

Pola Konsumsi Pangan dan Hubungan Status Gizi pada Mahasiswa: Studi Literatur

Dhea Kасnelia Putri ¹, Resti Fevria^{1*} Annisa Fitri Humaira ¹, Elisa Suryani ¹, Syerina
Febriani ¹

¹Departemen Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang,
Sumatera Barat

*Corresponding author: restifevria@fmipa.unp.ac.id

ABSTRACT

Dietary consumption patterns are closely related to nutritional status, which is a crucial indicator of an individual's health. University students, as a group vulnerable to changes in eating habits due to lifestyle and academic pressure, are often at risk of nutritional imbalances. This study aims to analyze the dietary consumption patterns of university students and their relationship with nutritional status using a literature review method. The analysis was conducted on various relevant articles and scientific journals, complemented by evaluations and discussions of similar studies. The results show that irregular or unhealthy eating patterns, such as low consumption of balanced nutritious foods, contribute to nutritional problems, including undernutrition and overnutrition. This study highlights the importance of nutrition education for students to promote healthy eating habits. Health promotion programs within campus environments are expected to support efforts to prevent nutritional problems and enhance students' overall health quality.

Keywords: *dietary consumption patterns, nutritional status, university students.*

ABSTRAK

Pola konsumsi pangan memiliki hubungan erat dengan status gizi, yang menjadi indikator penting dalam menentukan kesehatan seseorang. Mahasiswa, sebagai kelompok yang rentan terhadap perubahan pola konsumsi akibat gaya hidup dan tekanan akademik, sering kali menghadapi risiko ketidakseimbangan gizi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pola konsumsi pangan mahasiswa dan kaitannya dengan status gizi menggunakan metode literature review. Analisis dilakukan terhadap berbagai artikel dan jurnal ilmiah relevan, dilengkapi evaluasi dan diskusi dari penelitian serupa. Hasil menunjukkan bahwa pola konsumsi yang tidak teratur atau tidak sehat, seperti rendahnya konsumsi makanan bergizi seimbang, berkontribusi pada masalah gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan gizi. Penelitian ini menekankan pentingnya edukasi gizi bagi mahasiswa untuk meningkatkan pola makan yang sehat. Program promosi kesehatan di lingkungan kampus diharapkan dapat mendukung upaya pencegahan masalah gizi dan meningkatkan kualitas kesehatan mahasiswa secara menyeluruh.

Kata kunci: Pola konsumsi, Pangan, Status Gizi, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan indikator yang menggambarkan sejauh mana kebutuhan tubuh terhadap energi dan zat gizi tercukupi melalui asupan makanan sehari-hari. Kondisi ini berpengaruh langsung terhadap fungsi fisik seseorang (Suhardjo, 2008). Ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhan tubuh dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Kekurangan gizi dapat meningkatkan kerentanannya terhadap penyakit infeksi, sementara kelebihan gizi dan obesitas berisiko menyebabkan penyakit degeneratif, seperti diabetes dan hipertensi (Ribeiro, 2014). Status gizi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh, mendukung pertumbuhan anak-anak, serta membantu prestasi bagi atlet profesional.

Remaja merupakan fase perkembangan antara pubertas dan kedewasaan penuh, yang umumnya terjadi pada usia 10 hingga 21 tahun. Pada masa ini, terjadi perkembangan fisik yang signifikan, yang mengubah tubuh dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Remaja dibagi dalam tiga periode perkembangan, yaitu remaja awal (10-14 tahun), remaja pertengahan (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Mahasiswa yang berada dalam rentang usia 17 hingga 22 tahun termasuk dalam kategori remaja (Indrawagita, 2009).

Pola konsumsi pangan merupakan faktor utama yang memengaruhi status gizi mahasiswa. Pada masa transisi menuju kemandirian, mahasiswa sering menghadapi tantangan untuk menjaga pola makan yang sehat. Kesibukan akademik yang padat, anggaran terbatas, dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang menjadi kendala utama. Pola makan yang tidak teratur, seperti melewatkan sarapan, menggantikan makanan utama dengan camilan, atau konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan, dapat meningkatkan risiko masalah gizi, seperti kekurangan mikronutrien, obesitas, dan penyakit tidak menular (Juliana et al., 2023; Rahman et al., 2020; Cholidah et al., 2020).

