dengan orang



dewasa. Insiden obesitas berhubungan dengan urbanisasi, modernisasi dan mudahnya mendapatkan makanan serta banyaknya jumlah makanan yang tersedia (Riskesdes,2018).

Hasil penjarangan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2018, prevalensi obesitas pada remaja di Provinsi Sumatera Barat sebesar (1,18%). Kabupaten/Kota yang memiliki prevalensi paling tinggi terhadap masalah obesitas adalah Kota Padang dan Kabupaten Pesisir Selatan dengan prevalensi yang sama yaitu 2,9%. Penyebab utama obesitas karena tidak seimbangnya energy antara kalori yang digunakan. Penyebab ketidak seimbangan dapat disebabkan karena peningkatan asupan makanan yang berenergi dengan kandungan lemak yang tinggi (WHO, 2015).

Menurut data Dinas Pendidikan provinsi Sumatra Barat sudah dilihat jumlah remajanya yang paling terbanyak adalah di SMA N 1 Padang tahun 2022 dengan jumlah yaitu sebanyak 1090 siswa. Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan pada tanggal 19 Juli 2022 didapatkan yaitu dari 10 siswa sebanyak 7 (70%) siswa mengatakan sering memilih makanan cepat saji karna mereka mengatakan makanan cepat saji lebih cepat penyajiannya dan banyak di temukan di kantin maupun di restoran terdekat. Selain itu sebanyak 6 (60%) dari 10 siswa mengatakan bahwa keluarga mendukung untuk mengkonsumsi makanan-makanan cepat saji. Dan terdapat 6 (60%) siswa yang memiliki pengetahuan rendah akan efek samping mengkonsumsi makanan cepat saji, dan sikap yang kurang baik dalam menerima informasi tentang bahaya makanan cepat saji. Sementara 7 (70%) dari 10 siswa yang mendapatkan uang

saku lebih dari 20rb perhari cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, maka penulis melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang berhubungan dengan perilaku pemilihan makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Padang tahun 2022”.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik observasional dengan desain penelitian menggunakan pendekatan cross sectional dimana data yang menyangkut variabel bebas atau risiko dan variabel terikat atau variabel akibat, dikumpulkan dalam waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2010). Penelitian dilakukan di SMAN 1 Kota Padang Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah pada seluruh siswa-siswi kelas XI sebanyak 352 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *proportional random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel atau responden yang cara pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut (Notoatmodjo, 2018) sebanyak 187 siswa. Kriteria inklusi sampel yang diambil adalah seluruh siswa kelas XI di SMAN 1 Padang yang hadir dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi apabila sampel tiba-tiba mundur atau sakit di tengah penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner (Notoatmodjo, 2012)

HASIL

Data karakteristik responden memberikan informasi tentang distribusi frekuensi umur dan jenis kelamin, sebagaimana dicantumkan pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	<i>f</i>	%
Umur		
17 tahun	182	97,3
18 tahun	5	2,7
Jumlah	187	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	87	46,5
Perempuan	100	53,5
Jumlah	187	100,0

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa usia responden lebih banyak pada usia 17 tahun (97,3%), dan berjenis kelamin perempuan (53,5%).

Analisa Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pemilihan Makanan Siap Saji Pada Remaja di SMAN 1 Padang Tahun 2022

No.	Variabel	<i>f</i>	%
Makanan Siap Saji			
1.	Memilih	115	61,5
2.	Tidak Memilih	72	38,5
	Jumlah	187	100,0
Pengetahuan			
1.	Kurang	57	30,5
2.	Cukup	106	56,7
3.	Baik	24	12,8
	Jumlah	187	100,0
Dukungan Keluarga			
1.	Kurang Baik	107	57,2
2.	Baik	80	42,8
	Jumlah	187	100,0
Uang Saku			
1	Kurang	70	37,4
2	Cukup	49	26,2
3	Lebih	68	36,4
	Jumlah	187	100,0

Analisa Bivariat

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pemilihan Makanan Siap Saji Pada Remaja SMAN 1 Padang Tahun 2022

No	Tingkat Pengetahuan	Makanan Siap Saji				Total	P value	
		Memilih		Tidak Memilih				
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			<i>n</i>
1	Kurang	41	71,9	16	28,1	57	100	0,036
2	Cukup	64	60,4	42	39,6	106	100	
3	Baik	10	41,7	14	58,3	24	100	
Jumlah		115	61,5	72	38,5	187	100	

Berdasarkan table 3 diketahui dari 57 responden dengan tingkat pengetahuan yang kurang terdapat 41 responden (71,9%) memilih makanan siap saji dan sebanyak 16 responden (28,1%) tidak memilih makanan siap saji.

