

# 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