ARTIKEL ILMIAH

HUBUNGAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG MIE INSTAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI MIE INSTAN

(Studi pada Mahasiswa Kos di Ketileng Timur RW 25 Kelurahan Sendang Mulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, Jawa Tengah Tahun 2018)

Oleh :

AYU ANGGRE SARI

A2A014005

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

2018

http://repository.unimus.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel Ilmiah

HUBUNGAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG MIE INSTAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI MIE INSTAN (Studi Pada Mahasiswa Kos di Ketileng Timur RW 25 Kelurahan Sendang Mulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, Jawa Tengah Tahun 2018)

Disusun Oleh :

Ayu Anggre Sari A2A014005

Telah disetujui

Penguji

Trixie Salawati, S.Sos, M.Kes
NIK 28.6.1026.096
Tanggal.....

Pembimbing 1

DR. Ir. Rahayu Astuti, M.Kes
NIK. 28.6.1026.018
Tanggal.....

Pembimbing II

Indri Astuti Purwanti S.ST, M.Kes
NIK. 28.6.1026.180
Tanggal.....

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Semarang

Mitbakhuddin, S.KM, M.Kes
NIK 28.6.1026.077
Tanggal.....

http://repository.unimus.ac.id

HUBUNGAN KARAKTERISTIK, PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG MIE INSTAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI MIE INSTAN

(Studi Pada Mahasiswa Kos Di Ketileng Timur RW 25 Kelurahan Sendang Mulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, Jawa Tengah Tahun 2018)

Ayu Anggre Sari[1], Rahayu Astuti[1], Indri Astuti Purwanti[1]

[1]Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang

ABSTRAK

Latar Belakang: Mie instan merupakan makanan cepat saji yang terbuat dari tepung terigu dan diolah menjadi aneka pilihan rasa. Mie instan biasa dikonsumsi kalangan mahasiswa karena praktis, banyak pilihan rasa, harga yang murah, pengaruh teman, keterjangkauan, dan iklan. Untuk itu perlu ada penelitian mengenai hubungan karakteristik, pengetahuan dan sikap tentang mie instan dengan perilaku konsumsi mie instan. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah analitik dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional* yang menggunakan bantuan kuisioner. Variabel bebas adalah karakteristik mahasiswa, pengetahuan, dan sikap, variabel terikat adalah perilaku konsumsi mie instan. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa yang kos di Ketileng Timur RW 25 sebanyak 77 orang. Uji statistic yang digunakan adalah *Chi Square*. **Hasil:** Mahasiswa kos yang memiliki perilaku konsumsi mie instan negative sebanyak 66,2%. Berdasarkan hasil uji faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi mie instan diperoleh umur *p- value* 0,028, jenis kelamin *p-value* 0,044, pengetahuan *p-value* 0,865,dan sikap *p-value* 0,041. **Kesimpulan:** Ada hubungan umur, jenis kelamin, sikap dengan perilaku konsumsi mie instan dan tidak ada hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan.

Kata Kunci: Mie Instan, Perilaku, Pengetahuan, Sikap, Umur, Jenis kelamin, Mahasiswa Kos.

ABSTRACT

Background: Instant noodles is a fast food made from wheat flour and processed into various flavor. Instant noodles are usually consumed by students because of the practicality, many choices of flavors, cheap prices, influence of friends, affordability and advertising. a For this reason, there needs to be research on the relationship between characteristics, knowledge and attitudes about instant noodles with instant noodle consumption behavior.**Method:** This type of research is analytic using a cross sectional approach that uses questionnaire assistance. Independent variables are characteristics of students, knowledge, and attitude, the dependent variable is the consumption behavior of instant noodles. The sample of this study were 77 students who boarded in Ketileng Timur RW 25. The statistical test used is a Chi Square.. **Results:** students dorms having behavior consuming instant noodle negative as many as 66.2 %. Based on the test results, the factors associated with the behavior of instant noodle consumption were obtained by the age of p-value 0.028, gender p-value was 0.044, knowledge p value was 0.865, and attitude p value was 0.041. **Conclusion:** There is a relationship between age, gender, attitude with consumption behavior of instant noodles, and there is no correlation between knowledge with consumption behavior of instant noodles.

