

“Overview of Social Media Access on Nutrition Messages and Nutritious Food Consumption Behavior among Adolescents in Bangunjiwo Sub-district, Kasihan, Bantul”

Vianney Chrestella Jacinda Aw¹, Slamet Iskandar², Siti Budi Utami³

^{1,2,3}Department of Nutrition Polytechnic of the Ministry of Health of Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293

Email : chrestellavianney@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adolescents are a vulnerable age group to the influence of social media, including information on diet and nutrition. Nutrition messages spread on social media have the potential to influence adolescents' food consumption behavior, both positively and negatively. This study aims to describe social media access to nutrition messages and its relationship with nutritious food consumption behavior among adolescents in Bangunjiwo sub-district.

Methods: This study used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 67 adolescents aged 12-18 years who were selected using the Lemeshow formula. Data were collected through questionnaires and analyzed univariately to see the frequency distribution and percentage of each variable.

Results: The results showed that the majority of adolescents (77.6%) had a high level of social media access on nutrition messages. Most respondents (77.6%) also had nutritious food consumption behavior in the moderate category, while only 11.9% showed good consumption behavior.

Conclusion: Although access to social media about nutrition messages is high, it is not fully followed by good food consumption behavior. A more in-depth educational approach through social media is needed so that the information obtained is truly internalized into healthy eating habits.

Keywords: Social media, nutrition messages, consumption behavior, nutritious food, adolescents.

“Gambaran Akses Media Sosial Tentang Pesan Gizi dan Perilaku Konsumsi Makanan Bergizi Pada Remaja di Kalurahan Bangunjiwo, Kasihan, Bantul”

Vianney Chrestella Jacinda Aw¹, Slamet Iskandar², Siti Budi Utami³
^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : chrestellavianney@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh media sosial, termasuk informasi mengenai pola makan dan gizi. Pesan-pesan gizi yang tersebar di media sosial berpotensi mempengaruhi perilaku konsumsi makanan remaja, baik secara positif maupun negatif. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan akses media sosial tentang pesan gizi dan kaitannya dengan perilaku konsumsi makanan bergizi pada remaja di Kalurahan Bangunjiwo.

Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel terdapat 67 remaja berusia 12–18 tahun yang dihitung menggunakan rumus Lemeshow. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja (77,6%) memiliki tingkat akses media sosial tentang pesan gizi yang tinggi. Sebagian besar responden (77,6%) juga memiliki perilaku konsumsi makanan bergizi dalam kategori cukup, sementara hanya 11,9% yang menunjukkan perilaku konsumsi yang baik.

Kesimpulan: Meskipun akses terhadap media sosial tentang pesan gizi tergolong tinggi, namun hal tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh perilaku konsumsi makanan yang baik. Diperlukan pendekatan edukatif yang lebih mendalam melalui media sosial agar informasi yang diperoleh benar-benar diinternalisasi menjadi kebiasaan makan sehat.

Kata Kunci: Media sosial, pesan gizi, perilaku konsumsi, makanan bergizi, remaja