

***EATING HABITS* SEBAGAI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMEN
PADA *HEALTHY BAKERY* DI BANDUNG**

(Studi kasus pada konsumen di Sarae Bakes dan Kenikmatan Duniawi Bakery)

SKRIPSI

*diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pariwisata*



Disusun Oleh:
Lussy Ainunnisa
2004097

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN INDUSTRI KATERING
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

LEMBAR PENGESAHAN

Lussy Ainunnisa

***EATING HABITS* SEBAGAI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMEN
PADA *HEALTHY BAKERY* DI BANDUNG**

(Studi kasus pada konsumen di Sarae Bakes dan Kenikmatan Duniawi Bakery)

Skripsi ini disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I 19/08 -2024



Dr. Gitasiswhara, M.M

NIP. 197305102008121002

Pembimbing II

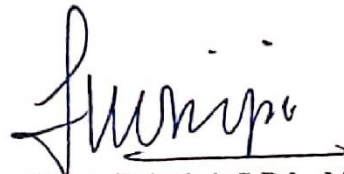


Dias Pratami Putri, S.Pd., M.Si

NIP. 920200419919015201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Manajemen Industri Katering



Dr. Woro Priatini, S.Pd., M.Si

NIP. 197103092020122001

LEMBAR HAK CIPTA

***EATING HABITS* SEBAGAI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMEN
PADA *HEALTHY BAKERY* DI BANDUNG**

(Studi kasus pada konsumen di Sarae Bakes dan Kenikmatan Duniawi Bakery)

Oleh :

Lussy Ainunnisa

2004097

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pariwisata pada Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

© **Lussy Ainunnisa**

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi Undang – Undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin penulis.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “*Eating Habits* sebagai Perubahan Perilaku Konsumen pada *Healthy Bakery* Di Bandung (Studi kasus pada konsumen di Sarae Bakes dan Kenikmatan Duniawi Bakery)” ini serta seluruh isinya adalah benar-benar karya murni penulis. Penulis tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, penulis siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian penelitian ini.

Bandung, Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan,



Lussy Ainunnisa

NIM 2004097

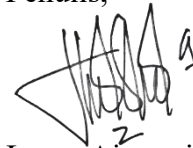
KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesehatan, kesempatan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi dengan judul **“EATING HABITS SEBAGAI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMEN PADA HEALTHY BAKERY DI BANDUNG”** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pariwisata di Jurusan Manajemen Industri Katering, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia.

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah berpartisipasi membantu dan memberikan masukan pada saat penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang memotivasi agar penulis menjadikan hal ini sebagai pembelajaran menuju ke arah yang lebih baik.

Bandung, Agustus 2024

Penulis,



Lussy Ainunnisa

2004097

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, dengan penuh rasa syukur dan bahagia penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang membantu penulis dalam menyusun dan menyelesaikan penelitian skripsi ini sejak awal hingga akhir sehingga pada akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Untuk itu, penulis ucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Allah SWT yang selalu memberikan kemudahan, kelancaran dan memberikan hikmah terbaik serta jalan keluar disetiap kesulitan yang penulis hadapi.
2. Kedua orang tua, adik dan kakak penulis yang turut mendukung penulis dalam keadaan apapun dan memberikan doa, bantuan, nasihat, dukungan baik moral dan materi kepada penulis.
3. Prof. Dr. M. Solehudin, M.Pd., selaku rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Prof. Dr. Agus Mulyana, M.Hum., selaku dekan Fakultas Pendidikan Ilmu Pendidikan Sosial, Universitas Pendidikan Indonesia.
5. Dr. Woro Priatini, S.Pd., M.Si., selaku ketua Program Studi Manajemen Industri Katering Universitas Pendidikan Indonesia
6. Dr. Gitasiswhara, M.M selaku Dosen Pembimbing I penulis yang sudah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, dukungan dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
7. Dias Pratami Putri, S.Pd., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang sudah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, dukungan dan masukan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh dosen di lingkungan Program Studi Manajemen Industri Katering yang telah memberikan arahan, nasihat serta bimbingan selama penulis menempuh masa studi.
9. Pihak Sarae Bakes, dan Kenikmatan Duniawi Bakery serta seluruh partisipan yang telah meluangkan waktu dan memberikan penulis dukungan, doa, bantuan, serta informasi data yang dibutuhkan kepada penulis.

