

Persepsi Pelajar-Pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup) Terhadap Amalan Pemakanan Keluarga

Mohd Rizal Bin Mohd Said & Jamaliah Binti Mohd Jamal
Fakulti Pendidikan
Universiti Teknologi Malaysia

Abstrak: Kajian ini merupakan satu tinjauan untuk mengenalpasti persepsi pelajar terhadap amalan pemakanan keluarga terhadap tiga aspek yang dikaji iaitu model keluarga, struktur pemakanan keluarga dan gaya pemakanan keluarga. Seramai 71 orang pelajar tahun akhir kursus Sarjana Muda Teknologi serta Pendidikan (Kemahiran Hidup) di Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia, Skudai yang menamatkan pengajian pada sesi II 2007/2008 dipilih sebagai responden bagi kajian ini. Kajian ini dijalankan dengan mengedarkan set borang soal selidik kepada responden. Data telah dianalisis secara statistik deskriptif dengan menggunakan program Statistical Package for Science (SPSS) versi 13.0 untuk mendapatkan nilai kekerapan, peratusan dan min. Hasil kajian menunjukkan responden mempunyai amalan pemakanan yang tinggi dari dua aspek yang dikaji iaitu model keluarga, dan gaya pemakanan keluarga kecuali struktur pemakanan keluarga berada pada tahap sederhana. Beberapa cadangan telah dikemukakan untuk penambahbaikan dalam amalan pemakanan keluarga khususnya dari aspek struktur pemakanan keluarga. Beberapa cadangan kajian lanjutan bagi pengkaji yang ingin meneruskan kajian ini di masa akan datang turut dicadangkan.

Katakunci: persepsi pelajar, amalan pemakanan keluarga

Pengenalan

Adalah menjadi harapan setiap individu ingin memiliki sebuah keluarga yang sihat, kerana ia mampu menjadi pemangkin kepada sesebuah negara ke arah kemajuan setiap rakyatnya. Sehubungan dengan itu, institusi keluarga melahirkan kecemerlangan hidup dalam setiap ahli keluarganya dari segala aspek kehidupan iaitu dari segi fizikal, psikologi, sosial dan kerohanian (Modul Latihan Kempen Cara Hidup Sihat 2001 Promosi Keluarga Sihat).

Untuk mencapai matlamat ini, sesebuah keluarga perlu memastikan setiap ahli dapat membesar dengan sempurna dan sihat, ini bermaksud corak pemakanan memainkan peranan dalam pembentukan tumbesaran anak-anak. Begitu juga dengan corak pemakanan anak-anak dipengaruhi oleh kedua ibu bapa mereka. Apabila ibu ataupun bapa adalah orang yang cerewet dengan makanan, jangan terkejut apabila anak-anak mempunyai tabiat yang sama. Apabila ibu ataupun bapa tidak suka sejenis makanan, begitulah juga dengan anak-anak mereka (Zuraini, 2006).

Pernyataan Masalah

Berdasarkan kepada latar belakang masalah yang telah dihuraikan, penyelidik ingin melakukan penyelidikan persepsi ke atas amalan pemakanan keluarga terhadap pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup).

Objektif Kajian

Kajian ini bertujuan mengetahui persepsi amalan pemakanan keluarga di kalangan pelajar-pelajar terutama pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup). Objektif yang ditetapkan bagi kajian ini adalah untuk:

1. Mengenalpasti model keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup).
2. Mengenalpasti stuktur pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup).
3. Mengenalpasti gaya pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan terhadap pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup).

Kepentingan Kajian

Penyelidik berharap agar hasil kajian yang akan dijalankan ini dapat memberi manfaat kepada pihak berkenaan. Antara kepentingan kajian ini adalah;

1 Kepada Individu

Maklumat yang diperolehi daripada kajian yang akan dijalankan dapat memberi pengetahuan kepada individu tentang kepentingan amalan pemakanan keluarga. Selain itu, ia bertujuan untuk meningkatkan kesedaran individu berhubung amalan pemakanan sihat.