Selain itu, stres akibat tekanan akademik dapat memengaruhi kebiasaan makan mahasiswa. Beberapa mahasiswa merespons stres dengan makan berlebihan, sementara yang lain justru mengurangi asupan makanannya. Kedua pola makan yang tidak sehat ini berpotensi memengaruhi status gizi mereka secara negatif (Juliana et al., 2023). Penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa sering kali membuat keputusan mengenai konsumsi makanan tanpa mempertimbangkan dampak kesehatan, melainkan lebih berfokus pada

pengelolaan berat badan tanpa memperhatikan aspek gizi yang seimbang (Angesti & Manikam, 2020).

Pola makan yang tidak sehat di kalangan mahasiswa dapat menjadi penyebab berbagai masalah gizi. Gan et al. (2019) menyatakan bahwa kebiasaan makan yang buruk berisiko menyebabkan kekurangan mikronutrien serta masalah berat badan, baik kekurangan maupun kelebihan. Konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan juga dapat menyebabkan obesitas dan berbagai komplikasi kesehatan lainnya (Cholidah et al., 2020). Penelitian oleh Yugharyanti et al. (2024) menunjukkan bahwa pengetahuan tentang pilihan makanan sehat dan pelatihan untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan makanan dapat berpengaruh pada keputusan mahasiswa dalam memilih dan mengonsumsi makanan bergizi.

Faktor sosial, pribadi, dan perilaku konsumen juga berperan penting dalam keputusan pembelian makanan bergizi. Penelitian oleh Hardcastle et al. (2015) menunjukkan bahwa meskipun faktor sosial dan perilaku konsumen tidak memiliki pengaruh signifikan secara individual, faktor pribadi justru berpengaruh positif terhadap keputusan memilih makanan bergizi. Ketika diuji secara simultan, ketiga faktor tersebut terbukti memengaruhi keputusan pembelian makanan bergizi secara signifikan.

Kajian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola konsumsi pangan dan status gizi mahasiswa berdasarkan tinjauan literatur. Pemahaman yang lebih dalam mengenai pola konsumsi pangan dan dampaknya terhadap status gizi diharapkan dapat menjadi dasar bagi upaya untuk merumuskan strategi yang efektif dalam meningkatkan status gizi mahasiswa secara menyeluruh.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah tinjauan pustaka (*literature review*). Tinjauan pustaka adalah suatu pendekatan penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mengevaluasi berbagai penelitian yang relevan dengan topik tertentu (Triandini dkk., 2019). Proses ini dilakukan melalui beberapa tahapan, dimulai dengan identifikasi dan analisis literatur, artikel, atau jurnal ilmiah yang berhubungan dengan topik yang diteliti, kemudian dilanjutkan dengan evaluasi dan diskusi terhadap hasil-hasil

penelitian sebelumnya yang sejenis. Pengumpulan literatur dalam penelitian ini dilakukan dengan memanfaatkan basis data Google Scholar, dengan menggunakan kata kunci yang relevan mengenai pola konsumsi pangan dan hubungannya dengan status gizi pada mahasiswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berbagai artikel yang telah dipilih dari database memfokuskan pada pola konsumsi pangan dan status gizi pada mahasiswa sebagai tema utama. Setelah melakukan pemeriksaan terhadap judul dan abstrak, lima artikel teridentifikasi sebagai relevan dan memenuhi kriteria inklusi untuk dilakukan sintesis kualitatif dan kuantitatif dalam kajian sistematis. Artikel-artikel yang terpilih merupakan penelitian empiris yang dilakukan dalam dekade terakhir, bukan sekedar ulasan literatur yang bersifat deskriptif. Secara keseluruhan, hasil dari kajian ini menegaskan bahwa pola konsumsi pangan yang tidak sehat di kalangan mahasiswa berpotensi menyebabkan berbagai masalah gizi, yang dapat memengaruhi kualitas hidup dan kesehatan mereka. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang gizi seimbang dan menyediakan dukungan yang tepat guna memperbaiki kebiasaan makan mereka. Data dari studi-studi yang dimasukkan dalam tinjauan tersebut dapat diringkas secara efektif dalam Tabel 1.

