



Spinach Tortilla Wrap: Solusi Makanan Sehat dan Praktis untuk Gaya Hidup Modern

Tegar Mizar Aditama¹, Bima Destu Nova D.N.R²,

Diaz Zulriansyah³, Praise Angelique Mboroh⁴,

Sonja Andarini⁵, Indah Respati Kusumasari⁶

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur ^{1,2,3,4,5,6}

e-mail: 23042010122@student.upnjatim.ac.id

Abstract

The high consumption of fast food and low vegetable intake among the urban younger generation has become a pressing nutritional issue that needs to be addressed. This community service activity aims to introduce Spinach Tortilla Wrap as a healthy, practical, and affordable food innovation, with main ingredients including spinach, chicken breast, and fresh vegetables, without adding preservatives. The methods used in this activity include surveys, interviews, and direct observation to measure knowledge, attitudes, and consumer satisfaction with the product. The results show an increase in young people's awareness of the importance of healthy eating, as well as a strong interest in repurchasing the product. Furthermore, financial analysis indicates that this product is viable for further development, with a return on investment (ROI) of 492.54%. It is hoped that this innovation can broaden public access especially for the urban younger generation to healthy food and help foster a more positive and sustainable lifestyle change.

Keywords: *Healthy food, Spinach Tortilla, Vegetable consumption, Food innovation, Younger generation.*

Abstrak

Tingginya konsumsi makanan cepat saji dan rendahnya asupan sayur di kalangan generasi muda urban menjadi masalah gizi yang mendesak untuk diatasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memperkenalkan Spinach Tortilla Wrap sebagai inovasi makanan sehat, praktis, dan terjangkau, dengan bahan utama berupa bayam, dada ayam, dan sayuran segar tanpa tambahan bahan pengawet. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup survei, wawancara, dan observasi langsung guna mengukur tingkat pengetahuan, sikap, dan kepuasan konsumen terhadap produk. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran generasi muda akan pentingnya pola makan sehat serta tingginya minat untuk melakukan pembelian ulang produk. Selain itu, analisis finansial menunjukkan bahwa produk ini layak dikembangkan lebih lanjut dengan nilai ROI sebesar 492,54%. Inovasi ini diharapkan dapat memperluas akses masyarakat, khususnya generasi muda urban, terhadap makanan sehat dan mendukung perubahan gaya hidup ke arah yang lebih positif dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Makanan Sehat, Tortilla Bayam, Konsumsi Sayur, Inovasi Pangan, Generasi Muda.

PENDAHULUAN

Di era modern ini, kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pola makan semakin meningkat, terutama pasca-pandemi, yang mendorong permintaan akan makanan fungsional dan pencegahan penyakit. Pergeseran global ini menunjukkan bahwa konsumen semakin mencari produk yang tidak hanya mengenyangkan, tetapi juga memberikan manfaat kesehatan tambahan. Seiring dengan pertumbuhan ekonomi dan urbanisasi yang pesat di Indonesia, khususnya di Surabaya, pola konsumsi makanan telah berubah drastis. Masyarakat perkotaan yang sibuk cenderung memilih makanan kemasan dan siap saji. Akibatnya, muncul kebutuhan besar akan makanan sehat yang praktis dan mudah diakses, terutama di kalangan generasi milenial dan Gen Z yang aktif dan peduli gaya hidup sehat. Kelompok usia ini dikenal dengan kecenderungannya untuk menjaga kesehatan tubuh dan pola makan seimbang, serta mencari solusi makanan cepat saji yang tetap memperhatikan keseimbangan gizi dan menghindari makanan olahan atau pengawet.

Namun, pasar saat ini menghadapi "paradoks kenyamanan-kesehatan" yang signifikan. Banyak pilihan makanan praktis yang tersedia, terutama melalui platform pengiriman online populer seperti Grab Food dan Go Food, justru "padat energi, miskin nutrisi" (Mahmudiono et al., 2022). Kondisi ini memaksa konsumen untuk mengorbankan kualitas gizi demi kepraktisan, yang berkontribusi pada peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (PTM) seperti obesitas, diabetes, dan hipertensi di Indonesia (Mahmudiono et al., 2022). Selain itu, kurangnya informasi nutrisi yang transparan pada aplikasi pengiriman makanan online semakin mempersulit konsumen membuat pilihan yang sehat, sehingga memperpetuasi pola makan yang suboptimal (Mahmudiono et al., 2022).

