



**HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU DAN FAKTOR  
LINGKUNGAN DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR  
PADA SISWA KELAS 4,5 DAN 6 DI SD ISLAM AZMIA  
DEPOK TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**FIRDA NADHIRA RAHMANIA**

**1310714027**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI  
2017**



**HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU DAN FAKTOR  
LINGKUNGAN DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR  
PADA SISWA KELAS 4,5 DAN 6 DI SD ISLAM AZMIA  
DEPOK TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Gizi**

**FIRDA NADHIRA RAHMANIA**

**1310714027**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FALKUTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI  
2017**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Firda Nadhira Rahmania

NRP : 1310714027

Tanggal : 16 Juli 2017

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 16 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Firda Nadhira Rahmania)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Firda Nadhira Rahmania  
NRP : 1310714027  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU DAN FAKTOR LINGKUNGAN  
DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA KELAS 4,5  
DAN 6 DI SD ISLAM AZMIA DEPOK TAHUN 2017**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 16 Juli 2017

Yang menyatakan,




(Firda Nadhira Rahmania)


## PENGESAHAN


Skripsi diajukan oleh :

Nama : Firda Nadhira Rahmania  
NRP : 1310714027  
Program Studi : S1 Ilmu Gizi  
Judul Skripsi : "Hubungan Faktor Individu Dan Faktor Lingkungan Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 Dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017".

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


  
Eirlia Ayu Arini, MKM  
Ketua Penguji

  
Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM

  
Widayani Wahyuningtyas, SE., MM

Penguji II (Pembimbing)

  
Desak Nyoman Sri, S.Kp.MARS  
Dekan

  
Ikha Deviyanti P., SGz.RD, MKM  
Ka. Prodi S1 Ilmu Gizi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 7 Juli 2017

# HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU DAN FAKTOR LINGKUNGAN DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA KELAS 4,5 DAN 6 DI SD ISLAM AZMIA DEPOK TAHUN 2017

**Firda Nadhira Rahmania**

## **Abstrak**

Anak sekolah dasar cenderung kurang mengonsumsi buah dan sayur, padahal buah dan sayur sangat penting dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan. Kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat memberikan dampak buruk pada mata, menyebabkan anemia dan gejala seperti lemah, letih, lesu, kurang konsentrasi, dan konstipasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor individu dan faktor lingkungan dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa kelas 4,5 dan 6 di SD Islam Azmia, Depok tahun 2017. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Mei 2017 di SD Islam Azmia Depok dengan 84 siswa kelas 4,5 dan 6. Teknik pemilihan sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah *stratified sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan wawancara dengan menggunakan *Food Frequency Questionnaire*-semi kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan hanya 27,4% siswa yang mengonsumsi buah dan sayur yang memenuhi anjuran. Dari hasil bivariat menggunakan uji *chi-square* terdapat hubungan antara pengetahuan buah dan sayur ( $p=0,007$ ), preferensi ( $p=0,017$ ), pengaruh orang tua ( $p=0,023$ ), dan ketersediaan buah dan sayur ( $p=0,011$ ) dengan konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan hasil penelitian, saran yang bisa diberikan adalah mengadakan penyuluhan dengan sasaran siswa dan orang tua, menambahkan ajaran pendidikan gizi khususnya buah dan sayur pada materi pembelajaran di sekolah untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur.

**Kata kunci:** Anak sekolah dasar, konsumsi buah dan sayur

# **INDIVIDUAL AND ENVIRONMENTAL FACTORS IN RELATION TO FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION AT STUDENTS CLASS 4,5 AND 6 OF SD ISLAM AZMIA DEPOK IN 2017**

**Firda Nadhira Rahmania**

## **Abstract**

Elementary school tend to consume less fruit and vegetable, where as fruit and vegetable was very important for their growth and development. The affect of less fruit and vegetable consumption is eyes, anemia, less of concentration and constipation. The purpose of this study was to identify individual and environmental factors in relation to fruit and vegetable consumption at students class 4,5 and 6 of SD Islam Azmia Depok in 2017. This study used a cross sectional design which was conducted May 2017 in SD Islam Azmia Depok with 84 students of class 4,5 and 6. This study used stratified sampling technique for take the samples. Data collected through the questionnaire and interview used Food Frequency Questionnaire-semi-quantitative. The result of this study showed that 27.4% of students who consumed fruit and vegetable that complied with the recommended. From analyses data by chi-square test, there were significant association knowledge of fruit and vegetable ( $p = 0,007$ ), preference ( $p = 0,017$ ), parent influence ( $p = 0,023$ ), and availability of fruits and vegetable ( $P = 0,011$ ) with fruit and vegetable consumption. Based on this research, advice than can be given is to conduct targeted outreach to students and their parents, teaching nutrition education in particular adding fruit and vegetable to learning materials in schools to increase students awareness about the importance of fruit and vegetable consumption.

