

SOSIO EKONOMI ORANG TUA, UANG SAKU, DAN MEDIA SOSIAL BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI FAST FOOD PADA REMAJA PUTRI DI KOTA KUPANG

Asweros Umbu Zogara*, Meirina Sulastri Loaloka, Maria Goreti Pantaleon

Program Studi Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia

*Korespondensi: E-mail: croz.zogara@gmail.com

ABSTRACT

Background: Consumption of unhealthy foods, for example, fast food, will affect the health of adolescent girls. Fast food has relatively high levels of calories, fat, protein, sugar, and salt but low levels of fibre. Overconsumption of fast food can result in future issues with overnutrition and degenerative diseases

Objectives: This study was conducted to analyse the relationship between parents' socioeconomic status, pocket money, and social media with the consumption of fast food by adolescent girls in Kupang City

Methods: This study used a cross-sectional design and was conducted from January to May 2022 in Kupang City. An accidental sampling technique was used to choose 349 adolescent girls in Kupang City as the sample for this study. Fast food intake is the dependent variable, whereas parents' socioeconomic status, pocket money, and use of social media are the independent variables. The statistical test was the chi-square test (p -value < 0.05) and continued with a multivariate test using the logistic regression test (p -value < 0.05)

Results: As many as 58.2% of adolescent girls consume fast food $> 3x$ a week. Factors related to fast food consumption in adolescent girls are father's education (p value < 0.001 ; OR = 3.587), mother's education (p value < 0.001 ; OR = 3.069), pocket money (p value = 0.035; OR = 1.660) and social media (p value = 0.011; OR = 1.857)

Conclusion: parent's education, pocket money and social media are related to consumption of fast food in adolescent girls. Parents have an important role in controlling the consumption of fast food by regulating the amount of pocket money for adolescent and can prepare more healthy food at home so that adolescent do not often buy fast food

Keywords: Fast food; Social media; Socio-economic; Pocket money.

ABSTRAK

Latar Belakang: Konsumsi makanan yang kurang sehat, contohnya *fast food*, akan mempengaruhi kesehatan remaja putri. *Fast food* mengandung kalori, lemak, protein, gula dan garam yang relatif tinggi dan rendah serat. Jika *fast food* dikonsumsi secara berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih dan penyakit degeneratif di masa mendatang

Tujuan: Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara sosio ekonomi orang tua, uang saku dan media sosial dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri di Kota Kupang.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Januari sampai Mei 2022 di Kota Kupang. Sampel penelitian adalah remaja putri di Kota Kupang sebanyak 349 orang yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Variabel bebas yaitu sosio ekonomi orang tua, uang saku dan penggunaan media sosial, sedangkan variabel terikat yaitu konsumsi *fast food*. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *chi square* (p -value $< 0,05$) dan dilanjutkan dengan uji multivariat menggunakan uji regresi logistik (p -value < 0.05).

Hasil: Sebanyak 58,2% remaja putri mengkonsumsi *fast food* $> 3x$ seminggu. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri adalah pendidikan ayah (p value $< 0,001$; OR=3,587), pendidikan ibu (p value $< 0,001$; OR=3,069), uang saku (p value=0,035; OR=1,660) dan media sosial (p value=0,011; OR=1,857)

Simpulan: Pendidikan orang tua, uang saku dan media sosial berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri. Orang tua memiliki peran penting dalam mengontrol konsumsi *fast food* dengan cara mengatur jumlah uang saku remaja dan dapat menyiapkan lebih banyak makanan sehat di rumah sehingga remaja tidak sering membeli *fast food*.