10. Azka Niswah, Evryl Aqmarina, Tresna Nurfazriah, S. Dominika, Eva Ezra, Nadhira Siti F., Devina Iswara, Salsabila Damayanti, Dita Nurfitriani dan seluruh sahabat penulis yang selalu hadir dalam kehidupan penulis untuk bertukar cerita, memberikan motivasi, berbagi kesenangan, dan berbagai hal lain selama ini.
11. Laura Febrian, Kylla Almira, Fahmi Muhammad, Destira Satriani, Zhafira Zarfannisa dan seluruh teman seperjuangan Manajemen Industri Katering Angkatan 2020 yang sudah banyak membantu, mendukung, memotivasi, serta kebersamaan penulis selama masa studi.
12. Kepada diri saya sendiri, Lussy Ainunnisa. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena telah tetap memilih berusaha dan sabar dengan segala prosesnya.

Bandung, Agustus 2024

Penulis,

Lussy Ainunnisa

2004097

Lussy Ainunnisa. 2004097. “EATING HABITS SEBAGAI PERUBAHAN PERILAKU KONSUMEN PADA *HEALTHY BAKERY* DI BANDUNG (Studi kasus pada konsumen di Sarae Bakes dan Kenikmatan Duniawi Bakery)”

ABSTRAK

Kesadaran kesehatan semakin meningkat setelah pandemi COVID-19 sehingga pelaku usaha juga perlu mengambil langkah strategis untuk menjaga keberlangsungan usahanya dengan menyesuaikan perubahan perilaku konsumen yang mencari produk yang berfokus pada nilai kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis perubahan perilaku konsumen, dan *eating habits* pada konsumen *healthy bakery* di Bandung, mengidentifikasi faktor individu dan sosial yang dapat mempengaruhi terbentuknya *eating habits*. Desain penelitian menggunakan kualitatif deskriptif dengan metode atau pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, studi literatur dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan perilaku konsumen yang berorientasi pada nilai kesehatan termasuk dalam memilih produk makanan. Terdapat beberapa perubahan *eating habits* yang terjadi pada konsumen *healthy bakery* baik dari jenis makanan yang dipilih, frekuensi makan, hingga jumlah porsi konsumsi. *Eating habits* seseorang dapat terbentuk akibat faktor individu dan sosial, yang meliputi pola makan, kegiatan, preferensi makanan, tingkat pengetahuan, waktu dan harga, *parental feeding behavior*, kebiasaan makan di rumah, sekolah, makan di luar, pengaruh teman, dan tekanan dari media sosial.

Kata kunci: Perilaku Konsumen; *Eating Habits*; *Healthy Bakery*

Lussy Ainunnisa. 2004097. "EATING HABITS AS A CHANGE IN CONSUMER BEHAVIOR AT HEALTHY BAKERY IN BANDUNG (Case study on consumers at Sarae Bakes and Kenikmatan Duniawi Bakery)"

ABSTRACT

Health awareness is increasing after the COVID-19 pandemic so that businesses also need to take strategic steps to maintain their business continuity by adjusting changes in consumer behavior that seek products that focus on health values. This study aims to determine and analyze changes in consumer behavior; and eating habits in healthy bakery consumers in Bandung, identify individual and social factors that can influence the formation of eating habits. The research design uses descriptive qualitative with a case study method or approach. Data collection was carried out by interview, observation, literature study and documentation study. The results showed that there are changes in consumer behavior that are oriented towards health values, including in choosing food products. There are several changes in eating habits that occur in healthy bakery consumers both from the type of food chosen, the frequency of eating, to the number of consumption portions. Eating habits can be formed due to individual and social factors, which include diet, activities, food preferences, level of knowledge, time and price, parental feeding behavior, eating habits at home, school, eating out, influence of friends, and pressure from social media.