Berdasarkan hasil uji statistic diperoleh $p=0,036$ berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan pemilihan makanan siap saji pada remaja di SMAN 1 Padang Tahun 2022

Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemilihan Makanan Siap Saji Pada Remaja SMAN 1 Padang Tahun 2022

No	Dukungan Keluarga	Makanan Siap Saji				Total	P value	
		Memilih		Tidak Memilih				
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			<i>n</i>
1	Kurang Baik	73	63,5	34	47,2	107	100	0,042
2	Baik	42	36,5	38	52,8	80	100	
Jumlah		115	61,5	72	38,5	187	100	

Berdasarkan table 4 diketahui 107 responden dengan dukungan keluarga yang kurang mendukung terdapat 73 responden (63,5%) memilih makanan siap saji dan sebanyak 34 responden (47,2%) tidak memilih

makanan siap saji. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh $p=0,042$ berarti terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan pemilihan makanan siap saji pada remaja di SMAN 1 Padang Tahun 2022.

Tabel 5. Hubungan Uang Saku Dengan dengan Pemilihan Makanan Siap Saji Pada Remaja SMAN 1 Padang Tahun 2022

No	Uang Saku	Makanan Siap Saji				Total <i>n</i>	P value	
		Memilih		Tidak Memilih				
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
1	Kurang	47	64,3	25	35,7	70	100	0,043
2	Cukup	23	46,9	26	53,1	49	100	
3	Lebih	45	69,1	21	30,9	68	100	
Jumlah		115	61,5	72	38,5	187	100	

Berdasarkan table 5 diketahui dari 70 responden dengan dengan uang saku yang kurang terdapat 47 responden (64,3%) memilih makanan siap saji dan sebanyak 25 responden (35,7%) tidak memilih makanan siap saji.

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh $p=0,043$ berarti terdapat hubungan yang bermakna antara uang saku dengan pemilihan makanan siap saji pada remaja di SMAN 1 Padang Tahun 2022

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Terlihat pada penelitian bahwa cukup 187 responden, sebagian besar 115 orang (61,5%) reponden memilih makanan siap saji. Hal ini berdampak kurang baik terhada masa depan responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trigan (2012) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pemilihan makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Sumatra Utara. Dari hasil penelitian didapatkan 74 responden (83,6%) memilih makanan siap saji

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 187 responden, hampir sebagian 57 orang (30,5%) reponden memiliki pengetahuan yang kurang, sebagian besar 107 orang (57,2%) reponden memiliki dukungan keluarga yang kurang baik dan hampir sebagian 70 orang (37,4%) reponden memiliki uang saku yang kurang

Kehadiran makanan cepat saji dalam industri makanan di Indonesia juga bisa mempengaruhi pola makan kaum remaja di kota. Khususnya bagi remaja tingkat menengah ke atas, restoran makanan cepat saji merupakan

tempat yang tepat untuk bersantai. Hal ini menyebabkan remaja sukar jajan di lingkungan sekolah yang kebanyakan makan-makanan cepat saji seperti mie instan, ayam centucky, gorengan dan makanan cepat saji lainnya.

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki semakin tinggi (Sriningsih, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mahpola, dkk (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (fast food) pada remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan. Dari hasil penelitian didapatkan 65 responden (67,7%) dengan uang saku kurang. Terdapat hubungan uang saku dengan pemilihan makanan cepat saji pada remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan.

Pada era maju seperti saat ini, banyak orang tua yang memberikan fasilitas kemewahan

kepada anak-anaknya. Salah satunya memberi uang saku kepada anak dengan nominal yang cukup sehingga anak-anak cenderung memilih untuk berbelanja diluar dari pada makan masakan orang tua dirumah. Menurut asumsi peneliti, remaja yang memilih makanan siap saji ini karena malas menunggu dan waktu istirahat yang oendek sehingga tidak cukup waktu mereka untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi.

Analisa Bivariat

Kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji pada remaja dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan oerilaku konsumsi makanan siap saji. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ika (2013) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Jakarta. Dari hasil uji Chi-Square didapatkan $p \text{ value} = 0,001 < \alpha = 0,05$ dimana H_a diterima dan H_o ditolak. Sehingga dapat dimaknai adanya hubungan tingkat pengetahuan dengan pemilihan makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Jakarta.

Asumsi peneliti, pengetahuan merupakan salah satu pertimbangan seseorang dalam memilih dan mengonsumsi makanan. Semakin baik pengetahuan gizi seseorang maka akan semakin memperhatikan kualitas dan kuantitas pangan yang dikonsumsi. Orang yang semakin baik pengetahuan gizinya akan lebih banyak mempergunakan pertimbangan rasional dan pengetahuannya dibandingkan panca inderanya sebelum mengonsumsi makanan.

Dukungan keluarga yang kurang baik juga dapat mempengaruhi para remaja dalam memilih makanan siap saji. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Munasiroh, dkk (2019) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji (fast food) pada remaja. Dari hasil uji statistik dengan uji chi-square didapatkan $p \text{ value} = 0,004 < \alpha = 0,05$. Dapat diartikan ada hubungan dukungan

keluarga dengan pemilihan makanan cepat saji (fast food) pada remaja (Munasiroh, 2019)

Keluarga ini terlihat memainkan peran penting dalam pembentukan pola makan. Peran fasilitas social yang dalam hal ini jumlah keluarga pada asupan energi berhubungan positif antara jumlah orang hadir pada saat bersantap pada saat makan makan kudapan maupun konsumsi makanan dengan asupan energy yang tinggi seperti makanan pokok. Pada era kemajuan seperti saat ini, orang tua memang telah menjadi manusia sibuk karena urusan di luar rumah tangga. Oleh karena itu kebiasaan makan bersama akhirnya luntur karena tiadanya waktu saling berkumpul, apalagi makan bersama (Khomsan,2012).

