

Studi Literature Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Food Choice Pada Remaja Pasca Pandemi COVID-19

Review Literature Study: Factors Affecting Food Choice in Youth Post Covid-19 Pandemic

Amaizing Evangelin Pua, Brigitte Sarah Renyoet

Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah

Abstrak

Dunia dilanda wabah virus yang disebut dengan COVID-19 hingga saat ini masih menjadi fokus utama masalah kesehatan yang perlu diselesaikan dari setiap negara di belahan dunia. Masalah kesehatan yang terjadi mempengaruhi *Food choice* pada setiap kalangan usia tak terkecuali pada remaja. Tujuan penulisan artikel ilmiah ini ialah untuk mengkaji faktor terkait yang mempengaruhi *food choice* pada remaja pasca pandemi COVID-19. Metode yang digunakan pada penulisan penelitian ini adalah *study literature review*, yang menganalisis dan mengumpulkan artikel-artikel penelitian mengenai faktor *food choice* pada remaja pasca pandemi COVID-19. Kebanyakan remaja telah mampu memilih makanan apa yang ingin di konsumsi, berbeda dengan masa kanak-kanak yang perlu dibimbing orang tuanya dalam mengkonsumsi makanan. Berdasarkan hasil dari review beberapa jurnal menyatakan *foodchoice* pada remaja dapat membentuk dampak negatif maupun positif pada kesehatan. Terdapat perubahan keputusan remaja dalam mengkonsumsi makanan yang sehat dan tidak sehat di masa pandemi COVID-19, hal ini di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ialah media periklanan di media sosial, harga produk pangan, jangkauan terhadap pangan yang terbatas, rasa bosan dan kesadaran remaja terhadap gaya hidup sehat. Keputusan konsumsi makan pada remaja pasca pandemi COVID-19 berujung pada kesehatan remaja, konsumsi makanan tidak sehat menyebabkan terjadinya penyakit kardiovaskular, sedangkan konsumsi makanan sehat menyebabkan pola hidup remaja lebih sehat dan terhindar dari masalah kesehatan. Dimasa pandemi ini terjadi perubahan pemilihan makanan terhadap remaja, terlihat dari banyaknya faktor yang mempengaruhi *food choice* pada remaja pasca pandemi COVID-19 yaitu faktor pengetahuan dan kesadaran remaja, ketersediaan pangan di masa *lock-down*, media sosial dan faktor emosional pada remaja.

Kata Kunci : Pemilihan Makanan, Remaja, COVID-19

Abstract

The world is hit by an outbreak of a virus called COVID-19 until now it is still the main focus of health problems that need to be resolved from every country in the world. Health problems that occur affect food choice in every age group, including teenagers. The purpose of writing this scientific article is to examine related factors that affect food choice in adolescents after the COVID-19 pandemic. The method used in writing this research is a literature review study, which analyzes and collects research articles regarding food choice factors in adolescents after the COVID-19 pandemic. Most teenagers have been able to choose what food they want to consume, in contrast to childhood, their parents need to be guided in consuming food. Based on the result of a review of several journals, it is stated that foodchoice in adolescents can form a negative or positive impact on health. There is a change in adolescent decisions in consuming healthy and unhealthy food during the COVID-19 pandemic, this is influenced by several factors including advertising media on social media, food product prices, limited food reach, boredom and adolescent awareness of healthy lifestyle. The decision to eat food in adolescents after the COVID-19 pandemics leads to adolescent health, consumption of unhealthy food causes cardiovascular disease, while the consumption of healthy food causes a healthier lifestyle for adolescents and avoids health problems. During this pandemic there was a change in food choices for adolescents, as seen from the many factors that influence food choice in adolescents after the COVID-19 pandemic, namely the knowledge and awareness of adolescents, food availability during the lock-down period, social media and emotional factors in adolescents.

Keyword : Food Choice, Adolescent, COVID-19.