Tabel 1. Beberapa Perbedaan Pola Konsumsi Pangan dan Hubungan Status Gizi pada Mahasiswa

No .	Judul	Penulis/ Tahun	Hasil
1.	Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana	Charina <i>et al.</i> 2022	<p>Hasil pengamatan</p> <p>Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Gizi</p> <p>Sebagian besar mahasiswa mempunyai pola konsumsi yang kurang baik namun memiliki status gizi yang normal yaitu sebanyak 69 orang. Selain itu, terdapat 18 mahasiswa dengan pola konsumsi kurang baik yang memiliki status gizi obesitas, serta 7 mahasiswa dengan pola konsumsi kurang baik dan memiliki status gizi kurus. Hal ini menunjukkan bahwa pola konsumsi yang kurang baik memiliki pengaruh terhadap timbulnya masalah status gizi yaitu kurus dan obesitas seperti yang terdapat pada data diatas.</p>

Pola konsumsi yang kurang baik banyak didapatkan pada bahan makanan sumber karbohidrat dan protein, sedangkan pola konsumsi baik banyak didapatkan pada pola konsumsi lemak dan serat. Hasil uji statistik chi square diperoleh nilai tingkat signifikansi $p=0,263$ ($p>0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana.

2. Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin	Angesti dan Manikam, 2020	Hasil Pengamatan Berdasarkan hasil penelitian ini, dari 95 mahasiswa tingkat akhir, dapat dilihat hampir setengah dari total responden mengalami masalah gizi, di mana proporsi gizi lebih (29,5%) lebih tinggi dibandingkan dengan gizi kurang (15,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan masalah yang lebih besar dibandingkan dengan penelitian di Boswana yaitu 25,6% mahasiswa tingkat akhir mengalami gizi lebih. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa gizi lebih meningkat seiring dengan pertambahan umur dan tingkat studi. Mahasiswa akhir yang memiliki proporsi gizi lebih, jauh lebih banyak daripada tingkat dibawahnya. Adapun risiko bagi mahasiswa tingkat akhir untuk mengalami gizi lebih yaitu 1,6 kali lebih besar dibanding tingkat sebelumnya (Tapera, et al, 2017). Hal serupa terjadi pada penelitian di Ghana yaitu 21,8% mahasiswa tingkat akhir mengalami gizi lebih. Dibandingkan dengan tingkat lainnya, mahasiswa tingkat akhir dianggap lebih berisiko untuk mengalami gizi lebih. Hal ini disebabkan karena terdapat beberapa kebiasaan pola hidup seperti menghabiskan waktu lama di depan komputer untuk mengerjakan tugas, makan dengan porsi lebih banyak saat stres dan makan lebih banyak cemilan di antara waktu makan (Obikorang, 2017).
3. Hubungan Pengetahuan dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Kesehatan	Arieska dan Herdiani, 2020	Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Hal ini dapat dijelaskan bahwa semakin baik pola konsumsi makanan mahasiswa maka semakin besar kemungkinan untuk memiliki status gizi dengan kategori yang baik pula. Dari 30 mahasiswa yang memiliki pola konsumsi baik ternyata terdapat 27 responden dengan status gizi normal, 1 responden dengan status gizi gemuk, 1 responden dengan status

gizi gemuk ringan, dan status gizi kurus ringan sebanyak 1 responden. Dari 26 mahasiswa yang memiliki pola konsumsi cukup, terdapat 17 responden dengan status gizi normal, 5 responden yang memiliki status gizi gemuk ringan, dan 3 responden dengan status gizi gemuk berat, dan 1 responden memiliki status gizi kurus ringan. Sedangkan 23 mahasiswa yang memiliki pola konsumsi kurang, sebanyak 1 responden memiliki status gizi gemuk berat, 2 responden memiliki status gizi kurus berat, 3 responden memiliki status gizi gemuk ringan, 5 responden memiliki status gizi normal dan ada 12 responden memiliki status gizi kurus ringan. Status gizi seseorang dianalisis berdasarkan asupan gizi dan kemampuan tubuh dalam menyerap zat-zat gizi tersebut. Lingkungan sekitar juga perlu diperhatikan sebab factor ini juga mempengaruhi pola makan remaja. Remaja lebih memilih makanan dengan kandungan natrium dan lemak yang tinggi namun rendah vitamin dan juga mineral. Makanan snack (padat kalori) dan junk food merupakan makanan yang banyak disukai remaja dibanding dengan makanan pokok yang seimbang dan baik dikonsumsi harian. Hal ini menyebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan gizi secara optimal pada tubuh remaja.