Keywords: Instan Noodles, Behavior, Knowledge, Attitude, Age, Gender, Students Dorms.

http://repository.unimus.ac.id

Pendahuluan

Mie instan merupakan makanan cepat saji yang cukup populer di dunia. Harga yang murah dan mudah didapat, rasa yang sangat nikmat hampir seluruh minimareket dan supermarket menjual berbagai merk.[1] Makanan ini biasa dikonsumsi oleh mahasiswa karena mempermudah dan membantu saat memiliki aktivitas yang berlebih.[2]

Mahasiswa dengan kesibukan rutinitasnya seringkali melupakan hidup yang sehat dan tidak memperdulikan gizi, bahkan bahaya yang mungkin mengintai dalam makanan yang serba instan seperti mie instan.Mahasiswa lebih mengutamakan kepraktisan dari mie instan seperti sudah tersedianya bumbu-bumbu instan untuk mempermudah membuat masakan mie dengan aneka rasa.[3]

Menurut data dunia konsumsi mie instan di Indonesia pada tahun 2012 sebanyak 14.750, 2013 sebanyak 14.900, 2014 sebanyak 13.430, 2015 sebanyak 13.200, 2016 sebanyak 13.010. Dari data tersebut tahun 2013 Indonesia paling tinggi yaitu 14.900 dan menurun pada tahun 2016 menjadi 13.010. Meskipun menurun tetapi Indonesia tetap menjadi pengonsumsi mie instan tertinggi yaitu peringkat kedua setelah China.[4] Data pada tahun 2013 menunjukan bahwa di Jawa Tengah yang mengonsumsi mie instan lebih dari 1 kali sebanyak 6,5 persen dari penduduk di Indonesia.[5]

Penelitian yang dilakukan di Demak menunjukan bahwa santriwati mengonsumsi mie instan cukup tinggi yaitu 55,6% dan tingkat pengetahuan tentang gizi dan keamanan pangan dengan konsumsi mie instan yang dimiliki sedang yaitu 66,7%.[6] Penelitian yang dilakukan dilakukan di Tangerang menunjukan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang mie instan dan perilaku konsumsi mie instan dengan $p<0,05$.[7] Penelitin pada remaja di Nganjuk menunjukan bahwa yang mngonsumsi mie instan terbanyak adalah perempuan sebanyak 51,76% dan laki-laki 48,24%.[8]

Mie instan tidak hancur selama dua jam proses pencernaan didalam tubuh. Bentuk mie yang masih utuh memaksakan saluran pencernaan manusia bekerja ekstra untuk

http://repository.unimus.ac.id

memecahkan makanan tersebut. Jika mie instan tetap dalam saluran pencernaan untuk waktu yang lama, akan berdampak pada penyerapan nutrisi makanan lain.[9]

Mie instan mempunyai beberapa zat berbahaya seperti Tertiary Butyl Hydroquinone(TBHQ), Monosodium Glutamat(MSG), Propylene Glycol. Selain itu, mie instan menyebabkan mual, muntah, asma, nyeri otak, jantung, hati, ginjal serta dapat menyebabkan *cardiometabolic*[10] dan kanker[11].

Oleh sebab itu, maka perlu tindak lanjut yang lebih mendalam lagi mengenai apakah ada hubungan karakteristik, pengetahuan dan sikap tentang mie instan dengan perilaku konsumsi mie instan.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Ketileng Timur RW 25 Kelurahan Sendang Mulyo Kecamatan Tembalang Kota Semarang, Jawa Tengah. Penelitian dilaksanakan selama 1 bulan Agustus-September 2018.Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional*. [12]

Populasi pada penelitian yaitu seluruh mahasiswa Kos Ketileng Timur RW 25 sebanyak 336 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 77 orang dengan menggunakan rumus slovin.[13] Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proporsional random sampling*.

Variabel dalam penelitian ini antara lain, variabel bebas yaitu umur, jenis kelamin, pengetahuan, dan sikap. Variabel terikat yaitu Perilaku konsumsi mie instan. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi dari lembar kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat, bivariat dengan uji *Chi Square*.

