



**TUGAS AKHIR - 33412301074**

**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN POLA  
KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK DI SDN  
AENGSAHEH 3 SAMPANG**

**Faiqotur Rizki Amalia  
NRP. 33412301074**

**Dosen Pembimbing:  
Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
Nur Khalilah, SST., M.Kes**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEPERAWATAN  
JURUSAN KESEHATAN  
POLITEKNIK NEGERI MADURA  
SAMPANG  
2026**



**TUGAS AKHIR - 33412301074**

**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN POLA  
KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK DI SDN  
AENGSAHEH 3 SAMPANG**

**Faiqotur Rizki Amalia  
NRP. 33412301074**

**Dosen Pembimbing:  
Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
Nur Khalilah, SST., M.Kes**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEPERAWATAN  
JURUSAN KESEHATAN  
POLITEKNIK NEGERI MADURA  
SAMPANG  
2026**

## LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR

Judul Tugas Akhir : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola  
Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN  
Aengsareh 3 Sampang  
Penulis : Faiqotur Rizki Amalia  
NRP : 33412301074  
Program Studi : D3 Keperawatan  
Jurusan : Kesehatan

Tugas Akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.  
Ditandatangani di Sampang, 06 Februari 2026.

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
NIP.198012022014061002

  
Nur Khafidh, S.ST., M.Kes  
NIP. 197803112014062004

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

  
Ns. Abdur Syakur, S.Kep., M.Kep  
NIPPPK. 199005252025211101

  
Ns. Lailatul Hafidh, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 1985022022025212061

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN POLA**  
**KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK DI SDN**  
**AENGSAHEH 3 SAMPANG**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya  
Keperawatan  
Pada  
Jurusan Kesehatan  
Politeknik Negeri Madura

Oleh:  
Faiqotur Rizki Amalia  
NRP.33412301074

Tugas Akhir ini telah disidangkan pada tanggal 10 Februari 2026 dan telah  
sesuai dengan ketentuan.

Disetujui Tim Penguji Tugas Akhir.

- |                                            |                                                                                       |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.S           | (  ) |
| 2. Nur Khalilah, SST., M.Kes               | (  ) |
| 3. Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.H., M.Kes      | (  ) |
| 4. Prastomo Suhendro, S.E., M.M            | (  ) |
| 5. Anggeria Oktavia D.S.Si., M., M.Biotech | (  ) |

SAMPANG  
Februari 2026

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya mahasiswa Politeknik Negeri Madura, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi:

Nama : Faiqotur Rizki Amalia  
NRP : 33412301074  
Program Studi : D3 Keperawatan  
Jurusan : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa Tugas Akhir yang saya buat dengan judul “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang”:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan literatur hasil kuliah, servei lapangan, bimbingan dengan dosen pembimbing dan pembimbing penelitian, melalui tanya jawab maupun asistensi serta buku-buku jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada Tugas Akhir ini.
2. Bukan merupakan duplikasi yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas/ Perguruan Tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu digunakan referensi pendukung untuk melengkapi informasi dan sumber informasi dengan dicantumkan melalui referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya tulis terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada Tugas Akhir ini.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa saya tidak memenuhi pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia Tugas Akhir ini dibatalkan.

Sampang, 06 Februari 2026  
Yang menyatakan



Faiqotur Rizki Amalia  
NRP.33412301074

# HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN POLA KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK DI SDN AENGSAREH 3 SAMPANG

Nama Mahasiswa : Faiqotur Rizki Amalia  
NRP : 33412301074  
Program Studi : D3 Keperawatan  
Dosen Pembimbing I : Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
Dosen Pembimbing II : Nur Khalilah, SST., M.Kes

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Konsumsi buah dan sayur merupakan bagian penting dari pola makan sehat yang berperan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. Namun, pola konsumsi buah dan sayur pada anak masih rendah dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah dukungan orang tua. Dukungan orang tua sangat diperlukan dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak sejak dini. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang tahun 2026. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dan sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas V dan VI di SDN Aengsareh 3 Sampang sebanyak 23 responden dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *close-ended* untuk mengukur dukungan orang tua dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk menilai pola konsumsi buah dan sayur. Analisis data menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . **Hasil:** Hasil uji statistik *Rank Spearman* menunjukkan nilai  $p$  (Sig. 2-tailed) sebesar 0,005 ( $< 0,05$ ) dengan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,570. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang tahun 2026.

**Kata Kunci:** Dukungan Orang Tua, Konsumsi Buah Dan Sayur, Anak Sekolah Dasar

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL SUPPORT AND FRUIT  
AND VEGETABLE CONSUMPTION PATTERNS AMONG CHILDREN  
AT SDN AENGSAHEH 3 SAMPANG**

*Student Name* : Faiqotur Rizki Amalia  
*NRP* : 33412301074  
*Study Program* : Diploma 3 in Nursing  
*Supervisor I* : Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
*Supervisor II* : Nur Khalilah, SST., M.Kes

**ABSTRACT**

**Introduction:** Fruit and vegetable consumption is an essential part of a healthy diet that supports the growth and development of school-age children. However, fruit and vegetable consumption among children remains low and is influenced by various factors, one of which is parental support. Parental support is crucial in shaping healthy eating habits in children from an early age. **Objective:** This study aimed to analyze the relationship between parental support and fruit and vegetable consumption patterns among children at SDN Aengsareh 3 Sampang in 2026. **Methods:** This study used a quantitative analytic method with a cross-sectional approach. The population and sample consisted of all fifth- and sixth-grade students at SDN Aengsareh 3 Sampang, totaling 23 respondents, selected using total sampling. Parental support was measured using a close-ended questionnaire, while fruit and vegetable consumption patterns were assessed using a Food Frequency Questionnaire (FFQ). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with a significance level of  $\alpha = 0.05$ . **Results:** The Spearman Rank statistical test showed a p-value (2-tailed) of 0.005 ( $< 0.05$ ) with a correlation coefficient ( $r$ ) of 0.570. **Conclusion:** There is a relationship between parental support and fruit and vegetable consumption patterns among children at SDN Aengsareh 3 Sampang in 2026.

**Keywords:** *Parental Support, Fruit and Vegetable Consumption, Elementary School Children*

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Setiap tetes keringat orang tuaku adalah ribuan langkahku untuk maju”

-Anonim-

### **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat, kekuatan, dan kemudahan yang telah diberikan, tugas akhir ini penulis persembahkan dengan segenap hati kepada:

1. Kedua orang tua tercinta. Terima kasih atas setiap doa yang tak pernah terputus, atas lelah yang tak pernah dikeluhkan, serta atas pengorbanan yang mungkin tidak akan pernah dapat terbalaskan sepenuhnya. Setiap langkah dalam perjalanan ini tidak pernah benar-benar penulis lalui sendirian, karena selalu ada doa dan harapan yang senantiasa menguatkan.
2. Keluarga yang selalu menjadi tempat pulang dan sumber semangat ketika lelah mulai terasa berat.
3. Dosen pembimbing yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, serta memberikan ilmu yang begitu berharga selama proses penyusunan tugas akhir ini.
4. Teman-teman seperjuangan yang telah memberikan dukungan, kebersamaan, dan semangat dalam setiap proses yang dilalui.
5. Dan untuk diri sendiri, terima kasih karena telah bertahan, berusaha, dan tidak menyerah meskipun sering merasa ragu dan lelah. Perjalanan ini mungkin tidak mudah, tetapi hari ini menjadi bukti bahwa setiap proses tidak pernah sia-sia.

Semoga tugas akhir ini menjadi langkah kecil menuju mimpi-mimpi yang lebih besar.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang” tepat pada waktu yang telah ditentukan.

Dalam proses penyusunan Tugas Akhir ini, penulis menyadari bahwa keberhasilan penyelesaiannya tidak terlepas dari dukungan, arahan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Laily Ulfiyah, S.T., M.T., selaku Direktur Politeknik Negeri Madura, yang telah memberikan kesempatan dan izin kepada penulis untuk menempuh dan menyelesaikan pendidikan di Politeknik Negeri Madura.
2. M. Musta'in, S.T., M.T., selaku Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Negeri Madura, yang telah memberikan persetujuan dan menandatangani surat izin penelitian sebagai pengantar resmi dari institusi kepada lokasi penelitian.
3. Ns. Abdan Syakura, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Kesehatan Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Negeri Madura, yang telah memberikan dukungan, arahan, serta kontribusi keilmuan selama penulis menempuh pendidikan di Program Studi DIII Keperawatan
4. Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si., selaku dosen dan Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada penulis dalam proses penyusunan dan penyelesaian Tugas Akhir ini.
5. Nur Khalilah, SST., M.Kes., selaku dosen dan Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, masukan, serta dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
6. Kuzzairi, S.Kep., Ns., M.H., M.Kes., selaku Dosen Penguji I, yang telah memberikan saran dan masukan yang membangun demi penyempurnaan Tugas Akhir ini.
7. Prastomo Suhendro, S.E., M.M., selaku Dosen Penguji II, yang telah memberikan kritik dan masukan yang bersifat konstruktif untuk perbaikan Tugas Akhir ini.
8. Anggeria Oktavia D., S.Si., M.M., M.Biotech., selaku Dosen Penguji III, yang telah memberikan saran dan masukan sebagai bahan evaluasi dalam penyempurnaan Tugas Akhir ini.
9. Ibu Winadifah, selaku Kepala SDN Aengsareh 3, yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan pengambilan data dan penelitian di sekolah tersebut.

10. Responden penelitian, yaitu siswa kelas V dan VI SDN Aengsareh 3 Sampang yang telah bersedia berpartisipasi dan bekerja sama selama proses pengambilan data penelitian
11. Kedua orang tua tercinta serta keluarga yang dengan penuh kesabaran, kasih sayang, dan doa yang tiada henti senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan kekuatan kepada penulis sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Rekan-rekan selama proses bimbingan dan penelitian, yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta bantuan kepada penulis dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini masih terdapat keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Sampang, 06 Februari 2026  
Yang menyatakan