2 Warga Universiti Teknologi Malaysia

Memudahkan pihak perancang untuk mengatur strategi bagi membimbing warga kerja tentang pemakanan yang baik dan kaedah mengamalkannya dalam keluarga, serta melihat setakat manakah kajian ini mampu mengubah pandangan negatif sekiranya ada.

3 Pelajar-pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup)

Sebagai bakal pendidik pada masa akan datang, ia adalah perlu untuk membantu pelajar –pelajar tentang kepentingan keluarga dalam amalan pemakanan melalui pengajaran dan pembelajaran di sekolah. Melalui hasil kajian yang akan dijalankan, dapat mengubah persepsi bakal guru tentang amalan pemakanan keluarga.

Batasan Kajian

Dalam kajian ini pelajar-pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup) dipilih untuk dijadikan responden. Kajian ini adalah terbatas kepada sampel pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup) Semester II Sesi 2007/2008, iaitu di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai Johor. Seramai 71 orang pelajar akan terlibat dalam kajian ini. Kajian ini dilakukan untuk mengenalpasti persepsi pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup) Semester II Sesi 2007/2008 terhadap amalan pemakanan keluarga. Alat kajian yang digunakan adalah berbentuk Kajian Soal Selidik.

Metodologi

Populasi dan Sampel Kajian

Populasi kajian ini adalah pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup. Setiap pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup akan mewakili amalan pemakanan keluarga. Oleh sebab itu, jumlah populasi adalah sama dengan jumlah keseluruhan pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup.

Sampel merupakan sumber untuk mendapatkan data (Mohd Najib, 1999: ms. 37) dan mewakili populasi. Lebih besar sampel, lebih mantap kajian kerana dapat mengurangkan kesilapan keputusan dan boleh meninggikan kesahan dan kebolehpercayaan skor (Mohd Najib, 1999: ms. 152). Penyelidik menggunakan kaedah persampelan tidak rawak jenis purposif atau persampelan bertujuan bagi mendapatkan data dan maklumat yang dikehendaki dalam menjawab persoalan. (Azizi , 2007)

Sampel dalam penyelidikan ini terdiri daripada pelajar tahun empat Sarjana Muda Teknologi serta Pendidikan Kemahiran Hidup di Fakulti Pendidikan Universiti Teknologi Malaysia yang terdiri daripada pelajar perdana tahun akhir semester II 2007/2008 yang merupakan responden kepada kajian ini. Jumlah sampel adalah seramai 71 orang. Responden adalah terdiri daripada pelajar-pelajar lelaki dan perempuan, di mana jumlah pelajar lelaki adalah seramai 16 orang dan jumlah pelajar perempuan adalah seramai 55 orang.

Instrumen Kajian

Instrumen kajian yang akan digunakan dalam kajian ini adalah berbentuk soal selidik sebagai alat ukur bagi mengumpul data. Pemilihan soal selidik selalu digunakan untuk mengukur konsep yang berkaitan dengan sikap, persepsi dan pandangan selain daripada keterangan latarbelakang .

Set borang soal selidik yang digunakan terbahagi kepada dua bahagian iaitu Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A adalah berkenaan dengan latar belakang responden dan Bahagian B adalah berkaitan dengan persoalan kajian.

Bahagian A: Latar belakang responden

Bahagian A terdiri daripada 3 item. Bahagian ini mengandungi soalan berkaitan dengan demografi responden iaitu jantina, bangsa, dan umur .

Bahagian B: Persoalan kajian

Bahagian B terdiri daripada 30 item. Item-item ini menggunakan Skala Likert. Menurut Azizi Yahya *et al.* (2007:184), Skala Likert didapati berguna untuk mengukur kebolehan selain dari sikap, ia juga sesuai untuk mengukur persepsi dan pandangan pelajar berhubung isu atau perkara.

