

## ABSTRAK

### GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN TERHADAP KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA DI SMP NEGERI 3 KRIAN KABUPATEN SIDOARJO JAWA TIMUR

Nyalita Wulandari

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email : [nywulandari13@gmail.com](mailto:nywulandari13@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang,** Di Indonesia, berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 sebanyak 95,5% penduduk usia  $\geq 5$  tahun mengkonsumsi sayur dan buah masih di bawah anjuran. Salah satu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan ialah kurangnya konsumsi sayuran dan buah-buahan di kalangan remaja. Konsumsi sayur dan buah pada remaja dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Tingkat pengetahuan seseorang dapat berpengaruh terhadap sikap dan tindakan dalam pemilihan makanan. **Tujuan Penelitian,** mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan tindakan terhadap konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 3 Krian. **Metode Penelitian,** jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan *simple random sampling*, dengan jumlah 62 sampel. Tingkat pengetahuan, sikap, serta tindakan diambil dengan menggunakan kuisioner melalui wawancara. Konsumsi sayur dan buah diambil dengan menggunakan form *SQ-FFQ*. **Hasil Penelitian,** tingkat pengetahuan responden kategori cukup sebanyak 31 remaja (50%), kategori baik yaitu 23 remaja (37,1%), dan kategori kurang yaitu 8 remaja (12,9%). Sikap responden sebagian besar positif sebanyak 56 remaja (90,3%) dan sikap negatif sebanyak 6 remaja (9,7%). Tindakan remaja tentang konsumsi sayur dan buah sebagian besar kurang yaitu 42 remaja (67,7%) dan kategori baik yaitu 20 remaja (32,3%). **Kesimpulan,** dari 62 responden 53,23% berusia 13 tahun, 69,35% berasal dari siswa kelas VII, dan 62,9% berjenis kelamin perempuan. Responden yang memiliki pengetahuan cukup dengan konsumsi sayur kurang sebesar 87,1%. Responden yang memiliki sikap positif tetapi konsumsi sayur kurang sebesar 83,9%. Responden yang memiliki tindakan kurang dengan konsumsi sayur kurang sebesar 95,2%. konsumsi sayur pada responden masih kurang yaitu sebesar 83,9%.Persentase konsumsi buah pada responden dengan kategori baik sebesar 58,1%.

*Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Tindakan, Konsumsi Sayur dan Buah.*

## **ABSTRACT**

### **DESCRIPTION OF KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND ACTIONS ON CONSUMPTION OF VEGETABLES AND FRUITS IN ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 3 KRIAN, SIDOARJO REGENCY, EAST JAVA**

**Nyalita Wulandari**

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email : [nywulandari13@gmail.com](mailto:nywulandari13@gmail.com)

## **ABSTRACT**

**Background**, In Indonesia, based on the results of basic health research in 2018 as many as 95.5% of the population aged  $\geq 5$  years consuming vegetables and fruit is still below the recommendation. One of the health problems that needs to be considered is the lack of consumption of vegetables and fruits among teenagers. Consumption of vegetables and fruits in adolescents can be influenced by knowledge. A person's level of knowledge can influence attitudes and actions in food selection. **The purpose** of the study, knowing the description of knowledge, attitudes, and actions on the consumption of vegetables and fruit in adolescents in SMP Negeri 3 Krian. **Research methods**, types of descriptive research with cross sectional approaches. Sampling with a simple random sampling, with a total of 62 samples. The level of knowledge, attitudes, and actions are taken using questionnaires through interviews. Consumption of vegetables and fruit is taken using the SQ-FFQ form. **The results** of the study, the level of knowledge of respondents was sufficient as many as 31 teenagers (50%), the good category was 23 teenagers (37.1%), and the lack of categories were 8 teenagers (12.9%). The attitude of respondents was mostly positive as many as 56 teenagers (90.3%) and negative attitudes of 6 teenagers (9.7%). Adolescent actions about the consumption of vegetables and fruit are mostly lacking, namely 42 teenagers (67.7%) and the good category is 20 teenagers (32.3%). **Conclusion**, Of the 62 respondents 53.23% aged 13 years, 69.35% came from class VII students, and 62.9% were female. Respondents who have sufficient knowledge with less than 87.1% of vegetable consumption. Respondents who have a positive attitude but vegetable consumption are less than 83.9%. Respondents who have less action with less than 95.2% of vegetable consumption. Vegetable consumption in respondents is still lacking at 83.9%. The percentage of fruit consumption in respondents in a good category of 58.1%.

*Keywords: knowledge, attitudes, actions, consumption of vegetables and fruit.*