

SKRIPSI



Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta

OLEH

MIFTAHUL JANNAH

1505015081

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

JAKARTA

2019

SKRIPSI



Uhamka
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

**Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur
Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

OLEH

MIFTAHUL JANNAH

1505015081

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
JAKARTA
2019**

PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :
“Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019” merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan pengambilan karangan orang lain dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya dan menjadikan seolah-olah karangan sendiri. Semua sumber, baik yang dikutip, maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tatacara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata di kemudian hari skripsi ini, baik sebagian, maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 21 Agustus
2019



Miftahul Jannah

1505015081

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftahul Jannah
NIM : 1505015081
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Jenis karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019 beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 21 Agustus 2019

Yang menyatakan



Miftahul Jannah

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Miftahul Jannah

NIM : 1505015081

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Judul Skripsi : Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan
Konsumsi Buah dan Sayur pada remaja di SMAN 33
Jakarta tahun 2019

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah disidangkan di hadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas
Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

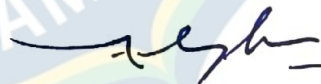
Jakarta, 21 Agustus 2019

★ Pembimbing I

Pembimbing II



Retno Mardhiati, SKM., M.Kes



Alibbirwin, SKM.,M.Epid

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Miftahul Jannah
NIM : 1505015081
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul Skripsi : Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

Jakarta, 21 Agustus 2019

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Retno Mardhiati, SKM., M.Kes (.....)

Penguji I : Ony Linda, SKM., M.Kes (.....)

Penguji II : Arif Setyawan, SKM., M.Kes (.....)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Miftahul Jannah

Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 10 September 1997

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Jl. Kihajar Dewantoro Gang Kenanga RT 006/01
No. 98 Kelurahan Gondrong Kecamatan Cipondoh
Kota Tangerang, Banten

No.Ponsel : 087782540576

Email : mmiftahulitahul@gmail.com

Instansi : Universitas Muhammadiyah Prof. D.R HAMKA

Alamat Instansi : Jl. Limau II, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan

Fakultas/Program Studi : Ilmu-ilmu Kesehatan Masyarakat

Peminatan : Statistik Kesehatan

Angkatan : 2015



Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Pejagalan 07 Pagi (2003-2009)
2. SMP Negeri 205 Jakarta (2009-2012)
3. SMA Negeri 84 Jakarta (2012-2015)
4. Universitas Muhammadiyah PROF. DR. HAMKA (2015-sekarang)

Riwayat Organisasi

1. Palang Merah Remaja SMPN 205 Jakarta (2009-2012)
2. Majalah Dinding SMAN 84 Jakarta (2012-2013)
3. Tari Tradisional SMAN 84 Jakarta (2012-2015)

Motto

“Believe what you want to believe, believe whats make you happy and always say Alhamdulillah for everything”



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua ku tersayang.

Bapak Adang Saputra, ibu Suparsi,

mba Rohmatul Jannah, mba Aslamia Husnul Khotimah,

serta sahabat-sahabat tersayang.



KATA PENGANTAR

Assalamuallaikum, Wr, Wb.

Alhamdulillah, puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. D.R. HAMKA.

Selama dalam penyelesaian skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan serta dukungan baik moril maupun materil dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Ony Linda, SKM., M.Kes, selaku Dekan FIKes UHAMKA.
2. Ibu Dian Kholika Hamal M.Kes, selaku Kaprodi Kesehatan Masyarakat UHAMKA.
3. Ibu Retno Mardhiati, SKM., M.Kes, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran dan pengetahuan dengan sabar, ikhlas, lemah lembut dan tak kenal lelah sejak awal hingga selesainya skripsi ini.
4. Bapak Alibbirwin, SKM., M.Epid, selaku Dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dan membantu penulisan skripsi ini.
5. Orang tua saya, Bapak Adang Saputra dan Ibu Suparsi yang selalu mendukung saya. Terimakasih atas doa dan supportnya.
6. Kakak saya, Rohmatul Jannah dan Aslamia Husnul Khotimah atas semangat, doa dan dukungannya.
7. Ibu Rita, guru-guru, siswa, dan seluruh pihak di SMAN 33 Jakarta yang telah membantu dalam terlaksananya pengumpulan data skripsi ini.
8. Teman pengerjaan skripsi saya, Lenny Setiawaty atas bantuannya yang telah membantu saya dalam pelaksanaan turun data dan teman yang selalu ingin cepat selesainya skripsi ini.
9. Teman perjuangan skripsi saya, Lintang, Mia, Nadya, Nisrina, Nofia, Nurul Ayu, Nurul R., Komar, Hera, dan Ridho yang telah membantu dan mendukung untuk penyelesaian skripsi ini.

