

# Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMA Negeri 81 Jakarta Tahun 2020 = Factors Associated with Fruit and Vegetable Consumption among Students of SMA Negeri 81 Jakarta in 2020

Aufa Hanifa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20506333&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Rendahnya konsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit tidak menular. Namun, persentase perilaku kurang konsumsi buah dan sayur di Indonesia masih tinggi, terutama pada kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMA Negeri 81 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dan dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2020 dengan melibatkan 143 responden yang dipilih berdasarkan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner daring secara mandiri oleh responden. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara univariat, analisis bivariat dengan uji Chi-Square, dan analisis multivariat dengan uji regresi logistik ganda. Hasil penelitian menemukan sebanyak 67,1% responden kurang mengonsumsi buah dan sayur (< 400 gram/hari). Hasil bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ( $p = 0,031$ ), preferensi ( $p = 0,002$ ), pengaruh orang tua ( $p = 0,0001$ ), ketersediaan buah dan sayur di rumah ( $p = 0,0001$ ), dan keterpaparan terhadap media massa ( $p = 0,021$ ) dengan konsumsi buah dan sayur. Analisis multivariat menunjukkan bahwa faktor dominan yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur merupakan ketersediaan buah dan sayur di rumah ( $OR = 5,8$ ). Peneliti menyarankan agar pihak sekolah dan dinas kesehatan dapat bekerjasama untuk memberikan edukasi gizi kepada siswa dan orang tua mengenai pentingnya ketersediaan buah dan sayur di rumah. Orang tua disarankan untuk membiasakan diri mengonsumsi buah dan sayur bersama anak, menyediakan beragam buah dan sayur di rumah serta buah dan sayur yang disukai anak, memudahkan akses konsumsi dengan menyajikan buah potong, membawakan bekal buah dan sayur, dan mengolah buah dan sayur sesuai jenis yang disukai anak.

.....Low consumption of fruits and vegetables may increase the risk of non-communicable diseases. However, the percentage of inadequate consumption of fruits and vegetables in Indonesia is still high, especially among adolescents. The aim of this study was to determine factors associated with fruit and vegetable consumption among high school students in SMA Negeri 81 Jakarta. This study used a cross sectional study design and was conducted in March until April 2020 involving 143 respondents selected by using simple random sampling. Data was collected by self-administered online questionnaires. The data obtained were analyzed using univariate analysis, Chi-Square test, and multiple logistic regression tests. The results of this study found 67,1% of respondents consume less fruit and vegetables (<400 grams per day). Bivariate results showed a significant relationship between gender ( $p = 0,031$ ), preference ( $p = 0,002$ ), parental influence ( $p = 0,0001$ ), fruits and vegetables availability at home ( $p = 0,0001$ ), and mass media exposure ( $p = 0,021$ ) with consumption of fruit and vegetables. Multivariate analysis showed that the availability of fruit and vegetables at home was a dominant factor associated with fruit and vegetable consumption ( $OR = 5,8$ ). Researchers suggest that school and health services should collaborate to provide nutrition education to students and parents about the importance of the availability of fruits and vegetables at

home. Parents are suggested to get used to eating fruits and vegetables with children, provide a variety of fruits and vegetables as well as fruits and vegetables that children like, facilitate access to consumption by serving cut fruit, provides fruit and vegetable as school meals, and process fruits and vegetables according to the type preferred by children.