Skala jenis ini digunakan kerana ianya dapat memberikan gambaran yang lebih tepat terhadap maklumbalas responden. Item-item direkabentuk untuk meninjau amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup , Fakulti Pendidikan. Item-item atau pernyataan dibahagikan kepada tiga kategori berdasarkan persoalan kajian iaitu model keluarga, struktur pemakanan keluarga dan gaya pemakanan keluarga. Setiap kategori mengandungi beberapa item dan pernyataan yang berkaitan dengan kategori tersebut.

Sebanyak 30 item soal selidik disediakan. Maklumbalas jawapan dalam borang soal selidik bahagian B adalah berbentuk Skala Likert yang terdiri dari lima bentuk iaitu sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju(KS), tidak setuju(TS) dan sangat tidak setuju (STS).

Kajian Rintis

Kajian rintis digunakan untuk memastikan ketepatan item-item soal selidik dari sudut kefahaman responden samada dari segi bahasanya, isi kandungannya dan kejelasan maksudnya bagi mendapatkan kebolehpercayaan. Menurut Stanley & Sedlack (1992), tujuan kajian rintis adalah untuk mengenal pasti kesukaran-kesukaran item seperti salah faham terhadap soalan oleh responden, arahan yang tidak jelas dan masalah-masalah lain yang berkaitan.

Seramai 10 orang pelajar tahun 4 dari kursus Kemahiran Hidup Program Khas Pensiswazahan Guru yang akan menamatkan pengajian pada sesi II 2007/2008 telah dipilih sebagai responden bagi kajian rintis. Responden dipilih kerana mereka merupakan pelajar tahun akhir yang akan menamatkan pengajian .

Keputusan

Ringkasan Dapatan Kajian Bahagian A

Dalam kajian yang dijalankan, terdapat tiga item yang memberikan maklumat berkaitan latar belakang responden. Daripada hasil kajian yang merangkumi 59 orang responden, bilangan responden perempuan seramai 44 orang adalah melebihi bilangan responden lelaki yang hanya seramai 15 orang. Majoriti responden adalah berbangsa Melayu iaitu seramai 57 orang dan hanya seorang sahaja responden yang berbangsa Cina dan lain-lain. Responden paling ramai adalah daripada peringkat umur iaitu 26 hingga 29 tahun manakala peringkat umur 30 hingga 33 tahun dan peringkat umur 34 hingga 36 mempunyai bilangan responden paling sedikit iaitu seramai seorang. Hanya 26 orang responden sahaja yang mewakili peringkat umur 22 hingga 25 tahun.

Ringkasan Dapatan Kajian Bahagian B

Jadual 1: Nilai purata pembolehubah dikaji

Bil.	Soalan Kajian	Min Keseluruhan	Tahap
1	Apakah model keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?	4.27	Tinggi
2	Apakah struktur pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?	3.62	Sederhana
3	Apakah gaya pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?	3.72	Tinggi
	Purata	3.87	Tinggi

Berdasarkan Jadual 1 pada keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan tiga aspek amalan pemakanan keluarga di kalangan pelajar-pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan (Kemahiran Hidup). Terdapat tiga pembolehubah yang dikaji iaitu model keluarga, struktur pemakanan keluarga dan gaya pemakanan keluarga. Ketiga-tiga aspek yang dikaji pada tahap min yang

tinggi iaitu 3.87. Nilai min terendah adalah pada aspek struktur pemakanan keluarga iaitu 3.62. Nilai min tertinggi adalah pada aspek model keluarga iaitu 4.27, diikuti gaya pemakanan keluarga iaitu 3.72.

Perbincangan

Apakah model keluarga dalam amalan pemakanan keluarga pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?