Kata kunci: *Fast food*; Media sosial; Sosio ekonomi; Uang saku,

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan bagian penting dalam perjalanan hidup seorang manusia. Masa tersebut merupakan masa peralihan dari fase anak-anak menjadi dewasa, atau juga dapat disebut sebagai 'in between periode'.¹ Remaja putri lebih cepat bertumbuh dibandingkan laki-laki karena tubuhnya memerlukan persiapan menjelang usia reproduksi, seperti menstruasi dan kehamilan. Kesehatan remaja

putri harus selalu dipantau karena memiliki tugas penting untuk melahirkan anak.² Salah satu faktor yang mempengaruhi kondisi kesehatan remaja adalah kebiasaan makan.³

Kebiasaan makan yang salah dan sering dilakukan oleh remaja putri, yaitu pemilihan makanan kurang sehat dan sering makan di luar rumah (lebih banyak di restoran *fast food*). Penelitian di Arab Saudi menyebutkan 95,4% remaja putri dan wanita muda mengkonsumsi *fast food* di restaurant dan 79,1%

mengonsumsi *fast food* seminggu sekali.⁴ Penelitian lain di banyak negara berpenghasilan rendah dan menengah menunjukkan remaja putri rata-rata mengonsumsi *fast food* 4x sampai 6x per minggu.⁵

Fast food, atau yang biasa disebut juga makanan cepat saji adalah bagian dari makanan yang berasal dari Amerika. *Fast food* mengandung kalori, lemak, protein, gula dan garam yang relatif tinggi dan rendah serat. Jika dikonsumsi secara berkesinambungan dan berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih.⁶ Beberapa penelitian menunjukkan remaja yang sering mengonsumsi *fast food* akan meningkatkan konsumsi kalori, lemak, gula, garam, dan protein.⁷ Penelitian pada remaja di Bangladesh mendapatkan hasil adanya hubungan signifikan antara konsumsi *fast food* dengan prevalensi obesitas. Remaja yang mengalami obesitas dan menjadi pelanggan *fast food* mencapai 29,9%.⁸ Penelitian lain di Iran menunjukkan konsumsi *fast food* pada remaja menimbulkan peningkatan sindrom metabolik, obesitas, dan hipertrigliseridemia. Kondisi ini dapat mengarah pada terjadinya berbagai penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung koroner dan stroke.⁹

Konsumsi *fast food* dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satunya adalah faktor jumlah uang saku yang diberikan oleh orang tua. Penelitian pada remaja putri di Semarang memperoleh hasil adanya hubungan signifikan antara besarnya uang saku dengan konsumsi *fast food*. Semakin besar uang saku yang didapatkan remaja maka semakin memudahkan remaja untuk membeli *fast food*.¹⁰

Media sosial turut mempengaruhi konsumsi *fast food* pada remaja putri. Suatu penelitian menunjukkan paparan instagram berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri.¹¹ Penelitian lain juga menyebutkan perempuan lebih mendominasi penggunaan media sosial dibandingkan laki-laki.¹² Banyaknya iklan *fast food* yang ditampilkan dalam media sosial akan mempengaruhi remaja untuk membeli dan mengonsumsi *fast food* tersebut. Selain itu faktor lainnya adalah sosio ekonomi keluarga. Penelitian pada remaja menunjukkan sosio ekonomi keluarga berhubungan konsumsi *fast food* pada remaja. Remaja yang memiliki orang tua dengan status sosio ekonomi yang sejahtera lebih banyak mengonsumsi *fast food*.¹³ Orang tua memiliki peran untuk mempengaruhi remaja mengonsumsi *fast food*. Ibu yang tidak sempat menyiapkan makanan di rumah karena kesibukan mengakibatkan remaja menjadikan *fast food* sebagai makanan alternatif.¹⁴ Suatu penelitian menunjukkan faktor orang tua berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja. Orang tua dapat menjadi panutan anak dalam hal perilaku makan. Orang tua yang tidak

mencontohkan perilaku makan yang baik, maka anak cenderung akan mengikuti perilaku tersebut.¹⁵