Korespondensi : Amaizing Evangelin Pua

Email : graceamey.eve@gmail.com

PENDAHULUAN

Awal tahun 2020 dunia dilanda wabah virus yang hingga saat ini belum terselesaikan dengan merata. Masalah kesehatan yang baru muncul pada awal tahun 2020 ini dikenal dengan COVID-19. Organisasi kesehatan *World Health Organization* (WHO) menetapkan bahwa COVID-19 adalah sebagai pandemi, hal ini dinyatakan karena terjadinya penyebaran pesat yang ditandai dengan penambahan jumlah kasus setiap harinya(1). Upaya *lockdown* dilakukan di beberapa negara, di Indonesia sendiri upaya yang dilakukan untuk mencegah penyebaran kasus COVID-19 yaitu penerapan protokol kesehatan yang saat ini telah di atur dalam peraturan pemerintah dan undang-undang guna memutuskan mata rantai penyebaran COVID-19, Pemerintah juga melakukan upaya lainnya seperti Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB)(2). Kondisi ini menyebabkan perubahan terhadap kebiasaan masyarakat, seperti pembatasan aktivitas perdagangan yang membuat rutinitas belanja dan pola kebiasaan makan berubah.

Rantai pasokan makanan dan akses terhadap makanan yang terbatas akibat COVID-19 menyebabkan terjadinya pemilihan makanan (*food choice*) bagi setiap kalangan usia, tak terkecuali pada remaja. Remaja rentan terhadap perubahan status gizi. Masa remaja yang tidak diimbangi dengan konsumsi gizi seimbang akan mengakibatkan defisiensi relatif (3). Menurut data Riskesdas 2018, Prevalensi status gizi (IMT/U) remaja dengan rentan usia 13-15 tahun yaitu sangat kurus 1,9%, kurus 6,7%, normal 73,2%, gemuk 12,3%, dan obesitas 5,9%. Sedangkan pada remaja dengan usia 16-18 tahun yaitu sangat kurus 1,6%, kurus 7,1%, normal 75,9%, gemuk 10,7% dan obesitas 4,8% (4). Masalah kesehatan yang timbul pada remaja disebabkan oleh konsumsi makanan yang kurang baik, hal tersebut dipengaruhi oleh perilaku makan. Seperti pada data Riskesdas 2018 yang menunjukkan tingginya prevalensi remaja dengan status gizi obesitas dan status gizi remaja yang kurus, hal ini dapat dipengaruhi oleh perilaku makan. Perilaku makan pada remaja berkaitan dengan *food choice*.

Perubahan gaya hidup terutama dalam hal *foodchoice* dalam kondisi tertentu sering terjadi, seperti halnya pandemik COVID-19 yang saat ini terjadi akhirnya mempengaruhi *foodchoice* pada seluruh kalangan di belahan dunia. Dalam hal ini perubahan yang terjadi dapat menyebabkan keuntungan maupun kerugian(5). Stress yang semakin meningkat karena COVID-19 menyebabkan beberapa orang lebih mengkonsumsi makanan lebih banyak dari biasaya. Ancaman COVID-19 akhirnya mengajak untuk setiap individu mementingkan kesehatan yang didukung dengan olahraga maupun makanan yang sehat guna meningkatkan sistem kekebalan tubuh agar terhindar dari COVID-19. Trend *social media* mulai bermunculan mulai dari macam olahraga ringan untuk meningkatkan kekebalan tubuh hingga macam-macam makanan sehat yang dapat dikonsumsi guna menjaga kekebalan tubuh. *Foodchoice* pada individu pun terpengaruh dengan adanya trend pada *social media* yang mengajak masyarakatnya untuk hidup sehat. Hal ini di buktikan oleh perusahaan intelijen pasar FMCG Gurus menunjukkan hasil survei di Eropa bahwa 72% orang lebih memilih makanan yang lebih sehat karena pengalaman COVID-19, kemudian berdasarkan survei dinyatakan bahwa konsumen lebih cenderung memilih bahan yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan menjadik lebih aktif secara fisik. Namun pada dasarnya tidak semua orang memulai diet sehat selama pandemic, hal ini di dukung oleh studi Pusat Nutrisi di Belanda menunjukkan masih banyak responden mengatakan bahwa konsumsi makanan ringan dan makanan cepat saji serta minuman alkohol lebih baik karena dapat mengurangi rasa bosan(6).