Faiqotur Rizki Amalia  
NRP.33412301074

## DAFTAR ISI

|                                                            | Halaman     |
|------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>COVER</b> .....                                         | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TUGAS AKHIR</b> .....         | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....                             | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....                   | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                       | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRACT</b> .....                                      | <b>vi</b>   |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....                         | <b>vii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                    | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                  | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                                 | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL</b> .....                   | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                               | <b>xv</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....                             | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang.....                                    | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                                   | 2           |
| 1.3 Batasan Masalah .....                                  | 2           |
| 1.4 Tujuan Penelitian .....                                | 3           |
| 1.4.1 Tujuan umum.....                                     | 3           |
| 1.4.2 Tujuan khusus.....                                   | 3           |
| 1.5 Manfaat Penelitian .....                               | 3           |
| 1.5.1 Manfaat Teoritis.....                                | 3           |
| 1.5.2 Manfaat Praktik .....                                | 3           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....                       | <b>4</b>    |
| 2.1 Landasan teori.....                                    | 4           |
| 2.1.1 Pengertian Dukungan Orang Tua.....                   | 4           |
| 2.1.2 Faktor yang Memengaruhi Dukungan Orang Tua .....     | 4           |
| 2.1.3 Indikator Dukungan Orang Tua .....                   | 6           |
| 2.1.4 Pengukuran Dukungan Orang Tua.....                   | 9           |
| 2.1.5 Pengertian Pola Konsumsi Buah dan Sayur.....         | 9           |
| 2.1.6 Pengertian Buah dan Sayur.....                       | 10          |
| 2.1.7 Penggolongan Buah dan Sayur .....                    | 10          |
| 2.1.8 Kandungan dan Manfaat Konsumsi Buah dan Sayur.....   | 11          |
| 2.1.9 Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur..... | 11          |
| 2.1.10 Indikator Pola Konsumsi Buah dan Sayur .....        | 17          |
| 2.1.11 Pengukuran Pola Konsumsi Buah dan Sayur.....        | 19          |
| 2.1.12 Pengertian Anak Usia Sekolah.....                   | 20          |
| 2.2 Penelitian Sebelumnya.....                             | 21          |
| 2.3. Kerangka Konsep.....                                  | 24          |
| 2.3.1 Deskripsi Kerangka Konsep .....                      | 25          |
| 2.4 Hipotesis Penelitian .....                             | 26          |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....                 | <b>27</b>   |
| 3.1 Desain/ Rancangan .....                                | 27          |
| 3.2 Kerangka Kerja.....                                    | 28          |
| 3.3 Populasi, Sampel dan Teknik sampling .....             | 29          |
| 3.3.1 Populasi .....                                       | 29          |

|                                                                                                                             |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.3.2 Sampel .....                                                                                                          | 29        |
| 3.3.3 Teknik Sampling.....                                                                                                  | 29        |
| 3.4 Identifikasi Variabel.....                                                                                              | 29        |
| 3.4.1 Variabel Independen .....                                                                                             | 29        |
| 3.4.2 Variabel Dependen .....                                                                                               | 29        |
| 3.5 Definisi Operasional .....                                                                                              | 30        |
| 3.6 Pengumpulan, Pengolahan Dan Analisa Data .....                                                                          | 30        |
| 3.6.1 Pengumpulan Data.....                                                                                                 | 30        |
| 3.6.2 Pengolahan Data .....                                                                                                 | 32        |
| 3.6.3 Analisis data .....                                                                                                   | 34        |
| 3.7 Etika Penelitian .....                                                                                                  | 35        |
| 3.7.1 Persetujuan ( <i>Informed Consent</i> ) .....                                                                         | 35        |
| 3.7.2 Tanpa nama ( <i>Anonymity</i> ) .....                                                                                 | 36        |
| 3.7.3 Kerahasiaan ( <i>Confidentiality</i> ) .....                                                                          | 36        |
| 3.8 Keterbatasan Penelitian.....                                                                                            | 36        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>                                                                                    | <b>37</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....                                                                                                  | 37        |
| 4.1.1 Deskripsi/ Gambaran Umum Tempat Penelitian.....                                                                       | 37        |
| 4.1.2 Hasil Penelitian Data Umum .....                                                                                      | 37        |
| 4.1.3 Hasil Penelitian Data Khusus.....                                                                                     | 38        |
| 4.2 Pembahasan .....                                                                                                        | 40        |
| 4.2.1 Deskripsi Dukungan Orang Tua pada Anak di SDN<br>Aengsareh 3 Sampang .....                                            | 40        |
| 4.2.2 Deskripsi Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di<br>SDN Aengsareh 3 Sampang.....                                   | 41        |
| 4.2.3 Analisis Hubungan Dukungan Orang dengan Pola<br>Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN<br>Aengsareh 3 Sampang ..... | 42        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                                                                                                   | <b>44</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....                                                                                                        | 44        |
| 5.2 Saran .....                                                                                                             | 44        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                                                 | <b>45</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                                                                                        | <b>48</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                    | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 2.1 Penelitian Selanjutnya .....                                                                                                             | 21      |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur .....                                               | 30      |
| Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 .....                                               | 37      |
| Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 .....                                                        | 38      |
| Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 .....                                                       | 38      |
| Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua pada Anak di di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 .....                             | 38      |
| Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 .....                      | 39      |
| Tabel 4.6 Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 ..... | 39      |
| Tabel 4.7 Hasil Uji Statistik Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang .....           | 40      |
| Tabel 1 Kuesioner Dukungan Orang Tua .....                                                                                                         | 56      |
| Tabel 2 FFQ Buah dan Sayur .....                                                                                                                   | 60      |
| Tabel 3 Tabulasi Data Umum .....                                                                                                                   | 61      |
| Tabel 4 Tabulasi Data Khusus Dukungan Orang Tua .....                                                                                              | 62      |
| Tabel 5 Tabulasi Data khusus Pola Konsumsi Buah dan Sayur .....                                                                                    | 63      |
| Tabel 6 Hasil Uji Statistik .....                                                                                                                  | 64      |
| Tabel 7 Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur .....                                                  | 64      |
| Tabel 8 Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Jenis Kelamin .....                                                                 | 64      |
| Tabel 9 Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Usia .....                                                                          | 65      |
| Tabel 10 Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Kelas .....                                                                        | 65      |
| Tabel 11 Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Jenis Kelamin .....                                                      | 65      |
| Tabel 12 Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Usia .....                                                               | 66      |
| Tabel 13 Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kelas .....                                                              | 66      |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                                   | Halaman |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur ..... | 24      |
| Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur .....  | 28      |

## DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

### DAFTAR SINGKATAN

|             |                                                      |
|-------------|------------------------------------------------------|
| SDN         | : Sekolah Dasar Negeri                               |
| WHO         | : <i>World Health Organization</i>                   |
| Kemendes RI | : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia           |
| SKI         | : Survei Kesehatan Indonesia                         |
| FFQ         | : <i>Food Frequency Questionnaire</i>                |
| SPSS        | : <i>Statistical Package for the Social Sciences</i> |
| Riskesdas   | : Riset Kesehatan Dasar                              |
| DIII        | : Diploma Tiga                                       |
| NRP         | : Nomor Registrasi Pokok                             |
| Dapodik     | : Data Pokok Pendidikan                              |

### DAFTAR SIMBOL

|                 |                                             |
|-----------------|---------------------------------------------|
| $r_s$           | : Koefisien korelasi <i>Spearman Rank</i>   |
| $d$             | : Selisih peringkat antara variabel X dan Y |
| $d^2$           | : Kuadrat selisih peringkat                 |
| $\sum d^2$      | : Jumlah kuadrat selisih peringkat          |
| $n$             | : Jumlah responden                          |
| $P$             | : Persentase                                |
| $\sum f$        | : Frekuensi pada kategori tertentu          |
| $N$             | : Jumlah total responden                    |
| $\alpha = 0,05$ | : Taraf signifikansi penelitian             |
| $\geq$          | : Lebih dari atau sama dengan               |
| $<$             | : Kurang dari                               |
| $P$             | : Nilai probabilitas (p-value)              |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                            | Halaman |
|----------------------------------------------------------------------------|---------|
| Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....                       | 48      |
| Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....                      | 49      |
| Lampiran 3 Lembar Surat Pengantar Pengambilan Data Awal<br>Penelitian..... | 50      |
| Lampiran 4 Lembar Surat Balasan Pengambilan Data Awal .....                | 51      |
| Lampiran 5 Lembar Surat Pengantar Permintaan Izin<br>Penelitian.....       | 52      |
| Lampiran 6 Lembar Surat Balasan Permintaan Izin Penelitian .....           | 53      |
| Lampiran 7 Lembar Surat Keterangan Telah Melaksanakan<br>Penelitian.....   | 54      |
| Lampiran 8 Lembar Kuesioner Penelitian .....                               | 55      |
| Lampiran 9 Tabulasi Data Umum dan Data Khusus.....                         | 61      |
| Lampiran 10 Uji Statistik dan Tabulasi Silang .....                        | 64      |
| Lampiran 11 Lembar Dokumentasi Penelitian .....                            | 67      |
| Lampiran 12 Lembar Biodata Penulis .....                                   | 70      |
| Lampiran 13 Lembar Konsultasi Pembimbing I.....                            | 71      |
| Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing II.....                           | 73      |
| Lampiran 15 Lembar Konsultasi Penguji I.....                               | 75      |
| Lampiran 16 Lembar Konsultasi Penguji II.....                              | 77      |
| Lampiran 17 Lembar Konsultasi Penguji III.....                             | 79      |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Konsumsi buah dan sayur merupakan bagian penting dari pola makan bergizi seimbang yang berperan dalam mendukung tumbuh kembang anak usia sekolah. Pada masa ini, anak berada pada fase emas pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk menunjang perkembangan fisik, kognitif, dan imunitas. World Health Organization merekomendasikan anak mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 300–400 gram per hari (WHO, 2023). Sementara itu, di Indonesia, Pedoman Umum Gizi Seimbang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022) menganjurkan konsumsi 2–3 porsi buah dan 3–5 porsi sayur per hari. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur anak di Indonesia masih sangat rendah (Gifari *et al.*, 2024).

Permasalahan rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak menjadi perhatian serius karena prevalensinya tetap tinggi dari tahun ke tahun. Berdasarkan Riskesdas (2018), sebanyak 95,5% penduduk Indonesia usia  $\geq 5$  tahun tercatat kurang mengonsumsi buah dan sayur, menunjukkan bahwa masalah ini telah berlangsung lama dan belum tertangani secara optimal. Kondisi ini sejalan dengan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) yang menunjukkan bahwa 96,7% penduduk usia  $\geq 5$  tahun masih belum memenuhi rekomendasi konsumsi buah dan sayur harian. Khusus pada kelompok anak usia sekolah (5–14 tahun), prevalensinya mencapai 97,7%, menjadikan mereka sebagai kelompok yang paling rentan mengalami kekurangan asupan buah dan sayur. Di Jawa Timur, prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah mencapai 95,7%, dan kondisi serupa juga terjadi di Kabupaten Sampang. Berdasarkan survei awal peneliti pada 9 Desember 2025 di SDN Aengsareh 3 Sampang, ditemukan bahwa 14 dari 15 siswa (93,3%) belum memenuhi rekomendasi konsumsi buah dan sayur harian.

Rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan terdekat, terutama orang tua. Anak usia sekolah masih sangat bergantung pada orang tua dalam hal penyediaan makanan, pembentukan kebiasaan makan, serta pemberian teladan dalam perilaku makan sehat. Penelitian Mahmood (2021) menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua, termasuk kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur, ketersediaan makanan sehat di rumah, serta pola pengasuhan menjadi faktor dominan yang memengaruhi pola makan anak karena sebagian besar keputusan makan terjadi di lingkungan rumah. Ketika dukungan

tersebut tidak optimal, anak cenderung tidak terbiasa mengonsumsi buah dan sayur sehingga berdampak pada rendahnya asupan mereka. Dampak jangka panjangnya dapat berupa defisiensi mikronutrien, gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, hingga peningkatan risiko penyakit kronis di masa dewasa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Gifari (2024) juga menambahkan bahwa anak yang jarang mengonsumsi buah dan sayur memiliki risiko lebih tinggi mengalami malnutrisi dan penurunan prestasi akademik akibat kurangnya zat gizi yang penting bagi fungsi otak.

Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan keterlibatan aktif orang tua dalam membentuk kebiasaan makan sehat anak. Dukungan tersebut dapat diwujudkan melalui edukasi gizi, pemberian contoh langsung dalam konsumsi buah dan sayur, serta penyediaan lingkungan rumah yang mendukung kebiasaan makan sehat. Selain itu, kerja sama antara orang tua dan sekolah dalam mengawasi pola makan anak dapat memperkuat upaya peningkatan konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih mendalam terkait hubungan dukungan orang tua dengan konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang, sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan program intervensi gizi yang tepat sasaran untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang?