Data empiris dari Surabaya memberikan bukti konkret dari masalah ini. Sebagian besar pengguna internet di kota tersebut, yaitu 74,4% dari mereka yang berusia 18-64 tahun, sering menggunakan aplikasi pengiriman makanan online untuk pembelian makanan mereka (Mahmudiono et al., 2022). Dalam platform populer ini, makanan cepat saji, martabak, dan mie goreng pedas secara konsisten menjadi item yang paling sering dicari dan dipesan, menunjukkan preferensi kuat konsumen terhadap pilihan praktis, meskipun seringkali tidak sehat (Mahmudiono et al., 2022).

Studi di Surabaya juga menunjukkan perilaku konsumen yang kompleks: bahkan ketika alternatif yang lebih sehat dan terkadang lebih murah tersedia, konsumen sering memilih makanan tidak sehat karena persepsi rasa yang lebih unggul, tren media sosial, atau kebiasaan yang mengakar (Sukartini et al., 2023). Bersamaan dengan itu, alternatif makanan sehat yang ada di pasaran seringkali dihargai mahal (Sholihah et al., 2024), seperti contoh harga sate ayam dengan

saus cashew seharga Rp75.000 di salah satu restoran sehat, yang membatasi aksesibilitasnya bagi sebagian besar konsumen.

Melihat kesenjangan ini, Spinach Tortilla Wrap hadir sebagai solusi inovatif yang dirancang untuk mengatasi "paradoks kenyamanan-kesehatan" tersebut. Produk ini secara strategis diposisikan sebagai pilihan makanan yang sehat, praktis, dan lezat, khusus untuk individu aktif yang memprioritaskan kenyamanan dan kesejahteraan. Produk ini mengutamakan bahan-bahan alami tanpa pengawet buatan, dengan inti dari tortilla yang terbuat dari bayam segar, dipadukan dengan dada ayam panggang, sayuran segar (paprika, wortel, selada), dan saus mayo krim. Setiap komponen ini berkontribusi signifikan terhadap profil nutrisi komprehensifnya: bayam kaya akan vitamin A, C, K, serat, dan antioksidan yang mendukung kekebalan tubuh dan kesehatan mata (Iacobellis et al., 2024), dada ayam panggang menyediakan protein tanpa lemak yang penting untuk otot, tulang, dan rasa kenyang, sementara sayuran segar menambah serat, vitamin, dan antioksidan yang bermanfaat untuk kesehatan jantung, pencernaan, dan pencegahan kanker.

Desain dan komposisi produk ini memungkinkan posisi nutrisi yang strategis. Manfaat Spinach Tortilla Wrap, seperti nutrisi seimbang, kepraktisan, dan keterjangkauan, secara langsung mengatasi kekurangan pasar yang telah diidentifikasi. Literatur ilmiah secara kuat mendukung manfaat kesehatan yang berasal dari setiap bahan inti. Dengan merinci secara eksplisit dasar ilmiah nilai nutrisinya, produk ini dapat secara efektif membangun kepercayaan dan kredibilitas dengan target audiensnya. Penekanannya pada keterjangkauan, dikombinasikan dengan manfaat kesehatannya yang jelas, memungkinkannya untuk secara langsung bersaing dengan pilihan praktis tidak sehat yang lazim dan alternatif sehat yang ada, yang seringkali lebih mahal. Keunggulan kompetitif ganda ini memungkinkan produk untuk berpotensi menangkap segmen pasar yang lebih luas dengan menawarkan proposisi nilai superior yang menyeimbangkan kesehatan, kenyamanan, dan biaya, sekaligus berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat di perkotaan Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dan kualitatif. Pendekatan deskriptif dipilih karena mampu memberikan gambaran yang jelas dan terperinci mengenai proses pengembangan dan penerapan produk Spinach Tortilla Wrap, mulai dari perencanaan, produksi, hingga distribusi. Pendekatan ini juga digunakan untuk memahami bagaimana masyarakat merespons produk ini, baik dari segi rasa, kemasan, maupun manfaat kesehatan yang ditawarkan. Dalam konteks penelitian kualitatif, pendekatan ini digunakan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam melalui pengumpulan data yang bersifat deskriptif dan non-numerik. Alih-alih mengukur keberhasilan kegiatan

secara objektif dengan data numerik, penelitian kualitatif berfokus pada pengalaman, persepsi, dan makna yang diberikan oleh individu terhadap fenomena yang diteliti. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memahami fenomena yang terjadi di lapangan, tetapi juga untuk mengevaluasi dampak produk terhadap perubahan pola konsumsi masyarakat, khususnya dalam memilih makanan sehat yang praktis dan bergizi.