Saat ini Indonesia masih menjadi negara yang terdampak pandemik COVID-19, peraturan untuk menutup tempat yang berpotensi menyebabkan kerumunan serta penerapan PSBB merupakan peraturan yang terus diberlakukan oleh pemerintah di Indonesia, hal ini mempengaruhi akses pangan dan ketersediaan pangan di Indonesia (7). *Food choice* pada remaja berhubungan dengan akses pangan dan ketersediaan pangan yang terjadi. Faktor *food choice* pada remaja ialah media periklanan di media sosial, harga produk pangan, jangkauan terhadap pangan yang terbatas dan kesadaran remaja terhadap gaya hidup sehat. Faktor media periklanan mempengaruhi *food choice* pada remaja karena remaja saat ini merupakan pengguna aktif media sosial terbanyak. Faktor harga yang terjangkau juga memiliki pengaruh *food choice* pada remaja, hal ini dilihat dari rata-rata remaja belum memiliki perekonomian yang stabil. Faktor jangkauan terhadap pangan yang terbatas, pemberlakuan PSBB dimasa pandemik COVID-19 berdampak pada pembatasan jam operasional disetiap tempat makan dan membuat remaja sulit menjangkau pangan dilingkungan sekitar karena banyaknya tempat makan yang tutup. Faktor kesadaran remaja terhadap hidup sehat, masa pandemik COVID-19 yang melanda Indonesia membuat pola pikir hidup bersih dan sehat menjadi acuan utama untuk menjaga imunitas tubuh yang dapat mengurangi resiko paparan virus COVID-19(8).

Food choice yang cenderung dipengaruhi lingkungan sekitar berdampak pada status gizi remaja. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menguntungkan banyak pihak khususnya remaja dalam kesadaran *food choice* guna mengurangi tingkat status gizi kegemukan ataupun kekurangan berat badan. Apabila penelitian ini diterbitkan dalam publikasi jurnal maka dapat menjadi informasi bagi masyarakat dan kepada pemerintah terkait kebijakan dan perencanaan program remaja di masa pandemik.

METODE

Small Research dilaksanakan pada bulan September 2021 hingga bulan November 2021 secara daring di tempat tinggal mahasiswa yang meneliti di Kota Salatiga. Data yang diambil menggunakan data sekunder yang bersumber dari jurnal dan buku internasional dan nasional melalui beberapa data base di internet.

Metode yang digunakan pada penulisan penelitian ini adalah *literature review*, yaitu suatu bahan penelitian yang dijadikan sebagai landasan atau acuan pada kegiatan penelitian. Menggunakan metode *Literature Review* yang menganalisis dan mengumpulkan bahan penelitian mengenai faktor *food choice* pada remaja pasca pandemik COVID-19. Database yang digunakan yaitu *Google Scholar*, *Reserachgate*, *Directory of Open Access Journal (DOAJ)*, *ScienceDirect*. Pada keempat database menggunakan kata kunci "*food choice* pada remaja dimasa pandemik COVID-19". Terdapat 5 jurnal dari *Google Scholar*, 2 jurnal dari *Reserachgate*, 1 dari *Directory of Open Access Journal (DOAJ)*, dan 1 jurnal dari *ScienceDirect*. Jurnal yang diperoleh melalui 2 tahapan *screening*, yaitu yang pertama melihat berdasarkan judul dan abstrak kemudian *screening* kedua melihat keseluruhan jurnal dari bagian latar belakang hingga hasil yang diperoleh pada jurnal tersebut. Adapun luaran yang dari penulisan artikel ilmiah ini ialah publikasi jurnal nasional.