10. Teman-teman GeCe yang tidak GeCe, Azifa, Eunike, Felly, Ghisa, Levi, Mifta Cici, Nada, Rafli, Reyfanny, Valdy, Vinka, dan Yuli atas dukungannya dan motivasinya untuk penyelesaian skripsi ini.
11. We Are One EXO, Minseok, Junmyeon, Yixing, Baekhyun, Jongdae, Chanyeol, Kyungsoo, Jongin, dan Sehun atas lagu dari kalian yang selalu menemani di dalam setiap pengerjaan skripsi ini serta motivasi yang telah kalian berikan untuk cepat menyelesaikan skripsi ini.
12. Doh Kyungsoo, yang selalu menjadi motivasi dalam pengerjaan skripsi ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Restoran serta cafe yang telah menjadi tempat ternyaman dan menghindari rasa malas pada pengerjaan skripsi ini sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Wassalamualaikum, Wr, Wb

Jakarta, 21 Agustus 2019

Miftahul Jannah

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN STATISTIK KESEHATAN

Skripsi, Juli 2019

Miftahul Jannah,

“Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019”

xvii + 154 halaman, 41 tabel, 10 gambar + 4 lampiran

ABSTRAK

Nutrisi yang dibutuhkan oleh remaja terdapat dalam buah dan sayur seperti vitamin, mineral dan antioksidan. Walaupun terdapat banyak kandungan yang bermanfaat baik bagi tubuh buah dan sayur jarang dikonsumsi oleh mayoritas penduduk Indonesia khususnya para remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross sectional* pada 98 remaja di SMAN 33 Jakarta. Penelitian ini menggunakan data primer melalui pengisian kuesioner dan FFQ Semi Kuantitatif. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat dan multivariat. Teknik pengambilan sampel adalah *proportional stratified random sampling*.

Hasil univariat menunjukkan remaja yang konsumsi buah dan sayur kurang baik (68,4%), ketersediaan buah dan sayur baik (70,4%), berjenis kelamin laki-laki (38,8%), orang tua memiliki pekerjaan (98%), pendidikan orang tua tinggi (87,8%), orang tua memiliki penghasilan tinggi (73,5%), dukungan orang tua positif (56,1%), dan contoh orang tua baik (31,6%). Hasil bivariat menunjukkan variabel ketersediaan buah dan sayur, pekerjaan orang tua, dukungan orang tua, contoh orang tua memiliki hubungan dengan konsumsi buah dan sayur dan adanya hubungan antara contoh orang tua dengan ketersediaan buah dan sayur. Hasil multivariat menunjukkan bahwa variabel konfounding dari hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur adalah jenis kelamin, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dukungan orang tua.

Kata kunci : remaja, buah, sayur

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
BACHELOR DEGREE OF PUBLIC HEALTH
FOCUS OF HEALTH STATISTIC

Proposal, July 2019

Miftahul Jannah,

“Relationship between the availability of fruits and vegetables with fruit and vegetable consumption in adolescents at 33 State High School in Jakarta”

xvii + 154 pages, 41 table, 10 image + 4 attachment

ABSTRACT

Nutrients needed by adolescents are found in fruits and vegetables such as vitamins, minerals and antioxidants. Although there are many ingredients that are beneficial to the body of fruits and vegetables, they are rarely consumed by the majority of the Indonesian population, especially teenagers. The research objective was to determine the relationship between the availability of fruits and vegetables with fruit and vegetable consumption in adolescents at SMAN 33 Jakarta.

This research is a quantitative study using a cross sectional design in 98 adolescents at SMAN 33 Jakarta. This study uses primary data through filling in questionnaires and Semi Quantitative FFQ. The analysis used was univariate, bivariate and multivariate analysis. The sampling technique is proportional stratified random sampling.

Univariate results showed that adolescents who consumed fruit and vegetables were not good (68.4%), availability of fruits and vegetables were good (70.4%), were male (38.8%), parents had jobs (98%) , parental education is high (87.8%), parents have high incomes (73.5%), positive parental support (56.1%), and good parental examples (31.6%). Bivariate results show that the availability of fruits and vegetables, parents' occupation, parents' support, examples of parents have a relationship with fruit and vegetable consumption and there is a relationship between parents' samples with fruit and vegetables availability. Multivariate results indicate that the confounding variables of the relationship of fruit and vegetable availability with fruit and vegetable consumption are gender, parental education, parental occupation, parental support.