Kota Kupang menjadi salah satu kota yang berkembang dengan pesat secara ekonomi dibandingkan dengan daerah lain di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT). Hal ini dapat terlihat dari banyaknya usaha restoran/tempat makan yang dibuka, termasuk yang menyajikan *fast food*, di Kota Kupang. Tentu ini akan menarik minat para remaja putri, apalagi tempat tersebut ditata dengan menarik. Restoran *fast food* sering dipenuhi oleh para remaja putri, baik sendiri maupun berkelompok, untuk mengonsumsi *fast food*. Konsumsi *fast food* secara berlebihan oleh remaja akan berdampak buruk bagi kesehatan. Akan tetapi, akibat ini yang belum disadari oleh para remaja putri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang konsumsi *fast food* oleh remaja putri. Selain itu, belum ada penelitian tentang konsumsi *fast food* pada remaja putri di Kota Kupang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai Mei 2022 di Kota Kupang. Sampel penelitian adalah remaja putri di Kota Kupang berjumlah 349 orang yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Penentuan sampel dilakukan dengan memilih responden yang secara kebetulan bertemu di lokasi penelitian dan memenuhi kriteria penelitian. Kriteria inklusi responden, yaitu remaja putri berusia 15-19 tahun, bertempat tinggal di Kota Kupang, baik tinggal bersama orang tua, keluarga lainnya, maupun kos/asrama, dan bersedia menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi responden, yaitu remaja sakit saat pengambilan data dan tidak berada di tempat saat pengambilan data.

Variabel penelitian meliputi variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu factor sosio ekonomi orang tua, penggunaan media sosial, dan jumlah uang saku yang dikumpulkan menggunakan kuesioner. Faktor sosio ekonomi orang tua yang diteliti, yaitu pekerjaan dan pendidikan orang tua. Pendidikan orang tua dibagi menjadi 2 kategori, yaitu berpendidikan rendah dan tinggi. Orang tua berpendidikan rendah jika tamat SD dan tamat SMP, sedangkan berpendidikan tinggi jika tamat SMA dan tamat perguruan tinggi. Pekerjaan ayah dibagi menjadi 2 kategori, yaitu pegawai pemerintah dan bukan pegawai pemerintah. Pegawai pemerintah adalah pegawai yang diberikan gaji oleh negara/pemerintah, contohnya PNS/TNI/Polri, sedangkan bukan pegawai pemerintah adalah pekerja yang memperoleh penghasilan/gaji bukan dari negara/pemerintah, misalnya wiraswasta, pegawai swasta, buruh, dan petani. Pekerjaan ibu dibagi menjadi 2 kategori, yaitu bekerja dan tidak bekerja.

Penggunaan media sosial dibagi dalam 2 kategori, yaitu rendah, jika ≤ 3 jam per hari, dan tinggi, jika > 3 jam per hari. Penggunaan media sosial tidak dihitung jika digunakan untuk belajar. Jumlah uang saku dibagi dalam 2 kategori, yaitu \geq Rp 10.000 dan $<$ Rp 10.000 per hari.¹⁶ Kategori uang saku ini diperoleh dari rata-rata uang saku seluruh responden.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsumsi *fast food* pada remaja putri. *Fast food* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah makanan siap saji yang mengandung kalori, lemak, dan natrium (garam) yang cukup tinggi. Data ini dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Konsumsi *fast food* dibagi dalam 2 kelompok, yaitu konsumsi $> 3x$ seminggu dan konsumsi $\leq 3x$ seminggu.¹⁷ Data akan diolah dan dianalisis menggunakan analisis univariat, bivariat, dan multivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel yang diteliti. Analisis bivariat dipakai untuk menganalisis hubungan variabel bebas dan variabel terikat menggunakan uji *chi square* ($p < 0,05$). Jika ada variabel bebas yang berhubungan dengan variabel terikat, maka akan dilakukan uji multivariat

