



PENGARUH PENDIDIKAN SEBAYA TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU REMAJA

*Nurwafiah Marda¹, Abdillah², Rusmin Madia³
^{1,2,3}IAIN Ambon

Abstrak

Konteks sosial dan lingkungan sangat berpengaruh dalam pembentukan perilaku dan kebiasaan individu. Sekelompok anak memiliki kebiasaan yang sama karena mereka adalah subjek dari tekanan lingkungan yang sama misalnya tetangga, peraturan sekolah, atau status sosial ekonomi. Masa remaja merupakan periode rentan untuk mengadopsi kebiasaan yang tidak sehat dan akan berpengaruh terhadap keterpaparan penyakit kronis di kehidupan nantinya. Tujuan Penelitian: Diketuinya pengaruh intervensi teman sebaya dan penyediaan air minum dalam perubahan perilaku konsumsi *soft drink* pada remaja. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan eksperimen faktorial dengan desain 2x2 yaitu 2 variabel bebas dengan 2 level perlakuan. Teknik Sampling menggunakan Randomized Sampling, instrumen penelitian kuesioner, analisa data menggunakan *Uji Kruskall Wallis*, *Pos Hoc Kruskall Wallis* dan Uji Friedman. Penelitian dilaksanakan di Kabupaten Bone dengan 99 responden berusia 13-15 tahun Hasil: Intervensi teman sebaya tidak memiliki pengaruh terhadap penurunan konsumsi *soft drink* namun berpengaruh dalam meningkatkan jumlah konsumsi air. Sedangkan intervensi penyediaan air minum berpengaruh terhadap penurunan konsumsi *soft drink* tetapi tidak meningkatkan konsumsi air minum. Intervensi teman sebaya dan penyediaan air minum berpengaruh dalam menurunkan konsumsi *soft drink* dan tidak berpengaruh dalam meningkatkan konsumsi air.

Kata kunci: *Soft drink*, Air Minum, Teman Sebaya.

Abstract

Social and environmental context is very influential on the formation of individual behavior and habits. A group of children have the same habits because they are subject to the same environmental pressures such as neighbors, school rules, or socioeconomic status. Adolescence is vulnerable periode for adopting unhealthy habits and will affect the exposure to chronic disease in later life. Objective: To determine the effect of free drinking water and peer intervention in changes in consumption behavior of soft drinks in adolescents. Research Methods: This study is an experimental study which is factorial with 2x2 design that is 2 independent variable with 2 level of treatment. The research samples were selected using randomized sampling, the instruments used for this research were questionnaires, and the data collected were analyzed using Kruskall Wallis, Pos Hoc Kruskall Wallis and Friedman test. This Research was conducted in Bone District with 99 repondents age 13-15. Results: Peer interventions have no effect on the decline in soft drink consumption but are influential in increasing the amount of water consumption. However, free drinking water intervention has an effect on the decrease of soft drink consumption but does not affect the consumption of water. Peer plus free drinking water intervention have an effect on reducing the consumption of soft drinks but have no effect in improving water consumption.

Keywords: *Soft drink*, Water Consumption, Peers

Info:

- ✉ Korespondensi: *¹nurwafiahmardal@iainambon.ac.id
- ✉ Sitasi: Marda, N., Abdillah, Madia, R. 2020. Pengaruh Pendidikan Sebaya terhadap Perubahan Perilaku Remaja. *Horizon Pendidikan*, 15(1), 8-16.
- ✉ <https://jurnal.iainambon.ac.id/index.php/hp/article/view/1411>

PENDAHULUAN

Perubahan *lifestyle* terutama pada pola makan terus menerus terjadi pada beberapa dekade belakangan ini, menyebabkan ketidakseimbangan asupan energi dan energi *expenditure* yang mengarah pada overweight dan obesitas (Storey, 2010). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi minuman tinggi gula/minuman berpemanis seperti soda berkaitan dengan peningkatan resiko kesehatan seperti diabetes, penyakit kardiovaskular, jantung, stroke, obesitas dan kanker pankreas (Sakurai et al., 2014; Wolk, Larsson and Agneta, 2014; Anand et al., 2015; Imamura et al., 2016). Konsumsi *soft drink* menjadi salah satu perilaku berisiko yang banyak diadopsi oleh remaja di Indonesia. Proporsi perilaku ini berada pada urutan kedua tertinggi setelah perilaku kurang konsumsi buah dan sayur (PUSLITBANG Upaya Kesehatan Masyarakat, 2015).