Pelajar-pelajar mengetahui tentang makanan bukan hanya kepada pengalaman tetapi daripada pemerhatian (Hayman, 2003). Oleh itu, perkembangan tubuh badan mempunyai persamaan di antara ibu bapa dan pelajar-pelajar dalam penerimaan, pengambilan, pemilihan dan kegemaran serta perasaan ingin mencuba makanan baru (Chen *et al.* 1991). Dapatan kajian menunjukkan responden mempunyai amalan pemakanan keluarga yang tinggi dari sudut model keluarga. Ini dapat dibuktikan melalui dapatan kajian di mana majoriti responden memberikan jawapan yang positif terhadap model keluarga dalam amalan pemakanan keluarga pelajar-pelajar.

Pengambilan sayur-sayuran adalah penting dalam sajian makanan harian keluarga melalui dapatan kajian responden. Menurut Fisher *et al.* (2002), pengambilan buah-buahan dan sayur-sayuran oleh pelajar-pelajar dikatakan mempunyai hubungan dengan sikap positif ibu bapa dan menurut Tibbs *et al.* (2001), ibu bapa atau keluarga merupakan model yang terbaik dalam pembentukan diet yang sihat serta berkait rapat dengan corak penyajian menu rendah lemak dan pengurangan pengambilan lemak dalam diet keluarga. Ini menunjukkan model dapat memberi kesan terhadap pemilihan makanan terutamanya apabila model itu lebih kurang sama dengan pemerhati (Singleton and Rhoads, 1982)

Seterusnya penggunaan pancaindera tangan oleh setiap ahli keluarga dan penekanan penting adab makan ke atas setiap ahli keluarga menunjukkan responden memilih model keluarga sebagai contoh terbaik. Ini disebabkan oleh pelajar-pelajar belajar adab makan dan menyesuaikan hidangan menu pemakanan harian daripada tingkah laku dan gaya pemakanan keluarga, sama ada makan menggunakan jari atau sudu mengikut situasi atau majlis serta lebih cenderung untuk mengambil makanan yang selalu dijadikan hidangan menu harian dan hidangan itu adalah sesuatu hidangan yang diterima oleh budaya (Birch *et al.* 1984)

Apakah struktur pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?

Dapatan kajian bagi persolan kajian yang kedua berkenaan dengan struktur pemakanan keluarga menunjukkan bahawa responden mempunyai beberapa struktur amalan pemakanan. Majoriti responden mengakui sarapan pagi adalah penting kepada setiap ahli keluarga kerana ia membekalkan tenaga dan khasiat untuk waktu pagi yang produktif di tempat kerja atau sekolah (Modul Latihan Kempen Cara Hidup Sihat 2001 Promosi Keluarga Sihat).

Makan bersama keluarga adalah waktu yang mengembirakan menunjukkan bahawa responden menyedari kepentingan waktu makan bersama itu boleh digunakan untuk mendidik ahli keluarga tentang amalan makan secara sihat, di samping tujuan utamanya untuk mengeratkan hubungan kekeluargaan (Modul Latihan Kempen Cara Hidup Sihat 2001 Promosi Keluarga Sihat). Lantaran itu, makan bersama keluarga dikatakan boleh memberi kesan kepada corak pengambilan makanan pelajar-pelajar dan menurut kajian yang dijalankan oleh Stanek *et al.* (1990), menunjukkan bahawa pelajar-pelajar yang makan bersama ahli keluarga yang lain akan terdedah dengan pengambilan makanan yang sihat dan bernutrien. Secara keseluruhannya, pelajar-pelajar yang mempunyai teman sewaktu makan akan mengambil makanan yang mengandungi makanan kumpulan asas. Menurut Neumark-Sztainer *et al.* (2003), kekerapan makan

bersama keluarga menunjukkan kesan positif dari segi pengambilan buah-buahan, sayur-sayuran, fiber, makanan yang berkalsium tinggi dan pengambilan protein, besi, foliat serta vitamin A,C, E dan B-6.