Keyword : adolescent, fruit, vegetable

DAFTAR ISI

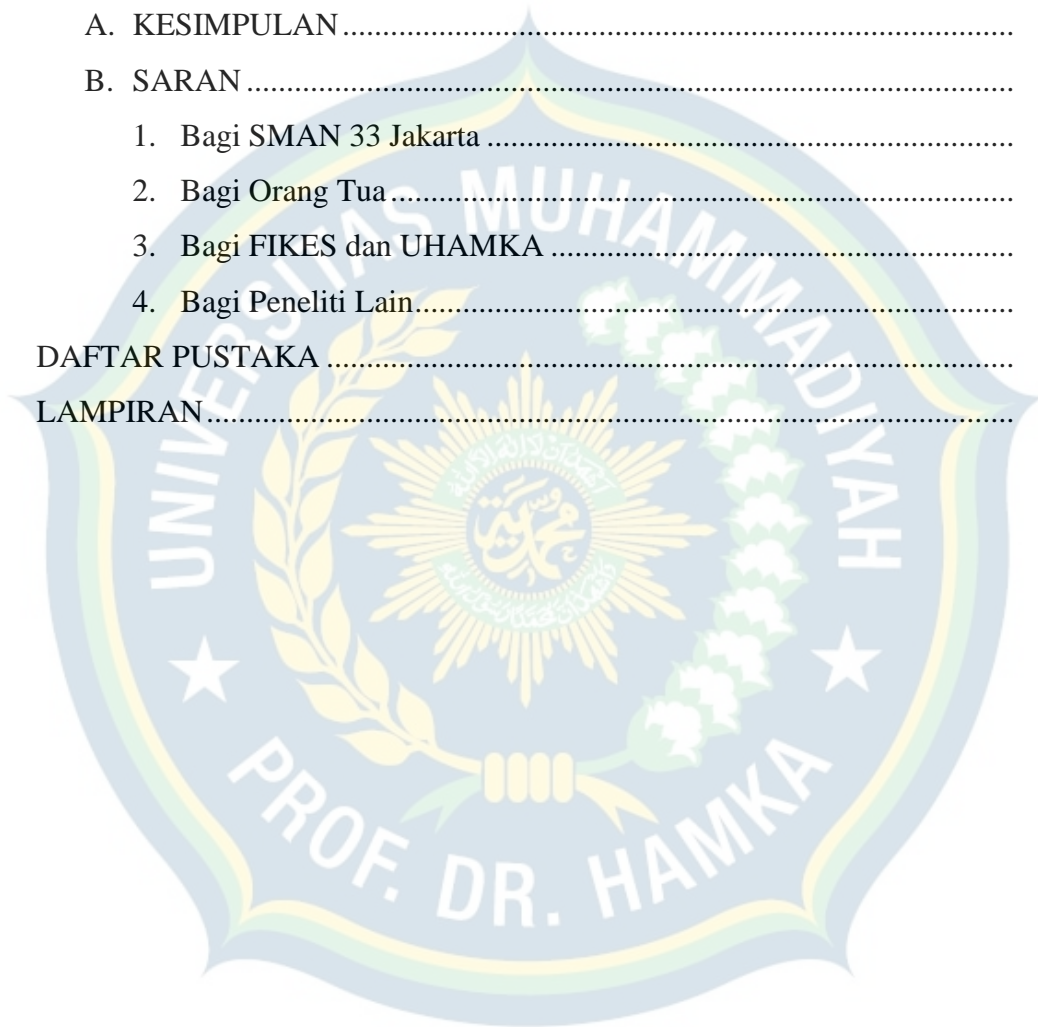
	Halaman
LEMBAR COVER	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI	v
RIWAYAT HIDUP	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat bagi SMAN 33 Jakarta	5
2. Manfaat bagi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA ...	5
3. Manfaat bagi Peneliti Lain	5
E. Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	
A. Remaja	6
B. Perilaku Makan Remaja	7
C. Konsumsi Buah dan Sayur	8

1. Konsumsi Buah	8
2. Konsumsi Sayur	10
D. Ketersediaan Buah dan Sayur	11
E. Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur.....	13
1. Umur	13
2. Jenis Kelamin	13
3. Preferensi.....	14
4. <i>Self-Efficacy</i>	14
5. Pendidikan Orang Tua.....	15
6. Pengaruh Orang Tua	16
7. Keterpaparan Media Massa.....	16
F. Kerangka Teori	17
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Konsep	19
B. Definisi Operasional.....	20
C. Hipotesis.....	21
BAB IV METODELOGI PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	23
1. Populasi.....	23
2. Sampel.....	24
a. Kriteria Inklusi	24
b. Kriteria Eksklusi.....	24
3. Teknik Sampling	24
D. Pengumpulan Data	26
E. Pegolahan Data.....	27
1. Editing.....	27
2. Coding	27
3. Entry Data	27
4. Cleaning Data.....	27
5. Skoring Data	28