**Keywords:** Elementary school, fruit and vegetable consumption

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Hubungan Faktor Individu Dan Faktor Lingkungan Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 Dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017”.

Terimakasih kepada ibu Widayani Widayani Wahyuningtyas, SE.,MM selaku dosen pembimbing I dan ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz., MKM selaku dosen pembimbing II, ibu Ikha Deviyanti P, SGz, RD, MKM selaku Kepala Program Studi S-1 Ilmu Gizi dan ibu Firlia Ayu Arini, MKM selaku penguji yang telah banyak memberikan saran yang bermanfaat. Serta terimakasih kepada ibu Iis Widiasih, SE selaku kepala sekolah SD Islam Azmia Depok yang telah bersedia memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.

Selain itu, ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua, Muhammad Kholid (Ayah) dan Siti Nurhayati (Mamah), serta adik M. Fahrial Ihdza Addhiri dan seluruh keluarga besar (Alm. kakek Asjad) khususnya Nenek Etih, saudara saya Fadel yang tak henti-hentinya memberikan doa, kasih sayang, support dan bantuan kepada penulis selama ini. Penulis secara khusus menyampaikan rasa terimakasih kepada sahabat terbaik saya Intan, Maira, Marda, teman selama kuliah Ana, Indah, Hana, teman seperbimbingan Mayang, Ufairroh, Melly serta teman seperjuangan mahasiswa program studi Ilmu Gizi angkatan 2013 yang selalu mendoakan, serta memberikan semangat dan bantuan selama penyusunan penelitian ini.

Penulis Menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, namun demikian penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis secara khusus.

Jakarta, 16 Juli 2017  
Penulis

Firda Nadhira Rahmania



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian .....	5
I.4 Manfaat Penelitian .....	6
I.5 Hipotesis .....	6
I.6 Ruang Lingkup .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 Anak Usia Sekolah .....	8
II.2 Buah dan Sayur.....	9
II.3 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Buah dan Sayur .....	15
II.4 Kerangka Teori.....	21
II.5 Kerangka Konsep .....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Waktu dan Tempat .....	23
III.2 Desain Penelitian.....	23
III.3 Populasi dan Sampel .....	23
III.4 Etika Penelitian .....	26
III.5 Instrumen Penelitian.....	26
III.6 Uji Validitas dan Realibilitas .....	27
III.7 Teknik Pengumpulan Data.....	28
III.8 Teknik Pengolahan Data .....	29
III.9 Analisis Data .....	31
III.10 Definisi Operasional.....	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	35
IV.1 Gambaran Umum Sekolah.....	35
IV.2 Hasil Univariat .....	36
IV.3 Hasil Bivariat .....	44

IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V PENUTUP.....	53
V.1 Kesimpulan.....	53
V.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA .....	56
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Besar Sampel Minimum Berdasarkan Penelitian Sebelumnya .....	24
Tabel 2	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
Tabel 3	Distribusi Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	36
Tabel 4	Distribusi Pengetahuan Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	37
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Jawaban Kuesioner Pengetahuan Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	38
Tabel 6	Distribusi Preferensi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	39
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Buah dan Sayur Yang Lebih Di sukai Pada Siswa Kelas 4,5 Dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	39
Tabel 8	Distribusi Preferensi Terhadap Buah Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	40
Tabel 9	Distribusi Preferensi Terhadap Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	41
Tabel 10	Distribusi Pengaruh Orang Tua Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	42
Tabel 11	Distribusi Pengaruh Teman Sebaya Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	42
Tabel 12	Distribusi Ketersediaan Buah dan Sayur Di Rumah Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017.....	43
Tabel 13	Analisis Hubungan Pengetahuan Buah dan Sayur Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	44
Tabel 14	Analisis Hubungan Preferensi Buah dan Sayur Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	46
Tabel 15	Analisis Hubungan Pengaruh Orang Tua Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	47
Tabel 16	Analisis Hubungan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	49
Tabel 17	Analisis Hubungan Ketersediaan Buah dan Sayur Di Rumah Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas 4,5 dan 6 Di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tumpeng Gizi Seimbang .....	14
Gambar 2	Kerangka Teori Penelitian .....	21
Gambar 2	Kerangka Konsep Penelitian.....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 *Ethical Clearance*
- Lampiran 3 Berita Acara
- Lampiran 4 Kuesioner Penelitian