Penelitian dan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Surabaya dan sekitarnya, sebuah kota yang tengah bergeliat menuju gaya hidup sehat, sehingga menjadi tempat yang tepat untuk mengenalkan Spinach Tortilla Wrap. Dalam prosesnya, data primer dikumpulkan langsung dari konsumen melalui wawancara, survei, dan observasi, demi memahami selera, kepuasan, dan kebutuhan masyarakat terhadap produk makanan sehat. Metode penerapan kegiatan diawali dengan riset pasar dan pertemuan langsung dengan konsumen, kemudian dilanjutkan dengan evaluasi dan survei kepuasan demi menyempurnakan produk dan distribusinya. Keberhasilan kegiatan diukur secara luas, mulai dari peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat, pergeseran sikap menuju konsumsi makanan bergizi, hingga diterimanya Spinach Tortilla Wrap sebagai bagian dari kebiasaan makan sehari-hari. Evaluasi juga melibatkan pengukuran kepuasan konsumen, observasi langsung, dan perluasan jangkauan produk, sehingga nantinya makanan sehat ini dapat diterima lebih luas, mendukung terciptanya masyarakat yang lebih sehat, kreatif, dan peduli terhadap kualitas hidup..

PEMBAHASAN

Spinach Tortilla Wrap dirancang untuk meningkatkan konsumsi sayur di Indonesia, mengingat hasil survei Kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa 96% masyarakat masih kurang dalam mengonsumsi buah dan sayuran. Hal ini menjadi perhatian, terutama di kalangan generasi muda. Hasil survei pada kalangan anak muda berusia 15 - 21 tahun menunjukkan bahwa 52% responden memilih junk food sebagai pilihan sarapan. Analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa 45% dari mereka mengonsumsi *junk food* sebanyak tiga kali dalam seminggu, sementara 20% melakukannya dua kali. Selain itu, 18% responden mengonsumsi *junk food* sekali seminggu, 9% lebih dari lima kali, dan 8% sebanyak empat kali dalam seminggu. Hasil Penelitian ini mencerminkan pola konsumsi yang masif terhadap makanan cepat saji di kalangan masyarakat di Indonesia.

Tortilla adalah sejenis roti pipih yang terbuat dari tepung jagung atau tepung gandum, yang sangat populer dalam masakan Meksiko dan Amerika Latin. *Tortilla* sering digunakan sebagai pembungkus untuk berbagai isian, seperti daging, sayuran, dan saus. Dalam inovasi peneliti, *tortilla* yang biasanya dibuat dari tepung jagung kini diproduksi menggunakan bahan-bahan sehat seperti bayam dan telur. *Tortilla* ini tidak hanya lezat, tetapi juga bergizi, dengan

kandungan sekitar 250-300 kalori, 5 gram serat, 20 gram protein, 10 gram lemak, dan 20-25 karbohidrat per porsi. Selain itu, *tortilla* ini juga kaya akan vitamin dan mineral, mengandung 20-25% vitamin A, 10-15% vitamin C, dan 8-10% zat besi, menjadikannya pilihan yang lebih baik untuk meningkatkan asupan nutrisi harian.