## **1.3 Batasan Masalah**

Untuk menghindari perluasan pembahasan dan agar penelitian lebih terarah, maka peneliti memberikan batasan masalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya melibatkan siswa kelas V dan VI sebagai subjek penelitian di SDN Aengsareh 3 Sampang.
2. Penelitian ini hanya berfokus pada hubungan dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak, tanpa meneliti faktor lain di luar variabel tersebut.
3. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun ajaran 2024/ 2025.
4. Dukungan orang tua yang diteliti meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, serta dukungan penghargaan/ penilaian dalam mendorong anak mengonsumsi buah dan sayur.
5. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini meliputi:

1. Mengidentifikasi dukungan orang tua terhadap konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang
2. Mengidentifikasi pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang
3. Menganalisis hubungan antara dukungan orang tua dengan konsumsi buah dan sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta menjadi bahan referensi mengenai hubungan dukungan orang tua dengan konsumsi buah dan sayur pada anak

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi orang tua dalam meningkatkan dukungan terhadap kebiasaan konsumsi buah dan sayur pada anak.

2. Bagi Instansi Pendidikan (SDN Aengsareh 3 Sampang)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah dalam mengembangkan program yang mendukung peningkatan konsumsi buah dan sayur pada siswa.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur secara rutin sesuai anjuran gizi seimbang.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Landasan Teori**

##### **2.1.1 Pengertian Dukungan Orang Tua**

Sarafino dan Smith dalam Akmal (2021), menjelaskan bahwa dukungan orang tua merupakan bentuk interaksi sosial yang bertujuan memberikan rasa nyaman, penghargaan, perhatian, serta penerimaan kepada anak melalui sikap peduli dan komunikasi yang bersifat membangun. Dukungan ini tidak hanya berdampak pada kondisi emosional anak, tetapi juga berperan dalam pembentukan kebiasaan kesehatan sehari-hari. Dalam konteks konsumsi buah dan sayur, dukungan orang tua menjadi faktor kunci karena anak usia sekolah belum sepenuhnya mandiri dalam menentukan pilihan makanan, sehingga sangat bergantung pada arahan dan lingkungan yang dibentuk oleh orang tua.

Padina (2024), menegaskan bahwa keluarga, khususnya orang tua, merupakan fondasi utama dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat anak. Orang tua tidak hanya berperan sebagai penyedia makanan, tetapi juga sebagai pembentuk nilai, sikap, dan kebiasaan anak melalui interaksi sehari-hari. Ketika orang tua secara konsisten memberikan dukungan positif dan menjadi teladan dalam mengonsumsi buah dan sayur, anak cenderung mengembangkan persepsi yang baik terhadap buah dan sayur serta membentuk kebiasaan konsumsi yang lebih sehat. Sebaliknya, kurangnya dukungan orang tua dapat menyebabkan anak tidak terbiasa mengonsumsi buah dan sayur, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya asupan gizi anak usia sekolah.

##### **2.1.2 Faktor yang Memengaruhi Dukungan Orang Tua**

Dukungan orang tua merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kesehatan anak, termasuk konsumsi buah dan sayur. Anak usia sekolah masih sangat bergantung pada lingkungan keluarga, sehingga peran orang tua menjadi penentu dalam pembentukan kebiasaan makan sehat. Adapun faktor-faktor yang terkandung dalam dukungan orang tua menurut Slameto dalam (Ervina, 2021) terdiri dari:

- 1. Cara orang tua mendidik**

Cara orang tua mendidik anak memiliki pengaruh besar terhadap pola pikir dan kebiasaan anak, termasuk dalam kebiasaan makan. Pola asuh yang demokratis, disertai dengan pengarahan dan pembiasaan yang konsisten, cenderung

mendorong anak untuk menerima dan membiasakan diri mengonsumsi buah dan sayur. Sebaliknya, pola asuh yang terlalu otoriter atau acuh tak acuh dapat menyebabkan anak kurang memiliki motivasi dan kesadaran dalam menerapkan kebiasaan makan sehat.

2. Relasi antar anggota keluarga

Relasi yang harmonis antara orang tua dan anak menciptakan suasana yang kondusif dalam keluarga. Hubungan yang baik memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah, sehingga orang tua lebih mudah memberikan arahan, motivasi, serta contoh dalam mengonsumsi buah dan sayur. Relasi keluarga yang kurang harmonis dapat menghambat proses pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak.

3. Suasana rumah

Suasana rumah yang nyaman, aman, dan mendukung akan memengaruhi kebiasaan anak sehari-hari, termasuk dalam hal konsumsi makanan. Lingkungan rumah yang membiasakan konsumsi buah dan sayur sebagai bagian dari menu harian dapat mendorong anak untuk meniru dan membentuk kebiasaan makan sehat. Sebaliknya, suasana rumah yang kurang teratur atau tidak mendukung pola makan sehat dapat membuat anak kurang tertarik mengonsumsi buah dan sayur.

4. Keadaan ekonomi keluarga

Kondisi ekonomi keluarga turut memengaruhi kemampuan orang tua dalam menyediakan buah dan sayur secara rutin. Keterbatasan ekonomi dapat menjadi kendala dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, termasuk ketersediaan buah dan sayur. Namun demikian, pengelolaan yang tepat dan pemilihan bahan pangan yang terjangkau tetap memungkinkan orang tua memberikan asupan buah dan sayur sesuai kemampuan keluarga.

5. Pengertian orang tua

Pengertian dan perhatian orang tua sangat dibutuhkan dalam membentuk kebiasaan konsumsi buah dan sayur pada anak. Anak sering mengalami rasa bosan atau penolakan terhadap buah dan sayur, sehingga orang tua perlu memberikan pengertian, dorongan, serta motivasi secara berkelanjutan. Sikap orang tua yang sabar dan suportif akan membantu anak mengatasi kesulitan dan meningkatkan penerimaan terhadap konsumsi buah dan sayur.

6. Latar belakang kebudayaan

Latar belakang kebudayaan, tingkat pendidikan, serta kebiasaan keluarga berpengaruh terhadap sikap dan kebiasaan

anak. Nilai-nilai dan kebiasaan yang diterapkan dalam keluarga, termasuk kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur, akan membentuk pola kebiasaan anak sejak dini. Pemberian contoh yang baik oleh orang tua dalam konsumsi buah dan sayur dapat menumbuhkan minat dan semangat anak untuk menerapkan kebiasaan makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

### 2.1.3 Indikator Dukungan Orang Tua

Sarafino dan Smith dalam Akmal (2021) mengemukakan bahwa dukungan orang tua merupakan bentuk dukungan sosial yang terdiri atas beberapa indikator utama yang berperan dalam membentuk kebiasaan anak. Dalam konteks konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah, indikator dukungan orang tua tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

#### 1. Dukungan informational (*informational support*)

Dukungan informasional merupakan bentuk dukungan orang tua melalui pemberian perhatian, saran, nasihat, dan informasi yang berkaitan dengan kesehatan anak. Dalam konteks konsumsi buah dan sayur, dukungan ini diwujudkan melalui pemberian pengetahuan mengenai berbagai manfaat buah dan sayur bagi kesehatan tubuh, proses pertumbuhan dan perkembangan, serta peningkatan daya tahan tubuh anak. Orang tua menjelaskan kepada anak tentang kandungan gizi yang terdapat dalam buah dan sayur, seperti vitamin, mineral, serat, dan antioksidan, serta bagaimana zat-zat tersebut berperan dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit.

Selain memberikan informasi tentang manfaat, orang tua juga memberikan pengarahan dan bimbingan agar anak terbiasa mengonsumsi buah dan sayur dalam kehidupan sehari-hari, baik saat makan di rumah maupun di sekolah. Informasi yang diberikan secara konsisten dan berulang, dengan bahasa yang mudah dipahami sesuai usia anak, dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak terhadap pentingnya konsumsi buah dan sayur. Dengan pemahaman yang baik, diharapkan anak dapat menginternalisasi nilai-nilai kesehatan tersebut dan mampu membuat keputusan yang bijak terkait pilihan makanannya.

Dengan adanya dukungan informasional yang memadai, anak memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur, sehingga pengetahuan tersebut menjadi dasar dalam membentuk sikap dan kebiasaan konsumsi yang lebih sehat.

2. Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Dukungan instrumental merupakan dukungan nyata yang diberikan orang tua dalam bentuk bantuan langsung, fasilitas, atau penyediaan sumber daya yang dibutuhkan anak. Dalam konteks konsumsi buah dan sayur, dukungan instrumental meliputi penyediaan buah dan sayur segar di rumah dalam jumlah yang cukup dan variasi yang beragam, memasukkan buah dan sayur ke dalam bekal sekolah anak, serta memastikan ketersediaan menu makanan sehari-hari yang mengandung buah dan sayur dengan porsi yang memadai.

Dukungan instrumental juga mencakup upaya orang tua dalam menyajikan buah dan sayur dengan cara yang menarik dan sesuai dengan selera anak, misalnya memotong dalam bentuk yang unik, membuat jus atau smoothie, atau mengolahnya menjadi masakan yang disukai anak. Dukungan ini berperan langsung dan sangat penting dalam memudahkan anak untuk mengakses dan mengonsumsi buah dan sayur secara rutin, karena menghilangkan hambatan yang mungkin dihadapi anak dalam mengonsumsi makanan sehat tersebut.

Dukungan instrumental berperan dalam mengurangi hambatan akses anak terhadap buah dan sayur, sehingga meningkatkan peluang anak untuk mengonsumsi buah dan sayur secara rutin dalam kehidupan sehari-hari.

3. Dukungan penilaian (*appraisal/companionship support*)

Dukungan penilaian merupakan bentuk dukungan berupa penghargaan, motivasi, umpan balik positif, dan penguatan dari orang tua terhadap kebiasaan anak. Dalam konsumsi buah dan sayur, dukungan ini diwujudkan melalui pemberian pujian atau apresiasi ketika anak berhasil mengonsumsi buah dan sayur, memberikan semangat dan dorongan agar anak tetap konsisten dalam menjalankan kebiasaan tersebut, serta memberikan teladan atau contoh nyata dengan memperlihatkan kebiasaan orang tua sendiri dalam mengonsumsi buah dan sayur..

Keteladanan orang tua menjadi aspek yang sangat penting dalam dukungan penilaian, karena anak cenderung meniru dan mengikuti kebiasaan yang dilakukan oleh orang tuanya. Ketika anak melihat orang tua secara rutin mengonsumsi buah dan sayur, mereka akan menganggap kebiasaan tersebut sebagai hal yang wajar dan penting untuk dilakukan. Dukungan penilaian membantu anak merasa dihargai dan termotivasi untuk mempertahankan kebiasaan makan sehat, sekaligus membangun persepsi positif terhadap konsumsi buah dan sayur.

Melalui dukungan penilaian, anak memperoleh penguatan positif atas konsumsinya, yang dapat meningkatkan motivasi intrinsik dan mendorong keberlanjutan konsumsi buah dan sayur.

4. Dukungan emosional (*esteem/emotional support*)

Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang ditunjukkan melalui ekspresi kasih sayang, perhatian, empati, dan rasa aman yang diberikan orang tua kepada anak. Dalam konteks konsumsi buah dan sayur, dukungan emosional terlihat dari sikap orang tua yang sabar dan pengertian, tidak memaksa anak dengan cara yang keras atau menggunakan ancaman, serta memberikan kenyamanan dan dukungan ketika anak mengalami kesulitan atau menunjukkan penolakan terhadap buah dan sayur tertentu.

Orang tua yang memberikan dukungan emosional yang baik akan menciptakan suasana makan yang positif dan menyenangkan, tanpa tekanan atau paksaan yang dapat membuat anak merasa tidak nyaman. Hal ini membantu anak membangun hubungan yang positif dengan makanan sehat dan mengurangi resistensi atau penolakan terhadap konsumsi buah dan sayur. Dukungan emosional juga mencakup penghargaan terhadap preferensi anak dalam memilih jenis buah atau sayur yang disukai, sehingga anak merasa dilibatkan dan memiliki kontrol dalam keputusan makanannya.

