

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, PERAN ORANG TUA,
TEMAN SEBAYA DAN PAPARAN MEDIA MASSA
DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA
DI SMP HANG TUAH 2 JAKARTA SELATAN**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

**OLEH
SINTA HIKMATUN NISA
1505025145**

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

SKRIPSI



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, PERAN ORANG TUA,
TEMAN SEBAYA DAN PAPARAN MEDIA MASSA
DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA
DI SMP HANG TUAH 2 JAKARTA SELATAN**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

**OLEH
SINTA HIKMATUN NISA
1505025145**

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

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Orang tua, Peran Teman Sebaya dan Paparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan”. Merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya bukan plagiat dari karya ilmiah yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis orang lain. Semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya tulis dengan benar sesuai dengan pedoman dan tata cara pengutipan yang berlaku. Apabila ternyata dikemudian hari skripsi ini baik sebagian maupun keseluruhan merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus menerima sanksi berdasarkan perundang-undangan dan aturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.

Jakarta , 11 November 2019



Sinta Hikmatun Nisa

1505025145

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sinta Hikmatun Nisa
Nim : 1505025145
Program Studi : Gizi
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 pengetahuan gizi, peran orang tua, peran teman sebaya dan paparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan" beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (databases) merawat/memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai Hak Cipta. Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 11 November 2019

Yang menyatakan,



Sinta Hikmatun Nisa

1505025145

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Sinta Hikmatun Nisa

NIM : 1505025145

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Orang Tua, Peran Teman Sebaya dan Paparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan sayur pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan.

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof.DR.HAMKA

Jakarta, 11 November 2019

Pembimbing I



Leni Sri Rahayu, SKM.,MPH

Pembimbing II



Luthfiana Nur Kusumaningtyas,M.Gz

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Sinta Hikmatun Nisa

NIM : 1505025145

Program Studi : Gizi

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Paparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan sayur pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan.

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

Jakarta, 11 November 2019

TIM PENGUJI

Pembimbing I : Leni Sri Rahayu, SKM,.MPH

Penguji I : Nursyifa Rahma Maulida, M.Gizi

Penguji II : Widya Asih Lestari, M.K.M

()
()
()

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

1. Nama Lengkap : Sinta Hikmatun Nisa
2. Nomor Induk Mahasiswa : 1505025145
3. Tempat Tanggal Lahir : Cianjur, 23 Juni 1996
4. Agama : Islam
5. Jenis Kelamin : Perempuan
6. Alamat : Kp Susukan, Desa Susukan, Kec Campaka Kab Cianjur.
7. Email : sintahaque23@gmail.com

B. Keterangan Pribadi

1. Rirawayat Pendidikan

Tahun Ajaran	Tingkat Pendidikan
2002-2008	SD Negeri Susukan II
2008-2011	SMP Negeri 3 Campaka
2011-2014	SMK Kesehatan Al-Ikhlash
2015-2019	Mahasiswa Program Studi Gizi Universita Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

2. Riwayat Organisasi

Tahun	Organisasi	Posisi
2018-2019	IMAPELA (Ikatan Mahasiswa Peduli Halal)	Anggota bidang I

C. Pengalaman Kerja Lapangan

1. Praktik kerja Lapangan RSUD Cimacan Cianjur 2012
2. Praktik Kerja Lapangan RSP Goenawan Partowidigdo Cisarua Bogor 2012
3. Praktik Kerja Lapangan RSUD Leuwiliang Bogor 2014
4. Praktik Kerja Lapangan Rumah Bersalin Babakan Madang Bogor 2014
5. Praktik Belajar Lapangan Gizi Komunitas di Kecamatan Cimarga Banten 2018
6. Praktik Belajar Lapangan Rumah Sakit di RSUP (Rumah Sakit Umum Pusat) Fatmawati, Jakarta Selatan 2019.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang “Niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat”. (Q.S Al-Mujadilah : n)

Alhamdulillahirobbil'alamin.....