Hasil Penelitian

Pada Tabel 1, mahasiswa kos dengan umur remaja (10-24 tahun) sebanyak 43 orang (55,8%) dan umur dewasa (25-59 tahun) sebanyak 34 orang (44,2%). Mahasiswa kos dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 44 orang (57,1%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 33 orang (42,9%). Mahasiswa dengan pengetahuan

http://repository.unimus.ac.id

kurang (<50) sebanyak 14 orang (18,2%) dan mahasiswa dengan pengetahuan baik (≥50) sebanyak 63 orang (81,8%). Sikap negatif mendukung untuk mengkonsumsi mie instan (<27,5) sebanyak 30 orang (39,0%) dan sikap positif tidak mendukung untuk mengkonsumsi mie instan (<27,5) sebanyak 47 orang (≥61,0%). Perilaku negatif sering mengkonsumsi mie instan (<17,5) sebanyak 51 orang (66,2%) dan Perilaku positif jarang mengkonsumsi mie instan (≥17,5) sebanyak 26 orang (33,8%).

Tabel 1. Analisis Univariat

Variabel	F	Persentase (%)
Usia		
Remaja (10-24 tahun)	43	55,8
Dewasa (25-59 tahun)	34	44,2
Total	77	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	44	57,1
Laki-laki	33	42,9
Total	77	100
Pengetahuan		
Pengetahuan Kurang (<50)	14	18,2
Pengetahuan Baik (≥50)	63	81,8
Total	77	100
Sikap		
Sikap Negatif (<27,5)	30	39,0
Sikap Positif (≥27,5)	47	61,0
Total	77	100
Perilaku		
Perilaku Negatif (skor <17,5)	51	66,2
Kurang Perilaku Positif (skor ≥ 17,5)	26	33,8
Total	77	100

Pada Tabel 2, Hasil analisis variabel umur dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% (α=0,05) menunjukan bahwa nilai *p value* 0,028 (<0,05) yang menunjukan ada hubungan antara umur dengan perilaku konsumsi mie instan. Hasil analisis variabel jenis kelamin dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% (α=0,05) menunjukan bahwa nilai *p value* 0,044 (<0,05) yang menunjukan ada hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi mie instan. Hasil analisis variabel pengetahuan dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% (α=0,05) menunjukan bahwa nilai *p value* 0,865 (>0,05) yang menunjukan tidak ada hubungan antara pengetahuan

http://repository.unimus.ac.id

dengan perilaku konsumsi mie instan. Hasil analisis variabel sikap dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% (α=0,05) menunjukan bahwa nilai *p value* 0,041 (<0,05) yang menunjukan ada hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi mie instan.

Tabel 2. Analisis Bivariat menggunakan *Chi-square*

Variabel	Perilaku konsumsi mie instan				Total		*P value*
	Negatif		Positif				
	N	%	n	%	n	%	
Usia							
Remaja (10-24 tahun)	33	76,7	10	23,3	43	100	0,028
Dewasa (25-59 tahun)	18	52,9	16	47,1	34	100	
Total	51	56,8	19	43,2	77	100	
Jenis Kelamin							
Perempuan	25	56,8	19	43,2	44	100	0,044
Laki-laki	26	78,8	7	21,2	34	100	
Total	51	66,2	26	33,8	77	100	
Pengetahuan							
Pengetahuan Kurang (<50)	9	64,3	5	35,7	14	100	0,865
Pengetahuan Baik (≥50)	42	66,7	21	33,3	63	100	
Total	51	66,2	26	33,8	77	100	
Sikap							
Sikap Negatif (<27,5)	27	57,4	20	42,6	47	100	0,041
Sikap Positif (≥27,5)	24	80,0	6	20,0	30	100	
Total	51	66,3	26	33,8	77	100	

Catatan: * jika *p value* <0,05 artinya ada hubungan

PEMBAHASAN

Hubungan umur dengan perilaku konsumsi mie instan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukan bahwa ada hubungan antara umur dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa kos di Ketileng Timur RW 25 dengan *p value* 0,028. Sebanyak 33 (76,7%) responden remaja memiliki perilaku negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan dan sebanyak 18 (52,9%) responden dewasa memiliki perilaku negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan.