Seterusnya, dapatan kajian juga menunjukkan bahawa kepelbagaian sajian makanan keluarga menyumbang kepada amalan pemakanan responden dari aspek struktur pemakanan keluarga. Walaupun masakannya ringkas, makanannya perlulah digemari oleh semua dan dihidangkan dengan cara yang menyelerakan. Makanan yang berkhasiat tidak semestinya rumit disediakan. Ini boleh dilakukan dengan memastikan bahan-bahan makanan yang mudah disediakan seperti ikan bilis, telur, buah-buahan segar, sayur-sayuran, roti dan mi atau mihun sentiasa disimpan di rumah (Modul Latihan Kempen Cara Hidup Sihat 2001 Promosi Keluarga Sihat).

Pada tahun 1970, hanya 34% keluarga yang memperuntukkan perbelanjaan untuk makan di luar, tetapi peningkatan sebanyak 47% trend makan di luar berlaku pada tahun 1990, sehubungan dengan itu trend makan di luar dikatakan mempunyai hubungan dengan pengambilan tinggi makanan lemak berbanding makan di rumah (Guthrie *et al.* 2002). Pernyataan ini menunjukkan responden bersetuju bahawa hanya sekali-sekala sahaja bersama ahli keluarga makan di luar.

Menurut Model Latihan Kempen Cara Hidup Sihat 2001, Promosi Keluarga Sihat, rumah merupakan tempat yang paling baik untuk memupuk amalan makan secara sihat. Setiap ahli keluarga perlu saling bantu-membantu dalam memberi kesedaran tentang kebaikan amalan makan secara sihat. Justeru itu, responden bersetuju amalan makan di atas meja atau di tempat yang dikhaskan sahaja boleh menghindarkan diri daripada lupa berapa banyak makanan yang telah dimakan jika perhatian ditumpukan kepada perkara yang lain.

Apakah gaya pemakanan keluarga dalam amalan pemakanan pelajar-pelajar tahun akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan Kemahiran Hidup?

Menurut Birch dan Fisher (1995), terdapat tiga gaya pemakanan keluarga berdasarkan taksonomi klasik Baumrind's dalam gaya keluarga iaitu autoritarian, permisif dan autoritatif. Secara keseluruhan, dapatan kajian membuktikan responden mempunyai amalan pemakanan dari aspek gaya pemakanan keluarga. Gaya keluarga autoritarian bersikap tegas dalam mengawal pemakanan pelajar-pelajar untuk mengambil makanan kegemaran seperti pencuci mulut iaitu kuih-muih dan memaksa pelajar-pelajar mengambil makanan sayur-sayuran dan lebih bercorak kawalan dalam jenis pengambilan makanan tanpa mengambil kira kegemaran pelajar-pelajar. Oleh yang demikian, gaya keluarga autoritarian membuktikan bahawa responden bersetuju dengan tidak terdapat makanan segera dalam dapur mahupun peti sejuk rumah. Tambahan pula, keluarga juga dikatakan mempunyai kuasa untuk melarang pelajar-pelajar daripada mengambil makanan yang tidak sihat dan menggalakkan makanan seimbang dan berkhasiat sehubungan dengan itu gaya pemakanan yang ditunjukkan oleh penjaga atau keluarga mampu merubah pembentukan sikap pelajar ke arah menghargai makanan.

Gaya keluarga autoritatif pula mengamalkan corak pemakanan seimbang iaitu menggalakkan ahli keluarga mengambil makanan yang berkhasiat dan memberi peluang untuk membuat pemilihan jenis makanan serta saling bekerjasama di antara satu sama lain melalui penyajian makanan di mana menu golongan dewasa boleh diterima oleh golongan pelajar menurut Birch dan Fisher (1995), ternyata membuktikan bahawa responden bebas menentukan porsi (jumlah makanan) makanan yang disukai berdasarkan menu makanan yang disediakan.