menggunakan uji regresi logistik ($p < 0,05$). Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang dengan Nomor: LB.02.03/1/0057/2022.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan lebih banyak ibu remaja yang berpendidikan tinggi (50,1%). Hasil yang sama juga ditemukan pada pendidikan ayah yang lebih banyak berpendidikan tinggi (59,0%). Jika dilihat dari jenis pekerjaan, maka sebagian besar ibu tidak bekerja/ibu rumah tangga (70,8%). Ayah yang bekerja bukan sebagai pegawai pemerintah (88,5%) lebih banyak dibandingkan pegawai pemerintah (11,5%). Remaja putri lebih banyak mengakses media sosial > 3 jam per hari (58,7%) dibandingkan akses media sosial ≤ 3 jam per hari (41,3%). Tidak ada perbedaan yang terlalu besar pada variabel jumlah uang saku yang diberikan orang tua. Remaja yang mendapatkan uang saku $<$ Rp 10.000 per hari (50,1%) lebih banyak dibandingkan uang saku \geq Rp 10.000 (49,9%). Sebagian besar remaja mengkonsumsi *fast food* $> 3x$ seminggu (58,2%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel penelitian	n	%
Pendidikan ibu		
Rendah	174	49,9
Tinggi	175	50,1
Pendidikan ayah		
Rendah	143	41,0
Tinggi	206	59,0
Pekerjaan ibu		
Bekerja	102	29,2
Tidak bekerja	247	70,8
Pekerjaan ayah		
Pegawai pemerintah	40	11,5
Bukan pegawai pemerintah	309	88,5
Penggunaan media sosial		
Rendah	144	41,3
Tinggi	205	58,7
Jumlah uang saku		
\geq Rp 10.000	174	49,9
$<$ Rp 10.000	175	50,1
Konsumsi <i>fast food</i>		
$> 3x$ seminggu	203	58,2
$\leq 3x$ seminggu	146	41,8

Tabel 2 menjelaskan tentang hubungan antara variabel bebas dan terikat. Remaja yang memiliki ayah dan ibu berpendidikan rendah lebih banyak mengkonsumsi *fast food* $> 3x$ seminggu dibandingkan berpendidikan tinggi. Tingkat pendidikan ayah dan ibu berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri di Kota Kupang (p -value = 0,000). Jika dilihat dari pekerjaan, remaja yang mengkonsumsi *fast food* $> 3x$ seminggu paling banyak memiliki ibu yang tidak bekerja (41,8%). Hasil uji statistik

menunjukkan tidak ada hubungan antara pekerjaan ibu dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri. Remaja yang mempunyai ayah bekerja bukan sebagai pegawai pemerintah lebih banyak mengkonsumsi *fast food* $> 3x$ seminggu (51,3%). Tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan ayah dengan konsumsi *fast food* pada remaja (p value = 0,803).

Hasil penelitian menunjukkan remaja yang mengakses media sosial > 3 jam per hari akan lebih

banyak mengkonsumsi *fast food* >3x seminggu (37,5%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan signifikan antara media sosial dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri (p value = 0,010). Remaja yang memperoleh uang saku \geq Rp

10.000 lebih cenderung mengkonsumsi *fast food* >3x seminggu (31,8%). Ada hubungan yang signifikan antara jumlah uang saku dengan konsumsi *fast food* pada remaja (p value = 0,034).

Tabel 2. Hubungan Antara Variabel Bebas dan Terikat

Variabel penelitian	Konsumsi <i>fast food</i>				p -value
	>3x seminggu	%	\leq 3x seminggu	%	
Pendidikan ibu					
Rendah	124	35,5	50	14,3	<0,001
Tinggi	79	22,6	96	27,5	
Pendidikan ayah					
Rendah	107	30,7	36	10,3	<0,001
Tinggi	96	27,5	110	31,5	
Pekerjaan ibu					
Bekerja	57	16,3	45	12,9	0,578
Tidak bekerja	146	41,8	101	28,9	
Pekerjaan ayah					
Pegawai pemerintah	24	6,9	16	4,6	0,803
Bukan pegawai pemerintah	179	51,3	130	37,2	
Penggunaan media sosial					
Rendah	72	20,6	72	20,6	0,010
Tinggi	131	37,5	74	21,2	
Jumlah uang saku					
\geq Rp 10.000	111	31,8	63	18,1	0,034
<Rp 10.000	92	26,4	83	23,8	

Tabel 3 menjelaskan tentang hasil uji regresi logistik terhadap variabel-variabel bebas yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja. Pendidikan ibu berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja (p value < 0,001; OR = 3,069). Pendidikan ayah juga berhubungan dengan

konsumsi *fast food* pada remaja (p value < 0,001; OR = 3,587). Variabel lain yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja adalah penggunaan media sosial (p value = 0,011; OR = 1,857) dan jumlah uang saku (p value = 0,035; OR = 1,660).