4.	Hubungan Citra Tubuh (Body Image) dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Mahasiswi Tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang 2014 (KTI).	Putri, 2014	Hasil pengamatan Pola konsumsi pada mahasiswi dengan status gizi kurus sebanyak 20% kurang. Sedangkan pada mahasiswi yang gemuk sebanyak 6,7% pola konsumsi kurang. Dari uji statistik yang dilakukan dengan Chi Square diketahui nilai $p < \alpha 0,05$ (0,8). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola konsumsi dengan status gizi.
5.	Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung (Doctoral dissertation, Fakultas Teknik Unpas).	Florence, 2017	Hasil Pengamatan Terlihat bahwa semakin kurang baik pola konsumsi mahasiswa maka semakin besar kemungkinan untuk memiliki status gizi kurus. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gouado (2010) di Kamerun yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi. Penelitian lain di Amerika yang menyatakan ada hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi pada siswa remaja dengan total sampel sebanyak 48 responden

Pola konsumsi pangan dan hubungannya dengan status gizi pada mahasiswa merupakan topik yang sangat penting untuk dipahami, terutama mengingat masa studi yang penuh tantangan dan gaya hidup yang sering kali memengaruhi kebiasaan makan. Mahasiswa sering kali mengalami perubahan pola konsumsi pangan, yang bisa berdampak langsung pada status gizi mereka.

Pola Konsumsi Pangan pada Mahasiswa

Pola konsumsi pangan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti ketersediaan waktu, kebiasaan makan yang tidak teratur, tekanan akademik, gaya hidup yang cepat, dan pengelolaan keuangan. Beberapa kebiasaan makan yang umum ditemui di kalangan mahasiswa antara lain:

- **Konsumsi makanan cepat saji:** Makanan cepat saji sering menjadi pilihan utama karena kemudahan dan kecepatan penyajiannya, meskipun biasanya tidak seimbang dari sisi gizi.
- **Konsumsi makanan instan:** Makanan instan juga sering dikonsumsi mahasiswa karena praktis dan murah, tetapi cenderung rendah gizi dan tinggi garam serta lemak jenuh.
- **Frekuensi makan yang tidak teratur:** Banyak mahasiswa yang melewatkan waktu makan utama, seperti sarapan atau makan malam, karena jadwal kuliah yang padat atau kebiasaan begadang.

Hubungan Pola Konsumsi Pangan dengan Status Gizi

Pola konsumsi pangan yang tidak sehat dapat memengaruhi status gizi mahasiswa dalam berbagai cara. Berikut adalah beberapa contoh hubungan antara pola konsumsi pangan dengan status gizi mahasiswa:

- **Kekurangan gizi mikro:** Pola makan yang tidak seimbang, misalnya kurangnya konsumsi buah, sayur, atau produk pangan yang kaya akan vitamin dan mineral, dapat

menyebabkan kekurangan gizi mikro. Kekurangan ini bisa berpengaruh pada daya tahan tubuh, konsentrasi, dan kesehatan secara umum.

- **Obesitas dan kelebihan berat badan:** Konsumsi makanan tinggi kalori dan rendah gizi, seperti makanan cepat saji atau minuman manis, dapat menyebabkan peningkatan berat badan yang tidak sehat. Mahasiswa yang mengonsumsi makanan tersebut secara berlebihan berisiko mengalami obesitas, yang dapat memengaruhi kesehatan jangka panjang.
- **Gangguan kesehatan:** Pola makan yang buruk, seperti konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak jenuh, dapat meningkatkan risiko terkena penyakit jantung, diabetes tipe 2, dan masalah pencernaan pada mahasiswa.

Faktor yang Mempengaruhi Pola Konsumsi Pangan Mahasiswa

Beberapa faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan mahasiswa antara lain:

- **Ketersediaan waktu:** Waktu yang terbatas untuk mempersiapkan makanan sehat sering menjadi hambatan utama bagi mahasiswa.
- **Faktor ekonomi:** Anggaran yang terbatas sering membuat mahasiswa memilih makanan yang lebih murah, meskipun tidak seimbang secara gizi.
- **Kebiasaan sosial dan budaya:** Mahasiswa juga dipengaruhi oleh kebiasaan makan teman-temannya, tren sosial, dan gaya hidup yang sedang populer.
- **Pengetahuan tentang gizi:** Pengetahuan yang rendah tentang pentingnya pola makan seimbang dan dampaknya terhadap kesehatan dapat menyebabkan mahasiswa tidak memperhatikan asupan gizi mereka dengan benar.

Upaya untuk Meningkatkan Pola Konsumsi Pangan yang Sehat

Untuk memperbaiki pola konsumsi pangan dan status gizi mahasiswa, beberapa langkah yang bisa dilakukan antara lain:

- **Edukasi gizi**

Peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang dapat membantu mahasiswa memilih makanan yang lebih sehat dan memperhatikan kebutuhan gizi tubuh mereka.

