

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK SEKOLAH DENGAN  
KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA ANAK SEKOLAH DASAR  
NEGERI GODEAN 1 KABUPATEN SLEMAN**

Naskah Publikasi diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi



Disusun oleh :  
**VIVI LINDA FRISTIANTI**  
**P07131216069**

**PRODI D-IV ALIH JENJANG  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
2017**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Naskah Publikasi ini telah disetujui tanggal :  
18 Agustus 2017

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si.  
NIP : 19630324 198603 1001

Pembimbing Pendamping



Dr. Waryana, SKM, M.Kes  
NIP : 19640807 198402 1001



Ketua Jurusan Gizi ↓

Tjarono Sari, SKM, M.Kes  
NIP : 19610203 198501 2001

**Relationship Knowledge And Attitudes Of School Children With  
Consumption Of Vegetables And Fruits In Primary School Children Of  
Godean 1 Sleman Regency**

Vivi Linda Fristianti<sup>1</sup>, I Made Alit Gunawan<sup>2</sup>, Abidillah Mursyid<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Nutrition Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman 55293. 0274-616779  
(E-mail: vivilinda180@gmail.com)

**ABSTRACT**

Eating vegetables and fruits is one of the requirements in meeting the balanced nutrition menu, vegetables and fruit is an important food that should always be consumed every meal. Not only for adults, consuming vegetables and fruits is very important for consumption since the age of the children. This study aims to determine the relationship between knowledge and attitude with the consumption of vegetables and fruits in elementary school children Godean State 1 Sleman. This research in this research type is observational, with cross sectional research design. Analysis of data used using chi-square. The results of this study there is a significant relationship between knowledge and consumption of vegetables in children ( $p = 0.031$ ). There was no significant correlation between knowledge with fruit consumption in children ( $p = 1$ ), attitude with consumption of vegetables in children ( $p = 0,529$ ), attitude with fruit consumption in children ( $p = 0,538$ ) and with Attitude on fruit consumption in children ( $p = 0.637$ ).

Keywords: Consumption of vegetables, fruit consumption, school children

## **HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK SEKOLAH DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI GODEAN 1 KABUPATEN SLEMAN**

Vivi Linda Fristianti<sup>1</sup>, I Made Alit Gunawan<sup>2</sup>, Abidillah Mursyid<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman 55293. 0274-616779  
(E-mail : vivilinda180@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Mengonsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi menu gizi seimbang, sayur dan buah merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar Negeri Godean 1 Kabupaten Sleman. Penelitian ini di Jenis penelitian ini adalah observasional, dengan desain penelitian cross sectional. Analisis data yang digunakan menggunakan chi-square. Hasil penelitian ini ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi sayuran pada anak ( $p = 0,031$ ). Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi buah pada anak ( $p = 1$ ), sikap dengan konsumsi sayuran pada anak ( $p = 0,529$ ), sikap dengan konsumsi buah pada anak ( $p = 0,538$ ) dan antara pengetahuan dengan sikap pada konsumsi buah pada anak ( $p = 0,637$ ).

Kata Kunci : Konsumsi sayur, konsumsi buah, anak sekolah

## **PENDAHULUAN**

Mengonsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi menu gizi seimbang. Sayur dan buah merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak. Dengan diet tinggi sayur dan buah baik untuk melindungi kesehatan tubuh, termasuk dalam menjaga berat badan<sup>1</sup>.

Di Indonesia sampai dengan tahun 2013, menunjukkan bahwa penduduk berumur  $\geq 10$  tahun yang kurang mengonsumsi buah dan sayur di DIY adalah sekitar 84%<sup>2</sup>.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram perorang perhari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2½ porsi atau 2½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400-600 g perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur<sup>3</sup>.

Permasalahan utama yang dihadapi dalam konsumsi buah dan sayur adalah bahwa secara nasional konsumsi buah dan sayur penduduk Indonesia masih berada di bawah konsumsi yang dianjurkan. Anak usia sekolah dasar (SD) merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan yang bergizi seimbang begitu penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif. Peran dan dukungan orang terdekat memengaruhi kebiasaan makan anak. Apabila kebiasaan makan baik, dengan menerapkan makanan sehat dan bergizi seimbang sejak dini, maka kebiasaan tersebut akan berpengaruh hingga tumbuh dewasa nanti.

## **METODE**

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah observasional dengan desain penelitian cross sectional. Variabel pada penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap anak sekolah sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya adalah konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik Simple Random sampling dan jumlah sampel 52 anak dengan kriteria sampel siswa kelas V. Penelitian ini akan dilakukan di SD Negeri Godean 1, Kabupaten Sleman, dilaksanakan pada bulan Maret – April 2017.