Perilaku makan sangat dipengaruhi oleh konteks sosial (Nurti, 2017; Rahman, N., et al., 2016). Perilaku akan berbeda ketika makan sendiri dan makan dengan orang lain. Seperti halnya makan dengan teman sebaya. Selain pengaruh teman sebaya, suasana lingkungan seorang individu merupakan faktor yang penting dalam pembentukan perilaku dan kebiasaan. Sekelompok anak memiliki kebiasaan yang sama karena mereka adalah subjek dari tekanan lingkungan yang sama atau keadaan lingkungan misalnya tetangga, peraturan sekolah, atau status sosial ekonomi. Masa remaja merupakan periode unik, dimana individu mulai mencari kebebasan dari pengaruh orang tua mereka. Individu yang berada dalam periode ini rentan untuk mengadopsi kebiasaan yang tidak sehat yang akan mempengaruhi mereka terhadap keterpaparan penyakit kronis dikehidupan nantinya (Higgs and Thomas, 2016).

Pendidikan kesehatan sangat penting untuk dilakukan dan salah satu cara efektif ddalam mengubah perilaku remaja dengan pendidikan kesehatan adalah dengan metode *peer education*. berapa penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui pedidik sebaya mampu mengurangi perilaku kesehatan remaja (Asdar et al., 2015). *Peer education* merupakan proses transfer ilmu antara *peer educator* dengan teman sebaya dengan interaksi berkelanjutan sehingga penyampaian informasi lebih intensif.

Menurut penelitian di Minneapolis bahwa teman sangat berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi minum miuman bersoda pada remaja. Selain pengaruh teman akses dan ketersediaan minuman bersoda disekolah memiliki peran yang signifikan dalam membentuk (Khosravi et al., 2018) kebiasaan konsumsi remaja (Bruening et al., 2014). Intervensi dan pendidikan sebaya dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja terhadap perilaku kesehatan

Remaja menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Sekolah memiliki potensi yang menjadi salah satu kesempatan dalam promosi kesehatan. Memanfaatkan lingkungan sekolah juga dapat menjadi cara yang efektif dalam mencapai anak, remaja dan orang tua mereka dalam jumlah yang besar. Untuk itu dibutuhkan suatu kajian yang melihat bagaimana pengaruh pendidikan teman sebaya di sekolah dalam menurunkan konsumsi *soft drink* remaja?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian eksperimental. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan rancangan *two group pre-post test design* yang bertujuan untuk menilai perbedaan frekuensi konsumsi *soft drink* remaja setelah diberikan edukasi oleh teman sebaya (*Peer educator*) pada kelompok intervensi (K1) dan edukasi oleh guru pada kelompok Kontrol (K4). Penentuan *Peer Educator* berdasarkan pada hasil kuesioner *Sociometric*. Penelitian dilaksanakan di Kab Bone pada Februari-April 2019 dengan jumlah 44 responden berumur 13-15 tahun dan dipilih berdasarkan teknik *randomized sampling* dalam memilih kelompok intervensi. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner (terdivalidasi) sebelum 4 minggu setelah intervensi dan 2 minggu setelah masa *follow up*. Data dianalisis menggunakan *Stata 13*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Jumlah responden laki-laki dan perempuan pada masing-masing kelompok merata dan tidak terdapat perbedaan secara bermakna. Begitu pula dengan usia responden, rata-rata berumur 13 tahun. Sebagian besar responden berstatus gizi normal pada masing-masing kelompok intervensi. Rata-rata uang jajan responden sama di setiap kelompok intervensi, yaitu kisaran Rp 11.047 per hari. Pengetahuan responden terhadap *soft drink* cukup tinggi di setiap kelompok