Hal ini dukung oleh hasil penelitian yang dilakukan di Malang menyatakan bahwa usia remaja cenderung akan memilih makanan instan untuk dikonsumsi karena lebih cepat akses makanannya, cepat mengenyangkan dan memiliki harga terjangkau.[4]

http://repository.unimus.ac.id

Hubungan Jenis Kelamin dengan perilaku konsumsi mie instan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa kos di Ketileng Timur RW 25 dengan *p value* 0,044. **S**ebanyak 26 (78,8%) responden berjenis kelamin laki-laki memiliki perilaku konsumsi mie instan negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan, sedangkan sebanyak 25 (56,8%) responden berjenis kelamin perempuan memiliki perilaku negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya di Yogyakarta mengatakan bahwa jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengkonsumsi mie instan dibanding perempuan hal ini disebabkan pendapatan orang tua dan uang saku.[14]

Hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa kos di Ketileng Timur RW 25 dengan *p value* 0,865. Sebanyak 42 (66,7%) responden memiliki pengetahuan baik dengan perilaku negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan, sedangkan 9 (64,3%) responden memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku negative sering dan selalu konsumsi mie instan.

Hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik, mereka mengetahui kandungan gizi terbanyak pada mie instan adalah karbohidrat, makanan yang paling banyak mengandung serat adalah mie instan, dan penggunaan *Styrofoam* saat konsumsi mie instan dapat menghantarkan zat berbahaya pada makanan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan di Pontianak menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan pada mahasiswa di Pontianak.[15]

Hubungan sikap dengan perilaku konsumsi mie instan

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *chi square* menunjukan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi mie instan mahasiswa kos di

http://repository.unimus.ac.id

Ketileng Timur RW 25 dengan *p value* 0,041. Sebanyak 27 (57,4%) responden memiliki sikap positif tidak mendukung konsumsi mie instan dengan perilaku negative sering dan selalu konsumsi mie instan, sedangkan 24 (80,0%) responden memiliki sikap negatif mendukung konsumsi mie instan dengan perilaku negatif sering dan selalu mengkonsumsi mie instan.

Hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan sebagian besar responden memiliki sikap positif , sebagian dari mereka setuju bahwa mie instan dapat diolah dengan berbagai cara, setuju bahwa mie instan memiliki kandungan pengawet yang dapat mengganggu kesehatan, dan tidak setuju apabila dikonsumsi jangka panjang tidak berdampak pada kesehatan, adapun responden yang memiliki sikap negatif mereka tidak setuju bahwa mie instan praktis pengolahannya, setuju bahwa mengkonsumsi mie instan dapat membuat hidupnya lebih sehat, dan setuju bahwa mie instan tidak memiliki bahan tambahan yang berbahaya.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, dengan hasil sikap siswa yang paling banyak ditemukan yaitu rendah disebabkan adanya interaksi dengan banyak orang sehingga mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, iklan dimedia cetak maupun elektronik mempunyai pengaruh besar terhadap sikap dalam memilih makanan dan minuman instan, karena tugas pokok dari iklan membawa pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan siswa untuk mengkonsumsi makanan instan.[16]

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar responden remaja yaitu sebanyak 55,8% dan dewasa 44,2%
2. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 57,1% dan laki-laki 42,9%.
3. Mahasiswa kos yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 81,8% dan 18,2% memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang mie instan.

http://repository.unimus.ac.id

4. Mahasiswa kos yang memiliki sikap positif sebanyak 61% dan 39% memiliki sikap negative tentang mie instan.
5. Mahasiswa kos yang memiliki perilaku negatif sebanyak 66,2% dan memiliki perilaku positif sebanyak 33,8% tentang mie instan.
6. Ada hubungan antara umur dengan perilaku konsumsi mie instan dengan *p-value* 0,028.
7. Ada hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi mie instan dengan *p-value* 0,044.
8. Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi mie instan dengan *p-value* 0,865.
9. Ada hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi mie instan dengan *p-value* 0,041.