Sujud syukur kupersembahkan kepada Allah yang Maha Agung, MAha Adil, Maha Pengasih dan Maha penyayang , atas Takdir-Mu telah kau jadikan saya manusia yang senantiasa beriman, berfikir,berilmu dan bersabar dalam menjalankan kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku. Kupersembahkan sebuah karya kecil ini kepada kedua orang tua yang saya sangat cintai dan banggakan, dua malaikat tanpa sayap yang telah Allah anugerahkan meraka untukku, Mamah Ida Mulyati Ningsih seorang yang selalu memanjatkan do'a disetiap sujud kepada Allah untuk kebahagiaan aku anaknya, yang selalu memberi motivasi, rela menderita demi membahagiakan dan melihat diri ini bahagia, seorang yang pangkuannya selalu menjadi tempat ternyaman untuk dijadikan tempat mencurahkan isi hati ini, pelukan hangatny selalu membuat hati ini menjadi tenang. Serta Yayah Lili, ialah sosok figure panutan hidup ini, seorang pemimpin, super hero bagi diri ini, penuh tanggung jawab sang pemilik bahu kokoh yang rela memikul aku hingga terlatih demi kesuksesan diri ini. Seorang ayah yang selalu ingin membahagiakan anak-anaknya. Mereka tak pernah hentinya selama ini memberiku do,a, semangat cinta dan kasih sayang yang begitu luar biasa untuk masa depan diri ini. Pengorbanan mereka taka kan pernah tergantikan oleh apapun hingga kapanpun sehingga saya selalu kuat menjalani rintangan yang ada dihadapan. Mah, Yayah terimalah bukti kecil ini sebagai tanda keseriusanku untuk membalas semua pengorbananmu, I love you yang tak terkira untuk kalian kebanggaan ku. Tidak lupa skripsi ini saya persembahkan kepada dosen pembimbing saya, ibu Leni Sri Rahayu, MPH dan Ibu Lutfiana Nur kusumaningtyas, M.Gizi. terimakasih atas segala keikhlasannya dalam waktunya untuk membimbing saya dengan penuh kesabaran dan kepercayaan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA GIZI**

Skripsi, Oktober 2019

Sinta Hikmatun Nisa

“Hubungan Pengetahuan Gizi, Peran Orang Tua, Peran Teman Sebaya dan Paparan Media Massa Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan.”

viii+ 77 halaman, 12 Tabel, 2 gambar + 6 lampiran

ABSTRAK

Konsumsi sayur dan buah pada siswa SMP (kelompok umur 13-18 tahun) di Jakarta Selatan masih sangat rendah. Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah antara lain pengetahuan gizi, peran orangtua, teman sebaya dan paparan media massa. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, peran orangtua, teman sebaya dan paparan media massa dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMP Hang Tuah 2. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII dan VIII yang berjumlah 130 sampel, yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional* di lakukan pada bulan Februari-Agustus 2019. Data pengetahuan, peran orangtua, teman sebaya dan paparan media massa diambil dengan wawancara menggunakan kuesioner terstruktur. Data konsumsi sayur dan buah diambil dengan *Food Frequency Semi Quantitative*. Analisis data menggunakan Uji *Chi-Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 88,5% siswa kurang mengonsumsi buah dan sayur. Ada hubungan yang bermakna antara peran orang tua dengan konsumsi buah dan sayur dengan *p-value* = 0,007. Akan tetapi pengetahuan gizi, peran teman sebaya dan paparan media massa tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan konsumsi buah dan sayur.

Kata Kunci :Konsumsi buah dan sayur, Pengetahuan, Paparan media, Peran orang tua, peran teman, Pengetahuan Gizi, anak sekolah.

**MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NUTRITIONAL GROUP STUDY**

Skripsi, October 2019

Sinta Hikmatun Nisa

“Relationship Between Knowledge of Nutrition, Role of Parents, Peers and Exposure to Mass Media With Vegetable and Fruit Consumption on Students at Hang Tuah 2 Middle School in South.”

Viii + 77 page, 12 Table, 2 picture + 6 attachment

ABSTRACT

Consumption of vegetables and fruit in junior high school students in South Jakarta is still very low. There are various factors that affect the consumption of vegetables and fruits including knowledge of nutrition, the role of parents, peers and exposure to mass media. The purpose of this study is to determine the relationship of nutritional knowledge, the role of parents, peers and exposure to mass media with the consumption of vegetables and fruit in Hang Tuah 2 Middle School students. The subjects in this study were students in classes VII and VIII, totaling 130 samples, taken by simple random sampling technique. This study used a cross sectional design conducted in February-August 2019. Knowledge data, the role of parents, peers and mass media exposure were taken by interview using a structured questionnaire. Data on vegetable and fruit consumption is taken with Semi Quantitative Food Frequency. Data analysis using Chi-Square Test. The results of this study show that 88.5% of students consume less fruits and vegetables. There is a significant relationship between the role of parents with fruit and vegetable consumption $p\text{-value}=0,007$. However, nutritional knowledge, the role of peers and exposure to mass media do not have a significant relationship with fruit and vegetable consumption.