Tabel 3. Hasil Analisis Multivariat

Variabel penelitian	Exp(B)	p -value	95% CI for Exp (B)
Pendidikan ibu	3,069	<0,001	1,915 – 4,919
Pendidikan ayah	3,587	<0,001	2,187 – 5,882
Penggunaan media sosial	1,857	0,011	1,155 – 2,988
Jumlah uang saku	1,660	0,035	1,036 – 2,659

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini ditemukan banyak remaja putri konsumsi *fast food* >3x seminggu. *Fast food* yang paling sering dikonsumsi remaja putri adalah kentang goreng, keripik kentang, *hamburger*, dan *fried chicken*. Hal ini dikarenakan remaja putri jarang membawa bekal ke sekolah atau kampus sehingga sering membeli jajanan, termasuk *fast food*. Selain itu, kebiasaan remaja putri berkumpul bersama remaja lainnya semakin meningkatkan kecenderungan remaja putri mengkonsumsi *fast food*.

Penelitian ini menunjukkan pendidikan orang tua berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri di Kota Kupang. Pendidikan orang tua turut mempengaruhi makanan yang dikonsumsi oleh anaknya, termasuk konsumsi *fast food*.^{18,19} Semakin tinggi pendidikan orang tua, seharusnya orang tua

mengetahui makanan yang baik bagi anaknya. Orang tua dapat memberitahukan dan memilihkan makanan yang bergizi untuk anaknya. Selain itu, orang tua menjadi panutan bagi anaknya dalam memilih dan mengkonsumsi makanan yang sehat.¹⁵ Orang tua yang berpendidikan lebih rendah cenderung menyajikan makanan kurang sehat dalam rumah, seperti kurang menyediakan sayuran, serta lebih menyediakan makanan/minuman manis dan *fast food*.²⁰

Hasil penelitian ini menunjukkan pekerjaan ayah dan ibu tidak berhubungan dengan konsumsi *fast food*. Hasil ini berbeda dengan penelitian di Iran.²¹ Penelitian lain juga menyatakan pekerjaan orang tua sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food*.²² Hal ini dikarenakan pekerjaan orang tua berkaitan dengan kondisi ekonomi rumah

tangga. Semakin baik pekerjaan orang tua, maka kondisi ekonomi rumah tangga juga lebih baik. Kondisi ini akan mempengaruhi konsumsi makanan, termasuk konsumsi *fast food*.^{23,24} Kondisi ekonomi yang baik maka rumah tangga tersebut memiliki kemampuan untuk membeli makanan. Hal ini dapat memicu remaja untuk sering membeli *fast food*. Orang tua yang bekerja terkadang kesulitan membagi waktu untuk menyiapkan makanan yang sehat bagi anaknya, bahkan terkadang orang tua yang membelikan *fast food* untuk dirinya sendiri dan anaknya. Orang tua juga sering memberikan uang saku agar anaknya membeli sendiri makanan yang disukainya. Hal ini memperbesar kemungkinan anak akan membeli *fast food*.^{23,25}

Dalam penelitian ini uang saku berhubungan dengan konsumsi *fast food*. Beberapa penelitian lain juga mendapatkan hasil yang sama.^{15,26} Pada penelitian ini, 80% uang saku digunakan untuk membeli jajanan, termasuk *fast food*. Pada penelitian lain ditemukan 60% remaja berusia 16 sampai 18 tahun menghabiskan semua uang sakunya untuk membeli *fast food*.²⁷ Suatu penelitian menyebutkan bahwa 98.5% mahasiswa mengkonsumsi *fast food* dan 43.3% uang saku dihabiskan untuk membeli *fast food*.²⁸

Uang saku merupakan faktor risiko perilaku makan yang tidak sehat. Suatu penelitian menyebutkan bahwa anak yang mendapatkan uang saku lebih banyak jajanan manis dan *fast food*, serta cenderung mengalami kelebihan berat badan dan obesitas (45-90%). Orang tua yang paham tentang kesehatan, termasuk pengetahuan tentang perilaku makan sehat, cenderung akan membatasi anak mendapatkan banyak uang saku sehingga terhindarkan dari perilaku makan tidak sehat. Orang tua dapat mempersiapkan bekal untuk anak saat ke sekolah.²⁹ Hasil yang sama juga didapatkan pada penelitian Grammatikopoulou, *et al* tahun 2018 yang menjelaskan semakin besar uang jajan yang diterima, maka akan semakin meningkatkan konsumsi *fast food*.³⁰