Strategi Pemasaran

Dalam proses promosi Spinach Tortilla Wrap, pendekatan Segmentasi, Targeting, dan Positioning (STP) diterapkan secara kreatif demi mencapai sasaran yang tepat. Langkah awal dimulai dengan segmentasi, yaitu mengelompokkan pasar berdasarkan kriteria demografi, psikografi, dan perilaku konsumen. Dalam hal demografi, produk ini ditujukan kepada kalangan muda berusia 18–35 tahun, terutama yang tinggal di perkotaan dan tengah meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan. Sementara dari aspek psikografi, sasaran utamanya adalah individu yang aktif, peduli terhadap gaya hidup sehat, dan mencari makanan bergizi yang praktis. Dari perspektif perilaku, produk ini menyasar konsumen yang terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji, namun masih rendah asupan sayurannya, sehingga mencari pilihan makanan yang lebih sehat dan bergizi. Setelah memahami karakteristik calon konsumen, peneliti kemudian memilih generasi muda sebagai target pasar, mengingat kelompok ini lebih terbuka terhadap inovasi dan cenderung mencari makanan yang praktis, bergizi, dan sesuai gaya hidup. Dengan pendekatan positioning, Spinach Tortilla Wrap diposisikan sebagai makanan cepat saji yang sehat, bergizi, dan praktis, sehingga dapat menjadi pilihan unggul dan lebih bernutrisi dibanding makanan cepat saji pada umumnya.

Analisis Keuangan dan Kelayakan produk

Tabel 1

Menghitung HPP

No	Nama	Price
1	Dada Ayam	Rp 2200
2	Mayonaise	Rp 1200
3	Saos Sambal	Rp 700
4	Sayuran	Rp 2000
5	Kemasan	Rp 800
6	Telur	Rp 1600
7	Bayam	Rp 1000
Total biaya per porsi		9500

Sumber: Data diolah, 2025

Proyeksi *Revenue* (mengambil untung 60%)

HPP: Rp 9500

Harga Jual: $9500 + (60\% \times 9500)$

Harga Jual: $9500 + 5700 = 15200$ dibulatkan 15000

Analisis Kelayakan Produk dan ROI

Analisis kelayakan produk ini dimulai dengan modal awal sebesar Rp 670.000. Setiap porsi memiliki biaya Rp 9.500 yang terdiri dari beberapa bahan, yaitu Dada Ayam Rp 2.200, Mayonnaise Rp 1.500, Sayuran Rp 2.000, Kemasan Rp 800, dan Telur Rp 2.000 dan Bayam Rp 1000. Proyeksi *revenue* dihitung berdasarkan harga pokok penjualan (HPP) yang juga sebesar Rp 9.500. Mengambil margin keuntungan 60%, harga jual ditentukan menjadi Rp 15.000.

Estimasi penjualan per bulan diperkirakan sebanyak 100 porsi, maka dalam enam bulan akan terjual sebanyak 600 porsi. Dengan harga jual Rp 15.000 per porsi, total pendapatan yang dihasilkan mencapai Rp 9.000.000. Total biaya untuk 600 porsi adalah Rp 5.700.000. Selisih antara pendapatan dan biaya menghasilkan total keuntungan sebesar Rp 3.300.000.

Menghitung *Return on Investment* (ROI)

$ROI = (\text{Keuntungan} / \text{Modal Awal}) \times 100\%$

$ROI = (\text{Rp } 3.300.000 / \text{Rp } 670.000) \times 100\%$

$ROI = 492,54\%$

Dengan modal awal Rp 670.000 dan keuntungan Rp 3.300.000, perhitungan ROI menunjukkan angka sebesar 492,54%. Angka ini mengindikasikan bahwa produk ini layak secara finansial dan berpotensi memberikan pengembalian investasi yang baik.

Hasil Wawancara

Dalam penelitian ini, Peneliti telah dilakukan pendekatan kualitatif dengan pengambilan sampel acak di lingkungan Universitas Pembangunan Nasional (UPN) Veteran Jawa Timur. Responden yang terlibat dalam penelitian ini berusia antara 18 hingga 25 tahun, yang merupakan kelompok usia yang relevan sebagai target pasar *Spinach Tortilla Wrap*. Pengambilan sampel secara acak dilakukan untuk memastikan bahwa setiap individu dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih, sehingga hasil penelitian dapat mencerminkan pandangan yang beragam dari mahasiswa di kampus tersebut.

Tabel 2
Sumber Peneliti 2025

No	Inisial Responden	Pertanyaan 1	Jawaban
1	AN	Bagaimana Tanggapan anda terhadap rasa	"Rasa spinach tortilla wrap ini enak dan segar. Kemasan juga keren dan gampang dibawa."