Dukungan emosional yang positif menciptakan pengalaman makan yang menyenangkan bagi anak, sehingga mengurangi penolakan terhadap buah dan sayur dan membangun hubungan yang positif dengan makanan sehat.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa indikator dukungan orang tua menurut Sarafino dan Smith mencakup empat dimensi yang saling melengkapi, yaitu dukungan informasional, instrumental, penilaian, dan emosional. Keempat indikator tersebut saling berkaitan dan memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk, memperkuat, dan mempertahankan konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah. Dukungan orang tua yang diberikan secara optimal dan konsisten dari keempat dimensi tersebut dapat membantu anak merasa diperhatikan, dihargai, dan didukung secara menyeluruh dalam upaya menerapkan kebiasaan makan sehat sebagai bagian dari gaya hidup mereka. Dengan demikian, dukungan orang tua yang komprehensif ini berpotensi meningkatkan frekuensi dan kuantitas konsumsi buah dan sayur pada anak secara berkelanjutan,

yang pada akhirnya berkontribusi terhadap pencapaian status gizi yang optimal dan pembentukan fondasi kesehatan jangka panjang.

#### 2.1.4 Pengukuran Dukungan Orang Tua

Menurut Sugiyono (2022), pengukuran variabel dalam penelitian kuantitatif dapat dilakukan menggunakan kuesioner dengan skala Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala Likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Dalam penelitian ini, pengukuran dukungan orang tua dilakukan menggunakan kuesioner tertutup (*close-ended questionnaire*) dengan skala Likert. Kuesioner ini berisi pernyataan-pernyataan yang mengukur empat dimensi dukungan orang tua menurut Sarafino dan Smith dalam Akmal (2021), yaitu: dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan emosional.

Kuesioner diisi langsung oleh anak dengan pendampingan peneliti untuk memastikan anak memahami setiap pertanyaan yang diajukan. Pengisian kuesioner oleh anak dipilih karena dapat mengukur persepsi langsung anak terhadap dukungan yang diterima dari orang tua mereka dalam hal konsumsi buah dan sayur.

Tingkat dukungan orang tua dikategorikan menggunakan nilai median sebagai cut-off point. Median dipilih karena data dari skala Likert bersifat ordinal dan median lebih robust terhadap distribusi data yang tidak normal (Sugiyono, 2022). Kategori dukungan orang tua adalah sebagai berikut:

1. Baik (jika skor total  $\geq$  median)
2. Kurang (jika skor total  $<$  median)

#### 2.1.5 Pengertian Pola Konsumsi Buah Dan Sayur

Pola konsumsi merupakan jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang rata - rata dikonsumsi per orang per hari selama periode waktu tertentu. Pola konsumsi memberikan gambaran terkait kebiasaan makan dan bahan makanan yang sering dikonsumsi (Nasya, 2024).

Menurut KBBI (2025), konsumsi adalah kegiatan individu untuk memenuhi kebutuhan dirinya, termasuk kebutuhan terhadap bahan makanan. Dalam penelitian ini, konsumsi difokuskan pada bahan makanan berupa sayur dan buah. Agustin & Rahmawati (2021) menjelaskan bahwa konsumsi merupakan aktivitas individu dalam memenuhi kebutuhan gizi melalui pemilihan dan pengonsumsiannya. Dengan demikian, konsumsi sayur dan buah adalah

aktivitas anak dalam memilih dan mengonsumsi sayur serta buah sebagai bagian dari pemenuhan gizi sehari-hari. Konsumsi ini mencakup berapa banyak, seberapa sering, dan jenis sayur atau buah yang dikonsumsi anak. Konsumsi sayur dan buah penting untuk mencukupi kebutuhan vitamin, mineral, dan serat yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan dan kesehatan.

#### 2.1.6 Pengertian Buah dan Sayur

Buah dan sayur merupakan kelompok bahan makanan dari bahan nabati (tumbuh-tumbuhan). Buah merupakan organ tumbuhan yang mengandung biji. Bagian luar buah terdiri dari kulit buah yang mengelilingi biji. Buah adalah bagian dari tanaman yang strukturnya mengelilingi biji dimana struktur tersebut berasal dari indung telur atau sebagai fundamen (bagian) dari bunga itu sendiri. Sedangkan sayur adalah bahan makanan yang berasal dari tumbuhan. Bagian tumbuhan yang dapat dibuat sayur antara lain daun (sebagian besar sayur adalah daun), batang (wortel adalah umbi batang), bunga (jantung pisang), buah muda (labu), sehingga dapat dikatakan bahwa semua bagian tumbuhan dapat dijadikan bahan makanan sayur (Hamidah, 2023).

#### 2.17 Penggolongan Buah dan Sayur

Menurut Diktas (2022), berdasarkan ketersediaan buah-buahan di pasar dapat dibedakan menjadi: (1) Buah bersifat musiman seperti durian, mangga, rambutan dan lain-lain (2) Buah tidak musiman seperti pisang, nanas, alpukat, papaya, semangka dan lain-lain. Sedangkan berdasarkan prioritas pengembangan, Diktas (2022) membagi buah-buahan menjadi: (1) Buah prioritas nasional yang meliputi jeruk, mangga, rambutan, durian dan pisang (2) Buah prioritas daerah yang meliputi manggis, duku, leci, lengkeng, salak dan markisa. Buah – buahan yang termasuk dalam buah musiman memiliki musim berbuah dengan waktu yang berbeda-beda. Perbedaan inilah yang menyebabkan ketersediaan buah setiap bulan berbeda. Buah-buahan juga dapat dibedakan berdasarkan warnanya. Warna seperti hijau, biru, ungu, merah, orange, dan lain-lain pada buah-buahan berasal dari pigmen, yaitu senyawa fitokimia yang berasal dari tumbuhan. Konsumsi buah yang paling baik ketika buah tersebut matang di pohon dan masih segar. Serat banyak terdapat pada bagian kulit dari buah. Dianjurkan saat memakan buah tidak dikupas, melainkan di cuci sampai bersih kemudian dapat dikonsumsi (Sidiq *et al.*, 2021).

Menurut Yulianti (2021), berdasarkan bagian tanaman yang dapat dimakan, sayuran dibedakan menjadi : (a) sayuran daun seperti kangkung, sawi, katuk, dan bayam (b) sayuran bunga seperti brokoli, bunga turi dan kembang kol (c) sayuran buah seperti terong, cabe,

ketimun, labu siam, pare, dan tomat (d) sayuran biji muda seperti asparagus dan rebung (e) sayuran akar seperti wortel dan lobak dan (f) sayuran umbi seperti kentang dan bawang.

#### 2.1.8 Kandungan dan Manfaat Buah dan Sayur

Buah dan sayur merupakan sumber serat, vitamin A, vitamin C, vitamin B, berbagai mineral seperti kalium, kalsium, magnesium dan zat besi, namun tidak mengandung lemak maupun kolesterol. Setiap buah dan sayur mempunyai kandungan vitamin dan mineral yang berbeda (Slavin & Lloyd, 2021).

Beberapa jenis buah memiliki manfaat untuk menurunkan kolesterol darah, kadar gula darah, menyembuhkan luka lambung, mencegah penyebaran sel kanker, mencegah karies gigi, mencegah diare, dan lain lain. Buah-buahan mengandung vitamin dan mineral. Vitamin yang banyak terkandung dalam buah adalah vitamin C dan vitamin B Kompleks. Beberapa buah memiliki kandungan vitamin A, D, dan E yang penting untuk tubuh. Vitamin A, C, E merupakan antioksidan alami yang berfungsi untuk melawan radikal bebas, mencegah penuaan dini, dan berbagai jenis kanker. Kandungan mineral yang terdapat pada buah buahan antara lain zat besi, seng, mangan, tembaga, kalsium, fosfor, dan lain-lain. Mineral memiliki peran penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Heikens *et al.*, 2023)

Konsumsi buah dan sayur penting untuk kesehatan karena buah dan sayur kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Tanpa mengonsumsi buah dan sayur, maka kebutuhan gizi seperti vitamin C, Vitamin A, potassium dan folat kurang terpenuhi. Oleh karena itu, buah dan sayur merupakan sumber makanan yang baik dan menyehatkan (Monticciolo, 2023).

Buah-buahan dan sayuran segar mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksi kimia didalam tubuh. Komponen gizi yang terdandung dalam buah dan sayur berguna sebagai antioksidan. Selain itu, buah dan sayur terdapat dua jenis serat yang bermanfaat bagi kesehatan pencernaan, yaitu serat larut air dan tidak larut air. Serat larut air dapat memperbaiki performa microflora usus sehingga jumlah bakteri baik dapat tumbuh dengan sempurna. Sedangkan, serat tidak larut air akan menghambat pertumbuhan bakteri jahat sebagai pencetus berbagai macam penyakit (Riordan, 2022)

#### 2.1.9 Faktor yang Memengaruhi Konsumsi Buah Dan Sayur

##### 1. Usia

Menurut Kemenkes RI (2022), usia adalah masa hidup responden dalam tahun dengan pembulatan ke bawah atau umur pada waktu ulang tahun yang terakhir. Usia mempunyai peran penting dalam menentukan pemilihan makanan. Saat seseorang

tumbuh dari anak-anak menjadi remaja dan dewasa, pengaruh terhadap kebiasaan makan mereka sangat kompleks. Penggolongan usia dikategorikan menjadi 4, yaitu anak-anak usia  $\leq 10$  tahun, remaja usia 11-25 tahun, dewasa usia 26-65 tahun, dan lanjut usia dengan usia  $> 65$  tahun.

Untuk kelompok anak-anak usia sekolah dasar, kebutuhan gizi harus lebih diperhatikan secara khusus karena masa anak-anak merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik maupun kognitif. Kecukupan gizi pada masa ini harus terpenuhi agar dapat mencapai pertumbuhan yang optimal dan sebagai upaya pencegahan timbulnya berbagai penyakit di masa yang akan datang (Wulansari, 2023). Kebutuhan terkait konsumsi buah dan sayur sebaiknya tercukupi, karena buah dan sayur sangat penting sebagai sumber vitamin dan mineral bagi anak usia sekolah. Oleh karena itu, anak-anak usia sekolah dasar membutuhkan konsumsi buah dan sayur dalam jumlah yang cukup untuk mendukung proses belajar dan aktivitas fisik mereka (Kharisma, 2021).

## 2. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pola makan seseorang. Perbedaan jenis kelamin akan menentukan besar kecilnya kebutuhan bagi seseorang karena pertumbuhan dan perkembangan individu cukup berbeda (Lestari, 2022). Jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Nurlidyawati (2022), bahwa ada hubungan antara konsumsi buah dan sayur dengan jenis kelamin.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan lebih banyak mengonsumsi buah dan sayur dibandingkan anak laki-laki (Rasmussen *et al.*, 2021). Anak perempuan lebih banyak mengonsumsi buah dan sayur karena anak perempuan cenderung lebih patuh terhadap anjuran orang tua dan guru, serta lebih mudah menerima jenis makanan baru dibandingkan anak laki-laki. Selain itu, anak perempuan juga lebih memperhatikan pola makan yang sehat sejak dini.

## 3. Sikap gizi

Notoatmodjo dalam Akmal (2021) berpendapat bahwa sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan

tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu kebiasaan. Sikap itu masih merupakan reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.

Sikap memiliki tiga komponen pokok, yaitu: (1) kepercayaan, ide dan konsep; (2) evaluasi terhadap suatu objek; dan (3) kecenderungan untuk bertindak. Pengetahuan, pikiran, dan emosi memegang peranan penting dalam menentukan sikap yang utuh (Akmal, 2021).

Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi namun merupakan reaksi tertutup (Akmal, 2021). Sikap terhadap gizi akan sangat berperan untuk mengubah praktik atau kebiasaan gizi. Hanya saja konsumsi pangan seseorang sering kali dipengaruhi oleh faktor yang lebih kompleks (Khomsan, 2022).

Sikap gizi pada anak usia sekolah merupakan kecenderungan anak untuk menerima atau menolak suatu jenis makanan yang diberikan. Sikap ini sering kali berpengaruh terhadap konsumsi anak walaupun sikap belum merupakan cerminan konsumsi anak yang sesungguhnya (Mina, 2021). Sikap anak terhadap buah dan sayur dapat dipengaruhi oleh pengalaman mereka dalam mencoba berbagai jenis buah dan sayur, serta bagaimana orang tua dan lingkungan sekitar memperkenalkan makanan tersebut kepada anak.

#### 4. Pengetahuan gizi

Pengetahuan adalah hasil 'tahu', dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Akmal, 2021). Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui manusia dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Florence, 2021).

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan mengenai makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi yang terdapat pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit, bagaimana penerapan pola hidup sehat, serta cara pengolahan makanan yang baik agar zat gizi yang ada pada makanan tidak rusak (Akmal, 2021). Pengetahuan gizi yang baik pada anak usia sekolah merupakan faktor penting

dalam menentukan sikap dan kebiasaan anak terhadap makanan. Semakin baik pengetahuan anak tentang manfaat buah dan sayur, maka anak akan semakin memahami pentingnya mengonsumsi buah dan sayur untuk kesehatan mereka (Sediaoetama, 2022).

Pengetahuan gizi pada anak usia sekolah meliputi pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Pemilihan dan konsumsi bahan makanan berpengaruh terhadap status gizi anak. Pengetahuan gizi pada anak usia sekolah sangat penting karena setiap anak akan cukup gizi jika makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, karena pengetahuan gizi memberikan informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya dengan kesehatan (Almatsier, 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak. Kristjansdottir, *et al* (2022) menyatakan bahwa kesadaran anak dalam mengonsumsi buah dan sayur meningkat sejalan dengan pengetahuan tentang buah dan sayur. Artinya, jika pengetahuan anak mengenai buah dan sayur meningkat maka kemungkinan kesadaran dan ketertarikan anak untuk ingin mengonsumsi buah dan sayur juga akan meningkat. Sehingga, konsumsi buah dan sayur anak menjadi tinggi dan dapat terpenuhi.

5. Ketersediaan buah dan sayur

Ketersediaan makanan adalah kemudahan untuk memperoleh makanan siap makan. Kemudahan untuk memperoleh makanan juga mempengaruhi kebiasaan makan anak usia sekolah (Worthington-Roberts & William, 2022).

Ketersediaan makanan dapat mempengaruhi pola konsumsi seseorang terhadap pemilihan makanan yang akan dikonsumsi. Jika ketersediaan terhadap suatu makanan rendah, kemampuan seseorang untuk mendapatkan makanan tersebut akan semakin sulit. Jenis makanan yang tersedia lebih banyak mempunyai peluang lebih besar untuk dikonsumsi.

Ketersediaan buah dan sayur dapat mempengaruhi anak dalam mengonsumsi buah dan sayur baik di rumah maupun di sekolah. Jika ketersediaan buah dan sayur kurang maka akan

menyebabkan berkurangnya tingkat kesukaan anak terhadap buah dan sayur tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Asih Nur dan Trini (2023), bahwa responden dengan ketersediaan buah dan sayur baik memiliki rata-rata konsumsi buah dan sayur lebih tinggi dibandingkan responden dengan ketersediaan buah dan sayur kurang baik. Hasil yang sama juga disebutkan oleh penelitian Noia & Contento (2021), menyatakan bahwa ketersediaan buah dan sayur di rumah dan di sekolah berhubungan positif dengan konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah. Penyediaan buah gratis di sekolah akan meningkatkan ketersediaan buah dan sayur di sekolah. Peningkatan ketersediaan dan keterjangkauan secara tidak langsung akan meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak (Bere & Klepp, 2021).

6. Preferensi makan

Preferensi dibedakan menjadi dua yaitu preferensi yang berdasarkan sikap (attitude-based preferences) dan preferensi yang berdasarkan atribut (attribute-based preferences). Preferensi yang berdasarkan sikap merupakan preferensi yang terbentuk oleh kebiasaan dalam memilih beberapa produk. Sedangkan preferensi berdasarkan atribut merupakan preferensi yang terbentuk berdasarkan perbandingan atribut dari dua atau lebih produk, sebagai contoh perbandingan fitur dan harga produk. Preferensi yang berdasarkan sikap terbentuk dari kebiasaan yang berulang-ulang dan menjadi memori jangka panjang (Ramadhani, 2023).

Preferensi atau kesukaan terhadap makanan merupakan sikap seseorang untuk suka atau tidak suka terhadap makanan tertentu. Kesukaan terhadap makanan dianggap sebagai faktor penentu dalam mengonsumsi makanan termasuk buah dan sayur. Suka atau tidaknya anak terhadap suatu makanan antara lain bergantung pada rasa, tekstur, tampilan, dan kebiasaan makan. Preferensi buah dan sayur pada anak memiliki hubungan secara langsung terhadap konsumsi buah dan sayur, baik di rumah maupun di sekolah (Lestari, 2022).

Pengaruh terhadap rasa secara positif juga membuat anak usia sekolah mengonsumsi buah dan sayur lebih banyak. Beberapa hal yang memengaruhi tingkat kesukaan anak di antaranya rasa, aroma, tekstur, tampilan makanan, dan

kebiasaan makan yang dibentuk sejak dini oleh orang tua (Widyawati, 2023).

7. Sosial ekonomi

Status sosial ekonomi merupakan salah satu penyebab mendasar yang mempengaruhi konsumsi di masyarakat. Keluarga dengan sosial ekonomi yang baik, maka jumlah ketersediaan pangan akan tercukupi. Namun, jika keluarga memiliki masalah dalam sistem sosial ekonomi maka ketersediaan pangan akan mengalami gangguan bahkan kekurangan pangan yang akan mengakibatkan berbagai masalah kesehatan pada anak (Suhardjo, 2022).

Dalam penelitian Utsman (2021), ditemukan bahwa tingkat ekonomi keluarga berpengaruh terhadap konsumsi anak. Hal ini menunjukkan keluarga yang memiliki daya beli yang baik maka bisa memenuhi kebutuhan buah dan sayur untuk anak-anaknya. Sebaliknya, keluarga dengan tingkat ekonomi rendah cenderung memprioritaskan pembelian makanan pokok, sehingga konsumsi buah dan sayur pada anak menjadi kurang.

8. Dukungan orang tua

Orang tua merupakan orang pertama yang sangat berpengaruh terhadap asupan makanan dan pilihan makanan anak. Orang tua memiliki peran penting dalam mempengaruhi kebiasaan makan anak usia sekolah. Dukungan orang tua mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah (Nurlidyawati, 2023).

Bentuk dukungan orang tua terhadap konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah dapat berupa: (1) memberikan pengetahuan dan informasi tentang manfaat buah dan sayur; (2) menyediakan buah dan sayur di rumah dan dalam bekal sekolah; (3) memberikan contoh atau teladan dengan mengonsumsi buah dan sayur; (4) memberikan pujian ketika anak mau mengonsumsi buah dan sayur; serta (5) menciptakan suasana makan yang menyenangkan tanpa paksaan. Dukungan orang tua yang optimal dapat membantu anak membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini.

9. Keterpaparan media massa

Keterpaparan media memiliki pengaruh besar terhadap konsumsi termasuk kebiasaan makan anak usia sekolah. Salah satu keterpaparan media yaitu iklan, selain menjadi media

pemasaran, iklan juga memiliki peran penting sebagai sumber penyampaian informasi (Rachman, 2024).

Anak usia sekolah yang sering terpapar iklan atau informasi tentang buah dan sayur melalui televisi, media sosial, atau media lainnya cenderung memiliki minat yang lebih tinggi untuk mengonsumsi buah dan sayur. Sebaliknya, paparan iklan makanan cepat saji dan jajanan kurang sehat yang lebih dominan dapat mengurangi minat anak terhadap konsumsi buah dan sayur.

#### 2.1.10 Indikator Konsumsi Buah dan Sayur

##### 1. Variasi konsumsi buah dan sayur

Variasi konsumsi buah dan sayur menggambarkan seberapa beragam jenis buah dan sayuran yang dikonsumsi oleh anak dalam kehidupan sehari-hari. Indikator ini mencerminkan kualitas pola makan anak tidak hanya dari sisi frekuensi atau jumlah yang dimakan, tetapi juga dari sisi keberagaman jenis buah dan sayur yang dikonsumsi. Konsumsi buah dan sayur yang beragam memungkinkan tubuh anak mendapatkan berbagai jenis vitamin, mineral, serat, dan senyawa bioaktif yang berbeda-beda, sehingga kebutuhan gizi mikro anak dapat terpenuhi secara lebih optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Gol *et al* (2023) menyatakan bahwa diet yang tidak beragam dan monoton dapat menyebabkan penyakit defisiensi, yang secara spesifik dikenal sebagai defisiensi mikronutrien. Systematic review tersebut, yang mencakup 15 studi penelitian, melaporkan bahwa keberagaman diet pada anak secara konsisten berhubungan positif dengan kecukupan asupan mikronutrien. Studi ini menegaskan bahwa asupan berbagai kelompok makanan mencerminkan kecukupan asupan mikronutrien pada anak, sehingga variasi konsumsi buah dan sayur menjadi indikator penting dalam menilai kualitas dan kelengkapan pola makan anak.

##### 2. Frekuensi buah

Frekuensi konsumsi buah menggambarkan seberapa sering anak mengonsumsi berbagai jenis buah dalam kehidupan sehari-hari. Indikator ini mencerminkan keteraturan asupan buah sebagai sumber vitamin, mineral, serat, dan senyawa antioksidan yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta daya tahan tubuh anak usia sekolah.

Buah merupakan sumber utama vitamin C, vitamin A, vitamin B kompleks, serta berbagai mineral esensial. Namun, buah juga

mengandung gula alami seperti fruktosa dan glukosa, sehingga konsumsinya perlu dilakukan secara seimbang. Oleh karena itu, konsumsi buah tidak hanya dinilai dari kuantitas, tetapi juga dari keteraturan dan kesesuaian dengan kebutuhan gizi harian anak.

Pedoman Umum Gizi Seimbang merekomendasikan konsumsi buah sebanyak 2–3 porsi per hari atau setara dengan  $\pm 150$  gram per hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). World Health Organization (2023) menegaskan bahwa konsumsi buah secara teratur dan seimbang berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan mikronutrien serta pencegahan berbagai penyakit tidak menular. Dengan demikian, frekuensi konsumsi buah menjadi indikator penting dalam menilai kecukupan dan keteraturan konsumsi buah pada anak usia sekolah.

### 3. Frekuensi sayur

Frekuensi konsumsi sayur menggambarkan seberapa sering anak mengonsumsi berbagai jenis sayuran dalam kehidupan sehari-hari. Sayur memiliki peran yang sangat penting dalam pola makan anak usia sekolah karena kaya akan serat, vitamin, mineral, dan senyawa bioaktif yang mendukung fungsi pencernaan, metabolisme, serta sistem kekebalan tubuh.