Keywords: *Consumption of fruits and vegetables, Knowledge, Media exposure, The role of parents, the role of friends, Nutrition Knowledge, school children.*

DAFTAR ISI

LEMBAR COVER

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

HALAMAN PERSEMBAHAN

KATA PENGANTAR

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Penelitian.....	3
C. Tujuan penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	5
A. Remaja.....	5
1. Definisi Remaja.....	5
2. Perilaku Makan	6
B. Buah dan Sayur	7
1. Definisi Buah dan Sayur	7
2. Klasifikasi Buah dan Sayur.....	8
3. Kandungan dan Manfaat Buah dan Sayur.....	9
4. Dampak kurang konsumsi Buah dan Sayur	9
5. Anjuran Konsumsi Buah dan Sayur.....	10

6. Pengukuran Konsumsi Buah dan Sayur.....	11
C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur....	12
1. Faktor Individu.....	12
2. Faktor lingkungan	15
D. Kerangka Teori.....	21
BAB III KERANGKA KONSEP DEFINISI OPERASIONAL	
DAN HIPOTESIS	22
A. Kerangka Konsep.....	22
B. Definisi Operasional.....	23
C. Hipotesis.....	24
BAB IV METODE PENELITIAN	25
A. Rancangan Penelitian	25
B. Lokasi dan Waktu Pelaksanaan.....	25
C. Populasi dan Sempel	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	25
D. Pengumpulan Data	26
1. Jenis Data	27
2. Instrument	27
3. Teknik pengambilan Data	28
E. Pengolahan Data.....	31
1. Penyuntingan data(data editing).....	31
2. Pengodean data (data coding dan skoring)	31
3. Pemasukan data (data entry)	34
4. Pembersihan data (data cleaning).....	34
F. Analisis Data.....	34
1. Instrument Analisa Data.....	34
2. Analisis Univariat	35
3. Analisis Bivariat	35
BAB V HASIL PENELITIAN	37
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	37

B. Karakteristik Siswa	38
C. Konsumsi Buah dan Sayur Siswa	39
D. Pengetahuan Gizi Siswa.....	40
E. Peran Orang Tua Siswa.....	40
F. Peran Teman Sebaya Siswa	41
G. Paparan Media Massa Siswa.....	41
H. Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Buah dan Sayur	42
I. Analisis Hubungan Peran Orang Tua dengan Konsumsi Buah dan Sayur	43
J. Analisis Hubungan peran Teman Sebaya dengan Konsumsi Buah dan Sayur	43
K. Analisis Hubungan Paparan Media dengan Konsumsi Buah dan Sayur	44
BAB VI PEMBAHASAN	46
BAB VII PENUTUP	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Besar Sampel Minimal berdasarkan Penelitian Sebelumnya...	26
Tabel 5.1 Karakteristik Siswa	38
Tabel 5.2 Distribusi Konsumsi Buah dan Sayur Siswa.....	39
Tabel 5.3 Distribusi Pengetahuan Gizi Siswa	40
Tabel 5.4 Distribusi Peran Orang Tua Siswa	40
Tabel 5.5 Distribusi Peran Teman Sebaya Siswa.....	41
Tabel 5.6 Distribusi Paparan Media Massa Siswa	42
Tabel 5.7 Analisis Konsumsi Buah dan sayur Berdasarkan Pengetahuan Gizi siswa.....	42
Tabel 5.8 Analisis Konsumsi Buah dan sayur Berdasarkan peran Orang Tua siswa.....	43
Tabel 5.9 Analisis Konsumsi Buah dan sayur Berdasarkan Peran Teman Sebaya Siswa	44
Tabel 5.10 Analisi Konsumsi Buah dan sayur Berdasarkan Paparan Media Massa Siswa	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian	21
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	22



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	63
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	64
Lampiran 3 Sebaran Jawaban Pengetahuan Gizi Siswa.....	74
Lampiran 4 Sebaran Jawaban Peran Orang Tua Siswa.....	75
Lampiran 5 Sebaran Jawaban Peran Teman Sebaya Siswa	76
Lampiran 6 Foto-foto kegiatan penelitian.....	77



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Upaya pemerintah dalam mewujudkan masyarakat sehat adalah dengan mengubah pola pikir masyarakat melalui pendekatan keluarga sudah dilakukan pada program GERMAS pada tahun 2017. Fokus utama selama GERMAS salah satunya terkait konsumsi sayur dan buah termasuk melalukan program di sekolah menengah pertama. Konsumsi buah dan sayur pada masyarakat di Asia masih belum memenuhi rekomendasi yaitu 76,3% remaja dari kelima negara di Asia masih kurang mengonsumsi buah dan sayur. Prevalensi dari ke 5 negara tersebut adalah 85,1% (India), 83,3% (Myanmar), 77,1% (Sri Lanka), 76,3% (Thailand) dan 75,2% (Indonesia). (Peltzer dan Pengpid,2012). Berdasarkan hasil studi diet total, DKI Jakarta memiliki rerata konsumsi sayur pada kelompok umur 13-18 tahun lebih rendah dengan hasil studi diet total Indonesia yaitu sebesar 37,29 gram per hari dan buah sebesar 23,1 gram per hari. Jika dibandingkan dengan anjuran Kemenkes (2014), yaitu konsumsi sayur dan buah sebesar 400-600 gram per hari, konsumsi sayur dan buah di Indonesia dan DKI Jakarta masih rendah.