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Variabel | Teman Sebaya (K1) n=23 | Kontrol (K4) n=21 | sig (p) ¹ |
|-------------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------|
| Jenis Kelamin (n,%) | | | |
| Laki-laki | 11 (47.83) | 11 (47.62) | 0.078 |
| Perempuan | 12 (52.17) | 10 (52.38) | |
| Usia, tahun (Mean ±SD) | 13.56±0.506 | 13.85±0.654 | 0.098 |
| Status Gizi (n,%) | | | |
| Kurus | 12 (52.17) | 9(42.86) | 0.819 |
| Normal | 10 (43.48) | 11 (52.38) | |
| Gemuk | 1 (4.35) | 1 (4.76) | |
| Uang Saku (Mean ±SD) | 9869±4037.37 | 11047±5911.65 | 0.6933 |
| Pengetahuan | | | |
| Cukup | 21 (91.30) | 20 (95.24) | 0.746 |
| Kurang | 2 (8.70) | 1 (4.76) | |
| Peraturan | | | |
| Berpengaruh | 9 (39.13) | 10 (47.62) | 0.819 |
| Tidak berpengaruh | 14 (60.87) | 11 (52.38) | |
| Sikap | | | |
| Berpengaruh | 14 (60.87) | 12 (57.14) | 0.915 |
| Tidak berpengaruh | 9 (39.13) | 9 (42.86) | |
| Akses | | | |
| Dekat | 19 (82.61) | 17 (80.95) | 0.317 |
| Menengah | 2 (8.70) | 2 (9.52) | |
| Jauh | 2 (8.70) | 2 (9.52) | |
| Peran Keluarga | | | |
| Berpengaruh | 3 (13.04) | 8 (38.10) | 0.090 |
| Tidak Berpengaruh | 20 (86.96) | 13 (61.90) | |
| Intensi | | | |
| Berpengaruh | 13 (56.62) | 14 (66.67) | 0.101 |
| Tidak Berpengaruh | 10 (43.48) | 7 (33.33) | |
| Pengetahuan Air | | | |
| Kurang | 2 (8.70) | 3 (14.29) | 0.908 |
| Cukup | 21 (91.30) | 18 (85.71) | |
| Sikap | | | |
| Berpengaruh | 12 (52.17) | 10 (47.62) | 0.525 |
| Tidak Berpengaruh | 11 (47.83) | 11 (52.38) | |
| Peran Teman Sebaya | | | |
| Berpengaruh | 13 (56.52) | 13 (61.90) | 0.899 |
| Tidak Berpengaruh | 10 (43.48) | 8 (38.10) | |

Keterangan: Sig (p)¹ = Signifikansi antar kelompok dianalisis menggunakan uji *Kruskall Wallis*, dilanjutkan dengan uji *Post Hoc Kruskal wallis*.

Konsumsi *Soft drink*

Hasil analisis dengan *Kruskal Wallis* terhadap jumlah konsumsi *soft drink pre* intervensi menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada masing-masing kelompok ($p > 0.05$), sedangkan jumlah konsumsi *soft drink post* intervensi menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p < 0.05$). Analisis lanjutan dilakukan dengan uji *post hoc* menggunakan *post hoc Kruskal Wallis* untuk mengetahui letak perbedaan diantara kelompok intervensi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan di antara kelompok intervensi teman sebaya disertai

pemberian air minum (K3) dengan kelompok kontrol (K4). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan jumlah konsumsi *soft drink* antara kelompok yang diberi intervensi teman sebaya +pemberian air minum dengan kelompok yang tidak diberi intervensi atau diberi intervensi teman sebaya saja atau penyediaan air minum saja.. Perbedaan perlakuan dapat menghasilkan dampak yang tidak sama.

Tabel 2. Gambaran Konsumsi *Soft drink*

| Variabel | Teman Sebaya (K1) n=23 | Kontrol (K4) n=21 | sig (p) ¹ |
|---|---------------------------|--------------------------|----------------------|
| Konsumsi <i>Soft drink</i>, Median (Min-Max) | | | |
| Pre | 178 (0-400) | 260 (0-600) | 0.8375 |
| Post | 90 (0-130) ^a | 130 (0-330) ^a | 0.0159* |
| Follow up | 0 (0-130) | 0 (0-130) | 0.135 |
| Sig (p) ² | 0.0045* | 0.2090 | |

Keterangan:

Data tidak terdistribusi normal

Sig (p)¹ = Signifikansi antar kelompok dianalisis menggunakan uji *Kruskall Wallis*, dilanjutkan dengan uji *Post Hoc Krukal wallis*.

Sig (p)² = Signifikansi antara pre test, post test dan follow-up menggunakan uji friedman

Hasil analisis *Friedman* terhadap jumlah konsumsi *soft drink* sebelum dan sesudah pemberian intervensi menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0.0045$) pada kelompok intervensi teman sebaya. Terdapat perbedaan yang bermakna konsumsi *soft drink* sebelum intervensi dan setelah intervensi serta setelah follow up.

Pengaruh pendidikan teman sebaya terhadap konsumsi *soft drink*

Pada saat setelah intervensi terjadi penurunan konsumsi *soft drink* pada kelompok K1 namun tidak signifikan bila dibandingkan dengan kelompok control (K4). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berupa pendidikan sebaya saja tidak efektif dalam menurunkan konsumsi *soft drink* baik pada periode setelah intervensi maupun pada periode *follow-up*.