Keywords: *Consumer behavior; eating habits; healthy bakery*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR HAK CIPTA	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Pariwisata.....	8
2.2 Wisata Kuliner	9
2.3 Makanan Sehat.....	9
2.4 <i>Pastry and Bakery</i>	10
2.5 Perilaku Konsumen.....	10
2.6 <i>Eating Habits</i>	11
2.7 Penelitian Terdahulu	12
2.8 Kerangka Pemikiran	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
3.1 Desain Penelitian	20
3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian.....	20
3.2.1 Partisipan	20
3.2.2 Tempat Penelitian.....	21
3.3 Operasionalisasi Instrumen Penelitian.....	22

3.4 Batasan Masalah	24
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.5.1 Observasi	25
3.5.2 Wawancara.....	25
3.5.3 Studi dokumentasi.....	26
3.5.4 Studi literatur	26
3.6 Instrumen Penelitian	26
3.7 Persiapan Penelitian dan Pengumpulan Data	27
3.7.1 Tahap Persiapan	27
3.7.2 Tahap Pelaksanaan	27
3.7.3 Tahap Pengolahan Data.....	27
3.8 Uji Keabsahan Data	27
3.8.1 Triangulasi	27
3.8.2 <i>Member Check</i>	28
3.9 Teknik Analisis Data	28
3.9.1 Reduksi data.....	29
3.9.2 Penyajian data	29
3.9.3 Penarikan simpulan.....	29
BAB IV HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Profil Lokasi/ Tempat Penelitian	30
4.1.1 Sarae Bakes.....	30
4.1.2 Kenikmatan Duniawi Bakery.....	34
4.2 Gambaran Umum Partisipan dan Narasumber	38
4.3 Identifikasi Perubahan Perilaku Konsumen.....	40
4.4 Identifikasi Perubahan <i>Eating Habits</i>	50
4.5 Identifikasi Faktor Individu dan Sosial.....	58
4.6 Hasil Pembahasan.....	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	80
5.1 Simpulan.....	80
5.2 Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	82

LAMPIRAN..... 89

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Jumlah Wisatawan Mancanegara dan Domestik di Bandung	2
Tabel 1. 2 Tempat yang menjual <i>Healthy Bread</i>	6
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	12
Tabel 3. 1 Partisipan Penelitian	21
Tabel 3. 2 Operasional Instrumen Penelitian	22
Tabel 4. 1 Produk Sarae Bakes	31
Tabel 4. 2 Produk Kenikmatan Duniawi Bakery	35
Tabel 4. 3 Daftar Partisipan/Narasumber	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Rating Healthy Bakery di Beberapa Platform.....	7
Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran	19
Gambar 3. 1 Triangulasi Teknik Pengumpulan Data	28
Gambar 4. 1 Logo Sarae Bakes.....	30
Gambar 4. 2 Donar Gandum	31
Gambar 4. 3 Sourdough Bread.....	32
Gambar 4. 4 Bagelen.....	32
Gambar 4. 5 Sandwich	32
Gambar 4. 6 Cinnamon Roll	32
Gambar 4. 7 Mix Vegan Whole Wheat Buns	33
Gambar 4. 8 Babka Ball	33
Gambar 4. 9 Veggie Toast	33
Gambar 4. 10 Vegan Garlic Bread	33
Gambar 4. 11 Vegan Gluten Free Black Sticky Rice Cake	34
Gambar 4. 12 Vegan Gluten Free Carrot Cake	34
Gambar 4. 13 Logo Kenikmatan Duniawi Bakery	34
Gambar 4. 14 Sourdough Blueberry Cheese.....	35
Gambar 4. 15 Muesli Mix Loaf	36
Gambar 4. 16 Cranberry Walnut Loaf.....	36
Gambar 4. 17 Double Choco Loaf.....	36
Gambar 4. 18 Classic Sourdough.....	36
Gambar 4. 19 Roti Keju Kepang.....	37
Gambar 4. 20 Cinnamon Knot	37
Gambar 4. 21 Bueberry Bloom	37
Gambar 4. 22 Roti Seipi Kepang	37
Gambar 4. 23 Marbled Pandan Loaf.....	38
Gambar 4. 24 Tawny Apple Pie	38
Gambar 4. 25 Project Map Perubahan Perilaku Konsumen.....	40
Gambar 4. 26 Diagram Perubahan Perilaku Konsumen	41
Gambar 4. 27 Project Map Identifikasi Kebutuhan	42