Buah dan sayur memiliki berbagai manfaat bagi tubuh. Kurang mengonsumsi buah dan sayur mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan zat gizi (Almatsier, 2011). Berdasarkan *Report of Joint FAO/WHO Workshop* pada tahun 2011, konsumsi buah dan sayur yang kurang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Sekitar 1,7 juta (2,8%) kematian di dunia diakibatkan oleh rendahnya konsumsi buah dan sayur. Selain itu, asupan buah dan sayur yang tidak mencukupi menjadi penyebab 14% kasus kanker gastrointestinal, 11 % penyakit jantung iskemik, dan 9% pada kasus stroke (WHO, 2011). Berdasarkan *Report of The pacific Regional Workshop* pada tahun 2015 juga menyebutkan bahwa rendahnya konsumsi sayur dan buah adalah faktor resiko utama untuk penyakit tidak menular, seperti diabetes mellitus, penyakit kardiovaskuler, kanker serta masalah kesehatan terkait defisiensi zat gizi mikro (FAO, 2015).

Banyaknya dampak yang ditimbulkan dari tidak mengonsumsi buah dan sayur sehingga penting sekali masyarakat mengonsumsi buah dan sayur sebagaimana firman Allah SWT dalam QS 'Abasa (80) ayat 24-32. Allah Ta'ala

berfirman “*Maka Hendaknya manusia ini memperhatikan makanannya, kami-lah yang telah mencurahkan air melimpah (dari langit), kemudian belah bumi dengan sebaik-baiknya lalu disana kami tumbuhkan biji-bijian, dan anggur dan sayur-sayuran dan zaitun dan pohon kurma, dan kebun-kebun yang rindang, dan buah-buahan serta rerumputan. (semua itu) untuk kesenanganmu dan untuk hewan-hewan ternakmu*”. Dalam dalil tersebut dituliskan bahwa penting bagi kita untuk rajin mengonsumsi sayur dan buah.

Faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah dibagi menjadi dua, faktor yaitu: faktor individu terdiri dari (jenis kelamin, ketersediaan buah dan sayur, preferensi, sikap dan pengetahuan) dan faktor lingkungan terdiri dari (pekerjaan ibu, pendidikan ibu, peran orang tua, peran teman sebaya dan paparan media massa). (Brown *et.,al*, 2011).

Berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah lebih tinggi pada anak yang memiliki pengetahuan baik mengenai buah dan sayur (Annur, 2014). Kemudian peran orang tua juga berperan dalam konsumsi sayur buah pada remaja. Menurut Asih, (2017) ada hubungan yang bermakna antara peran orang tua dengan konsumsi sayur dan buah pada remaja. Orang tua memegang peranan penting dalam ketersediaan dan akses terhadap buah dan sayur di rumah.

Penelitian lain menunjukkan. Selain itu, anak lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah dibandingkan dengan keluarga sehingga pengaruh teman sebaya menjadi faktor yang sangat kuat terhadap konsumsi sayur dan buah (Sulistyoningsih, 2012) kemudian siswa yang terkena paparan media terkait sayur dan buah memiliki konsumsi sayur dan buah yang lebih tinggi (Anggraeni, NA & Sudiarti, T, 2018).

Saat ini masih belum ada perbaikan masyarakat dalam mengonsumsi sayur dan buah (Risesdas, 2018). Upaya perwujudan GERMAS sudah dilakukan, salah satunya di SMP Hang Tuah, seperti diadakannya kantin sehat, adanya penempelan poster-poster terkait sayur dan buah dan adanya penyisipan materi terkait kesehatan di mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam.

Perwujudan GERMAS di SMP hang Tuah mengakibatkan siswa terpapar media konsumsi sayur dan buah yang akan meningkatkan pengetahuan mereka.

Kantin sehat yang tersedia di sekolah juga dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan pengetahuan gizi, peran orang tua, teman sebaya dan paparan media massa dengan konsumsi sayur dan buah di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan.

