

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PREFERENSI KONSUMSI SERAT DARI
SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA PUTRI
DI KALURAHAN ARGOSARI**



FATHIYA AZHAR ATHIFA
P07131122047

PROGRAM STUDI PROGRAM DIPLOMA TIGA GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PREFERENSI KONSUMSI SERAT DARI
SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA PUTRI
DI KALURAHAN ARGOSARI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



FATHIYA AZHAR ATHIFA
P07131122047

PROGRAM STUDI PROGRAM DIPLOMA TIGA GIZI
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

"Gambaran Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah Pada Remaja Putri
di Kalurahan Argosari"

*"Overview of Fiber Consumption Preferences from Vegetables and Fruits Among
Adolescent Girls in Argosari Village"*

Disusun oleh:

FATHIYA AZHAR ATHIFA
P07131122047

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

19 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes
NIP. 196606181989021001



Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP. 197403151998032002

Yogyakarta, 25 Juli 2025
Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PREFERENSI KONSUMSI SERAT DARI SAYUR DAN BUAH
PADA REMAJA PUTRI DI KALURAHAN ARGOSARI**

Disusun Oleh
FATHIYA AZHAR ATHIFA
NIM. P07131122047

Telah dipertahankan dalam sidang di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 22 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Susilo Wirawan, SKM, MPH
NIP. 197001151994031003

(.....)

Anggota,
M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes
NIP. 196606181989021001

(.....)

Anggota,
Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes
NIP. 197403151998032002

(.....)

Yogyakarta, 25 Juli 2025
Ketua Jurusan Gizi

(.....)

Nur Hidayat, SKM, M.Kes
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Fathiya Azhar Athifa

NIM : P07131122047

Tanda Tangan :



Tanggal : 25 Juli 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fathiya Azhar Athifa

NIM : P07131122047

Program Studi : D3 Gizi

Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty – Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

“GAMBARAN PREFERENSI KONSUMSI SERAT DARI SAYUR DAN
BUAH PADA REMAJA PUTRI DI KALURAHAN ARGOSARI”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 25 Juli 2025

Yang menyatakan,



(Fathiya Azhar Athifa)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma Tiga Gizi, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Penyusunan KTI ini tidak lepas dari bimbingan, dukungan, dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bapak Nur Hidayat, SKM., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi.
3. Bapak Dr. Slamet Iskandar, SKM, M.Kes, selaku Ketua Program Studi DIII Gizi.
4. Bapak M. Primiaji Rialihanto, SST, M.Kes, selaku pembimbing utama.
5. Ibu Prof. Dr. Tri Siswati, SKM, M.Kes, selaku pembimbing kedua.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan motivasi, mendoakan, dan dukungan moral sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas akhir ini.
7. Bima Alfiano yang telah banyak membantu dalam penyelesaian tugas ini.
8. Teman dan sahabat serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, saya menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam.

Penulis menyadari bahwa KTI ini masih jauh dari sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi penulis, rekan-rekan mahasiswa, dan pembaca lainnya.

Yogyakarta, 22 Mei 2025

Fathiya Azhar Athifa

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Ruang Lingkup.....	3
E. Manfaat Penelitian	3
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Telaah Pustaka	9
B. Kerangka Teori.....	15
C. Kerangka Konsep	16
D. Pernyataan Penelitian	16
BAB III	17
METODE PENELITIAN	17
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	17
B. Populasi dan Sampel	17
C. Waktu dan Tempat	18
D. Variabel Penelitian	18
E. Batasan Istilah	19
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	19
G. Instrumen Penelitian.....	20
H. Prosedur Penelitian.....	20
I. Manajemen Data	21
J. Etika Penelitian	23
BAB IV	24
HASIL DAN PEMBAHASAN	24
A. Hasil	24
B. Pembahasan.....	31
BAB V	40

KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel.....	19
Tabel 2. Distribusi Sampel berdasarkan Karakteristik.....	25
Tabel 3. Status Gizi Remaja Putri.....	27
Tabel 4. Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah Pada Remaja Putri di Kalurahan Argosari berdasarkan kecukupan serat.....	27
Tabel 5. Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah pada Remaja Putri di Kalurahan Argosari Berdasarkan Porsi Sayur dan Buah	29
Tabel 6. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Kecukupan Serat dan Porsi Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja Putri di Kalurahan Argosari.....	29
Tabel 7. Distribusi Status Gizi Berdasarkan Jenis Serat dari Sayur dan Buah pada Remaja Putri di Kalurahan Argosari	30
Tabel 8. Gambaran Pekerjaan Orang Tua dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Kalurahan Argosari	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah pada Remaja Putri. Sumber : UNICEF 1998.....	15
Gambar 2. Kerangka Konsep Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah pada Remaja Putri.....	16
Gambar 3. Peta Kelurahan Argosari	24
Gambar 4. Distribusi Pekerjaan Orang Tua Remaja Putri di Kelurahan Argosari	26
Gambar 5. Gambaran Preferensi Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah Pada Remaja Putri di Kelurahan Argosari berdasarkan jenis serat.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> (Persetujuan Responden)	45
Lampiran 2. Rancangan Anggaran Dana Penelitian	46
Lampiran 3. Jadwal Penelitian	47
Lampiran 4. Master Table Pekerjaan Orang Tua Remaja Putri	48
Lampiran 5. Data Konsumsi Serat dari Sayur dan Buah Remaja Putri	50
Lampiran 6. Formulir <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (SQFFQ)	54
Lampiran 7. Kode Etik Penelitian	58