Gambar 4. 28 Diagram Identifikasi Kebutuhan	43
Gambar 4. 29 Project Map Pencarian Informasi	44
Gambar 4. 30 Diagram Pencarian Informasi.....	45
Gambar 4. 31 Project Map Evaluasi Informasi.....	46
Gambar 4. 32 Diagram Evaluasi Informasi.....	47
Gambar 4. 33 Project Map Pembelian dan Pasca Pembelian	48
Gambar 4. 34 Diagram Pembelian dan Pasca Pembelian	48
Gambar 4. 35 Hasil Analisis Perubahan Perilaku Konsumen	49
Gambar 4. 36 Project Map Perubahan Eating Habits	51
Gambar 4. 37 Diagram Perubahan Eating Habits	51
Gambar 4. 38 Project Map Jenis Makanan	52
Gambar 4. 39 Diagram Jenis Makanan	53
Gambar 4. 40 Project Map Frekuensi Makan	54
Gambar 4. 41 Diagram Frekuensi Makan	55
Gambar 4. 42 Project Map Porsi Makan.....	56
Gambar 4. 43 Diagram Porsi Makan	56
Gambar 4. 44 Hasil Analisis Perubahan Eating Habits.....	57
Gambar 4. 45 Project Map Faktor yang Membentuk Eating Habits.....	59
Gambar 4. 46 Diagram Faktor yang Membentuk Eating Habits	59
Gambar 4. 47 Project Map Faktor Individu	61
Gambar 4. 48 Diagram Faktor Individu.....	61
Gambar 4. 49 Project Map Faktor Sosial.....	63
Gambar 4. 50 Diagram Faktor Sosial.....	63
Gambar 4. 51 Hasil Analisis Faktor yang Membentuk Eating Habits	65
Gambar 4. 52 Penilaian Healthy Bakery di Beberapa Platform.....	68
Gambar 4. 53 Store Sarae bakes	69
Gambar 4. 54 Store Kenikmatan Duniawi Bakery	70
Gambar 4. 55 Kacang Mede.....	76
Gambar 4. 56 Pumpkin Seed.....	76
Gambar 4. 57 Sunflower Seed	76
Gambar 4. 58 Flax Seed	76

Gambar 4. 59 Chia Seed.....	77
Gambar 4. 60 Vegan Chocolate.....	77
Gambar 4. 61 Vegan Butter.....	77
Gambar 4. 62 Oatmilk.....	77
Gambar 4. 63 Microgreens	77