Sejalan dengan penelitian Wouters, menunjukkan bahwa remaja yang memiliki teman dengan konsumsi *snack* yang tinggi juga akan mengkonsumsi *snack* lebih banyak bila ketersediaan *snack* juga tinggi dengan kata lain konsumsi *snack* individu tidak hanya ditentukan oleh konsumsi *snack* group temannya namun juga ketersediaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi makanan ringan dan *soft drink* individu berhubungan dengan kombinasi spesifik dari konsumsi teman sebaya, ketersediaan di sekolah dan karakteristik

personal (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, BMI) (Wouters *et al.*, 2010). Hal ini menunjukkan bahwa untuk menurunkan konsumsi *soft drink* remaja tidak cukup hanya dengan pendidikan sebaya namun perlu dukungan dari faktor lain seperti ketersediaan dan akses terhadap *soft drink* (Bruening *et al.*, 2014)

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa anak meniru (*model*) perilaku makan teman sebaya mereka (*modelling, social norms*). Remaja dapat mengkonsumsi makanan lebih banyak atau lebih sedikit berdasarkan norma sosial yang ditetapkan oleh teman sebaya. Menurut penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dorongan dari teman sebaya dapat meningkatkan penerimaan konsumsi makanan (Hendy *et al.*, 2002; Horne *et al.*, 2011).

Metode pendidikan *peer group* atau metode teman sebaya merupakan metode paling mudah diterima remaja, karena *peer group* merupakan tempat remaja sering berkumpul dan merupakan tempat terpercaya bagi remaja untuk mendiskusikan baik berbagai jenis masalah yang dialami. Pengalaman yang didapatkan responden penelitian dengan cara belajar *peer group* dimana didalam proses pembelajarannya berlangsung dengan santai, responden saling bertanya, berbagi pengalaman, informasi sehingga dapat memberikan dampak positif pada remaja. Pendidikan kesehatan dengan *peer group* memiliki kelebihan yaitu pendekatan yang dilakukan oleh *peer educator* kepada teman sebayanya berorientasi keinginan teman sebaya dan berlangsung secara informal. Hal ini menyebabkan lingkungan belajar dengan proses pembelajaran yang menyenangkan antara *peer educator* dengan teman sebayanya, sehingga suasana belajar dan transfer informasi tidak membosankan.

Sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa agen berhasil memberikan pengaruh dalam penurunan konsumsi *soft drink* meskipun tidak signifikan bila dibandingkan dengan kontrol.

Penelitian oleh Smit, et al yang melihat pengaruh teman sebaya dalam mempromosikan konsumsi air minum menunjukkan bahwa teman sebaya yang berperan sebagai agen dapat mempengaruhi temannya dalam meningkatkan konsumsi air minum dan menurunkan konsumsi *soft drink*. berbagai penelitian eksperimen yang memodifikasi perilaku makan melalui lingkungan sosial menemukan efek yang signifikan terhadap perilaku makan baik pemilihan makanan maupun asupan makanan (Smit *et al.*, 2016).

Tabel 3. Pengaruh Variabel Luar Terhadap Konsumsi *Soft drink*

| Variabel | | Teman Sebaya (K1) n=23 | Kontrol (K4) n=21 | sig (p) ¹ |
|---|-------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------|
| Pengetahuan, Median (Min-Max) | | | | |
| Pre | Cukup | 178 (0-400) | 230 (0-600) | 0.5478 |
| | Kurang | 390 (0-400) | 260 (260-260) | 0.7410 |
| Post | Cukup | 90 (0-130) ^a | 165 (0-330) ^b | 0.0338* |
| | Kurang | 65 (0-130) | 130 (0-300) | 0.6277 |
| Follow UP | Cukup | 0 (0-130) | 0 (0-0) | 0.2527 |
| | Kurang | 0 (0-0130) | 0 (0-130) | 0.6911 |
| Peran Keluarga, Median (Min-Max) | | | | |
| Pre | Berpengaruh | 200 (0-400) | 300 (0-460) | 0.9495 |
| | Tidak Berpengaruh | 178 (0-400) | 260 (0-600) | 0.5855 |
| Post | Berpengaruh | 90 (0-130) | 130 (0-330) | 0.0110* |
| | Tidak Berpengaruh | 85 (0-120) | 200 (130-300) | 0.0408* |
| Follow Up | Berpengaruh | 0 (0-130) | 0 (0-130) | 0.6310 |
| | Tidak Berpengaruh | 0 (0-0) | 0 (0-0) | 0.6327 |
| Peran Teman Sebaya, Median (Min-Max) | | | | |
| Pre | Berpengaruh | 178 (0-400) | 330 (0-600) | 0.1121 |
| | Tidak Berpengaruh | 319 (0-400) | 230 (0-460) | 0.2270 |
| Post | Berpengaruh | 85 (0-130) ^a | 165 (0-330) ^b | 0.0245* |
| | Tidak Berpengaruh | 110 (110-110) | 130 (0-300) | 0.0696 |
| Follow Up | Berpengaruh | 0 (0-130) | 0 (0-130) | 0.3123 |
| | Tidak Berpengaruh | 0 (0-0) | 0 (0-130) | 0.8312 |