B. Rumusan penelitian

Apakah ada hubungan pengetahuan gizi, peran orang tua, teman sebaya dan paparan media massa dengan konsumsi sayur dan buah di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, peran orangtua, teman sebaya, media massa dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik siswa (jenis kelamin) dan karakteristik orangtua (pendidikan orang tua ayah/ibu/wali dan pekerjaan ayah/ibu/wali).
- b. Mengidentifikasi konsumsi sayur dan buah pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- c. Mengidentifikasi pengetahuan gizi siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- d. Mengidentifikasi peran orang tua siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- e. Mengidentifikasi peran teman sebaya siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- f. Mengidentifikasi paparan media massa siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- g. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur dan buah siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- h. Menganalisis hubungan peran orang tua dengan konsumsi sayur dan buah siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta.

- i. Menganalisis hubungan peran teman sebaya dengan konsumsi sayur dan buah siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta.
- j. Menganalisis hubungan paparan media massa dengan konsumsi sayur dan buah siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis

Menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti tentang hubungan kebiasaan membaca pengetahuan gizi, peran orang tua, teman sebaya dan paparan media massa dengan konsumsi sayur dan buah.

2. Bagi siswa

Memberikan informasi, wawasan dan pengetahuan yang lebih luas tentang konsumsi sayur dan buah sehingga perilaku remaja dalam pemilihan makanan yang baik dikonsumsi sejalan dengan pengetahuannya. Sebagai informasi bagi pembaca untuk meningkatkan kesadaran akan dampak konsumsi sayur dan buah.

3. Bagi SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan saran kepada pihak sekolah dalam upaya pengembangan dan penerapan ilmu gizi mengenai konsumsi sayur dan buah pada siswa di SMP Hang Tuah 2.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, peran orang tua, peran teman sebaya dan Paparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP Hang Tuah 2 Jakarta. Konsumsi sayur yang rendah pada siswa di Jakarta Selatan, meskipun sudah dilakukan upaya perwujudan GERMAS di sekolah menjadi alasan perlunya dilakukan penelitian ini. Penelitian dengan desain *Crossectional* ini akan di laksanakan pada bulan April-Agustus 2019. Data pengetahuan, peran orang tua, teman sebaya dan paparan media diambil dengan wawancara sedangkan *Semi Quantitatif Foof Frequency Quesioner (SQ-FFQ)* dilakukan untuk mengetahui asupan sayur dan buah pada siswa. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifa, Putri, Liyana, dkk. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi *Fast Food* Pada Remaja Obesitas di SMP Theresiana 1 Semarang Tahun 2017. *E-Jurnal: Volume 5*, Nomor 4 (ISSN:2356-3346).
- Almatsier, S., Soetardjo, S. & Soekatri, M., (2011). *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Alfina, Yara P. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan pola Konsumsi Makan Pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Unwanul Huda di Jakarta Selatan Tahun 2015. *Skripsi*. Jakarta Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Sayrif Hidayatullah Jakarta.
- Annesi, James J. (2011). Relationship of initial Self-Regulatory ability with changes in self-regulation and associated fruit and vegetable consumption in severely obese women initiating an exercise and nutrition treatment moderation of mood and self-efficacy. *Journal of Sport Science and Medicine*. 10, 643-648.
- Anggraeni, Nur, Asih. (2017). Faktor Dominan Yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan sayur pada siswa di SMP Negeri 98 Jakarta Tahun 2017. *Skripsi*. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Annur, D. R., (2014). Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 19 Jakarta Tahun 2014. *Skripsi*. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Ansem, Wilke. JC. *et al.*, (2014). Maternal educational level and children's healthy eating behaviour: role of the home food environment (cross-sectional results from the INPACT study). *International Journal Behav Nutr and Phys Act*. Volume 11, No 113: 1-12.
- Anschutz, Doeschka J. *et al.*, (2009). Side Effect of Television Food Commercials on Content Non-advertised Sweet Snack Intakes in Young Children. *The American Journal of Clinical Nutrition*:89:1328-33.
- Ariani, Suci. (2012) Hubungan Antara Faktor Individu Dan Lingkungan Dengan Konsumsi Minuman Ringan Berpemanis Pada Siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi. *Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.
- Arisman. (2007). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Astawan, M. (2008). *Sehat dengan Buah Panduan Lengkap Menjaga Kesehatan Buah*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Bahria. (2009). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Kesukaan, dan Faktor lain dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di 4 SMP di Jakarta Barat Tahun 2009. *Skripsi*. Depok: Program Sarjana Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Indonesia.