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Abubakar, R. (2021). *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Adha, S. (2022). Faktor Revolusi Perilaku Konsumen Era Digital: Sebuah Tinjauan Literatur. *JIPIS*.
- Alakaam, A., & Willyard, A. (2020). *Eating habits and dietary acculturation effects among international college students in the United States*. *AIMS Public Health*.
- Andayana, M. N. (2020). Perubahan Perilaku Konsumen dan Eksistensi UMKM Di Era Pandemi COVID-19. *GLORY Jurnal Ekonomi dan Ilmu Sosial*.
- Anden, T. E. (2021). Masa Depan Industri Pariwisata Kota Palangka Raya(Perspektif dan Solusinya). *Jurnal Penelitian UPR : Kaharati*.
- Andriani, R., & Khoerunisa, F. (2020). Kreasi Pizza Ubi Jalar Ungu Sebagai Peluang Usaha Home Industry. *Jurnal Kajian Pariwisata*.
- Anggiruling, D. O., Widiyanto, D., Andriani, D., & Rahmadhona, I. (2022). Gambaran Kebiasaan Makan Di Luar Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Stikes Bogor Husada. *Jurnal Kesehatan Bogor Husada*.
- Artadini, G. M., & et.al, &. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan, Paparan Media Sosial dan Teman Sebaya dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi UPN Veteran Jakarta. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo*.
- Artadini, G. M., Simanungkalit, S. F., & Wahyuningsih, U. (2022). *The Relationship Between Eating Habits, Social Media Exposure and Peers With Nutritional Status of Nutrition Students at UPN Veteran Jakarta*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*.
- Ashari, R. F., & Jatmiko, H. (2024). Peranan *Pastry and Bakery Corner* saat *Breakfast* pada Pavilion Restoran JWMarriot Hotel Surabaya. *Jurnal Pariwisata dan Perhotelan*.

- Astuti, Y., & et.al, &. (2023). Narrative Review: Faktor Faktor yang Mempengaruhi Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Pendidikan Sejarah dan Riset Sosial Humaniora*.
- Badriyah, L., & Pijaryani, I. (2022). Kebiasaan Makan (*Eating Habits*) dan Sedentary Lifestyle dengan Gizi Lebih pada Remaja pada Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Barbara, R., & Ferreira-Pego, C. (2020). *Changes in Eating Habits among Displaced and Non-Displaced University Students. International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Brilyana, Y. A. (2022, Agustus 22). *Portal Bandung*. Retrieved from bandung.go.id: <https://www.bandung.go.id/news/read/6858/hjkb212-kota-bandung-batas-wilayah-topografi-hingga-jumlah-rt#:~:text=Perlu%20diketahui%2C%20Kota%20Bandung%20terletak,beberapa%20daerah%20kabupaten%2Fkota%20lainnya>.
- Budiarti, E., & et.al. (2022). Meningkatkan Pemahaman Pentingnya Makan Makanan Bergizi Seimbang Melalui Kegiatan Makan Bersama Di RA Al Fata Rokan Hulu. *Healthy : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*.
- Dewanti, L. P., & et.al. (2022). Differences in Eating Habits, Lifestyle, and Weight Changes of Indonesian College Students Based on Their Residence During The COVID-19 Pandemic. *Jurnal Untirta*.
- Dewi, F. M., Sulivyo, L., & Listiawati. (2022). Influence of Consumer Behavior and Marketing Mix on Product Purchasing Decisions. *ATM*.
- Faridi, A., & Puspita, W. (2022). Karakteristik, Pola Makan, dan Perilaku Hidup Bersih Sehat Mahasiswa Terdampak COVID-19. *Amerta Nutrition*.
- Finani, N. I., & Putra, A. Y. (2023). Sosialisasi Makanan Bebas Gluten sebagai Pengganti Tepung Terigu untuk Pencegahan Diabetes dan Overweight di Kampung Bulak Cumpat Srono, Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovasi Indonesia*.
- Hafiza, D. (2020). The Correlation between Eating Habits and Nutritional Status On Teenager In YLPI Junior High School Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*.

