

# PERBEDAAN POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA SMP NEGERI 96 DAN SMP PGRI 12 JAKARTA SELATAN TAHUN 2015

Sri Rahayu Julia Mulyati

## Abstrak

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin dan mineral yang diperlukan tubuh meskipun kebutuhannya relatif kecil, fungsi vitamin dan mineral tidak dapat digantikan oleh pangan lain, apabila konsumsi vitamin dan mineral ini tidak memenuhi kecukupan, maka tubuh akan mengalami defisiensi vitamin dan mineral yang dapat mengakibatkan berkurangnya daya tahan tubuh. Status sekolah dan sosial ekonomi berpengaruh terhadap pola konsumsi buah dan sayur hal ini dikarenakan lingkungan sekolah yang berbeda mengakibatkan tingkat pola konsumsi buah dan sayur mengalami peningkatan atau penurunan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan antara pola konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMP Negeri 96 dan SMP PGRI 12 Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan sampel 90 terdiri dari siswa kelas 7 dan 8. Hasil penelitian menunjukkan siswa lebih banyak pola konsumsi buah dan sayur yang kurang sebesar 59% siswa di SMP PGRI 12 dan 35,3% siswa di SMP Negeri 96. Analisis *uji t independen* tidak ada perbedaan antara pengetahuan ( $p = 0.054$ ) dan sikap ( $p = 0.358$ ). Analisis Multivariat menunjukkan uang jajan dan ketersediaan di sekolah sebagai dampak yang lebih untuk kurangnya pola konsumsi buah dan sayur pada remaja (OR = 68.03; OR = 186 )

**Kata Kunci :** Remaja, Pola Konsumsi, Buah dan Sayur

**THE DIFFERENCE OF FRUITS AND VEGETABLES  
CONSUMPTION BETWEEN THE STUDENTS OF  
SMPN 96 AND SMP PGRI 12 SOUTH JAKARTA  
2015**

**Sri Rahayu Julia Mulyati**

**Abstract**

Vegetables and fruits are a source of vitamins and minerals that the body needs even though needs are relatively small, the function of vitamins and minerals cannot be replaced by other food, if the consumption of vitamins and minerals does not meet adequacy, then the body will experience a deficiency of vitamins and minerals which may result in body immune deficiency. School and socioeconomic status influence the pattern of consumption of fruits and vegetables, this is due to a different school environment resulting in increasing or decreasing patterns of fruit and vegetables level consumption. The aim of this study was to determine the difference between the pattern of fruit and vegetable consumption among adolescents in SMP 96 and SMP PGRI 12 South Jakarta. This study uses cross-sectional sample consisted of 90 students in grade 7 and 8. The result of the research shows that 59% students of SMP PGRI 12 and 35,3% students of SMP NEGERI 96 are lacking of fruits and vegetables consumption pattern. Analysis independent of t test shows there was no difference between knowledge ( $p = 0054$ ) and attitude ( $p = 0358$ ). Multivariate analysis showed pocket money and availability in schools as an impact to the lack of fruit and vegetable consumption patterns in adolescents (OR = 68.03; OR = 186).

**Keywords :** Teenager, Consumption Pattern, Fruits and Vegetables