Dibandingkan buah, sayur mengandung kadar gula yang lebih rendah dan serat yang lebih tinggi, sehingga dianjurkan untuk dikonsumsi dalam jumlah yang lebih banyak. Pedoman Umum Gizi Seimbang merekomendasikan konsumsi sayur sebanyak 3–5 porsi per hari atau setara dengan  $\pm 250$  gram per hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

World Health Organization (2023) menyatakan bahwa konsumsi sayur secara teratur merupakan komponen utama dalam pola makan sehat anak karena berkontribusi besar terhadap pemenuhan kebutuhan serat dan mikronutrien. Frekuensi konsumsi sayur yang rendah dapat meningkatkan risiko kekurangan zat gizi mikro (hidden hunger), penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Oleh karena itu, frekuensi konsumsi sayur menjadi indikator utama dalam menilai kecukupan dan kualitas pola makan anak usia sekolah. Konsumsi sayur yang dilakukan secara rutin dan beragam mencerminkan kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan dan mendukung kesehatan jangka panjang.

### 2.1.11 Pengukuran Konsumsi Buah Dan Sayur

Pengukuran konsumsi buah dan sayur pada anak dapat dilakukan dengan berbagai metode survei konsumsi pangan. Menurut Gibson dalam Wiwik (2021), metode pengukuran konsumsi pangan terbagi menjadi beberapa jenis, antara lain: *food recall* 24 jam, *food record*, *food weighing*, dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Setiap metode memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing dalam mengukur konsumsi pangan individu atau kelompok.

Dalam penelitian ini, pengukuran konsumsi buah dan sayur dilakukan menggunakan metode *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Menurut Gibson dalam Wiwik (2021), FFQ adalah metode pengukuran konsumsi makanan yang digunakan untuk menilai frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari, minggu, bulan, atau tahun. FFQ dapat mengidentifikasi pola konsumsi dan kebiasaan makan secara keseluruhan dalam jangka waktu yang relatif lama.

Bakhtiar *et al.* (2022) menjelaskan bahwa FFQ merupakan instrumen yang efektif untuk mengukur pola konsumsi buah dan sayur karena dapat menangkap kebiasaan makan responden dalam periode waktu yang lebih panjang dibandingkan metode recall 24 jam yang hanya mengukur konsumsi dalam satu hari tertentu. FFQ dapat memberikan gambaran yang lebih representatif tentang kebiasaan konsumsi buah dan sayur pada anak.

Kuesioner FFQ diisi oleh anak dengan pendampingan peneliti untuk memastikan anak memahami setiap pertanyaan yang diajukan. Frekuensi konsumsi buah dan sayur yang diperoleh melalui FFQ kemudian dikonversi menjadi estimasi konsumsi harian. Proses konversi ini dilakukan dengan mengubah frekuensi konsumsi menjadi konsumsi per hari sebagaimana dilakukan dalam penelitian oleh Khamis *et al* (2021), sehingga hasil pengukuran dapat digunakan untuk menggambarkan konsumsi buah dan sayur harian responden serta mempermudah interpretasi data.

Penentuan tingkat konsumsi buah dan sayur mengacu pada rekomendasi Pedoman Gizi yang dirujuk dalam Zakiah *et al* (2024) yaitu konsumsi minimal lima porsi buah dan sayur per hari yang setara dengan sekitar 400 gram per hari, dengan komposisi tiga porsi sayur dan dua porsi buah. Berdasarkan acuan tersebut, konsumsi buah dan sayur dikategorikan menjadi baik apabila konsumsi buah dan sayur  $\geq 5$  porsi per hari, dan kurang apabila konsumsi buah dan sayur  $< 5$  porsi per hari.

### 2.1.12 Pengertian Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah adalah antara anak dengan rentang usia 7-12 tahun. Pada usia ini anak tumbuh secara perlahan dan menunjukkan pematangan keterampilan motorik kasar dan halus. Kepribadiannya berkembang dan tingkat kemandiriannya meningkat. Hal ini berpengaruh terhadap jumlah dan jenis makanan yang dimakan dan cara memakannya. Pada saat ini terbentuk sikap suka dan tidak suka terhadap makanan tertentu, yang sering merupakan dasar bagi kebiasaan makan selanjutnya. Lingkungan dan tingkah laku keluarga banyak berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi makanan (Rahmah *et al.*, 2025)

Menurut Shenita (2025), usia sekolah merupakan periode ketika anak mulai bertanggung jawab atas tindakannya sendiri dalam hubungannya dengan orang tua, teman sebaya, dan lingkungan sekitar. Pada masa ini, anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan serta keterampilan yang menjadi bekal penting untuk keberhasilan di masa depan. Anak usia sekolah juga merupakan kelompok yang sangat menentukan kemajuan suatu negara, karena kualitas kesehatan dan gizinya akan berdampak pada potensi perkembangan fisik, mental, serta intelektual.

Masalah kesehatan pada anak usia sekolah cukup beragam dan dipengaruhi oleh faktor seperti umur, jenis kelamin, pendidikan orang tua, penyakit infeksi, dan pendapatan keluarga. Salah satu masalah yang sering muncul adalah gizi kurang, yaitu kondisi ketika tubuh tidak memperoleh zat gizi dalam jumlah yang cukup atau seimbang untuk pertumbuhan, aktivitas, dan proses berpikir. Anak dengan gizi kurang rentan mengalami hambatan perkembangan kognitif maupun fisik, yang pada akhirnya dapat memengaruhi prestasi belajar dan produktivitas di masa dewasa (Gallagher *et al.*, 2024)

Salah satu upaya penting dalam mencegah gizi kurang pada anak usia sekolah adalah memastikan kecukupan konsumsi buah dan sayur. Buah dan sayur merupakan sumber utama vitamin, mineral, dan serat yang sangat dibutuhkan anak untuk pertumbuhan optimal, pemeliharaan kesehatan, serta peningkatan daya tahan tubuh. Rendahnya konsumsi buah dan sayur dapat berkontribusi terhadap terjadinya kekurangan zat gizi mikro, penurunan sistem imun, serta hambatan dalam kemampuan belajar. Kondisi tersebut menjadikan konsumsi buah dan sayur sebagai salah satu komponen penting dalam pemenuhan gizi anak usia sekolah. (Valent *et al.*, 2025)

5.1 Hasil Penelitian Sebelumnya

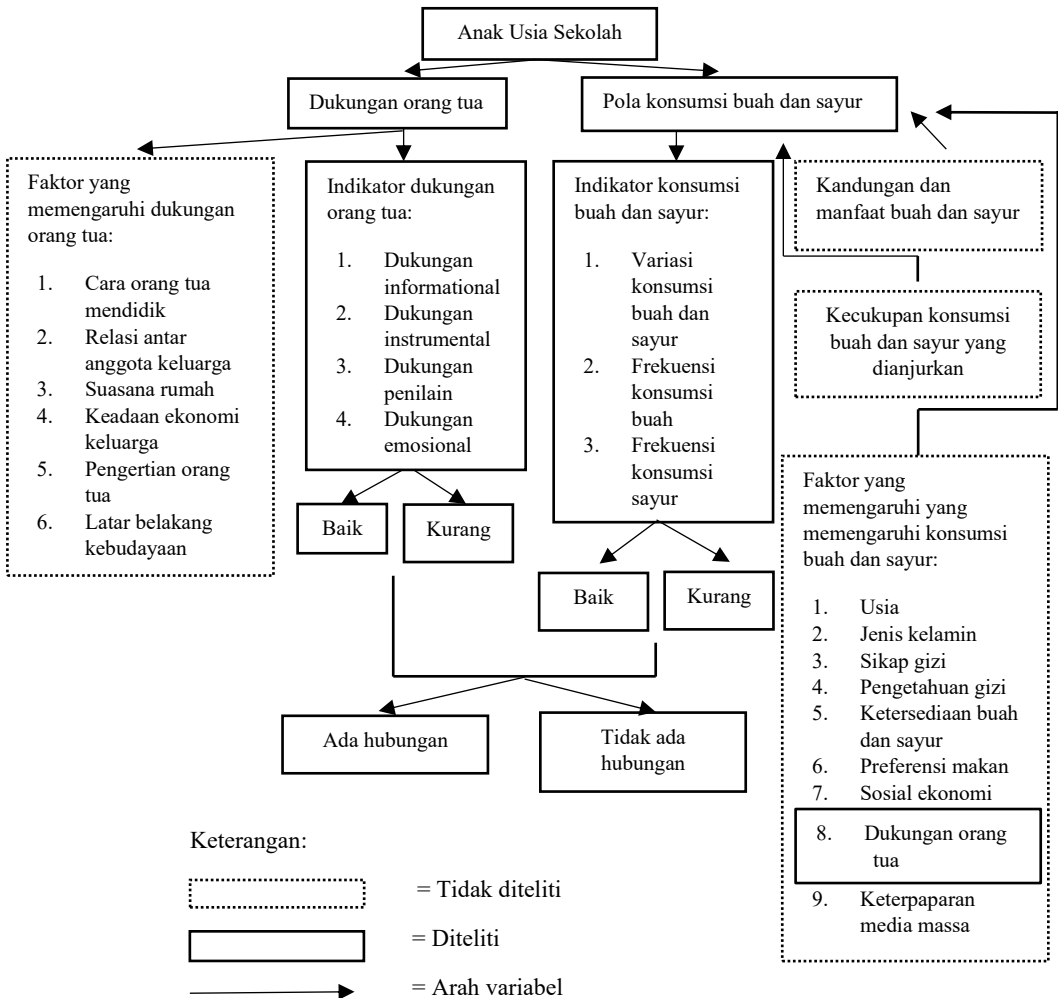
Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

| Judul, Peneliti, Tahun                                                                                                           | Metode                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Novelthy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hubungan Pengetahuan Anak dan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat pada Anak SD (Safarinda & Wulandari, 2025) | <b>D:</b> Kuantitatif<br><b>S:</b> 156 siswa kelas 5 dan 6<br><b>V:</b> Independent: Pengetahuan anak dan dukungan orang tua;<br>Dependent: Perilaku jajan aman dan sehat<br><b>I:</b> Observasional<br><b>A:</b> Uji Chi-Square dengan pendekatan cross-sectional menggunakan kuesioner yang terdiri dari 13 soal pengetahuan, 11 soal dukungan orang tua, dan 11 soal perilaku | Tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan anak (p-value 0,053) dan dukungan orang tua (p-value 0,678) dengan perilaku jajan aman dan sehat. Mayoritas anak memiliki pengetahuan rendah (50,6%), dukungan orang tua kurang baik (57,1%), dan perilaku kurang baik (52,6%). Meskipun tidak signifikan, edukasi dan pemantauan tetap penting dilakukan | Penelitian tersebut mengkaji perilaku jajan aman dan sehat pada anak sekolah dasar, yang lebih menitikberatkan pada pemilihan jajanan di luar rumah, serta melibatkan dua variabel independen yaitu pengetahuan anak dan dukungan orang tua. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada konsumsi buah dan sayur sebagai bagian dari pola makan harian anak, bukan perilaku jajan. Selain itu, penelitian ini menggunakan FFQ semi-kuantitatif untuk mengukur konsumsi buah dan sayur serta Uji <i>Rank Spearman</i> untuk menganalisis kekuatan dan arah hubungan antarvariabel. |