Tabel 1 Screening Artikel

Judul	Penulis	Metode
Faktor yang Berhubungan dengan Keragaman Konsumsi Sayuran dan Buah Remaja di Wilayah Pesisir Kabupaten Gresik	Anggita Kurnia Ramadhani dan Choirul Anna N. Afifah. 2021, 1(2)	<i>Cross-sectional study</i>
Perilaku Makan Mahasiswa Pendidikan Dokter di Masa Pandemi 9COVID-1.	Alisha Milenia Utami, dkk. 2021, 8 (3)	<i>Cross-sectional design</i>
<i>Population-Based Study of the changes in the Food Choice Determinants of Secondary School Students : Polish Adolescents COVID-19 Experience.</i>	Dominika Glabska, Dominika Skolmowska, Dominika Guzek. 2020. 12(9)	<i>Cross-sectional design</i>
Pola Konsumsi Makan Remaja di Masa Pandemi COVID-19	Maya Amaliah, dkk. 2021. 10(1)	Kuantitatif deskriptif, dengan kuisioner melalui angket dibagikan secara online.
Preferensi dan Ketersediaan Terhadap Konsumsi Sayur, Buah dan Suplemen pada Remaja di Jakarta saat Masa Pandemi COVID-19	Dearly Ayu Zahrotun Haq. 2021.	<i>Cross-sectional study</i>
<i>Changes in Food Consumption During the COVID-19 Pandemic : Analysis of Consumer Survey Data From the First Lockdown Period in Denmark, Germany, and Slovenia</i>	Meike Janssen, et al. 2021.	<i>Multinomial regression analysis.</i>
<i>Effect of the COVID-19 Pandemic on Eating Habits and Purchasing Behaviors of University Students</i>	Hacı Ömer Yılmaz, Ramazan Aslan, Cihan Unal. 2020. 15(3)	<i>Cross-sectional design</i>
<i>The Food Choices of US University Students during COVID-19</i>	Patricia K. Powell et al. 2021.	<i>Cross-sectional</i>
Persepsi dan Pola Konsumsi Remaja Selama Pandemi COVID-19	Wiwin Efrizal. 2020. 5(2).	<i>Cross-sectional study</i>

HASIL DAN PEMBAHASAN

Foodchoice mempengaruhi dua hal utama yaitu aktivitas didalam rumah dan menimbun makanan yang disebabkan oleh PSBB seperti terbatasnya berbelanja bahan makanan seperti biasanya. Gangguan dari rutinitas belajar secara online dan tidak berinteraksi dengan teman sebaya menyebabkan kebosanan yang pada akhirnya dikaitkan dengan asupan energi yang besar (9). Selain kebosanan yang melanda, membaca dan mendengarkan berita terkait COVID-19 dari media dapat menyebabkan stress dan stress memicu konsumsi makan yang berlebih terutama makanan yang menenangkan seperti makanan dengan kandungan gula yang tinggi. *Foodchoice* yang terjadi akibat hal ini dapat mempengaruhi kesehatan pada remaja, konsumsi gula artinya mengkonsumsi karbohidrat yang kompleks yang dapat menyebabkan resiko obesitas dan penyakit kardiovaskular (10). Namun terdapat hal positif dari kejadian *foodchoice* saat pandemik COVID-19 pada remaja, trend hidup sehat yang menyebar di social media, membuat beberapa remaja lebih terpacu untuk mengkonsumsi makanan sehat untuk menghindari COVID-19, serta tersedianya aplikasi online yang mempermudah remaja menggapai makanan sehat dengan mudah(11).

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian milik Anggita Kurnia, dkk (2021) (12) yang berjudul “Faktor yang Berhubungan dengan Keragaman Konsumsi Sayuran dan Buah Remaja di Wilayah Pesisir Kabupaten Gresik” menunjukkan bahwa terdapat faktor yang memiliki hubungan dengan jumlah seringnya mengkonsumsi sayuran dan juga buah pada remaja, faktor yang dimaksud yaitu meliputi peran orang tua, keterpaparan media, pengetahuan dan juga perilaku konsumsi. Faktor-faktor yang menyebabkan *food choice* pada remaja terhadap sayuran dan buah-buahan kebanyakan merupakan faktor internal yaitu melibatkan diri sendiri bukan berasal di luar dari pada individu itu sendiri. berdasarkan penelitian Anggita dkk, (2021) (12) menyatakan preferensi atau kesukaan terdapat 52% remaja dengan faktor penentu dalam kesukaan konsumsi buah dan sayuran tergantung pada aroma, tekstur, rasa dan tampilan.