F. Analisis Data	29
1. Analisis Univariat.....	29
2. Analisis Bivariat.....	29
3. Analisis Multivariat	31
BAB V HASIL	
A. Profil SMAN 33 Jakarta	
1. Gambaran Umum SMAN 33 Jakarta	33
2. Visi SMAN 33 Jakarta	33
3. Misi SMAN 33 Jakarta	34
4. Tujuan SMAN 33 Jakarta.....	34
B. Analisis Univariat	
1. Konsumsi Buah dan Sayur	35
2. Ketersediaan Buah dan Sayur	37
3. Jenis Kelamin	39
4. Pekerjaan Orang Tua.....	40
5. Pendidikan Orang Tua.....	41
6. Penghasilan Orang Tua	42
7. Dukungan Orang Tua.....	42
8. Contoh Orang Tua.....	44
9. Rekapitulasi Analisis Univariat.....	46
C. Analisis Bivariat	
1. Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	47
2. Hubungan antara Variabel Konfounding dengan Variabel Dependen	
a. Hubungan Jenis Kelamin dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	47
b. Hubungan Pekerjaan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	48
c. Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	49
d. Hubungan Penghasilan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	49

e.	Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	50
f.	Hubungan Contoh Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta	50
3.	Hubungan antara Variabel Konfounding dengan Variabel Independen	
a.	Hubungan Jenis Kelamin dengan Ketersediaan Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	51
b.	Hubungan Pekerjaan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	52
c.	Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	52
d.	Hubungan Penghasilan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	53
e.	Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta.....	53
f.	Hubungan Contoh Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta	54
4.	Rekapitulasi Analisis Bivariat	
a.	Hubungan Variabel Independen dengan Variabel Dependen..	54
b.	Hubungan Variabel Konfounding dengan Variabel Dependen.....	55
c.	Hubungan Variabel Konfounding dengan Variabel Independen	55
D.	Analisis Multivariat	
1.	Model Awal.....	55
2.	Variabel Interaksi	56
3.	Uji Konfounding	56
4.	Model Akhir	57
BAB VI PEMBAHASAN		
A.	Konsumsi Buah dan Sayur	59
B.	Ketersediaan Buah dan Sayur	60
C.	Jenis Kelamin	62

D. Pekerjaan Orang Tua.....	63
E. Pendidikan Orang Tua.....	65
F. Penghasilan Orang Tua	66
G. Dukungan Orang Tua.....	67
H. Contoh Orang Tua.....	69
I. Keterbatasan Penelitian.....	70
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN.....	72
B. SARAN	73
1. Bagi SMAN 33 Jakarta	73
2. Bagi Orang Tua.....	73
3. Bagi FIKES dan UHAMKA	73
4. Bagi Peneliti Lain.....	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN.....	



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Definisi Operasional	20
Tabel 4.1. Tabel Bantu Perhitungan Besar Sampel	25
Tabel 4.2. Cara Pengambilan Sampel Pada Tiap Kelas	26
Tabel 4.3. Tabel Silang Hasil Pengamatan Studi <i>Cross Sectional</i>	31
Tabel 5.1.a. Distribusi Responden Menurut Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	35
Tabel 5.1.b. Nilai-Nilai Statistik Menurut Konsumsi Buah pada Remaha di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	35
Tabel 5.1.c. Nilai-Nilai Statistik Menurut Konsumsi Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	36
Tabel 5.1.d. Distribusi Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	36
Tabel 5.2.a. Distribusi Responden Menurut Ketersediaan Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	37
Tabel 5.2.b. Nilai-Nilai Statistik Menurut Ketersediaan Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	38
Tabel 5.3. Distribusi Jenis Kelamin Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	39
Tabel 5.4. Distribusi Responden Menurut Pekerjaan Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	40
Tabel 5.5. Distribusi Responden Menurut Pendidikan Terakhir Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	41
Tabel 5.6. Nilai-Nilai Statistik Menurut Penghasilan Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	42
Tabel 5.7.a. Distribusi Responden Menurut Dukungan Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	43
Tabel 5.7.b. Nilai-Nilai Statistik Menurut Dukungan Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	43