- Hakim, A. R. (2020). Perlindungan Konsumen terhadap Peredaran Produk Makanan dan Minuman Tanpa Label. *Yustitiabelen*.
- Hardani, & et.al. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- Hidayat, R., Lestari, A., & Susanto, A. (2023). *Literature Review: The Relationship between Eating Habits and Dyspepsia in Adolescents*. *Amerta Nutrition*.
- Jauziyah, S. S., & et.al. (2021). Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal Of Nutrition College*.
- Johari, M. H., & SeokTyugTan. (2024). *Internet Addiction and Its Relationship with Food Choice Motives and The Risk Of Eating Disorder Among Young Adults In Malaysia*. *Scientific Reports*.
- Johnson, F., Wardle, J., & Griffith, J. (2002). *The Adolescent Food Habits Checklist: reliability and validity of a measure of healthy eating behaviour in adolescents*. *European Journal of Clinical Nutrition*.
- Kriaucioniene, V., Raskiliene, A., & Petrauskas, D. (2021). *Trends in Eating Habits and Body Weight Status, Perception Patterns and Management Practices among First-Year Students of Kaunas (Lithuania) Universities, 2000–2017*. *Nutrients*.
- Laela, E. (2021). Kualitas Makanan, Kualitas Pelayanan, dan Persepsi Harga terhadap Minat Pembelian Ulang pada Rumah Makan Ciganea Purwakarta. *Eqien*.
- Lanuza, F., Morales, G., Hidalgo-Rasmussen, C., & al, e. (2022). *Association Between Eating Habits And Quality Of Life Among Chilean University Students*. *Journal of American College Health*.
- Lisetyaningrum, I., & et.al. (2021). *A Cross-Sectional Analysis of Snacking Habits, Eating Habits, Physical Activity, and Indicators of Obesity among High School Students in Jakarta, Indonesia*. *Journal of Public Health Research*.
- Mahmood, L., & et.al. (2021). *The influence of parental dietary behaviors and practices on children's eating habits*. *Nutrients*.

- Makarim, d. F. (2022, Oktober 14). *Ini Efek Gaya Hidup Tidak sehat pada Kesehatan*. Retrieved from Halodoc: <https://www.halodoc.com/artikel/ini-efek-gaya-hidup-tidak-sehat-pada-kesehatan>
- Maulina, Y. R., & et.al. (2022). *Differences in Eating Habits and Physical Activity Before and During Distance Learning*. *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Medina, C. R., & et.al. (2020). *Eating Habits Associated with Nutrition-Related Knowledge among University Students Enrolled in Academic Programs Related to Nutrition and Culinary Arts in Puerto Rico*. *Nutrients*.
- Melinda, A., & Farida, E. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Mahasiswa FIK UNNES Dalam Membaca Label Informasi Nilai Gizi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*.
- Mukhlison, & et.al, &. (2024). *Conveyor Belt dan Alat Penghitung Otomatis Berbasis Arduino Nano Menggunakan Sensor Inframerah pada Produksi Roti Tawar*. *Jurnal Qua Teknika*.
- Mutiasari, A. I., & et.al. (2024). Analisis *Customer Rating dan Customer Review* terhadap Keputusan Pembelian Produk Makanan Secara Online. *Jurnal Simki Economic*.
- Palupi, S. (2019). *Pedoman Pengembangan Wisata Kuliner*. Jakarta: Kementerian Pariwisata Republik Indonesia.
- Panolih, K. (2021, Agustus 25). *Konsumsi Roti: Tren Bebas Gluten*. Retrieved from Kompas.id.
- Park, J. H., & et.al. (2020). *Sedentary Lifestyle: Overview of Updated Evidence of Potential Health Risks*. *Korean Journal of Family Medicine*.
- Pua, A. E., & Renyoet, B. S. (2022). *Studi Literature Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Food Choice Pada Remaja Pasca Pandemi COVID-19*. *Jurnal Kesmas Jambi*.
- Purwanto, E. O., & et.al. (2022). Strategi dalam Peningkatan Olahan Pastry dan Bakery Di Hotel Best Western Premier The Hive Cawang Jakarta Timur. *Jurnal Pariwisata, Bisnis Digital dan Manajemen*.
- Putri, N. H., Sari, N. S., & Rahmah, N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Riset Konsumen: Target Pasar, Perilaku Pembelian dan Permintaan