- **Penyediaan makanan sehat di kampus**

Universitas atau pihak kampus dapat bekerja sama dengan kantin atau penyedia makanan untuk menyediakan pilihan makanan sehat yang terjangkau.

- **Promosi pola makan sehat**

Program-program yang mendorong mahasiswa untuk mengonsumsi makanan bergizi, seperti penyuluhan atau kompetisi masak sehat, dapat meningkatkan kesadaran dan perubahan kebiasaan makan.

KESIMPULAN

Pola konsumsi pangan mahasiswa cenderung tidak seimbang, dengan dominasi makanan tinggi kalori, gula, dan lemak. Meskipun sebagian besar mahasiswa memiliki status gizi normal, prevalensi gizi lebih (obesitas) dan gizi kurang (underweight) tetap menjadi masalah yang signifikan. Hubungan antara pola konsumsi dan status gizi tidak selalu signifikan secara statistik, tetapi secara praktis, pola konsumsi yang kurang baik dapat meningkatkan risiko masalah gizi. Upaya intervensi diperlukan untuk meningkatkan kesadaran gizi di kalangan mahasiswa, seperti edukasi pola makan sehat, penyediaan makanan bergizi di kampus, dan pengelolaan stres. Studi lebih lanjut harus mempertimbangkan faktor multifaktor, termasuk aktivitas fisik, tekanan akademik, dan kondisi sosial ekonomi, untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Angesti, A. N., & Manikam, R. M 2020, Faktor yang berhubungan dengan status gizi mahasiswa tingkat akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, vol. 12 no.1, hh.1–14.
- Arieska, K. P 2020, Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, vol. 4 no. 2, hh. 203–211.
- Charina, M. S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J., & Woda, R. R 2022, Hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, vol. 10, no. 1, hh. 197–204.

- Florence, A. G, 2017, Hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung (Doctoral dissertation, Fakultas Teknik Unpas).
- Gan, W. Y., Mohd Nasir, M. T., Zalilah, M. S., & Hazizi, A. S, 2019, Differences in eating behaviours, dietary intake and body weight status between male and female Malaysian university students. *Malaysian Journal of Nutrition*, vol. 25, no.1, hh. 45–58.
- Ghulam, A 2010, Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemenuhan pola pangan harapan ditinjau dari segi daya beli konsumsi pangan tahun 2010. Jakarta: Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka.
- Gouado, I. T. E., & Zolo, P. H 2010, Nutritional status, food habits, and energy profile of young adult Cameroonian university students. *African Journal of Food Science*, 4(12), 748–753.
- Hardcastle, S. J., Thøgersen-Ntoumani, C., & Chatzisarantis, N. L. D 2015, Food choice and nutrition: A social psychological perspective. *Nutrients*, vol. 7, no. 10, hh. 8712–8715. <https://doi.org/10.3390/nu7105424>
- Indrawagita, L. (2009). Hubungan status gizi, aktivitas fisik dan asupan gizi dengan kebugaran mahasiswi Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia (Skripsi). Jakarta: Universitas Indonesia.
- Juliana, N., Teng, N. I. M. F., Hairudin, K. F., Wan Abdul Fatah, W. A., & Das, S. (2023). Chrononutrition behavior during the COVID-19 pandemic and its relationship with body weight among college students. *Frontiers in Nutrition*, 10(February), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1079069>
- Putri, G. P. (2014). Hubungan citra tubuh (body image) dan pola konsumsi dengan status gizi mahasiswi tingkat 1 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang 2014 (KTI). Padang: Politeknik Kemenkes Padang.
- Rahman, H., Sulaiman, M. R., & Izzah, M. (2020). The effect of meal skipping on the nutritional status of university students: A review. *Nutritional Health Research*, vol. 28, no. 1, hh. 51–60.
- Ribeiro, N. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang, Menteri Kesehatan Republik Indonesia, hh. 1–96.
- Suhardjo 2008, *Perencanaan pangan dan gizi*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Triandini, E., Jayanatha, S., Indrawan, A., Putra, G. W., & Iswara, B 2019, Metode systematic literature review untuk identifikasi platform dan metode pengembangan sistem informasi di Indonesia. *Indonesian Journal of Information Systems*, vol. 1 no. 2, hh. 63–77.



Yugharyanti, T. P., Fatimah, S., & Rahfiludin, M. Z 2024, Alasan pemilihan makanan, akses pembelian makanan, dan kualitas diet pada mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, vol. 13 no. 1, hh. 17–28.