Tabel 5.7.c. Distribusi Dukungan Orang tua terhadap Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	44
Tabel 5.8.a. Distribusi Responden Menurut Contoh Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	44
Tabel 5.8.b. Nilai-Nilai Statistik Menurut Contoh Orang Tua pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	44
Tabel 5.8.c. Distribusi Contoh Orang tua terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	45
Tabel 5.9. Rekapitulasi Analisis Univariat	46
Tabel 5.10.a. Distribusi Responden Menurut Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	47
Tabel 5.10.b. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	47
Tabel 5.10.c. Distribusi Responden Menurut Pekerjaan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	48
Tabel 5.10.d. Distribusi Responden Menurut Pendidikan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta Tahun 2019	49
Tabel 5.10.e. Distribusi Responden Menurut Penghasilan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta Tahun 2019	49
Tabel 5.10.f. Distribusi Responden Menurut Dukungan Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta Tahun 2019	50
Tabel 5.10.g. Distribusi Responden Menurut Contoh Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta Tahun 2019	50

Tabel 5.11.a. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta Tahun 2019	51
Tabel 5.11.b. Distribusi Responden Menurut Pekerjaan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	52
Tabel 5.11.c. Distribusi Responden Menurut Pendidikan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	52
Tabel 5.11.d. Distribusi Responden Menurut Penghasilan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	53
Tabel 5.11.e. Distribusi Responden Menurut Dukungan Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	53
Tabel 5.11.f. Distribusi Responden Menurut Contoh Orang Tua dengan Ketersediaan Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	54
Tabel 5.12.a. Hubungan Variabel Independen dengan Variabel Dependen	54
Tabel 5.12.b. Hubungan Variabel Konfounding dengan Variabel Dependen .	55
Tabel 5.12.c. Hubungan Variabel Konfounding dengan Variabel Independen	55
Tabel 5.13.a. Model Awal.....	55
Tabel 5.13.b. Penilaian Variabel Interaksi	56
Tabel 5.13.c. Uji Konfounding	57
Tabel 5.13.d. Model Akhir.....	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	18
Gambar 3.1. Kerangka Konsep	19
Gambar 5.1. Distribusi Responden Menurut Kategorik Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019	36
Gambar 5.2. Distribusi Responden Menurut Kategorik Ketersediaan Buah dan Sayur pada Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.	39
Gambar 5.3. Distribusi Responden Menurut Kategorik Jenis Kelamin pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	39
Gambar 5.4. Distribusi Responden Menurut Kategorik Pekerjaan Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	40
Gambar 5.5. Distribusi Responden Menurut Kategorik Pendidikan Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	41
Gambar 5.6. Distribusi Responden Menurut Kategorik Penghasilan Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	42
Gambar 5.7. Distribusi Responden Menurut Kategorik Dukungan Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	44
Gambar 5.8. Distribusi Responden Menurut Kategorik Contoh Orang Tua Pada Remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kuesioner Penelitian
2. Surat Permohonan Izin Pengambilan Data
3. Surat Permohonan Izin Penelitian
4. Hasil Ouput Analisis Data



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu masa perkembangan alami manusia dalam hidupnya dan masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Thalib, 2010). Remaja membutuhkan energi dan nutrisi untuk memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang, remaja mendapatkan energi dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh mereka untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.

Gizi merupakan zat makanan yang apabila dikonsumsi oleh seseorang dapat mendatangkan banyak manfaat yang baik bagi tubuh, seperti mendatangkan sehat dan menghindarkan kita dari berbagai penyakit. Sehat bagi seseorang jika orang tersebut memiliki kesehatan secara fisik, mental dan sosial (Santoso, Ranti, & Lies, 2009). Tubuh yang sehat bisa salah satunya didapatkan dengan mengonsumsi buah dan sayur setiap harinya. Buah dan sayur memiliki banyak kandungan seperti vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh remaja.

Beberapa kandungan vitamin yang terdapat dalam buah dan sayur adalah provitamin A, vitamin C, vitamin K, vitamin E dan berbagai kelompok vitamin B kompleks. Buah dan sayur bukan hanya kaya akan vitamin tetapi juga kaya akan mineral diantaranya kalium, kalsium, natrium, zat besi, magnesium, mangan, seng dan selenium. Buah dan sayur juga merupakan sumber antioksidan yang baik bagi tubuh, antioksidan yang terkandung di dalam buah dan sayur memiliki manfaat sebagai pelindung tubuh kita untuk melawan polutan dan radikal bebas. Walaupun terdapat banyak kandungan yang baik bagi tubuh kita namun buah dan sayur jarang dikonsumsi oleh mayoritas penduduk Indonesia khususnya para remaja.

Kurangnya mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan remaja menjadi tidak bersemangat dan pencernaannya terhambat (Indira, 2015), selain itu dapat mengakibatkan timbulnya berbagai macam penyakit yang kemudian

akan menghambat masa pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja, karena tubuh kekurangan nutrisi seperti vitamin, mineral dan serat yang dibutuhkan bagi tubuh.

Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang sesuai dengan Permenkes No.41 tahun 2014 dianjurkan bagi para remaja untuk mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 400-600 gram per orang per hari yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah (Kemenkes, 2018). Permasalahan yang dihadapi di Indonesia adalah bahwa angka konsumsi buah dan sayur penduduk Indonesia masih berada dibawah angka konsumsi yang dianjurkan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 penduduk Indonesia yang berumur ≥ 10 tahun yang kurang mengonsumsi buah dan sayur sebesar 93.5% (Kemenkes, Riset Kesehatan Dasar, 2013). Kondisi ini sesuai dengan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) dan Studi Diet Total (SDT) pada tahun 2014 bahwa konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia masih rendah (Kemenkes, Survei Konsumsi Makanan Individu dalam Buku Survei Diet Total Indonesia 2014, 2014).

Konsumsi buah dan sayur menurut (Candrawati, Wiarsih, & Sukihananto, 2014) dipengaruhi oleh ketersediaan buah dan sayur dalam keluarga. Pada penelitian ini menyebutkan bahwa ketersediaan buah dan sayur dalam keluarga memiliki hubungan yang positif dengan konsumsi buah dan sayur ($pvalue=0,000$). Selain itu menurut (Anggraeni & Sudiarti, 2018) konsumsi buah dan sayur dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti prefensi, *self-efficacy*, tingkat pendidikan ibu, pengaruh orang tua dan keterpaparan media massa. Faktor yang paling dominan terhadap konsumsi buah dan sayur penelitian yang dilakukan oleh Asih dan Trini adalah tingkat pendidikan ibu. Penelitian yang dilakukan oleh (Gustiara, 2012) konsumsi buah dan sayur dipengaruhi oleh ketersediaan buah dan sayur serta pengaruh teman sebaya.

Sekolah Menengah Atas Negeri 33 Jakarta merupakan salah satu sekolah negeri yang berada di Cengkareng, Jakarta Barat. Pada survei pendahuluan yang dilakukan pada 30 orang siswa, menunjukkan siswa yang mengonsumsi buah hanya 12 siswa (40%) dan siswa yang mengonsumsi sayur hanya 8 siswa (25%). Di SMA Negeri 33 Jakarta, jajanan kantin yang mengandung buah dan

sayur masih kurang. Makanan yang dijual di kantin sekolah kebanyakan menjual mie, soto dan nasi goreng. Minuman yang dijual di kantin sekolah kebanyakan minuman dalam kemasan seperti minuman yang bersoda dan berbahan pengawet. Serta letak tempat SMA Negeri 33 Jakarta dekat dengan pusat perbelanjaan dan dengan restoran-restoran cepat saji.

Hal tersebut yang menjadi latar belakang penulis untuk melakukan penelitian tentang hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi di SMA Negeri 33 Jakarta Tahun 2019. Selain itu, karena belum adanya penelitian tentang hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi di instansi tersebut sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan (Kemenkes, Riskesdas dalam Angka Provinsi DKI Jakarta 2013, 2013) wilayah Jakarta Barat memiliki angka 15,7% penduduk yang berumur 10 tahun keatas dalam konsumsi buah dan sayur yang dianjurkan (WHO, 2003) sekitar 3-5 porsi dalam seminggu. Angka tersebut menunjukkan masih rendahnya tingkat konsumsi buah dan sayur pada remaja di wilayah Jakarta Barat.

Hasil survei pendahuluan pada 30 orang siswa di sekolah tersebut menunjukkan siswa yang mengonsumsi buah hanya 12 siswa (40%) dan siswa yang mengonsumsi sayur hanya 8 siswa (25%). Hal ini menunjukkan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta masih rendah, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus :

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini meliputi :

- a. Diketahui gambaran konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- b. Diketahui gambaran ketersediaan buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- c. Diketahui variabel konfounding (jenis kelamin, pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, pekerjaan orang tua, dukungan orang tua, contoh orang tua) pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- d. Diketahui hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- e. Diketahui hubungan variabel konfounding (jenis kelamin, pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, pekerjaan orang tua, dukungan orang tua, contoh orang tua) dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- f. Diketahui hubungan variabel konfounding (jenis kelamin, pendidikan orang tua, pendapatan orang tua, pekerjaan orang tua, dukungan orang tua, contoh orang tua) dengan ketersediaan buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.
- g. Diketahui variabel konfounding yang mempengaruhi hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMAN 33 Jakarta tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat untuk SMAN 33 Jakarta, manfaat untuk Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, dan manfaat untuk peneliti lain.

1. Manfaat bagi SMA Negeri 33 Jakarta

Penelitian ini memberikan manfaat dalam bentuk data dan informasi tentang Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMA Negeri 33 Jakarta tahun 2019. Data dan informasi dapat digunakan oleh kepala sekolah, guru, dan staf yang ada di SMA Negeri 33 Jakarta sebagai bagian dalam pembuatan program maupun peraturan yang akan dibuat dan dilaksanakan di SMA Negeri 33 Jakarta.