- Bere, E. & Klepp, K. I. (2008). Changes in Accessibility and Preferences Predict Children's Future Fruit and Vegetable Intake. *International Journal Behav Nutr and Phys Act.* 2(15): 1-8.
- BKKBN. (2011). *Kajian Profil Penduduk Remaja (10-24 tahun)*. Jakarta: Puslitbang Kependudukan-BKKBN.
- Bourdeaudhuij, I. D. *et al.* (2008). Personal, social and environmental predictors of daily fruit and vegetable intake in 11 year-old children in nine European countries. *Eur J Clin Nutr.* 62(7): 834-841.
- Brown, J. E, *et.al.*, (2011). *Nutrition Through the Life Cycle*. 4th ed. USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Brown, Tom., *et.al.*,(2016). *Nutrition Throughout The Life Cycle 4th Edition*. USA:Thomson Wadsworth.
- Bruijn, G. J. d., Kremers, S. P. J., Mechelen, W. v. & Brug, J. (2009). Is personality related to fruit and vegetable intake and physical activity in adolescents Health Education Res. Volume 2o, No 6: 635-644.
- Cahyaningsih, Micke Dwi. (2011). Hubungan Frekuensi Konsumsi Minuman Berkalori Dengan Status Gizi Pada Siswa Di Sma Negeri 5 Surakarta. *Skripsi Surakarta.. Universitas Muhammadiyah*
- Contento, I., (2010). *Nutrition Education. Linking Research, Theory, and Practice. Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers*
- Cornelia, J., (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada Mahasiswa Ikatan Mahasiswa Riau Universitas Indonesia Depok Tahun 2015. *Skripsi: Depok Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.*
- Dave, Jayna. M. *et al.*, (2010). Correlates of availability and accessibility of fruits and vegetables in homes of low-income Hispanic families. *Health Educ Res.* 25(1): 97-108.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2008. *Laporan Hasil Riskesdas Indonesia Tahun 2007*, Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan.
- Edelman, CL & Mandle, CL.(2010). *Health Promotion Throughout The Life Span, Sixth edition. St.Louis, Missouri: Mosby.*
- Evans & Mckee. (2010). *Social Media Marketing an Hour a Day Inddianopolis: Wiley Publishing.*
- FAO, (2015). *Promotion of Fruit and Vegetables for Health*. Report of the Pacific Regional Workshop, Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations.
- Farisa, S., (2012). Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012. *Skripsi. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.*

- Freisling, Heinz, Karin Haas, & Ibrahim Elmadfa. (2009). Mass Media Nutrition Information Sources and Association Fruit and Vegetable Consumption Among Adolescents. *Public Health Nutrition* : 13(2), 269-275.
- Galloway, M. S. et al., (2007). Psychosocial and demographic predictors of fruit, juice and vegetable consumption among 11–14-year-old Boy Scouts. *Public Health Nutr.* Volume 10, No 12: 1508-1514.
- Gantz, Walter *et al.*, (2009). *Food For Thought : Television Food Advertising to Children In The United State.* Washington DC : A Kaiser Family Foundation Report.
- Granner, M. & Evans, A., (2012). Measurement properties of psychosocial and environmental measures associated with fruit and vegetable intake among middle school adolescents. *J Nutr Educ Behav.* 44(1): 2-11.
- Guillaumie, L, Godin, G., & Vezina Im, L.A. (2010). Psychology determinants of fruit and vegetable intake in adult population: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7, 1-12.
- Hall, Elisha, Chai, Weiwen. & Albrecht, Julie. A. (2016). Relationships between nutritionrelated knowledge, self-efficacy, and behavior for fifth grade students attending Title I and non-Title I schools. *Appetite.* 96: 245-253.
- Harris, Jennifer L. *et al.*, (2009). *Primiting Effects of Television Advertisiments for Foods Advertising on Eating Behavior.* Health Psychology NIH Public Access: 28(4) : 404-413.
- Hastono, S. P. (2008). *Analisis Data Kesehatan.* Fakultas Kesehatan Masyarakat: Universitas Indonesia.
- Hayati, Fitria. (2010). Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi fast food Waralaba Modern dan Tradisional Pada Remaja siswa SMP Tahun 2010. *Skripsi* : Bogor Fakultas Kesehatan Masyarakat. Insitut Pertanian Bogor.
- Ida, Farida. (2010). Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan sayur pada Remaja di Indonesia Tahun 2010. *Skripsi*: Jakarta Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Jakarta.
- Jarret Renee Boynton *et al.*, (2007). Impact of Television Viewing Pattern on Fruits and Vegetable Consumption Among Adolescents *Pediatric Journal American* 112;1321-1326
- Kemenkes. (2014). *Studi Diet Total Survei Konsumsi Makanan Individu Indonesia.* Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan: Jakarta.
- Kemenkes. (2014). *Studi Diet Total Survei Konsumsi Makanan Individu Provinsi DKI Jakarta.* Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan: Jakarta.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes.(2106) Pemerintah Canangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS).<http://www.depkes.go.id/article/view/16111600003/pemerintahcanangkan-gerakan-masyarakat-hidup-sehat-germas.html>. (di akses 28 Desember 2018)

