

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa di SMAS 1 Barunawati Jakarta Barat tahun 2023

Adinda Nur Halizah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78246&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Sayur dan Buah merupakan bagian penting dari pola makan sehat karena mengandung antioksidan dan mikronutrien lain yang bermanfaat bagi tubuh, termasuk flavonoid, karotenoid, vitamin C, asam folat, dan serat. Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada remaja usia sekolah akan menimbulkan resiko gangguan kesehatan di masa yang akan datang, antara lain resiko terkena penyakit kanker saluran cerna, penyakit jantung iskemik, dan stroke. Penelitian ini bertujuan untuk melihat faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMAS 1 Barunawati Jakarta Barat Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yang diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 106 siswa/siswi usia 15 sampai 17 tahun yang bersekolah di SMAS 1 Barunawati Jakarta Barat yang dilaksanakan pada bulan September 2023. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner dan wawancara SQ-FFQ (Semi Quantitative Food Frequency Questionare). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebesar 83% siswa kurang konsumsi sayur serta 19,8% kurang konsumsi buah dan 38,7% kurang konsumsi sayur dan buah. Berdasarkan hasil uji bivariat menggunakan uji chi-square dan uji fisher exact yaitu pada variabel preferensi sayur dan buah dengan perilaku konsumsi sayur dan buah serta paparan media massa dengan perilaku konsumsi sayur dan buah menyatakan ada hubungan bermakna dengan nilai P value < 0,05. Disisi lain pada variabel penghasilan orang tua, dukungan orang tua, dan pengaruh teman sebaya menyatakan tidak ada hubungan bermakna dengan nilai P value > 0,05.