

POLITEKNIK KEMENTERIAN KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2024.

Irfan Azam

Gambaran Pengetahuan dan Kebiasaan Sayur dan Buah Pada Siswa Kelas 6 di MIN 11 Bandar Lampung 2024

ABSTRAK

Berdasarkan hasil riskesdas tahun (2018) menunjukkan tingginya angka penduduk usia lebih dari 5 tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah, yaitu sebesar 90,0%. Dari hasil survei awal 40 siswa kelas 6 di MIN 11 Bandar Lampung didapatkan 90,0% anak yang tidak suka mengonsumsi sayur dan buah.

Jenis penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi kelas 6 di MIN 11 Bandar Lampung sebanyak 50 responden. Lokasi penelitian dilaksanakan di MIN 11 Bandar Lampung 2024.

Pengolahan data menggunakan univariat. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini mengenai gambaran konsumsi sayur dan buah, pengetahuan gizi, ketersediaan sayur dan buah, dan preferensi sayur dan buah. Instrumen penelitian menggunakan food record dan kuisioner.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan frekuensi konsumsi sayur dengan kategori yang kurang (22,0%). mayoritas responden dengan frekuensi buah dengan kategori yang kurang (14,0%). Responden paling banyak memiliki pengetahuan kurang (66,0%). Responden memiliki ketersediaan sayur dirumah sebesar 72,0% dan buah sebesar 64,0%. Sekolah perlu mengadakan penyuluhan gizi mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah bagi kesehatan dan manfaat konsumsi sayur dan buah dan sekolah bisa membuat program kepada responden untuk membawa bekal dengan menu sayur dan buah setiap harinya. Orang tua perlu memotivasi anak untuk mengonsumsi sayur dan buah setiap hari dan lebih sering menyediakan sayur dan buah di rumah untuk dikonsumsi.

Kata kunci : Kebiasaan Konsumsi, Sayur, Buah

Daftar bacaan : 26 (2008-2019)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Tugas Akhir, Mei 2024**

Irfan Azam

Description of Knowledge and Habits of Vegetables and Fruit in Class 6 Students at MIN 11 Bandar Lampung 2024

ABSTRACT

Based on the results of the year's risked (2018), it shows that the high number of people aged over 5 years who do not consume enough vegetables and fruit, namely 90.0%. From the results of an initial survey of 40 grade 6 students at MIN 11 Bandar Lampung, it was found that 90.0% of children did not like consuming vegetables and fruit.

This type of research is a descriptive method with a cross sectional approach. The sample in this study was the total population of class 6 at MIN 11 Bandar Lampung, consisting of 50 respondents. The research location was carried out at MIN 11 Bandar Lampung 2024.

Data processing uses univariate. The data collected in this research concerns the description of vegetable and fruit consumption, nutritional knowledge, availability of vegetables and fruit, and vegetable and fruit preferences. The research instrument used food records and questionnaires.

The research results showed that the majority of respondents' frequency of vegetable consumption was in the low category (22.0%). the majority of respondents with fruit frequency were in the less category (14.0%). Most respondents had insufficient knowledge (66.0%). Respondents had 72.0% availability of vegetables at home and 64.0% of fruit. Schools need to provide nutritional education regarding the importance of consuming vegetables and fruit for health and the benefits of consuming vegetables and fruit and schools can create a program for respondents to bring lunch with a menu of vegetables and fruit every day. Parents need to motivate children to consume vegetables and fruit every day and provide vegetables and fruit more often at home for consumption.

Key words : Consumption Habits, Vegetables, Fruit

References : 26 (2008-2019)