Pada hasil penelitian Dearly A. Z (2021) (13) yang berjudul “Preferensi dan Ketersediaan Terhadap Konsumsi Sayur, Buah dan Suplemen pada Remaja di Jakarta di Masa Pandemi COVID-19” menjelaskan bahwa pemilihan makan pada remaja sering terjadi terutama dalam pemilihan buah dan sayuran. Masa remaja kebanyakan sadar akan pentingnya konsumsi buah dan sayuran, terutama di masa pandemik COVID-19 kesadaran akan konsumsi makanan sehat yaitu buah dan sayuran meningkat. Hal tersebut dapat terjadi karena masa COVID-19 menuntut masyarakat tak terkecuali pada kalangan remaja untuk beradaptasi dengan cepat serta mampu bertahan di tengah pandemi, berupaya untuk tidak melewatkan waktu makan agar tubuh tetap sehat dan tidak mudah terserang oleh penyakit. Salah satu faktor yang mempengaruhi *food choice* pada remaja dalam pemilihan buah dan sayuran ialah faktor kesadaran akan kesehatan, hasil penelitian Dearly (2021) (13) menunjukkan 84% responden yang diteliti lebih memilih mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan lebih sering di masa pandemik COVID-19 dibanding sebelumnya. Faktor lainnya seperti ‘rasa yang kurang enak’ juga mempengaruhi *food choice* pada remaja menurut penelitian Dearly (2021) (13). Pengetahuan yang didukung dengan kesadaran dapat membuat seseorang terdorong mengkonsumsi sayuran dan buah yang beragam.

Food choice pada remaja yang sedang menempuh pendidikan dinilai sering terjadi, karena pengaruh yang didapati dari lingkungan kalangan seumurannya dan juga faktor remaja yang merantau keluar kota dalam menjalankan pendidikannya. Hal ini sesuai dengan penelitian Dominika Glabska (2020) (14) yang berjudul “*Population-Based Study of the Changes in the Food Choice Determinants of Secondary School Students : Polish Adolescents COVID-19 Experience*” menyatakan bahwa faktor pada remaja SMA di Polandia dalam *food choice* salah satunya adalah suasana hati. Sebelum dan selama COVID-19 terlihat suasana hati para remaja SMA di Polandia berubah menjadi meningkat karena terjadinya pandemik maka remaja SMA yang dialihkan pembelajarannya menjadi sistem *online* mengubah suasana hati dan menimbulkan *food choice* pada remaja. Remaja lebih memilih banyak mengkonsumsi jajanan setelah COVID-19 melanda dibanding sebelum masa pandemik COVID-19. Pada penelitian Alisha M. Utami (2021) (15) yang berjudul “Perilaku Makan Mahasiswa Pendidikan Dokter di Masa Pandemi COVID-19” menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran yang terdampak pandemik COVID-19, yang tidak tinggal bersama dengan orang tua dan diberikan uang saku lebih memiliki *food choice* yang beragam berbeda dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tuanya.

Ketersediaan atau terjangkaunya pangan terhadap remaja juga merupakan salah satu faktor *food choice* pada remaja pasca pandemik COVID-19, dapat dilihat dari penelitian Patricia K Powell (2021) (16) yang berjudul “*The Food Choices of US University Students during COVID-19*” menyatakan bahwa *food choice* pada mahasiswa di Amerika Serikat berubah secara signifikan semenjak terjadinya pandemi COVID-19, pandemik yang mempengaruhi keadaan ketersediaan pangan di rumah masing-masing mahasiswa di AS, keluarga akhirnya lebih memilih untuk membeli bahan makanan yang tidak mudah rusak karena ketidakmampuan untuk berpergian ke toko. Hal ini kemudian berdampak pada remaja yang dirumahnya mengalami keterbatasan ketersediaan makanan segar dan mengakibatkan konsumsi makanan yang tidak

mudah rusak seperti sarden, mie instan lebih meningkat. Bagi mahasiswa yang tidak tinggal bersama keluarga lebih memilih konsumsi makanan cepat saji karena terbatasnya bahan makanan di toko. Faktor ketersediaan bahan pangan menjadi salah satu *food choice* yang terjadi pada remaja yang merupakan mahasiswa di AS. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian Hacı Ömer (2020) (17) yang berjudul “*Effect of the COVID-19 Pandemic on Eating Habits and Purchasing Behaviors of University Students*” menyatakan mahasiswa di Turki yang merupakan remaja terjadi peningkatan jumlah makan dan jajanan selama masa pandemik COVID-19 dibandingkan dengan sebelumnya. Hal ini dipengaruhi oleh faktor media periklanan yang dialami oleh mahasiswa di Turki, iklan yang di tampilkan di media sosial terkait promo menarik yang disediakan membuat *food choice* pada mahasiswa di Turki mengkonsumsi variasi makanan berdasarkan iklan yang ditampilkan di media.