Media sosial berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja. Hasil penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar remaja putri sering melihat iklan/postingan tentang makanan, termasuk *fast food* dan hal ini cukup mempengaruhi remaja putri untuk mengkonsumsi *fast food*. *Studi review* menjelaskan bahwa pada 1225 remaja di beberapa negara menemukan media sosial memiliki kekuatan untuk mempengaruhi perilaku makan remaja, termasuk perilaku makan tidak sehat, yaitu konsumsi *fast food*. Pengaruh media sosial berkaitan dengan 4 hal utama, yaitu daya tarik visual, penyebaran konten, koneksi digital, dan *influencer* media sosial.³¹ Suatu penelitian memperlihatkan sebagian besar konten makanan dalam media sosial (67,9%) merupakan

makanan tidak sehat dan 61,2% diantaranya adalah makanan manis.³²

Penggunaan media sosial bagi remaja semakin meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Kondisi ini tentu sangat menguntungkan banyak *brand* makanan, termasuk *fast food*, karena remaja dapat menjadi sasaran penjualan produknya. Penelitian di Kanada menunjukkan 72% anak dan remaja (7-16 tahun) terpapar 215 iklan makanan di media sosial. Iklan-iklan yang dilihat ini termasuk 44% *fast food* dan diperkirakan remaja melihat iklan makanan rata-rata 189 kali per minggu.³³ Penelitian Rummo, *et al.* (2019) menjelaskan sekitar 73.1 juta orang dari semua usia mengikuti 27 *brand fast food, snack*, dan minuman yang paling banyak diiklankan di Instagram dan/atau Twitter. Jika dirinci lagi maka terdapat sekitar 6.2 juta remaja yang mem-follow 27 *brand* tersebut.³⁴ Penelitian lain menunjukkan remaja lebih menanggapi postingan tentang makanan tidak sehat dibandingkan makanan sehat. Remaja lebih cenderung ingin berbagi postingan tentang makanan tidak sehat dan teman-temannya lebih menanggapi postingan tersebut dibandingkan makanan sehat. Remaja juga lebih mudah mengingat dan mengenali banyak merek makanan tidak sehat dan melihat lebih lama pada postingan tentang makanan tidak sehat.³⁵

SIMPULAN

Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi *fast food* pada remaja putri adalah pendidikan ayah, pendidikan ibu, uang saku dan penggunaan media sosial sedangkan pekerjaan ibu dan pekerjaan ayah tidak berhubungan. Konsumsi *fast food* secara terus-menerus dapat menimbulkan masalah kesehatan di masa mendatang.

Oleh karena itu, kontrol konsumsi *fast food* remaja perlu dilakukan oleh orang tua dengan cara perlu menyediakan makanan sehat di rumah sehingga remaja akan mengurangi membeli *fast food*. Jumlah uang saku pun harus diatur orang tua sehingga penggunaannya tidak untuk membeli *fast food* secara berlebihan. Bagi institusi pendidikan agar menyediakan makanan sehat di sekolah, contohnya kantin sehat, sehingga remaja putri akan lebih sering mengkonsumsi makanan sehat dibandingkan *fast food*, sedangkan bagi pemerintah setempat agar selalu mengontrol kualitas makanan yang dijual di sekitar sekolah atau kampus.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shidiq AF, Raharjo ST. Peran pendidikan karakter di masa remaja sebagai pencegahan kenakalan remaja. *Pros Penelit dan Pengabd Kpd Masy.* 2018;5(2):176–87. <https://doi.org/10.24198/jppm.v5i2.18369>
2. Setyawati VAV, Setyowati M. Karakter gizi remaja putri urban dan rural di provinsi jawa