2	BI	dan kemasan produk?	"Saya suka rasanya yang beda, tapi kemasannya agak susah dibuka."
3	CE		"Rasa sayurannya kerasa banget, dan saya suka kemasan yang ramah lingkungan."
4	DE		Rasanya oke, tapi pengen ada variasi rasa lain. Kemasan juga lumayan."
5	FA		"Enak Banget! Kemasan juga informatif dan menarik."
6	GI		"Rasa tortilla ini enak, tapi kemasannya bisa lebih praktis."
7	HA		Rasa segar dan lezat, kemasannya juga menarik perhatian."
8	JO		"Rasa enak, tapi kemasannya agak ribet. Susah dibuka."
9	KI		"Saya suka rasa sayurannya, dan kemasan yang dipakai sangat baik untuk lingkungan."
10	LU		"Rasa cukup enak, tapi saya lebih suka tortilla yang biasa. Kemasan juga lumayan."
11	MI		"Rasa sangat enak, saya pasti rekomendasiin. Kemasan juga bagus."
12	NA		"Puas dengan rasanya, tapi kemasannya bisa lebih praktis. Pngen lebih banyak pilihan."
13	OL		"Rasa tortilla ini enak dan beda. Kemasan juga menarik dan informatif."
14	PA		"Rasa segar dan enak, kemasan ramah lingkungan itu plus banget."
15	RA		"Rasa enak, tapi pengen ada lebih banyak variasi. Kemasan cukup oke."

16	AN	Seberapa puas anda terhadap Produk ini?	"Sangat puas! Pasti bakal beli lagi dan rekomendasiin ke teman."
17	BI		"Puas, tapi pengen ada rasa baru kayak keju atau bumbu rempah."
18	CE		"Sangat puas, ini alternatif sehat yang saya cari-cari."
19	DE		"Puas, tapi pengen ada ukuran yang lebih kecil buat camilan."
20	FA		"Sangat puas, ini jadi pilihan baru saya untuk makanan sehat."
21	GI		"Puas, tapi pengen lebih banyak variasi rasa di masa depan."
22	HA		"Sangat puas, saya bakal terus beli produk ini."
23	JO		"Puas, tapi pengen ukuran yang lebih kecil buat anak-anak."
24	KI		"Sangat puas, ini alternatif yang oke buat tortilla biasa."
25	LU		"Sangat puas, saya suka produk ini dan pasti bakal beli lagi."
26	MI		"Puas, tapi pengen lebih banyak pilihan ukuran."
27	NA		"Sangat puas, ini jadi pilihan utama saya untuk makanan sehat."
28	OL		"Puas, tapi pengen ada rasa baru yang lebih bervariasi."
29	PA		"Puas, tapi pengen ada rasa baru yang lebih menarik."
30	RA	"Sangat puas, saya pasti rekomendasiin ke teman-teman."	

Sumber: Data diolah, 2025

Hasil penelitian dalam bentuk wawancara menunjukkan bahwa responden memberikan tanggapan positif terhadap rasa dan kemasan produk *spinach tortilla wrap*. Dari 15 responden yang terlibat, mayoritas menyatakan bahwa rasa produk ini enak dan segar, dengan beberapa responden mengapresiasi rasa sayuran yang kuat. Namun, ada juga yang menginginkan variasi rasa tambahan untuk meningkatkan pengalaman mereka. Terkait kemasan, sebagian besar responden menilai kemasan produk menarik dan ramah lingkungan, meskipun beberapa mengeluhkan kesulitan dalam membuka kemasan.

Dalam hal kepuasan terhadap produk, 70% responden melaporkan tingkat kepuasan yang tinggi, menyatakan bahwa *spinach tortilla wrap* merupakan alternatif sehat yang mereka cari. Beberapa responden berharap ada lebih banyak pilihan rasa dan ukuran, terutama untuk anak-anak. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa *spinach tortilla wrap* memiliki potensi yang baik di pasar sebagai pilihan makanan sehat, meskipun ada ruang untuk pengembangan lebih lanjut dalam hal variasi rasa dan kemudahan penggunaan kemasan.