| Judul, Peneliti, Tahun                                                                                                                     | Metode                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Novelthy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hubungan Dukungan Orang Tua dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar (Yantika & Mardiyah, 2021) | <p><b>D:</b> Kuantitatif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>.</p> <p><b>S:</b> 78 siswa kelas 4–6 SDN Cisalak 1 Depok.</p> <p><b>V:</b> Independent: Dukungan orang tua dan keterpaparan media massa.; Dependent: Konsumsi buah dan sayur.</p> <p><b>I:</b> Kuesioner dukungan orang tua (6 item) dan FFQ semi-kuantitatif (18 item buah, 18 item sayur).</p> <p><b>A:</b> Uji Chi-Square.</p> | <p>Penelitian menemukan adanya hubungan signifikan antara dukungan orang tua dengan konsumsi buah dan sayur (<math>p = 0,031</math>), serta hubungan signifikan antara keterpaparan media dengan konsumsi buah dan sayur (<math>p = 0,026</math>). Anak dengan dukungan orang tua rendah memiliki peluang 3,077 kali mengalami konsumsi kurang dibandingkan anak yang mendapat dukungan baik. Mayoritas anak memiliki konsumsi buah dan sayur rendah.</p> | <p>Penelitian tersebut menganalisis konsumsi buah dan sayur dengan melibatkan lebih dari satu variabel independen, yaitu dukungan orang tua dan keterpaparan media massa, serta menggunakan uji Chi-Square yang berfokus pada perbedaan proporsi antar kelompok. Penelitian ini berbeda karena hanya memfokuskan analisis pada dukungan orang tua sebagai faktor utama, tanpa memasukkan variabel lain yang berpotensi menjadi perancu. Selain itu, penggunaan Uji <i>Rank Spearman</i> dalam penelitian ini memungkinkan analisis kekuatan dan arah hubungan, sehingga memberikan informasi yang lebih mendalam dibandingkan analisis kategorik semata.</p> |

| Judul, Peneliti, Tahun                                                                                                               | Metode                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Novelthy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Anak Usia 4–6 Tahun dalam Mengonsumsi Sayur di TK Kharismatika Surakarta (Mufidah, 2021) | <p><b>D:</b> Kuantitatif korelasional dengan desain <i>cross-sectional</i>.</p> <p><b>S:</b> 30 responden (anak usia 4–6 tahun)</p> <p><b>V:</b> Independent: Dukungan orang tua ; Dependent: Perilaku anak usia 4–6 tahun dalam mengonsumsi sayur</p> <p><b>I:</b> Kuesioner dukungan orang tua (22 item, skala Likert) dan kuesioner perilaku konsumsi sayur (19 item).</p> <p><b>A:</b> Uji <i>Spearman Rank</i>.</p> | <p>Hasil analisis menunjukkan nilai <math>p = 0,000</math> (<math>&lt; 0,05</math>) sehingga terdapat hubungan signifikan antara dukungan orang tua dengan perilaku anak usia 4–6 tahun dalam mengonsumsi sayur. Mayoritas orang tua memiliki dukungan baik (76,7%) dan mayoritas anak memiliki perilaku konsumsi sayur baik (76,7%).</p> | <p>Penelitian tersebut dilakukan pada anak usia prasekolah (4–6 tahun) dan hanya berfokus pada perilaku konsumsi sayur. Perbedaan utama dengan penelitian ini terletak pada karakteristik subjek penelitian, yaitu anak usia sekolah dasar (kelas v-vi) yang memiliki tingkat kemandirian dan pola pengambilan keputusan makan yang berbeda. Selain itu, penelitian ini mengkaji perilaku konsumsi buah dan sayur secara bersamaan, sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola konsumsi pangan sehat pada anak usia sekolah.</p> |

## 2.3 Kerangka Konsep



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Dukungan Orang tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

### 2.3.1 Deskripsi Kerangka Konsep

Dukungan orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan anak, termasuk kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur. Pada anak usia sekolah di SDN Aengsareh 3 Sampang, dukungan yang diberikan orang tua dapat memengaruhi seberapa sering dan seberapa beragam anak mengonsumsi buah dan sayur dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan tersebut tidak hanya berupa nasihat, tetapi juga ditunjukkan melalui tindakan dan perhatian yang diberikan secara konsisten.

Dukungan orang tua dilihat dari beberapa bentuk. Orang tua dapat memberikan dukungan informasional dengan menyampaikan pengetahuan mengenai manfaat buah dan sayur bagi kesehatan anak. Selain itu, dukungan juga tampak melalui dukungan instrumental, seperti menyediakan buah dan sayur di rumah atau membiasakan anak mengonsumsinya. Dukungan penilaian diberikan melalui perhatian dan umpan balik terhadap kebiasaan makan anak, sedangkan dukungan emosional tercermin dari dorongan, motivasi, dan sikap orang tua yang mendukung anak agar mau mengonsumsi buah dan sayur secara rutin. Berdasarkan keseluruhan bentuk dukungan tersebut, tingkat dukungan orang tua dikelompokkan ke dalam kategori baik dan kurang.

Kebiasaan anak dalam mengonsumsi buah dan sayur digambarkan melalui pola konsumsi buah dan sayur. Pola konsumsi ini mencerminkan frekuensi anak dalam mengonsumsi buah dan sayur dalam periode tertentu. Anak yang memiliki frekuensi konsumsi buah dan sayur sesuai dengan anjuran gizi dikategorikan memiliki pola konsumsi baik, sedangkan anak yang frekuensi konsumsinya masih di bawah anjuran dikategorikan kurang.

Perbedaan tingkat dukungan yang diberikan orang tua diduga berkaitan dengan perbedaan pola konsumsi buah dan sayur pada anak. Namun demikian, kebiasaan konsumsi anak juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti usia, jenis kelamin, pengetahuan dan sikap gizi, ketersediaan buah dan sayur, serta preferensi makan. Faktor-faktor tersebut tidak dianalisis secara langsung, tetapi diakui dapat berperan dalam membentuk kebiasaan konsumsi anak.

## **2.4 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis berfungsi sebagai jawaban sementara atas pertanyaan penelitian dan diharapkan berfungsi sebagai garis besar untuk penelitian yang akan dilakukan (Yam & Taufik, 2021). Berdasarkan kerangka konsep penelitian yang telah diuraikan, maka hipotesis penelitian ini adalah:

- a. H1: Ada hubungan antara dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang
- b. H0: Tidak ada hubungan antara dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

## **BAB III**

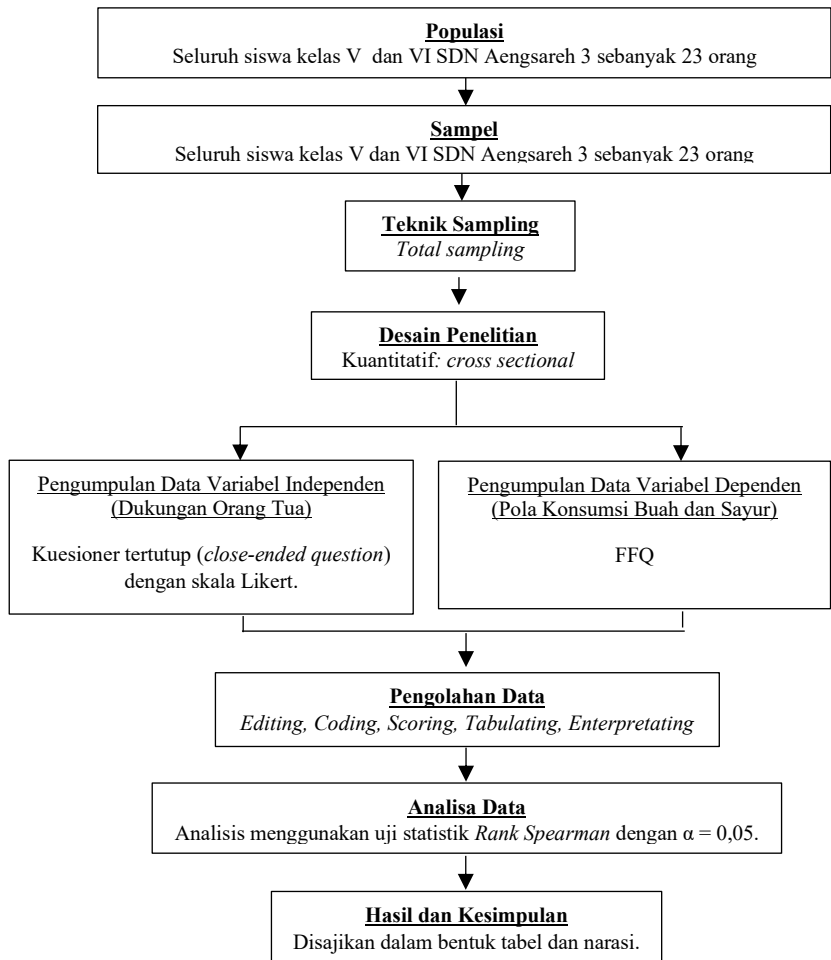
### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Desain/ Rancangan**

##### **1.1.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah suatu metode untuk mengembangkan suatu model matematis dan menerapkannya ke dalam teori atau hipotesis yang berkaitan dengan sebuah fenomena tertentu (Sugiyono, 2022). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 khususnya di kelas V dan VI menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional*

### 3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Dukungan Orang tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

### **3.3 Populasi, Sampel dan Sampling**

#### **3.3.1 Populasi**

Populasi adalah setiap subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2022). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V dan VI SDN Aengsareh 3 sebanyak 23 orang.

#### **3.3.2 Sampel**

Sampel merupakan seluruh atau beberapa bagian dari jumlah populasi yang dapat digunakan sebagai kriteria untuk dijadikan responden penelitian (Sugiyono, 2022). Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V dan VI SDN Aengsareh 3 sebanyak 23 orang.

#### **3.3.3 Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan proses pemilihan sebagian anggota populasi untuk dijadikan sampel penelitian. Dalam penelitian ini digunakan teknik *total sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang menjadikan seluruh anggota populasi sebagai sampel. Menurut Sugiyono (2022), *total sampling* digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil sehingga seluruh anggota populasi dapat diteliti secara keseluruhan.

### **3.4 Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel adalah bagian dari kegiatan penelitian yang bertujuan untuk menetapkan variabel penelitian (Sugiyono, 2022). Variabel sendiri dapat didefinisikan sebagai karakteristik yang ada pada anggota kelompok atau objek

#### **3.4.1 Variabel Independen**

Variabel independen adalah variabel yang nilainya menentukan nilai variabel lain dan memiliki pengaruh terhadap variabel tersebut (Sugiyono, 2022). Variabel independen pada penelitian ini adalah dukungan orang tua

#### **3.4.2 Variabel Dependen**

Variabel dependen adalah variabel yang nilainya ditentukan atau dipengaruhi oleh variabel lain (Sugiyono, 2022). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah pola konsumsi buah dan sayur

### 3.5 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Dukungan Orang Tua dan Pola Konsumsi Buah dan Sayur

| Variabel Penelitian          | Definisi Operasional                                                                                                                               | Indikator                                                                                                        | Alat Ukur                                 | Skala   | Skor                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dukungan orang tua           | Dukungan orang tua adalah segala bentuk bantuan, perhatian, dan keterlibatan orang tua yang diberikan kepada anak dalam mengonsumsi buah dan sayur | 1. Dukungan Informational<br>2. Dukungan Instrumental<br>3. Dukungan Emotional<br>4. Dukungan Appraisal / Esteem | Kuesioner <i>Close-ended</i> Skala Likert | Ordinal | Skor:<br>Tidak pernah = 1<br>Jarang = 2<br>Sering = 3<br>Selalu = 4<br><br>Kriteria:<br>Baik : skor total $\geq$ median<br>Kurang: Skor total < median<br>(Akmal, 2021)                                                                                                                         |
| Pola konsumsi buah dan sayur | Pola konsumsi buah dan sayur adalah kebiasaan anak dalam mengonsumsi buah dan sayur berdasarkan frekuensi konsumsi                                 | 1. Variasi Konsumsi Buah dan Sayur<br>2. Frekuensi konsumsi buah<br>3. Frekuensi konsumsi sayur                  | FFQ                                       | Ordinal | Nilai Konversi:<br>Tidak pernah = 0<br>1–2x/bulan = 0,05<br>1–2x/minggu = 0,21<br>3–6x/minggu = 0,64<br>1x/hari = 1,0<br>>1x/hari = 2,0<br><br>(Khamis <i>et al.</i> , 2021)<br><br>Kriteria:<br>Baik:<br>Total skor $\geq$ 5<br>Kurang:<br>Total skor < 5<br><br>(Zakiah <i>et al.</i> , 2024) |