- tengah. *J Kesehat Masy.* 2015;11(1):43–52. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3463>
3. Rodrigues PRM, Luiz RR, Monteiro LS, Ferreira MG, Gonçalves-Silva RMV, Pereira RA. Adolescents' unhealthy eating habits are associated with meal skipping. *Nutrition* [Internet]. 2017;42:114–20. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2017.03.011>
 4. AlFaris NA, Al-Tamimi JZ, Al-Jobair MO, Al-Shwaiyat NM. Trends of fast food consumption among adolescent and young adult Saudi girls living in Riyadh. *Food Nutr Res.* 2015;59:1–10. <https://doi.org/10.3402/fnr.v59.26488>
 5. Keats EC, Rappaport AI, Shah S, Oh C, Jain R, Bhutta ZA. The dietary intake and practices of adolescent girls in low-and middle-income countries: A systematic review. *Nutrients.* 2018;10(12):1–14. <https://doi.org/10.3390/nu10121978>
 6. Afifah LP, Suyatno, Aruben R, Kartini A. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi fast food pada remaja obesitas di SMA Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. *J Kesehat Masy.* 2017;5(4):706–13. <https://doi.org/10.14710/jkm.v5i4.18757>
 7. Powell LM, Nguyen BT. Fast-food and full-service restaurant consumption among children and adolescents: Effecton energy, beverage, and nutrient intake. *JAMA Pediatr.* 2013;167(1):14–20. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.417>
 8. Banik R, Naher S, Pervez S, Hossain MM. Fast food consumption and obesity among urban college going adolescents in Bangladesh: A cross-sectional study. *Obes Med.* 2020;17:85–9. <https://doi.org/10.1016/j.obmed.2019.100161>
 9. Asghari G, Yuzbashian E, Mirmiran P, Mahmoodi B, Azizi F. Fast food intake increases the incidence of metabolic syndrome in children and adolescents: Tehran lipid and glucose study. *PLoS One.* 2015;10(10):1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0139641>
 10. Imtihani TR, Noer ER. Hubungan pengetahuan, uang saku, dan peer group dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada remaja putri. *Journal of Nutrition College.* 2013;2(1):162–9. <https://doi.org/10.14710/jnc.v2i1.2112>
 11. Dewi N, Rahim FK, Amalia IS. Paparan instagram dan peran teman sebaya terhadap pola konsumsi fast food pada remaja berdasarkan wilayah sekolah perkotaan dan pedesaan. *J Public Heal Innov.* 2021;2(1):38–49. <https://doi.org/10.34305/jphi.v2i1.389>
 12. Lubis EE. Potret media sosial dan perempuan. *J PARALLELA.* 2014;1(2):97–106. Available from: https://parallela.ejournal.unri.ac.id/index.php/J_PRL/article/view/2864
 13. Halid, M. Sudargo T. Hubungan status sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi fast food pada remaja di Kota Mataram. *BIOTA J Tadris IPA Biol UIN Mataram.* 2016;8(1):74–85. <https://doi.org/10.20414/jb.v9i1.37>
 14. Anwar CR. Fast food: Gaya hidup dan promosi makanan cepat saji. *J Etnosia Indones.* 2016;1(2):54–65. <https://doi.org/10.31947/etnosia.v1i2.1615>
 15. Samingan, Octaviani ZA. Determinan perilaku konsumsi makanan siap saji (fast food) pada siswa di SMA Negeri X Jakarta Timur Tahun 2020. *J Bid Ilmu Kesehat.* 2021;11(2):136–45. <https://doi.org/10.52643/jbik.v11i2.1829>
 16. Aini SN. Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja di perkotaan. *Unnes J Public Heal.* 2013;2(1):74–81. <https://doi.org/10.15294/ujph.v2i1.3042>
 17. Ali R, Nuryani N. Sosial ekonomi, konsumsi fast food dan riwayat obesitas sebagai faktor risiko obesitas remaja. *Media Gizi Indones.* 2018;13(2):123–32. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.123-132>
 18. Khan T, Powell LM, Wada R. Fast food consumption and food prices: Evidence from panel data on 5th and 8th grade children. *J Obes.* 2012;1–8. <https://doi.org/10.1155/2012/857697>
 19. Mirkarimi K, Mansourian M, Kabir MJ, Ozouni-Davaji RB, Eri M, Hosseini SG, et al. Fast food consumption behaviors in high-school students based on the Theory of Planned Behavior (TPB). *Int J Pediatr.* 2016;4(7):2131–42. <https://doi.org/10.22038/IJP.2016.7011>
 20. Neumark-Sztainer D, MacLehose R, Loth K, Fulkerson JA, Eisenberg ME, Berge J. What's for dinner? Types of food served at family dinner differ across parent and family characteristics. *Public Health Nutr.* 2014;17(1):145–55. <https://doi.org/10.1017/S1368980012004594>
 21. Alimoradi F, Jandaghi P, Khodabakhshi A, Javadi M, Zehni Moghadam SAH. Breakfast and fast food eating behavior in relation to socio-demographic differences among school adolescents in Sanandaj Province, Iran. *Electron Physician.* 2017;9(6):4510–5. <https://doi.org/10.19082/4510>
 22. Janssen HG, Davies IG, Richardson LD, Stevenson L. Determinants of takeaway and fast food consumption: A narrative review. *Nutr Res Rev.* 2018;31:16–34. <https://doi.org/10.1017/S0954422417000178>
 23. Bauer KW, Hearst MO, Escoto K, Berge JM, Neumark-Sztainer D. Parental employment and work-family stress: Associations with family