Pemberdayaan Petani Lokal

Spinach Tortilla Wrap merupakan produk yang tujuannya untuk meningkatkan konsumsi sayur di Indonesia. Tidak hanya itu, Bisnis ini berkomitmen untuk bertanggung jawab terhadap dampak sosial dan lingkungan. Indonesia merupakan negara yang memiliki banyak petani bayam. Produksi bayam di tingkat nasional pada tahun 2023 mencapai angka yang signifikan, yaitu sebesar 172.321 ton. dibandingkan pada tahun 2022, Jumlah produksi bayam tercatat 170.821. dengan tren peningkatan yang baik, angka ini mencerminkan peningkatan yang positif dalam sektor pertanian, khususnya dalam budidaya sayuran hijau. Namun, berdasarkan penelitian terdahulu, petani di Indonesia menghadapi berbagai tantangan besar dalam menjaga ketahanan pangan, terutama di tengah perubahan yang terjadi di tingkat global dan nasional. Beberapa tantangan utama yang mereka hadapi meliputi perubahan iklim, alih fungsi lahan, kesulitan dalam mengakses teknologi, fluktuasi harga hasil pertanian, serta dampak dari pandemi COVID-19. Peneliti berencana untuk bermitra dengan Petani Lokal. Menjalin kerja sama ini dilakukan langsung dengan petani bayam lokal untuk memastikan bahan baku berkualitas sekaligus meningkatkan kesejahteraan petani. Melalui kerjasama ini, peneliti akan membantu pelatihan petani sehingga dapat meningkatkan hasil dan kualitas.

KESIMPULAN

Penelitian pengembangan Spinach Tortilla Wrap sebagai solusi makanan sehat dan praktis untuk masyarakat urban di Surabaya menunjukkan hasil yang sangat positif. Produk ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya generasi muda, mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat dan seimbang. Spinach Tortilla Wrap mampu menjadi alternatif yang menarik dan terjangkau dibandingkan makanan cepat saji yang kurang

bernutrisi, dengan keunggulan utama pada penggunaan bahan alami tanpa pengawet, kandungan nutrisi yang tinggi, serta rasa yang dapat diterima oleh konsumen berbagai segmen usia¹. Keunggulan utama dari produk ini adalah kombinasi antara nilai gizi, kepraktisan, dan harga yang kompetitif, sehingga dapat menjangkau pasar yang lebih luas.

Hasil analisis keuangan menunjukkan tingkat kelayakan usaha yang sangat baik, dengan ROI mencapai 492,54%, menandakan potensi keuntungan yang besar dan keberlanjutan usaha di masa depan¹. Produk ini diterima dengan baik dan mendorong perubahan perilaku konsumsi masyarakat ke arah yang lebih sehat. Terdapat beberapa kekurangan yang perlu diperhatikan, seperti keterbatasan distribusi produk yang masih terfokus di wilayah Surabaya dan sekitarnya, serta tantangan dalam edukasi konsumen agar lebih memahami manfaat makanan sehat. Selain itu, inovasi produk dan variasi menu perlu terus dikembangkan agar dapat memenuhi beragam selera dan kebutuhan konsumen. Pengembangan kedepan, Spinach Tortilla Wrap dapat difokuskan pada perluasan jangkauan distribusi ke kota-kota lain, pengembangan varian rasa, serta Penggunaan platform digital untuk memperluas akses pasar. Produk ini berpotensi menjadi pelopor makanan sehat praktis di Indonesia dan berkontribusi nyata dalam memperbaiki pola konsumsi masyarakat urban.

DAFTAR PUSTAKA

- Daulay, K. H. (2025). Asupan junk food berhubungan dengan risiko terjadinya nyeri kepala pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *JURNAL PANDU HUSADA*, 26-36.
- Ernawati, H. P. (2019). Consumer preferences for Indonesian food. *Journal of Indonesian Economy and Business*, 280-293.
- Iacobellis, I. L. (2024). Nutritional, biochemical, and functional properties of spinach leaf-enriched dough: A healthier alternative to conventional pasta. *Foods*.
- Kementerian Pertanian Republik Indonesia. . (2024). Angka tetap hortikultura tahun 2023.
- Mahmudiono, T. R.-L. (2022). Food and beverage consumption habits through the perception of Health Belief Model (Grab Food or Go Food) in Surabaya and Pasuruan. *Nutrition*.
- Putri, F. P. (2025). Tantangan petani dalam mempertahankan ketahanan pangan: Studi literatur. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, 580-584.
- Sholihah, N. A. (2024). Determinants of consumer willingness to pay for organic mustard: Evidence from a consumer survey in Surabaya. *HABITAT*, 369-405.
- Sukartini, N. P. (2023). Do tax and subsidy on unhealthy food induce consumer consumption for healthy food? Evidence from experiment in Surabaya, Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 12.