- Kemenkes RI. (2018). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Kemenkes RI: Jakarta.
- Kim, Yongsuk. *et al.*, (2015). Analysis of consumption frequencies of vegetables and fruits in Korean adolescents based on Korea youth risk behavior web-based survey (2006, 2011). *Journal list Nutr Res Pract*. Volume 9, No 4: 411-419.
- Klama, Jennifer.(2013). *predicting and vegetable intake with the theory of planned Behaviour: A Literature Review*. Honors Theses-paper 223. The Florida State University Dignole Commons.
- Krolner, R. et al., (2011) Determinants fruit and Vegetable consumption among children and adolescents: a of the literature part II: qualitative studies. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 8(112): 1-38.
- Kusumaningrum, M. D., (2014). Perbedaan Proporsi Ketersediaan Buah dan Sayur di Rumah dan Faktor Lainnya terhadap konsumsi buah dan sayur siswa SDN Jatirahayu VIII Bekasi Tahun 2014. *Skripsi*: Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Lestari. I. D. 2013. Identifikasi Perilaku Diet Remaja Putri Menggunakan Teori Pendekatan Who. *Jurnal Promkes*, Vol 1 hal. 67-75.
- Lippke, S., & Ziegelmann, J. P. (2008). Theory-based health behaviour change: Developing, testing and applying theories for evidence based interventions. *Applied Psychology*, 57, 698-716.
- 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 Tahun 2013. *Skripsi*: Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Melinda, K., 2013. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMP Negeri 28 Jakarta dan SMP Negeri 1 Jakarta Tahun 2013. *Skripsi*. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Mufidah, Lailatul N, (2009), Pola konsumsi Masyarakat Perkotaan: studi deskriptif Pemanfaatan *Foodcourt* oleh keluarga. *Biokultur*, Vol.I/No 2. Hal. 157-178.
- Nago, Eunice. S. *et al.*, (2012). Food safety is a key determinant of fruit and vegetable consumption in urban Beninese adolescents. *Journal Nutrition Education and Behav*. Volume 44, No 6: 548-555.
- Noviyanti, RD. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas fisik, dan pola makan terhadap status gizi remaja di kelurahan purwosari Laweyan Surakarta. *The 6th University Research Colloquium 2017*. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Nucahya, Santosa Aji, dan Yvonne M. Indrawani.(2014). Keterpaparan Informasi Mengenai Iklan Pangan, Kebiasaan Membaca Label Pangan dan Faktor-Faktor Hubungannya. *skripsi*. Universitas Indonesia.

- Nur Asih Anggraeni. (2017). Faktor Domain yang Berhubungan Dengan Kossumsi Sayur dan Buah Pada Siswa Di SMP Negeri 98 Jakarta Selatan. *Skripsi*. Depok Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Nurhasanah, (2013). Perbedaan Proporsi Konsumsi Buah dan Sayur menurut Faktor Individu, Lingkungan Sosial, dan Lingkungan Fisik pada Siswa SDIT Ummu'l Quro Depok Tahun 2013. *Skripsi*. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Notoatmojo, soekidjo. (2003). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo.(2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku* PT Rineka Cipta:Jakarta.
- Notoatmojo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Jakarta: PT Renika Cipta.
- Peltzer, K. & Pengpid, S., (2012). Fruits and vegetables consumption and associated factors among in-school adolescents in five southeast Asian countries. *Internatioan Journal Environ Res Public Heealth*. 9: 3575-3587.
- Pratiwi, Ghovanni,Cahya.(2017). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Konsumsi Minuman Berenergi Pada Pekerja Di Sentra Industri Tahu Tempe Kelurahan Jomblang Semarang. *Skripsi*. Semarang. Universitas Diponegoro
- Ramezankhani, A. *et al.*, (2016). Investigation of the knowledge and skill of proper consumption of fruit and vegetables among Shahrekord adolescent girls. *Int Journal Pediatr*. Vol.4,N.10: 3699-3707.
- Rasmussen, M. *et al.*, (2006). Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents: a review of the literature. Part I: quantitative studies. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 3(22): 1-19.
- Roberts, C., 2014. Chapter 7: *Fruit and vegetable consumption*. *Health Social Care Info*. 1: 1-24.
- Rukhman, R. (2005). *Bawang merah: Budidaya dan Pengolahan Pascapanen*. Yogyakarta: Kanisius.
- Safriani, Fadhilah.(2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Minuman Ringan (*Soft Drink*) Pada Siswa SMA Di Bogor . *Skripsi*. Bogor. Institut Pertanian.
- Santrock. (2011). *Life span development perkembangan masa hidup edisi 13 jilid 1 1*. Jakarta:Erlangga.
- Sediaoetama, A. D. (2005). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid II*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Shokrvash, B. *et al.*, (2013). Fruit and vegetables consumption among adolescents: A study from a developing country. *World Appl Sci Journal*. 21(10): 1502-1511.