- food environments. *Soc Sci Med.* 2012;75(3):496–504. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.03.026>
24. Rahman N, Dewi NU, Armawaty F. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan pada remaja SMA Negeri 1 Palu. *J Prev.* 2016;7(1):43–52. Available from: <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/Preventif/article/view/5818>
25. Lubis AC, Sekarasih L. Dukungan orang tua kepada remaja di Kota Bogor untuk mengonsumsi sayur dan buah. *Media Gizi Indones* [Internet]. 2018;13(2):141–50. <https://orcid.org/0000-0001-8848-9821>
26. Octaviani ZA, Safitriani I. Faktor – faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi fast food pada siswa SMA. *Bul Kesehat.* 2022;6(1):121–37. Available from: <https://akper-pasarrebo.e-journal.id/nurs/article/view/110>
27. Vaida N. Prevalence of fast food intake among urban adolescent students. *Int J Eng Sci.* 2013;2(1):353–9. Available from: <https://www.theijes.com/papers/v2-i1/BC02103530359.pdf>
28. Bipasha MS, Goon S. Fast food preferences and food habits among students of private universities in Bangladesh. *South East Asia J Public Heal.* 2013;3(1):61–4. <https://doi.org/10.3329/seajph.v3i1.17713>
29. Li M, Xue H, Jia P, Zhao Y, Wang Z, Xu F, et al. Pocket money, eating behaviors, and weight status among Chinese children: The Childhood Obesity Study in China mega-cities. *Prev Med.* 2017;100:208–15. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.04.031>
30. Grammatikopoulou MG, Gkiouras K, Daskalou E, Apostolidou E, Theodoridis X, Stylianou C, et al. Growth, the Mediterranean diet and the buying power of adolescents in Greece. *J Pediatr Endocrinol Metab.* 2018;31(7):773–80. <https://doi.org/10.1515/jpem-2018-0039>
31. Chung A, Vieira D, Donley T, Tan N, Jean-Louis G, Gouley KK, et al. Adolescent peer influence on eating behaviors via social media: Scoping review. *J Med Internet Res.* 2021;23(6):1–12. <https://doi.org/10.2196/19697>
32. Bragg MA, Pageot YK, Amico A, Miller AN, Gasbarre A, Rummo PE, et al. Fast food, beverage, and snack brands on social media in the United States: An examination of marketing techniques utilized in 2000 brand posts. *Pediatr Obes.* 2019;15(5):1–10. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12606>
33. Potvin Kent M, Pausé E, Roy EA, de Billy N, Czoli C. Children and adolescents' exposure to food and beverage marketing in social media apps. *Pediatr Obes.* 2019;14(6):56–65. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12508>
34. Rummo PE, Cassidy O, Wells I, Coffino JA, Bragg MA. Examining the relationship between youth-targeted food marketing expenditures and the demographics of social media followers. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(5):1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051631>
35. Murphy G, Corcoran C, Tatlow-Golden M, Boyland E, Rooney B. See, Like, Share, Remember: Adolescents' Responses to Unhealthy-, Healthy- and Non-Food Advertising in Social Media. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(7):1–25. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072181>