2. Manfaat bagi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Penelitian ini memberikan manfaat dalam bentuk data dan informasi tentang Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMA Negeri 33 Jakarta tahun 2019. Data dan informasi dapat digunakan oleh tenaga pengajar, mahasiswa, dan alumni Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka sebagai bagian dari materi proses belajar dan mengajar di Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka.

3. Manfaat bagi Peneliti Lain

Penelitian ini memberikan manfaat dalam bentuk data dan informasi tentang Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMA Negeri 33 Jakarta tahun 2019. Data dan informasi dapat digunakan dalam mengembangkan ide penelitian dan memperkaya ilmu pengetahuan bagi peneliti lain.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi SMA Negeri 33 Jakarta. Penelitian akan dilakukan pada tahun 2019 dengan menggunakan kuesioner yang disebarkan kepada remaja di SMA Negeri 33 Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alwisol. (2017). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Anggraeni, N. A., & Sudiarti, T. (2018). Faktor Dominana Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMPN 98 Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 18-32.
- Ansu, V. Y. (2015). Examining The Association Between Children's Fruit and Vegetable Intake at and Away From School. *Nutrition and Food Sciences*.
- Arisman. (2008). *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Astawan, M. (2008). *Sehat dengan Buah : Panduan Lengkap Menjaga Kesehatan dengan Buah*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Bahria, & Triyanti. (2010). Faktor-Faktor Yang Terkait Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di 4 SMA Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 63-71.
- Bere, Elling, & Klepp, K. I. (2005). Change in Accessibility and Preferences Predict Children's Future Fruit and Vegetable Intake. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15.
- Brown, J. E. (2011). *Nutrition Through The Life Cycle*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Candrawati, E., Wiarsih, W., & Sukihananto. (2014). Ketersediaan Buah dan Sayur dalam Keluarga sebagai Strategi Intervensi Peningkatan Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Care*.
- Contento, I. (2011). *Nutrition Education : Linking Research, Theory, and Practice*. Jones and Bartlett Publishers, 26-42.
- Cornelia, J. (2015). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Ikatan Mahasiswa Riau Universitas Indonesia*. Depok: Universitas Indonesia.
- FAO. (2015). *Promotion of Fruit and Vegetables for Health. Report of the Pacific Regional Workshop*. Rome: FAO.

- Farvid, M., Chen, W., Michels, K., Choe, E., Willett, W., & Eliassen, A. (2016). Fruit and Vegetable Consumption in Adolscence and Early Adulthood and Risk of Breast Cancer : Population Based Cohort Study. *BMJ*, 353:1-12.
- Febriani, E., & Marudut. (2011). Konsumsi Sayuran-Buah dan Kadar Hemoglobin Remaja Puteri di Pesantren Ibadurrahman, Tangerang. *Nutrire Diaita*, 33-44.
- Gustiara, I. (2012). Konsumsi Sayur dan Buah pada siswa SMA Negeri 1 Pekanbaru. *Jurnal Precure*, 50-57.
- Hasan, M. I. (2017). *Pokok-Pokok Materi Statistik 2 (Statistik Inferensial)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hastono, S. P. (2001). *Analisis Data*. Depok: Universitas Indonesia.
- Hermina, & Prihatini, S. (2016). Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang : Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 205-218.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indira, I. A. (2015). Perilaku konsumsi sayur dan buah anak prasekolah di Desa Embatau Kecamatan Tikala Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal MKMI*, 253-262.
- Istiany, A., & Ruslianti. (2013). *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kemenkes, B. P. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes, B. P. (2013). *Riskesdas dalam Angka Provinsi DKI Jakarta 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemenkes, B. P. (2014). *Survei Konsumsi Makanan Individu dalam Buku Survei Diet Total Indonesia 2014*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Krølner, R., Rasmussen, M., Brug, J., Klepp, K., Wind, M., & Due, P. (2011). Determinants of Fruit and Vegetable Consumption Among Children and Adolescents : A Review of the Literature Part II : Qualitative Studies. *International Journal Behav Nutr Phys Act*, 1-38.