## **HASIL**

### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SD Negeri Godean I beralamatkan di Jl Suparjo no 3 Sidoluhur Godean Sleman, sekalah ini berdiri sejak tahun 1991. SD Negeri Godean I dibawah pimpinan Ngabidi sebagai Kepala sekolah.

2. Gambaran Umum Responden

Responden yang diambil pada penelitian ini adalah anak sekolah dasar kelas V dengan berjumlah 52 responden dari jumlah populasi 60 anak.

3. Analisis Univariat

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa SD Negeri Godean I kelas V dengan jumlah 52 siswa. Distribusi responden berdasarkan Usia dapat dilihat pada table 1 :

Table 1. Distribusi responden berdasarkan Usia dan Jenis kelamin

	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Umur (tahun)</b>		
11	40	76.9
12	8	15.4
13	4	7.7
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	27	51.9
Perempuan	25	48.1
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 1. Dapat dilihat bahwa jumlah siswa yang berusia 11 tahun ada 40 siswa atau sekitar 76,9%, usia 12 tahun ada 8 siswa atau sekitar 15,4% dan siswa yang berusia 13 tahun ada 4 siswa atau sekitar 7,7%.

Berdasarkan table 1. Dapat dilihat bahwa jumlah siswa yang berjenis kelamin laki – laki sebanyak 27 siswa atau sekitar 51,9% dan siswa yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 siswa atau sekitar 48,1%.

4. Analisis Bivariat

a. Analisis pengetahuan dengan konsumsi sayur dan buah

Tabel 2. Distribusi berdasarkan pengetahuan dengan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah

	<b>Pengetahuan</b>				<b>Total</b>		<b>p</b>
	<b>Baik</b>		<b>Kurang</b>		<b>n</b>	<b>%</b>	
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>			
<b>Konsumsi sayuran</b>							
Cukup	20	38.5	16	30.8	36	69.2	0.31
Kurang	14	26.9	2	3.8	16	30.8	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>65.4</b>	<b>18</b>	<b>34.6</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	
<b>Konsumsi buah</b>							
Cukup	33	63.5	17	32.7	50	96.2	1.0
Kurang	1	1.9	1	1.9	2	3.8	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>65.4</b>	<b>18</b>	<b>34.6</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan table 2. Dapat dilihat bahwa siswa yang pengetahuannya baik dan konsumsi sayurannya cukup sebanyak 20 siswa atau sekitar 38,5%, siswa yang pengetahuannya baik dan konsumsi sayurannya kurang sebanyak 14 siswa atau sekitar 26,9%, sedangkan siswa yang

pengetahuannya kurang dan konsumsi sayurannya cukup sebanyak 16 siswa atau sekitar 30,8%, dan siswa yang pengetahuannya kurang dan konsumsi sayurannya kurang sebanyak 2 siswa atau sekitar 3,8%. Didapatkan nilai  $p = 0,031$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan table 2. Dapat dilihat bahwa siswa yang pengetahuannya baik dan konsumsi buahnya cukup sebanyak 33 siswa atau sekitar 63,5%, siswa yang pengetahuannya baik dan konsumsi buahnya kurang sebanyak 1 siswa atau sekitar 1,9%, sedangkan siswa yang pengetahuannya kurang dan konsumsi buahnya cukup sebanyak 17 siswa atau sekitar 32,7%, dan siswa yang pengetahuannya kurang dan konsumsi buahnya kurang sebanyak 1 siswa atau sekitar 1,9%. Didapatkan nilai  $p = 1,00$  ( $p < 0,05$ ).

b. Analisis sikap dengan konsumsi sayur dan buah

Tabel 3. Distribusi berdasarkan sikap dengan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah

	Sikap				Total		<i>p</i>
	Mendukung		Tidak Mendukung		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Konsumsi sayuran</b>							
Cukup	22	42.3	14	26.9	36	69.2	0.529
Kurang	12	23.1	4	7.7	16	30.8	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>65.4</b>	<b>18</b>	<b>34.6</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	
<b>Konsumsi buah</b>							
Cukup	32	61.5	18	34.6	50	96.2	0.538
Kurang	4	3.8	0	0	2	3.8	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>65.4</b>	<b>18</b>	<b>34.6</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan table 3. Dapat dilihat bahwa siswa yang sikapnya mendukung dan konsumsi sayurannya cukup sebanyak 22 siswa atau sekitar 42,3%, siswa yang sikapnya mendukung dan konsumsi sayurannya kurang sebanyak 12 siswa atau sekitar 23,1%, sedangkan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan konsumsi sayurannya cukup sebanyak 14 siswa atau sekitar 26,9%, dan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan konsumsi sayurannya kurang sebanyak 4 siswa atau sekitar 7,7%. Didapatkan nilai  $p = 0,529$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan table 3. Dapat dilihat bahwa siswa yang sikapnya mendukung dan konsumsi buahnya cukup sebanyak 32 siswa atau sekitar 61,5%, siswa yang sikapnya mendukung dan konsumsi buahnya kurang sebanyak 4 siswa atau sekitar 3,8%, sedangkan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan konsumsi buahnya cukup sebanyak 18 siswa atau sekitar 34,6%, dan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan konsumsi sayurannya kurang tidak ada atau 0%. Didapatkan nilai  $p = 0,538$  ( $p < 0,05$ ).

Tabel 4. Distribusi berdasarkan pengetahuan dan sikap dengan konsumsi buah pada anak sekolah

	Sikap				Total		<i>p</i>
	Mendukung		Tidak Mendukung		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Pengetahuan</b>							
Baik	23	44.2	11	21.2	34	65.4	0.637
Kurang	11	21.2	7	13.5	18	34.6	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>65.4</b>	<b>18</b>	<b>34.6</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan table 4. Dapat dilihat bahwa siswa yang sikapnya mendukung dan pengetahuannya baik sebanyak 23 siswa atau sekitar 44,2%, siswa yang sikapnya mendukung dan pengetahuannya kurang sebanyak 11 siswa atau sekitar 21,2%, sedangkan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan pengetahuannya baik sebanyak 11 siswa atau sekitar 21,2%, dan siswa yang sikapnya tidak mendukung dan pengetahuannya kurang sebanyak 7 siswa atau sekitar 13,5%. Didapatkan nilai  $p = 0,637$  ( $p < 0,05$ ).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di sekolah dasar (SD) Negeri Godean 1 didapatkan responden yang kurang konsumsi sayur adalah 30,8% dan buah adalah 3,8%. Sedangkan pada pengetahuan dikaitkan dengan konsumsi sayur didapatkan pengetahuan yang baik ada 38,5% atau 20 responden, dan pengetahuannya kurang ada 3,8% atau 2 responden. Didapatkan nilai  $p = 0,031$  ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan konsumsi sayur pada anak. Hubungan yang signifikan positif antara pengetahuan responden dengan konsumsi sayur responden ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa semakin baik pengetahuan maka semakin baik perilaku konsumsi sayur responden dan sebaliknya. Hal ini sejalan dengan penelitian Andika, M. (2015) yang menemukan bahwa pengetahuan anak usia sekolah mengenai konsumsi buah dan sayur berhubungan signifikan dengan konsumsi buah dan sayur. Kristjandottir et al. (2006) menyatakan bahwa pengetahuan tentang buah dan sayur berbanding lurus dengan konsumsi buah dan sayur anak. Pada pengetahuan dikaitkan dengan konsumsi buah didapatkan pengetahuan yang baik ada 63,5% atau 33 responden, sedangkan yang pengetahuannya kurang ada 1,9% atau 1 responden. Didapatkan nilai  $p = 1,00$  ( $p < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan konsumsi buah pada anak.

Kurangnya pengetahuan tentang suatu bahan makanan akan menyebabkan seseorang salah memilih makanan sehingga akan menurunkan konsumsi makanan sehat dan akan berdampak pada masalah gizi lainnya. Dapat dikatakan bahwa pengetahuan gizi merupakan langkah awal dalam terbentuknya perilaku konsumsi seseorang sehingga dapat dijadikan landasan dalam memilih makanan sehat dan bergizi termasuk buah dan sayur<sup>5</sup>.

Hasil penelitian berdasarkan sikap dan konsumsi sayuran mendukung sebanyak 22 responden atau sekitar 42,3%, dan yang sikap dan konsumsi sayur tidak mendukung sebanyak 4 siswa atau sekitar 7,7%. Didapatkan nilai  $p = 0,529$  ( $p < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap dan konsumsi sayuran pada anak. Sedangkan pada sikap dan konsumsi buah mendukung sebanyak 32 responden atau sekitar 61,5%, dan yang sikap dan konsumsi buah tidak mendukung 0%. Didapatkan nilai  $p = 0,538$  ( $p < 0,05$ ) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap dan konsumsi sayuran pada anak. Sikap responden tidak berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada subjek ( $p > 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa sikap yang baik belum menentukan baiknya konsumsi buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan penelitian Andika, M. (2015) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap gizi anak dengan konsumsi buah dan sayur.

