



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

SKRIPSI

SRI RAHAYU JULIA MULYATI

111 0714 029

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI

2015



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

SKRIPSI

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

SRI RAHAYU JULIA MULYATI

111 0714 029

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI

2015

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Sri Rahayu Julia Mulyati

NRP : 111 0714 029

Tanggal : 03 Agustus 2015

Tanda Tangan

(Sri Rahayu Julia Mulyati)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Sri Rahayu Julia Mulyati
NRP : 111 0714 029
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Perbedaan Pola Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMP Negeri 96 dan SMP PGRI 12 Jakarta Selatan Tahun 2015”.


Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan 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 : Depok

Pada Tanggal : 03 Agustus 2015

Yang menyatakan,


(Sri Rahayu Julia Mulyati)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Sri Rahayu Julia Mulyati
NRP : 111 0714 029
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Perbedaan Pola Konsumsi Buah dan Sayur
pada Siswa SMP Negeri 96 dan SMP 12 PGRI
Jakarta Selatan Tahun 2015

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 Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Eflita Meiyetriani, SKM, MKM.

Penguji I

Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, S.Gz., M.Si

Penguji II



Desak Nyoman Sithi, S.Kp., MARS

Dekan

Apriningsih, SKM., MKM

Penguji III (Pembimbing)

Firlia Ayu Arini, SKM., MKM

Ka.Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 03 Agustus 2015

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak April 2015 ini adalah Perbedaan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP Negeri 96 dan SMP PGRI 12 Jakarta Selatan Tahun 2015. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Apriningsih SKM, MKM., selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kedua orangtua, serta seluruh keluarga dan teman teman yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Depok, 3 Agustus 2015

Penulis

(Sri Rahayu Julia Mulyati)

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 BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
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 Ruang Lingkup	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja	7
II.2 Pola Konsumsi Makan Remaja	8
II.3 Frekuensi Makan (<i>Food Frequency</i>)	11
II.4 Buah dan Sayur	13
II.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur	15
II.6 Penelitian Terkait Sebelumnya	24
II.7 Kerangka Teori	25
BAB III METODE PENELITIAN	27
III.1 Kerangka Konsep	27
III.2 Hipotesis Penelitian	29
III.3 Definisi Operasional	30
III.4 Desain Penelitian	35
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian	35
III.6 Populasi dan Sampel.....	36
III.7 Instrumen Penelitian	37
III.8 Pengumpulan Data.....	39
III.9 Pengolahan Data	39
III.10 Etika Penelitian	40
III.11 Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
IV.1 Keterbatasan Penelitian	44
IV.2 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
IV.3 Hasil Penelitian	49

IV.4 Pembahasan Penelitian	78
BAB V PENUTUP	94
V.1 Kesimpulan.....	94
V.2 Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	99
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Jadwal Pelaksanaan Penelitian	35
Tabel 2	Besaran Sampel	38
Tabel 3	Cara Perhitungan FFQ	38
Tabel 4	Kisi-Kisi Instrumen	48
Tabel 5	Daftar Siswa SMP Negeri 96	49
Tabel 6	Daftar Siswa SMP PGRI 12	50
Tabel 7	Pola Konsumsi Buah dan Sayur	50
Tabel 8	Rekapitulasi Hasil Data Pola Konsumsi Buah dan Sayur	51
Tabel 9	Jenis Kelamin	51
Tabel 10	Pengetahuan	52
Tabel 11	Sikap	53
Tabel 12	Preferensi Konsumsi Buah dan Sayur	53
Tabel 13	Rekapitulasi Hasil Preferensi Konsumsi Buah	54
Tabel 14	Rekapitulasi Hasil Preferensi Konsumsi Sayur	55
Tabel 15	Hasil Statistik Besaran Uang Jajan	55
Tabel 16	Uang Jajan	56
Tabel 17	Pekerjaan Orangtua	57
Tabel 18	Pendapatan Orangtua	57
Tabel 19	Kebiasaan Orangtua	58
Tabel 20	Pengaruh Teman Sebaya	58
Tabel 21	Ketersediaan Buah dan Sayur di Rumah	59
Tabel 22	Ketersediaan Buah dan Sayur di Sekolah	60
Tabel 23	Ketersediaan Buah dan Sayur di Waktu Luang	60
Tabel 24	Jenis Kelamin dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	61
Tabel 25	Preferensi dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	62
Tabel 26	Uang Jajan dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	63
Tabel 27	Pekerjaan Orangtua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	64
Tabel 28	Pendapatan Orangtua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	65
Tabel 29	Kebiasaan Orangtua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	66
Tabel 30	Pengaruh Teman Sebaya dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	67
Tabel 31	Ketersediaan Buah dan Sayur di Rumah dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	68
Tabel 32	Ketersediaan Buah dan Sayur di Sekolah dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	69
Tabel 33	Ketersediaan Buah dan Sayur di saat Waktu Luang dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur	70
Tabel 34	Pola Konsumsi Buah dan Sayur Menurut Jenis Sekolah	71
Tabel 35	Rata-Rata Pengetahuan mengenai Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Status Sekolah	71
Tabel 35	Rata-rata Sikap mengenai Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Status Sekolah	72
Tabel 36	Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat	73

Tabel 37	Rekapitulasi Hasil Analisis Seleksi Bivariat	74
Tabel 36	Pemodelan Regresi Logistik Untuk Pola Konsumsi Buah dan Sayur Tahun 2015 (n = 90 responden)	75
Tabel 37	Hasil Model Terakhir SMP Negeri 96 dan SMP PGRI 12 Jakarta Selatan	77

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori.....	26
Bagan 2	Kerangka Konsep.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Etika Penelitian
- Lampiran 2 Surat izin Penelitian
- Lampiran 3 Surat keterangan penelitian
- Lampiran 4 Kartu Bimbingan Penelitian
- Lampiran 5 Kuesioner penelitian
- Lampiran 6 Output analisis univariat
- Lampiran 7 Output rata rata
- Lampiran 8 Output analisis bivariat
- Lampiran 9 Output analisis multivariat