Keterangan: Data tidak terdistribusi normal

Sig (p)¹ = Signifikansi antar kelompok dianalisis menggunakan uji *Kruskall Wallis*, dilanjutkan dengan uji *Post Hoc Krukal wallis*.

Pengaruh Pengetahuan terhdap Konsumsi *soft drink* post intervensi cukup (0.0004).

* Pengaruh keluarga terhadap konsumsi *soft drink* post intervensi berpengaruh (0.0258),

*Pengaruh teman sebaya terhadap konsumsi *soft drink* berpengaruh (0.0004).

Penelitian pada anak keturunan Afrika-Amerika, Eropa-Amerika, dan Meksiko-Amerika menunjukkan bahwa bukan hanya intensi yang berpengaruh dalam perilaku konsumsi makanan, namun ketersediaan, aksesibilitas, TV pengaruh teman sebaya dan orang tua merupakan faktor penting dalam konsumsi makanan rendah lemak (Cullen *et al.*, 2000). Bahkan penelitian di Australia, menyebutkan bahwa lingkungan sosial budaya (tekanan dan norma sosial) memberikan pengaruh langsung terhadap perilaku konsumsi *soft drink* remaja (Pettigrew *et al.*, 2015)). Berdasarkan hal tersebut dapat dilihat bahwa intervensi selama 4 minggu meningkatkan pengetahuan namun tidak mengubah perilaku responden.

Berdasarkan penelitian anak umur 9-13 tahun yang konsumsi air minumannya distimulasi oleh teman sebaya akan meminum lebih banyak air minum dan rendah minuman bersoda dan berpemanis khususnya ketika teman sebaya yang mempengaruhi itu adalah anak yang di hormati, yang akan ditiru, yang dicari, yang akan dimintai saran dan dianggap sebagai pemimpin yang baik (Smit *et al.*, 2016).

Menurut strategi dengan multi level (menggabungkan antara faktor personal dan lingkungan) merupakan langkah yang lebih efektif bila dibandingkan dengan intervensi hanya dengan satu tingkatan atau satu faktor saja. Sehingga dengan memfokuskan pada mekanisme psikologi, lingkungan siswa (sosial maupun fisik) akan lebih berpengaruh. Dengan kata lain intervensi untuk menurunkan konsumsi *soft drink* harus menyediakan lingkungan yang mendukung dimana siswa dan teman sebayanya di dorong untuk memilih konsumsi minuman yang lebih sehat. Oleh karena itu berbagai pihak (siswa, orang tua, sekolah dan pembuat kebijakan) harus terlibat dalam menentukan strategi yang lebih baik dalam menentukan tindakan preventif dalam konsumsi *soft drink*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pendidikan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku konsumsi *soft drink* remaja bila disertai dengan ketersediaan, akses, dan peran keluarga yang mendukung.

Saran

Penelitian berbasis sekolah dan intervensi pendidikan teman sebaya dalam penelitian selanjutnya perlu melakukan kontrol terhadap agen dalam melaksanakan tugas yang dibebankan oleh peneliti dalam penelitian yang berbasis agen serta melakukan *follow up*. Sedangkan untuk pembuat kebijakan dapat dengan merancang suatu program dalam memberdayakan siswa untuk mempromosikan konsumsi air minum dan mengurangi konsumsi *soft drink* serta mengajak teman yang lain dalam perilaku sehat tersebut:

DAFTAR PUSTAKA

- Anand, S. S. *et al.* (2015) 'Food Consumption and its Impact on Cardiovascular Disease: Importance of Solutions Focused on the Globalized Food System A Report from the Workshop Convened by the World Heart Federation', *Journal of the American College of Cardiology*, 66(14), pp. 1590–1614. doi: 10.1016/j.jacc.2015.07.050.
- Asdar, M. *et al.* (2015) 'Peer Education Intervention in Increase Adolescent Safety Riding Attitude and Behavior in Pangkep', *Jurnal MKMI*, 000, pp. 59–67.
- Bruening, M. *et al.* (2014) 'Associations Between Sugar-Sweetened Beverage Consumption and Fast-Food Restaurant Frequency Among Adolescents and Their Friends', *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46(4), pp. 277–285. doi: 10.1016/j.jneb.2014.02.009.
- Cullen, K. W. *et al.* (2000) 'Social-environmental influences on children's diets: results from focus groups with African-, Euro- and Mexican-American children and their parents.',

- Health education research*, 15(5), pp. 581–590. doi: 10.1093/her/15.5.581.
- Hendy, H. M. *et al.* (2002) ‘Effectiveness of trained peer models to encourage food acceptance in preschool children’, pp. 217–225. doi: 10.1006/appe.2002.0510.
- Higgs, S. and Thomas, J. (2016) ‘Social influences on eating’, *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 9, pp. 1–6. doi: 10.1016/j.cobeha.2015.10.005.
- Horne, P. J. *et al.* (2011) ‘Increasing pre-school children’s consumption of fruit and vegetables. A modelling and rewards intervention’, *Appetite*. Elsevier Ltd, 56(2), pp. 375–385. doi: 10.1016/j.appet.2010.11.146.
- Imamura, F. *et al.* (2016) ‘Consumption of sugar sweetened beverages, artificially sweetened beverages, and fruit juice and incidence of type 2 diabetes: Systematic review, meta-analysis, and estimation of population attributable fraction’, *British Journal of Sports Medicine*, 50(8), pp. 496–504. doi: 10.1136/bjsports-2016-h3576rep.
- Khosravi, N. *et al.* (2018) ‘Effectiveness of peer education approach on improving HIV/AIDS related healthy behaviors among immigrant street children: A randomized controlled trial’, *Clinical Epidemiology and Global Health*. INDIACLEN, 6(3), pp. 115–121. doi: 10.1016/j.cegh.2017.09.004.
- Nurti, Y. 2017. Kajian Makanan dalam Perspektif Antropologi. *JURNAL ANTROPOLOGI: Isu-Isu Sosial Budaya*. 19 (1), pp. 1-10. <https://doi.org/10.25077/jantro.v19.n1.p1-10.2017>.
- Pettigrew, S. *et al.* (2015) ‘Factors influencing the frequency of children’s consumption of soft drinks’, *Appetite*, 91, pp. 393–398. doi: 10.1016/j.appet.2015.04.080.
- PUSLITBANG Upaya Kesehatan Masyarakat (2015) ‘Perilaku Berisiko Kesehatan pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia’, *Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan RI*, pp. 1–116. Available at: http://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/GSHS_2015_Indonesia_Report_Bahasa.pdf?ua=1.
- Rahman, N. Dewi, N. U., Armawaty, F. 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Sma Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*, 7(1), pp.1- 64. DOI:10.22487/j25283375.2016.v7.i1.5818
- Sakurai, M. *et al.* (2014) ‘Sugar-sweetened beverage and diet soda consumption and the 7-year risk for type 2 diabetes mellitus in middle-aged Japanese men’, *European Journal of Nutrition*, 53(1), pp. 251–258. doi: 10.1007/s00394-013-0523-9.
- Smit, C. R. *et al.* (2016) ‘A social network-based intervention stimulating peer influence on children’s self-reported water consumption: A randomized control trial’, *Appetite*. Elsevier Ltd, 103, pp. 294–301. doi: 10.1016/j.appet.2016.04.011.

Storey, M. (2010) 'The shifting beverage landscape', *Physiology and Behavior*. Elsevier Inc., 100(1), pp. 10–14. doi: 10.1016/j.physbeh.2010.02.009.

Wolk, A., Larsson, S. C. and Agneta, A. (2014) 'Sweetened Beverage Consumption Is Associated with Increased Risk of Stroke in Women and Men', *The Journal of nutrition*, 144(6), pp. 856–860. doi: 10.3945/jn.114.190546.reported.

Wouters, E. J. *et al.* (2010) 'Peer influence on snacking behavior in adolescence §', *Appetite*. Elsevier Ltd, 55(1), pp. 11–17. doi: 10.1016/j.appet.2010.03.002.