Dari hasil uji statistik chi square antara pengetahuan anak dengan sikap didapatkan nilai  $p = 0,637$  ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap pada anak di SD Negeri Godean I.

Hasil penelitian di SD Negeri Godean I tidak sesuai dengan penelitian Bordheauduij, et al (2008) dalam Hafsah (2012) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan anak usia sekolah khususnya mengenai anjuran konsumsi buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur. Hal ini membuktikan bahwa siswa kelas V di SD Negeri Godean I belum mengetahui secara baik berapa jumlah buah dan sayur terutama buah yang harus dikonsumsi setiap hari sesuai anjuran, padahal Kristjansdottir, et al (2006) mengatakan bahwa pengetahuan tentang buah dan sayur terutama mengenai manfaat dan anjuran konsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak. Ia juga mengatakan bahwa pengetahuan tentang buah dan sayur dapat meningkatkan kesadaran dan keterampilan dalam mempersiapkan buah dan sayur untuk dikonsumsi sehingga akan meningkatkan jumlah konsumsi buah dan sayur pada anak<sup>6</sup>. Ketika anak tahu mengenai jumlah buah dan sayur yang harus dikonsumsinya maka anak kemudian akan sadar dan tertarik untuk mencoba mengonsumsinya sehingga meningkatkan konsumsi buah dan sayurnya. Sayangnya, di Indonesia, pengetahuan gizi terutama tentang buah dan sayur belum didapatkan dalam pendidikan di sekolah-sekolah, padahal FAO, UNESCO dan WHO sudah menganjurkan agar pendidikan gizi diberikan segera setelah anak masuk sekolah dasar. Hal ini ditujukan untuk membentuk kebiasaan makan anak yang sehat mulai sejak dini<sup>7</sup>.

Di SD Negeri Godean I sendiri penyuluhan tentang konsumsi sayur dan buah tidak pernah dilakukan, pengetahuan tentang sayur dan buah pada siswa didapatkan dari guru, keluarga, televisi, maupun internet. Guru di sekolah pun terbatas yang memberikan informasi tentang pengetahuan sayur dan buah, biasanya pada pelajaran penjaskes dan IPA. Pada materi pembelajaran ini tidak diberikan secara detail, sehingga siswa hanya mengetahui sedikit-sedikit tentang manfaat sayur dan buah.

Setelah dilakukan penelitian siswa-siswi diberikan penyuluhan tentang pengertian, manfaat, kandungan gizi yang ada pada sayur dan buah, diharapkan

pengetahuannya dapat meningkat sehingga ada perubahan sikap pada konsumsi sayur dan buahnya meningkat.

### **KESIMPULAN**

Konsumsi sayuran dan buah pada anak sekolah dikategorikan kurang berturut-turut adalah (30,8%) dan (3,8%). Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi sayuran pada anak, tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi buah pada anak, antara sikap dengan konsumsi sayuran pada anak, antara sikap dengan konsumsi buah pada anak dan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan sikap pada konsumsi buah pada anak.

### **SARAN**

1. Bagi Institusi : penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pihak sekolah untuk memberikan penyuluhan bagi siswa - siswi mereka tentang manfaat, akibat jika tidak mengkonsumsi buah dan sayur. Sehingga nantinya pengetahuan yang mereka dapat bisa dijadikan masukan untuk orang tua mereka dalam penyusunan menu makanan sehari - hari .
2. Bagi Orang Tua : perlu diberi motivasi pada orang tua dan siswa agar buah dan sayuran dijadikan menu favorit keluarga, sehingga konsumsi sayur dan buah dapat meningkat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Mitchell, Gemma L, et al. 2012. *Parental Influences on Children's Eating Behavior and Characteristics of Successful Parent-Focussed Intervention*. Appetite 60 (85-94).
2. Risdasdas. 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI.
3. Kementrian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta
4. Andika, M. & Siti M. 2015. *Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor*. J. Gizi Pangan, Maret 2015, 10(1): 71-76
5. Notoatmodjo, S. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
6. Hafisah, Fibrihirzani. 2012. *Hubungan antara karakteristik individu, orang tua dan lingkungan dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN Beji 5 dan 7 Depok tahun 2012*. Skripsi FKM UI
7. Hariani, Dede. 2011. *Pengaruh Penyuluhan Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SD Negeri 064975 Kecamatan Medan Denai Kota Medan Tahun 2010*. Skripsi FKM USU.