- Pasar (Literature Review Perilaku Konsumen). *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan*.
- Putri, R. A., & et.al, &. (2020). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Makan Sehat pada Remaja SMA Di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Rachmawati, E., & al, &. e. (2023). Pemanfaatan Sourdough pada Produk Pangan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian*.
- Rae, A. E., & Renyoet, B. S. (2022). *Psychological and Social Factors Affecting Eating Habits in Adolescent*. *Jurnal 3 UIN Alauddin*.
- Rahmawati, R., Nurwati, I., & Wiboworini, B. (2023). *Association Between Eating Habit, Sedentary Lifestyle, and Place of Living with Nutritional Status Among College Students at Sebelas Maret University*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Ratih, D., & et.al. (2022). Alasan Pemilihan Makanan dan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Sehat pada Mahasiswa UNESA Ketintang. *Jurnal Tata Boga*.
- Renzo, L. D., & et.al. (2020). *Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey*. *Journal of Translational Medicine*.
- Reviani, N., & Riany, Y. E. (2022). *Establishing Healthy Eating Habits during Child Development to Reduce the Prevalence of Obesity*. *Journal Of Family Sciences*.
- Risti, K. N., Pamungkasari, E. P., & Suminah, S. (2021). *Relationship Of Peer Influence and Family Eating Habits on Healthy Food Choices In Overweight Adolescents In Surakarta*. *Media Gizi Indonesia*.
- Rusandi, & Rusli, M. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*.
- Saad, A. A., & et.al. (2022). Pendampingan Peningkatan Pengetahuan Tentang Cara Mengidentifikasi Pewarna dan Pengawet Berbahaya Dalam Makanan Pada Siswa/I SMA Negeri 1 Makassar Via Zoom dan Youtube. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Pelamonia VOL. 2*.
- Sari, M. D. (2023). *Perilaku Konsumen*. Sidoarjo: Uwais Inspirasi Indonesia.

- Sari, S. N., & et.al. (2021). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas Berisiko pada Mahasiswa Matematika FPMIPA UNP Menggunakan Analisis Faktor. *Journal of Mathematics UNP*.
- Siregar, A. P. (2020). Analisis strategi Bersaing Toko Roti X Berdasarkan IE-MATRIKS. *Journal UNPAR*.
- Sogari, G., & et.al. (2018). *College Students and Eating Habits: A Study Using An Ecological Model for Healthy Behavior. Nutrients*.
- Sri Rahayu, P. G. (2022). Analisis Potensi Wisata Kuliner dalam Mendukung Perekonomian UMKM Pesisir Saliper Ate Di Kabupaten Sumbawa. *Jurnal Riset Kajian Teknologi & Lingkungan*.
- Steptoe, A., Pollard, T. M., & wardle, J. (1995). *Development of a Measure of the Motives Underlying the Selection of Food: the Food Choice Questionnaire. Appetite*.
- Suawa, A. J., Tumbel, A. L., & Mandagie, Y. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumen terhadap Keputusan Pembelian Di New Ayam Bandung Resto Kawasan Megamas Manado. *Jurnal EMBA*.
- Sugiyono, P. D. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syahroni, M. H. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak usia prasekolah (4-6 tahun) ditinjau dari capaian gizi seimbang. *Jurnal Tata Boga*.
- Tania, G. M., & Thio, S. (2021). Perilaku Makan Masyarakat Indonesia Di Era Adaptasi Kebiasaan Baru. *Jurnal Hospitality dan Manajemen Jasa*.
- Watanabe-Ito, M., & et.al. (2020). *Promoting Healthy Eating Habits for College Students Through Creating Dietary Diaries via a Smartphone App and Social Media Interaction: Online Survey Study. JMIR m Health and uHealth*.
- Yakup, A. P. (2019, Agustus 30). Pengaruh Sektor Pariwisata terhadap Pertumbuhan Ekonomi Di Indonesia. Retrieved from Repository Universitas Airlangga: <https://repository.unair.ac.id>

- Yılmaz, H. Ö., Aslan, R., & Unal, C. (2020). *Effect of the COVID-19 Pandemic on Eating Habits and Food Purchasing Behaviors of University Students. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional.*
- Yuwono, R., & Astuti, D. W. (2021). *Potensi Pengembangan Wellness Hospitality Tourism Di Tawangmangu. Seminar Ilmiah Arsitektur II.*