- Silva, Diego. A. S. & Silva, Roberto. J. d. S. (2015). Association between physical activity level and consumption of fruit and vegetables among adolescents in northeast Brazil. *Rev Paul Pediatr*. Volume 33, No 2: 167-173.
- Silva, Fabiana. M. d. A. Menezes, Aldemir. S. & Duarte, Maris. d. F. d. S. (2016). Consumption of fruits and vegetables associated with other risk behaviors among adolescents in northeast Brazil. *Rev Paul Pediatr*. 34(3): 309-315.
- Silvis, Katherine A. (2010). *Determinants of Adolescence Snacking Behaviour*. Georgia: The University Georgia.
- Snoek, Harriette M. *et al.*, (2006). *The Effect of Television Viewing on Adolescents Snacking: Individual Difference Explained by External, Restrained and Emotional Eating*. *Journal of Adolescent Health* : 39: 448-45.
- Surahman, D. N dan Darmajana, D. A. (2004). *Analisis Kandungan Vitamin dan Mineral Buah-buahan Tropis dan Sayur-sayuran di Toyaman Prepektur Jepang*. Jakarta: PT Gramedia PPUstaka Utama.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyoningsih, H. (2012). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Supariasa, I Dewa Nyoman. Bachri, dan Fajar. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Susantya, C. D., (2013). Gambaran tentang pengetahuan, sikap, dan praktik dalam konsumsi buah dan sayur pada siswa kelas 4 SDN 04 Ciangsana Kabupaten Bogor Tahun 2012. *Skripsi*. Depok: Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Svastisalee, chalida. M, Holstein, Bjorn. E. & Due, Permillie. (2012). Fruit and vegetable intake in adolescents: Association with socioeconomic status and exposure to supermarkets and fast food outlet. *Journal Nutr Metab*. 1-9.
- Truswell, A. S., (2003). *ABC of Nutrition*. 4th ed. London: BMJ Publishing Group.
- Velde, Saskia. J. t. *et al.* (2006). Differences in fruit and vegetable intake and determinants of intakes between children of Dutch origin and non-Western ethnic minority children in the Netherlands – a cross sectional study. *International Journal Behavioral Nutr Phys Act*. 3(31): 1-12.
- Viswanathan, V, & Jain, V. (2013). A dual-system approach to understanding “generation Y” decision making. *Journal of Consumer Marketing*, 30(6), 484–492. <https://doi.org/10.1108/JCM-07-2013-0649>
- Watts, A. W. *et al.*, (2016). No time for family meals? Parenting practices associated with adolescent fruit and vegetable intake when family meals are not an option. *Journal Acad Nutr Diet*. 1-8.
- WHO. (2015). Healthy Diet. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/en/> (di akses 20 November, 2018)

- WHO. (2011). Joint FAO/WHO Workshop on Promotion of the Production and Consumption of Fruits and Vegetables. Arusha.
- Widyantara *et al.*, (2015) the relation of Fast Food Eating Habits, Physical Activity and Nutrition Knowledge With The Nutritional Status Of First year. *Journal University of Lampung*.
- Worthington. (2010). *Nutrition Throughout The Life Cycle*. The MacGraw Hill International Edition : USA.
- Worsley,Anthony. 2008. Diet and Hypertension in the Asia-Pasific Region: a brief review Asia-Fasific. *Journal of Clinical Nutrition* 2008: 10-97-102.
- Young, E. M., Fors, S. & Hayes, D., (2004). Associations between perceived parent behaviors and middle school student fruit and vegetable consumption. *Journal Nutr Education Behavioral*. Volume 36, No 1: 2-12.
- Zarnowiecki, D., Ball, K., Parletta, N. & Dollman, J., (2014). Describing socioeconomic gradients in children's diets – does the socioeconomic indicator used matter. *International Journal Behav Nutr Phys Act*. Volume. 11, No 44,1-12.