Pentingnya menjaga imun dimasa COVID-19 agar tidak terpapar virus bisa melalui konsumsi makanan yang sehat dan bersih, remaja perlu sadar akan makanan yang dikonsumsi guna menjaga daya tahan tubuh. Hal ini sesuai pada penelitian Maya Amaliah (2021) (18) yang berjudul “Pola Konsumsi Makan Remaja di Masa Pandemi COVID-19” menyatakan *food choice* pada remaja yang menjadi responden dimasa pandemik COVID-19 dipengaruhi oleh faktor kesadaran akan konsumsi makanan sehat dan pengetahuan tentang pentingnya menjaga imun tubuh disaat pandemik COVID-19. Responden memilih makanan sehat ketimbang makanan yang tidak sehat, pengaruh berita dan kasus COVID-19 membuat remaja sebagai responden sadar akan pentingnya hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan sehat. Pada penelitian Wiwin Efrizal (2020) (19) yang berjudul “Persepsi dan Pola Konsumsi Remaja Selama Pandemi COVID-19” menyatakan *Food choice* terkait makanan sehat seperti membeli dan memasak makanan dirumah dinilai lebih higienis dibandingkan dengan konsumsi makanan luar yang tidak diketahui pengolahan pastinya. Terdapat 37,9% remaja merubah pola konsumsi hal ini di pengaruhi oleh faktor stress yang mempengaruhi *food choice* pada remaja.

Penelitian Meike Janssen (2021) (20) yang berjudul “*Changes in Food Consumption During the COVID-19 Pandemic : Analysis of Consumer Survey Data From the First Lockdown Period in Denmark, Germany, and Slovenia*” meneliti remaja di wilayah Spanyol, Italia, Kolombia, Chili dan Brasil saat terjadi pandemik COVID-19 di beberapa negara ini terjadi *food choice* pada remaja. Remaja yang merasakan *lock-down* sehingga hanya tinggal dirumah bersama keluarga tidak bisa memilih makanan seperti sebelum terjadi COVID-19, *food choice* pada remaja di beberapa negara ini akhirnya terbatas. Remaja hanya bisa memilih makanan yang tersedia di kulkas dan apa yang di masak orang tuanya. Ketersediaan pangan menjadi salah satu faktornya, *panic buying* yang melanda beberapa kota ini membuat beberapa keluarga diantaranya menyetok makanan lebih banyak namun tetap mengkonsumsi dengan sewajarnya mengingat diberlakukannya *lock-down*. Terjadi peningkatan konsumsi makanan manis sekitar 20,7% pada remaja, hal ini dinyatakan faktor *food choice* pada remaja dipengaruhi oleh *lock-down* atau kurungan dirumah yang membuat para remaja memilih untuk konsumsi cemilan manis karena dapat menghilangkan stress dan kebosanan pada remaja. Hal ini terkait dengan asupan kalori yang tinggi dan dapat meningkatkan resiko obesitas pada remaja. Obesitas dan *overweight* berdampak buruk pada tubuh, obesitas dan *overweight* merupakan salah satu masalah kesehatan yang beresiko tinggi COVID-19 dan dapat menyebabkan komplikasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan 9 jurnal yang di review kembali mengenai *food choice* pada remaja terlihat bahwa terdapat faktor-faktor utama yang mempengaruhi *food choice* pada remaja di masa pandemik COVID-19. Faktor-faktor yang dimaksud meliputi faktor pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya menjaga imunitas tubuh dimasa pandemik COVID-19 bahkan setelah pandemik berakhir, faktor ketersediaan dan keterjangkauan pangan pada remaja yang tinggal dengan keluarga dalam perlakuan *lock-down*, faktor periklanan di media sosial yang