B. Saran

Berikut ini adalah saran yang peneliti berikan, antara lain:

1. Bagi mahasiswa

   Diharapkan setelah dilakukan penelitian mahasiswa mampu mengubah perilaku dalam konsumsi mie instan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan sebagai refrensi penelitian selanjutnya tentang mie instan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang mie instan dihubungkan dengan faktor enabling (ketersediaan dan keterjangkauan) dan reinforcing(teman sekamar dan teman dekat).

http://repository.unimus.ac.id

http://repository.unimus.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

1 Pritasari, Damayanti D, Lestari N. *Gizi Dalam Daur Kehidupan.* http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/GIZI DALAM - DAUR-KEHIDUPAN-FINAL-SC.pdf. 2017.Diakses pada tanggal 31-1-2018

2 Arianto N T. *Pola Makan Mie Instan: Studi Antropologi Gizi PAda Mahasiswa Antropologi Fisip Unair*http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-003%20NUR-ARTIKEL%20Junal-MIE%20INSTAN.pdf. 2013. Diakses pada tanggal 31-1-2018

3 Katmawanti, Septa. *Analisis faktor yang mempengaruhi pola konsumsi mie instan padamahasiswa di universitas negri malang*. Malang: Universitas Negri Malang. http://journal.um.ac.id/index.php/preventia/article/view/9978. 2016. Doakses tanggal 18-4-2018

4 World Instan Noodle Assosiation(WINA). *Global Demand For InstantNoodles*. http://instantnoodles.org/en/noodles/market.html. 2017. Diakses pada tanggal 1-2-2018

5 RISKESDAS.*Konsumsi Makanan Olahan dari Tepung Tahun 2013*.Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013.

6 Aini, Mubarokah. *Hubungan Pengetahuan Gizi dan Keamanan Pangan dengan Konsumsi Mie Instan pada Santriwati SMA Pondok Pesantren Asy SyarifahMranggen Demak* http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/149/jtptunimus-gdl-ainimubaro-7447-1-artikel-i.pdf. 2014. Diakses pada tanggal 31-1-2018

7 Wandasari, Nurul. *Hubungan pengetahuan ibu tentang mie instan dan perilaku mengkonsumsi mie instan pada balita di RW.04 perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang.* Jakarta: Universitas Esa Unggul. http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Formil/article/view/1087. 2013. Diakses tanggal 9-4-2018

http://repository.unimus.ac.id

8 Kurnianingsih, Sari. Hubungan Konsumsi mie instan dengan tingkat kecukupan gizi dan status gizi pada remaja. Surabaya: fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. http://repository.unair.ac.id/23990/. 2007. Diakses pada tanggal 4-6-2018

9 Lestari, S. Bentuk warning label (*pictorial, information, and questionwarning label*) untuk menurunkan intensi mengonsumsi mie instanpada mahasiswa di kota semarang. https://media.neliti.com/media/publications/210830-bentuk-warning-label-pictorial-informati.pdf; 2016. Diakses tanggal 9-4-2018

10 In Sil Huh. *Instant noodle consumption is associated with cardiometabolic risk factors among college students in Seoul*. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5449380/pdf/nrp-11-232.pdf. 2015Diakses tanggal 18-2-2018

11 Iniabong A. Charles. *Health risk assessment of instant noodles commonly consumed in Port Harcourt, Nigeria*.https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2Fs11356-017-0583-0.pdf. 2017. Diakses tanggal 18-2-2018

12 Sugiyono.*Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D.* Bandung: Alfabeta; 2004.

13 Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta ; 2010.

14 Kuroifah, Mita. *Pengaruh Daya Tarik Iklan Makanan Instan di Televisi terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Pada Mahasiswa Kos Program Pendidikan Teknik Boga FT UNY*. http://eprints.uny.ac.id/20796/1/Mita%20Kurifah%2009511241034.pdf. 2014. Diakses pada tanggal 12-9-2018.

15 Rochmawati.*Perilaku konsumsi mie instran mahasiswa fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah dan jurusan gizi poltekes kemenkes*

http://repository.unimus.ac.id

Pontianak.Universitas Muhammadiyah Pontianak.http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK/article/view/40. 2015. Diakses 14-4-2018.

16 Nur, Islamiyati Awalia. *Pengetahuan, Sikap, Tindakan Konsumsi Makanan Dan Minuman Instan Pada Siswa Kelas XI Program Keahlian Jasa Boga Sekolah Menengah Kejuruan Negri 6 Yogyakarta.* http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/boga/article/viewFile/1917/1654. 2014. Diakses pada tanggal 12-9-2018

http://repository.unimus.ac.id