Garis panduan diet seimbang adalah penting dalam pengambilan jenis makanan seperti buah-buahan dan sayur-sayuran dan ia dapat menghadkan pengambilan makanan lain seperti bergaram, bergula dan snek (Birch and Fisher, 1998). Gaya pemakanan keluarga autoritatif mempunyai hubungkait dengan

pengambilan buah-buahan dan sayur-sayuran pada hidangan yang disediakan sahaja dan kurang pengambilan makanan ringan (Gable and Lutz, 2000). Selain itu, gaya pemakanan keluarga autoritatif mempunyai pengaruh positif yang tinggi dalam pengambilan buah-buahan dan sayur-sayuran (Kremers *et al.* 2003). Berdasarkan dapatan kajian, responden mengakui keluarga menitikberatkan pengambilan gizi seimbang dalam pemakanan.

Rumusan

Hasil daripada kajian ini, secara keseluruhannya responden dilihat mempunyai amalan pemakanan keluarga berdasarkan tiga aspek yang dikaji. Responden mempunyai amalan pemakanan keluarga yang tinggi terhadap aspek model keluarga dan gaya pemakanan keluarga. Aktiviti pembelajaran yang dilalui oleh responden sepanjang tempoh pengajiannya di universiti banyak memberi manfaat kepada responden dalam pengaruh model keluarga dan gaya pemakanan keluarga.

Bagi amalan pemakanan keluarga dari aspek struktur keluarga, responden juga dilihat mempunyai persediaan terhadap kedua-dua aspek tersebut. Namun begitu, masih terdapat beberapa kekurangan. Amalan makan secara sihat adalah satu faktor yang penting ke arah kesihatan sekeluarga, dan amalan ini seharusnya dibentuk dan dipupuk di rumah. Justeru, sesebuah keluarga itu seharusnya menjadikan setiap aktiviti yang berkaitan dengan makanan seperti perancangan menu, pembelian, pemilihan dan penyediaan makanan sebagai aktiviti sekeluarga. Oleh itu, penambahan dan penekanan aspek makan secara sihat untuk keluarga perlu digubal dalam setiap subjek pemakanan yang dijalankan di UTM untuk kursus SPH kerana guru-guru adalah wadah penyampai ilmu kepada pelajar-pelajar tentang kesedaran amalan pemakanan keluarga secara sihat memandangkan keluarga merupakan unit asas pembinaan sesebuah negara.

Rujukan

Al-Ghazali (1980). *“Ihya Ulumuddin Jilid 4.”* Kuala Lumpur : Percetakan Menara Kudus.

Anliker JA, Laus MJ, Samonds KW, Beal V (1992). *Mothers’ reports of their three- year- old children’s control over foods and involvement in food-related activities.* Journal Nutrition Education 24:285-91.

Azizi Yahaya et al. (2007). *“Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan.”* Kuala Lumpur: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.

Baranowski et al. (2000). *“Gimme 5 Fruit, juice and vegetables for fun and health : outcome evaluation.”* Health Education and Behavior, 27 : 96-111.

Baranowski T, Cullen KW, Baranowski J (1999). *Psychosocial correlates of dietary intake: advancing intervention.* Annual Review Nutrition 19:17-40.

Baumrind D (1973). *The development of instrumental competence through socialization.* Minnesota, Minneapolis: University of Minnesota Press.

Birch LL, Fisher JO (1998). *Development of eating behaviors among children and adolescents.* Pediatrics 101: 539-49.

Birch LL (1992). *Children’s preferences for high-fat foods.* Nutrition Review 50:249-55.

Birch LL, Marlin DW, Rotter J (1984). *Eating as the "means" activity in a contingency: effects on young children's food preference*. Child Development 55:432-9.

Birch LL, Marlin DW (1982). *I don't like it; I never tried it: effects of exposure on two-year old children's food preferences*. Appetite 3:353-60.

Birch LL, Zimmerman SI, Hind H (1980). *The influence of social-affective context on the formation of children's food preferences*. Child Development 51:856-61

Brown et al. (2000). "*Nutritional awareness and Food preferences of young consumers*". Nutrition and Food Service, Vol. 30 No. 5 : 230-5