- Lestari, I., Hadju, V., & Sirajuddin, S. (2014). Gambaran pengetahuan, sikap pada remaja SMA, ketersediaan buah dan sayur di tingkat rumah tangga dan pola konsumsi buah dan sayur di Kabupaten Bantaeng.
- Mandira, F. (2013). *Konsumsi Buah dan Sayur Menurut Karakteristik Responden, Pengaruh Teman Sebaya, Ketersediaan, dan Keterpaparan Media Massa pada Siswa di SMA Negeri 115 Jakarta*. Depok: Universitas Indonesia.
- Melinda, K. (2013). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa di SMP Negeri 28 Jakarta dan SMP Negeri 1 Jakarta*. Depok: Universitas Indonesia.
- Mohammad, A., & Madanijah, S. (2015). Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor. *Jurnal Gizi Pangan*, 71.
- Nakita, Y. I. (2010). *Sehat dan Buger Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Neolaka, A. (2016). *Metode Penelitian dan Statistik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Noia, Di, J., & Contento, I. R. (2010). Fruit and Vegetable Enables Adolescent Consumption That Exceeds National Average. *Nutritional Research*, 396-402.
- Nuraeni, I., Hadi, H., & Paratmanitya, Y. (2013). Perbedaan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar yang Obes dan Tidak Obes di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi Dietetik Indonesia*, 81-92.
- Nurmahmudah, D. K., Aruben, R., & Suyatno. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Makan Buah dan Sayur Pada Anak Pra Sekolah PAUD TK SAPTA PRASETYA Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 244.
- Pearson, Natalie, & al., e. (2009). Parenting Styles, Family Structure and Adolescent Dietary Behaviour. *Public Health Nutrition*, 1245-1253.
- Rachman, B. N., Mustika, I. G., & Kusumawati, W. (2017). Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9-16.

- Rahman, N., Dewi, N., & Armawaty, F. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja SMA Negeri 1 Palu. *Jurnal Preventif*, 7 (1) : 1-64.
- Ramayulis, R. (2016). *Super Jus*. Jakarta: Niaga Swadaya.
- Ramezankhani, A., E, T., AB, H., & M, A. (2016). Investigation of the Knowledge and Skill of Proper Consumption of Fruit and Vegetables Among Shahrekord Adolescent Girls. *Int J Pediatr*, 4 (10) : 3699-707.
- Rasmussen, M., Krølner, R., Klepp, K.-I., & Lytle, L. (2006). Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents : a review of the literature. Part 1 : quantitative studies. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1-19.
- Restiani, H. (2009). *Menerapkan Budaya Hidup Sehat : Pola Makan dan Keseimbangan Gizi*. Bandung: Puri Pustaka.
- Rosidi, A., & Sulistyowati, E. (2012). Peran pendidkn dan pekerjaan ibu dalam konsumsi sayur anak prasekolah. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, 1-8.
- Ryska, H., Hadju, V., & Sirajuddin, S. (2014). Gambaran pengetahuan, sikap, ketersediaan buah dan sayur ditingkat rumah tangga dan pola konsumsi buah dan sayur pada remaja SMA di Kabupaten Gowa.
- Sa'id, M. A. (2017). *Buku Pintar Mendidik Remaja*. Klaten: Semesta Hikmah.
- Santoso, A. (2011). Serat Pangan (dietary fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. *Magistra*, 35-40.
- Santoso, S., Ranti, & Lies, A. (2009). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sartika, R. A. (2011). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Serat pada Siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 322-330.
- Shokrwash, B., Majlessi, F., Montazeri, A., Nedjat, S., Shojaezadeh, D., & Abba, R. (2013). Fruit and Vegetables Consumption Among Adolescents : A Study from a Developing Country. *World Appl Sci J*, 21 (10) : 1502-11.
- Sumantri, A. (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Suryani, N., Anwar, R., & Wardani, H. (2015). Hubungan Status Ekonomi dengan Konsumsi Buah, Sayur dan Pengetahuan Terhadap Status Gizi pada Siswa

SMP di Perkotaan dan Pedesaan di Kotamadya Banjar Baru. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 5 (3) : 6-15.

Thalib, S. B. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Prenada Media Group.

Watts, A., Loth, K., Berge, J., Larson, N., & Neumark-sztainer, D. (2016). No Time Family Meals? Parenting Practices Associated with Adolescent Fruit and Vegetable Intake When Family Meals Are Not an Option. *J Acad Nutr Diet*, 117 (5) : 707-714.

WHO. (2011). *Fruits and Vegetables Importance for Public Health UN High Level Meeting on Non Communicable Diseases*. Arusha: WHO.

WHO, W. H. (2003). *Diet, Nutrition, and Prevention of Chronic Disease*. Jenewa, Swiss.

Wulandari, Y. (2018). *Fakta Buah dan Sayur Beracun*. Jakarta: C-Klik Media.

Wulansari, N. D. (2009). *Konsumsi Serta Prefensi Buah dan Sayur pada Remaja SMA dengan Status Ekonomi yang Berbeda di Bogor*. Bogor.