Dalam memilih makanan siap saji selain pengetahuan dan dukungan keluarga, besar uang saku yang dimiliki remaja juga akan berhubungan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mahpola, dkk (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (fast food) pada remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan. Dari hasil uji statistic dengan uji chi-square didapatkan $p \text{ value} 0,009 < \alpha = 0,05$. Dapat diartikan ada hubungan uang saku dengan pemilihan makanan cepat saji (fast food) pada remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan .

Menurut asumsi peneliti, uang saku merupakan bagian dari pendapatan keluarga yang diberikan kepada anaknya untuk jangka waktu tertentu seperti uang saku harian, mingguan maupun bulanan. Jumlah uang yang dibelanjakan untuk makanan tergantung pada tingkat pendapatan. Uang saku sangat menentukan pemilihan makanan dan konsumsi makanan. Biasanya seseorang akan memilih makanan yang sesuai dengan uang saku mereka. Dengan uang saku yang cukup besar biasanya seseorang akan sering memilih makanan-makanan yang modern. Uang saku yang lebih membuat remaja bisa membelanjakan dalam bentuk hal apapun terutama dalam hal makanan siap saji yang kelihatan enak padahal tidak sehat untuk tubuh jika dikonsumsi setiap hari dan



berlebihn. Tidak menutup kemungkinan uang saku kurang untuk memilih makanan siap saji. Dari hasil penelitian responden yang memiliki uang saku kurang lebih banyak memilih makanan siap saji, hal ini dikarenakan karena dilingkungan sekolah makanan siap saji

harganya murah dan mudah didapatkan. Dapat disimpulkan, uang saku menjadi faktor perilaku mengkonsumsi makanan siap saji. Selain uang saku dukungan keluarga dan tingkat pengetahuan yang rendah juga mempengaruhi dalam pemilihan makanan cepat saji.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan, dukungan keluarga dan uang saku dengan pemilihan makanan siap saji pada remaja di SMAN 1 Padang Tahun 2022. Diharapkan pihak sekolah dapat melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku kesehatan khususnya makanan cepat saji sekali 3 bulan dengan guru BK. Selain itu

diharapkan petugas kesehatan dapat meningkatkan pelayanan terutama bidang promosi kesehatan agar dapat memberikan informasi lebih sering kepada masyarakat tentang faktor yang dapat mempengaruhi pemilihan makanan siap saji. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian melihat faktor lain yang berhubungan dengan pemilihan makanan siap saji.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, 2009, Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi dalam Daur Kehidupan, Jakarta: EGC. Boenga. 2011. Pengaruh Gizi Makanan Siap Saji Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan Indonesia* Vol. 2.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. 2022. *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat*.
- Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat. 2022. *Profil Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat*.
- Dinkes Kabupaten Kerinci. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Kerinci*.
- Kemenkes RI. (2019). *Konsep Kebiasaan Makan*.
- Kemenkes. (2019). Profil kesehatan Indonesia 2018. <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Khomsan, A. (2013). Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Munasiroh. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji (fast food) pada remaja. Padang: Universitas Islam negeri.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta. Rineka Cipta.
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI
- Kemenkes RI. (2016). Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat.
- Mahpola, dkk .2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Pada Remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan. *Jurnal Kesehatan masyarakat*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta:



- Rineka Cipta
- Nurdin.2016.Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Maknan Pada Remaja SMA Negri 1 Palu.Universitas Tadulako.
- Rahman.2013.Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku makan pada remaja SMA Negri 1 Palu.Universitas Tadulako.
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI
- Rizka Amalia Nurhilal.(2014) Laporan Ilmiah Fast Food. Diakses dari <http://rrizkaamalianurhilal.blogspot.co.id/2014/01/laporan-ilmiah-fast-food.html>.pada tanggal 19 maret 2017, pukul 17.37 WIB.
- Septiyani, 2011. Waspada Fast Food! (Karya Tulis Ilmmiah). Jakarta: Jurusan Teknik Industri Universitas Mercu Buana. Diakses dari [http://kesehatan.kompasiana.com/makanan/2011/06/29/waspada-fast food/](http://kesehatan.kompasiana.com/makanan/2011/06/29/waspada-fast-food/). Pada tanggal 30 Mei 2016.
- Siswanti, Ika (2013) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan cepat saji pada remaja di SMAN 1 Jakarta. Jakarta : Salemba Medika.
- Trigan. 2012. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pemilihan Makanan Cepat Saji Pada Remaja Di SMAN 1 Sumatra Utara.Jurnal Kesehatan Masyarakat