menawarkan berbagai jenis varian baru dan promo yang menarik perhatian remaja dalam mengkonsumsi menu baru, serta faktor kesenangan mengkonsumsi makanan guna menghilangkan stress dan kebosanan dimasa pandemik, remaja cenderung meningkatkan konsumsi cemilan guna mengurangi stress dan rasa bosan karena terus-menerus beraktifitas didalam rumah. Faktor yang mempengaruhi *food choice* pada remaja pasca pandemik COVID-19 perlu lebih diperhatikan karena hal ini berdampak dengan kesehatan remaja. Kesehatan perlu diperhatikan sejak masa remaja, hal ini dikarenakan penyakit tidak menular bukan hanya menyerang orang dewasa namun remaja juga bisa terserang penyakit tidak menular jika tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Naming Corona virus Disease (COVID-19) and the Virus that Causes It. 2020;
2. Keputusan Presiden RI no. 12 tahun 2020. tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) sebagai Bencana Alam. Kementerian Sekretariat Negara RI. 2020;
3. Magdalena I. Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan. 1.ed. yogyakarta : Pustaka Baru Press; 2017.
4. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018 (Balitbangkes). 2018.
5. di Renzo L, Gualtieri P, Pivari F, Soldati L, Attinà A, Cinelli G, et al. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *Journal of Translational Medicine*. 2020 Jun 8;18(1).
6. Poelman MP, Gillebaart M, Schlinkert C, Dijkstra SC, Derksen E, Mensink F, et al. Eating behavior and food purchases during the COVID-19 lockdown: A cross-sectional study among adults in the Netherlands. *Appetite*. 2021 Feb 1;157. 4529-16909-1-PB (1).
7. Marques de Miranda D, da Silva Athanasio B, Sena Oliveira AC, Simoes-e-Silva AC. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? Vol. 51, *International Journal of Disaster Risk Reduction*. Elsevier Ltd; 2020.
9. Bracale R, Vaccaro CM. Changes in food choice following restrictive measures due to Covid-19. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*. 2020 Aug 28;30(9):1423–6.
10. Phillipou A, Meyer D, Neill E, Tan EJ, Toh WL, van Rheenen TE, et al. Eating and exercise behaviors in eating disorders and the general population during the COVID-19 pandemic in Australia: Initial results from the COLLATE project. *International Journal of Eating Disorders*. 2020 Jul 1;53(7):1158–65.
11. Dieny FF, Jauharany FF, Tsani AFA, Nissa C. Perilaku makan sebelum dan selama pandemi covid-19 pada kelompok remaja dan dewasa di Indonesia. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*. 2021 Nov 30;6(2):128.
12. Yang Berhubungan F, Sayuran KK, Buah D, Di R, Pesisir W, Ramadhani AK, et al. Volume 1-No. 2-Agustus 2021 Kabupaten Gresik Factors Related To Diversity Vegetable and Fruit Consumption in Adolescents at The Coastal Area of Gresik District. I14160086_Dearly Ayu Zahrotun Haq (2).
14. Głąbska D, Skolmowska D, Guzek D. Population-based study of the changes in the food choice determinants of secondary school students: Polish adolescents' COVID-19 experience (place-19) study. *Nutrients*. 2020 Sep 1;12(9):1–15.
15. Alisha Milenia Utami, Ardesy Melizah K, Dewi R Ayu, Syarif Husin, Iche A Liberty. Perilaku Makan Mahasiswa Pendidikan Dokter di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal*

- Kedokteran dan Kesehatan . Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, Publikasi : Ilmiah Fakultas Kedokteran. 2021;8(3).
16. Powell PK, Lawler S, Durham J, Cullerton K. The food choices of US university students during COVID-19. *Appetite*. 2021 Jun 1;161.
 17. Yılmaz HÖ, Aslan R, Unal C. Effect of the COVID-19 pandemic on eating habits and food purchasing behaviors of university students. *Kesmas*. 2020 Aug 1;15(3):154–9.
 18. Amaliyah M, Dewi Soeyono R, Nurlaela L, Kristiastuti D, Tata Boga P, Negeri Surabaya U, et al. JURNAL TATA BOGA POLA KONSUMSI MAKAN REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19. 2021;10(1):129–37. Available from: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/>
 19. Penelitian Biologi J, dan Mikrobiologi Z, Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung D. *Ekotonia: Wiwin Efrizal*. 2020;
 20. Janssen M, Chang BPI, Hristov H, Pravst I, Profeta A, Millard J. Changes in Food Consumption During the COVID-19 Pandemic: Analysis of Consumer Survey Data From the First Lockdown Period in Denmark, Germany, and Slovenia. *Frontiers in Nutrition*. 2021 Mar 8;8.