

## ABSTRAK

Adriana Lucky

### **HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMP YAYASAN MARYAM SURABAYA**

1x 53 Halaman + 13 Tabel + 11 Lampiran

Perkembangan teknologi dan informasi telah menjadikan media sosial sebagai bagian dari kehidupan remaja. Media sosial berperan dalam membentuk preferensi makanan melalui konten visual yang menarik, yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan, baik secara positif maupun negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan media sosial dengan perilaku pemilihan makanan bergizi seimbang pada siswa SMP Yayasan Maryam Surabaya.

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 139 siswa yang diambil menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *kuesioner penggunaan media sosial dan Food Choice Questionnaire (FCQ)*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa aktif menggunakan media sosial dan sebagian besar berada dalam kategori kurang baik dalam perilaku pemilihan makanan gizi seimbang. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku pemilihan makanan bergizi seimbang ( $p < 0,05$ ). Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan penggunaan media sosial dengan perilaku pemilihan makanan pada remaja. Diperlukan upaya edukasi dan pemanfaatan media sosial sebagai sarana promosi gizi seimbang yang positif.

**Kata kunci** : *Media Sosial, Perilaku Pemilihan Makanan, Gizi Seimbang, Remaja, SMP*

Daftar Bacaan: 44 (2011-2025)

## ABSTRACT

**Adriana Lucky**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA USE AND BALANCED NUTRITIONAL FOOD SELECTION BEHAVIOR IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS OF YAYASAN MARYAM SURABAYA***

***1x 53 Pages + 13 Tables + 11 Appendices***

*The development of technology and information has made social media a part of adolescent life. Social media plays a role in shaping food preferences through engaging visual content, which can influence food consumption behavior, both positively and negatively. This study aims to determine the relationship between the use of social media and the behavior of choosing balanced nutritious food in junior high school students of Yayasan Maryam Surabaya.*

*This study used an analytical design with a cross-sectional approach. The research sample amounted to 139 students who were taken using the proportional random sampling technique. The instruments used were a questionnaire on social media use and the Food Choice Questionnaire (FCQ). Data analysis was carried out using the Spearman correlation test.*

*The results showed that most of the students were active in using social media and most were in the poor category in the behavior of choosing balanced nutritional foods. Statistical tests showed a significant relationship between the intensity of social media use and balanced nutritional food selection behavior ( $p < 0.05$ ). This study shows a relationship between social media use and food selection behavior in adolescents. Educational efforts and the use of social media as a means of promoting positive balanced nutrition are needed.*

***Keywords:*** *Social Media, Food Selection Behavior, Balanced Nutrition, Adolescents, Junior High School*

*Reading List: 44 (2011-2025)*