### 3.6 Pengumpulan, Pengolahan dan Analisa Data

#### 3.6.1 Pengumpulan data

##### 1. Proses pengumpulan data

Pengumpulan data merupakan suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik sejak subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2022). Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Peneliti memperoleh surat pengantar penelitian dari Politeknik Negeri Madura untuk disampaikan kepada Kepala SDN Aengsareh 3 Sampang sebagai dasar permohonan izin pelaksanaan penelitian.
2. Peneliti mengajukan permohonan izin penelitian kepada Kepala SDN Aengsareh 3 Sampang.
3. Setelah memperoleh izin dari pihak sekolah, peneliti melakukan koordinasi dengan guru dan wali kelas terkait jadwal, teknis pembagian kuesioner, serta mekanisme penyampaian lembar persetujuan kepada orang tua.
4. Peneliti memberikan Lembar Permohonan dan Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed consent*) kepada orang tua siswa, yang disampaikan melalui wali kelas dan kemudian dibagikan kepada siswa untuk dibawa pulang.
5. Lembar ini berisi penjelasan bahwa anak akan menjadi responden penelitian.
6. Orang tua diminta untuk membaca, menandatangani, dan mengembalikan lembar persetujuan melalui siswa kepada guru.
7. Setelah lembar persetujuan ditandatangani dan dikembalikan, kuesioner diberikan kepada siswa kelas V dan VI untuk menjadi responden penelitian.
8. Setelah semua responden mengisi kuesioner, peneliti mengumpulkan dan memeriksa kelengkapan data untuk memastikan tidak ada item yang terlewat.
9. Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan pengelolaan data untuk dianalisis.

## 2. Instrumen penelitian

Menurut Zayrin (2025) instrumen penelitian merupakan alat atau perangkat yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan dalam suatu penelitian, sehingga data yang dikumpulkan memiliki tingkat keabsahan, keandalan, objektivitas, dan keteraturan. Instrumen dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Kuesioner Dukungan Orang Tua, digunakan untuk mengukur tingkat dukungan orang tua terhadap konsumsi buah dan sayur. Kuesioner berbentuk pertanyaan tertutup dengan skala Likert.

- 2) FFQ, digunakan untuk mengukur frekuensi konsumsi buah dan sayur pada siswa.
3. Waktu dan tempat penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada 24 Januari 2026. Adapun lokasi penelitian bertempat di SDN Aengsareh 3, yang berlokasi di Kabupaten Sampang, Provinsi Jawa Timur

### 3.6.2 Pengolahan data

#### 1. Editing

Tahapan ini dilakukan untuk memeriksa kelengkapan dan keakuratan data yang telah dikumpulkan, serta memastikan bahwa setiap item dalam kuesioner telah terisi dengan benar oleh responden

#### 2. Coding

Proses pemberian kode dilakukan untuk memudahkan analisis data. Coding di dalam sebuah penelitian ini dibagi menjadi dua kategori yaitu khusus dan umum.

##### 1) Data umum

###### (1) Jenis kelamin

|           |     |
|-----------|-----|
| Laki-laki | : 1 |
| Perempuan | : 2 |

###### (2) Usia

|          |     |
|----------|-----|
| 10 tahun | : 1 |
| 11 tahun | : 2 |
| 12 tahun | : 3 |
| 13 tahun | : 4 |

###### (3) Kelas

|          |     |
|----------|-----|
| Kelas V  | : 1 |
| Kelas VI | : 2 |

##### 2) Data khusus

###### (1) Dukungan Orang Tua

|              |     |
|--------------|-----|
| Tidak pernah | : 1 |
| Jarang       | : 2 |
| Sering       | : 3 |
| Selalu       | : 4 |

###### (2) Pola Konsumsi Buah dan Sayur

Kurang : 1

- Total skor konsumsi buah dan sayur  $< 5$

Baik : 2

- Total skor konsumsi buah dan sayur  $\geq 5$

### 3. Scoring

Tujuan dari proses skoring adalah memberikan nilai pada setiap jawaban responden setelah tahap editing data selesai dilakukan. Pada variabel dukungan orang tua, setiap pilihan jawaban pada kuesioner *close-ended* diberi skor sesuai tingkat frekuensinya, yaitu skor 1 untuk jawaban "Tidak Pernah", skor 2 untuk "Jarang", skor 3 untuk "Sering", dan skor 4 untuk "Selalu".

Sementara itu, variabel pola konsumsi buah dan sayur diukur menggunakan formulir *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dengan periode konsumsi selama 1 bulan terakhir. Setiap frekuensi konsumsi dikonversi langsung menjadi porsi per hari (Khamis *et al.*, 2021). Konversi dilakukan dengan menghitung nilai tengah dari setiap kategori frekuensi dan membaginya dengan jumlah hari dalam periode tersebut. Adapun nilai konversi frekuensi konsumsi yang digunakan adalah sebagai berikut: tidak pernah diberi nilai 0; konsumsi 1–2 kali per bulan diberi nilai 0,05 porsi per hari (1,5/30); konsumsi 1–2 kali per minggu diberi nilai 0,21 porsi per hari (1,5/7); konsumsi 3–6 kali per minggu diberi nilai 0,64 porsi per hari (4,5/7); konsumsi 1 kali per hari diberi nilai 1,0 porsi per hari; dan konsumsi lebih dari 1 kali per hari diberi nilai 2,0 porsi per hari. Total porsi per hari dihitung dengan menjumlahkan semua nilai konversi dari seluruh item buah dan sayur yang dikonsumsi.

Hasil perhitungan total porsi buah dan sayur per hari selanjutnya digunakan untuk mengategorikan pola konsumsi responden menjadi baik dan kurang. Penilaian dilakukan dengan mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang yang dirujuk dalam Zakiah (2024), yaitu konsumsi buah minimal 2 porsi atau setara  $\pm 150$  gram per hari dan konsumsi sayur minimal 3 porsi atau setara  $\pm 250$  gram per hari. Pola konsumsi buah dan sayur dikategorikan baik apabila total porsi per hari  $\geq 5$  dan diberi kode "2", sedangkan dikategorikan kurang apabila total porsi per hari  $< 5$  dan diberi kode "1"

### 4. Tabulating

Tahapan tabulating merupakan proses penyusunan dan pengelompokan data yang telah diberi kode ke dalam tabel-tabel distribusi frekuensi untuk memudahkan analisis data. Data yang telah melalui proses editing, coding, dan scoring kemudian dimasukkan ke dalam tabel sesuai dengan variabel penelitian yaitu dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur pada

anak. Tabel distribusi frekuensi dibuat untuk menampilkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, kelas, dan usia, serta untuk menampilkan distribusi kategori dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur. Proses tabulating ini dilakukan dengan menggunakan Microsoft Excel untuk memastikan akurasi dan efisiensi dalam pengolahan data.

#### 5. Interpretating

Hasil dalam penelitian akan diinterpretasikan dengan bentuk presentase, sebagai berikut:

$$P = \frac{\sum f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

$\sum f$  = Jumlah responden pada kategori tertentu

N = Jumlah seluruh responden

Kemudian data tersebut akan diolah lebih lanjut ke dalam bentuk presentase sebagai berikut:

|        |                      |
|--------|----------------------|
| 100%   | = Seluruhnya         |
| 76-99% | = Hampir Seluruhnya  |
| 51-75% | = Sebagian besar     |
| 50%    | = Setengahnya        |
| 25-49% | = Hampir setengahnya |
| 1-24%  | = Sebagian kecil     |
| 0%     | = Tidak satupun      |

#### 3.6.3 Analisa data

##### 1. Analisis univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis ini digunakan untuk merangkum data dalam bentuk tabel atau grafik yang menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel yang diteliti (Transyah *et al.*, 2023). Variabel dalam penelitian ini meliputi:

- (1) Dukungan orang tua sebagai variabel independen
- (2) Pola konsumsi buah dan sayur sebagai variabel dependen

Pada analisis univariat, data yang disajikan meliputi:

- (1) Karakteristik responden (usia, jenis kelamin, kelas)

- (2) Distribusi tingkat dukungan orang tua berdasarkan skor kuesioner
- (3) Distribusi pola konsumsi buah dan sayur berdasarkan skor FFQ

Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik responden serta tingkat dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN Aengsareh 3 Sampang.

## 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi *Rank Spearman* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Uji Spearman dipilih karena kedua variabel penelitian berskala ordinal dan data diperoleh melalui kuesioner serta FFQ, sehingga tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Analisis data dilakukan menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Hasil uji korelasi diinterpretasikan berdasarkan nilai koefisien korelasi ( $r_s$ ) dan nilai signifikansi (p-value).

Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- Jika  $p\text{-value} < 0,05$ , maka terdapat hubungan yang signifikan antara variabel.
- Jika  $p\text{-value} \geq 0,05$ , maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel.

## 3.7 Etika Penelitian

### 3.7.1 Persetujuan (*informed consent*)

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan hak responden. Karena responden merupakan anak usia sekolah dasar, maka persetujuan penelitian diberikan melalui *informed consent* yang ditandatangani oleh orang tua atau wali (*parental consent*). Orang tua menyatakan bahwa mereka mengizinkan anaknya untuk berpartisipasi dalam penelitian secara sukarela tanpa adanya paksaan. Selain persetujuan orang tua, anak sebagai responden juga diberikan penjelasan sederhana mengenai isi penelitian dan cara pengisian kuesioner. Jika anak menyatakan bersedia dan merasa nyaman untuk berpartisipasi, maka hal tersebut dianggap sebagai bentuk *assent*. Baik orang tua maupun anak berhak menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa perlu memberikan alasan, dan peneliti tidak akan memaksa responden untuk mengikuti penelitian.

### 3.7.2 Tanpa nama (*anonymity*)

Untuk menjaga privasi responden penelitian, kuesioner tidak mencantumkan nama lengkap responden. Peneliti hanya menggunakan inisial anonim sebagai penanda identitas responden guna menjaga kerahasiaan data.

### 3.7.3 Kerahasiaan (*confidentiality*)

Hasil data penelitian hanya akan dipublikasikan dalam forum akademik, sedangkan seluruh jawaban dan informasi responden akan disimpan dengan aman oleh peneliti dan hanya digunakan untuk kepentingan akademik

## 3.8 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah responden yang relatif sedikit, yaitu 23 anak kelas V dan VI di SDN Aengsareh 3 Sampang, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan kepada seluruh anak di SDN Aengsareh 3 Sampang. Selain itu, instrumen penelitian berupa kuesioner *close-ended* dukungan orang tua dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) diisi secara mandiri oleh anak tanpa pendampingan orang tua. Anak diminta mengingat dukungan yang telah diberikan orang tua serta kebiasaan konsumsi buah dan sayur sehingga pengisian kuesioner bergantung pada pemahaman dan kejujuran anak dan berpotensi menimbulkan bias informasi dalam pelaporan dukungan orang tua dan pola konsumsi buah dan sayur.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Deskripsi/ Gambaran Umum Tempat Penelitian**

###### **1. Data Geografi**

SDN Aengsareh 3 adalah salah satu sekolah dasar negeri di Kabupaten Sampang yang berlokasi di Dusun Demongan, Desa Aengsareh, Kecamatan Sampang. SDN Aengsareh 3 memiliki luas kurang lebih 2.096 m<sup>2</sup>. Batas-batas SDN Aengsareh 3 adalah sebagai berikut:

- 1) Batas utara: sawah
- 2) Batas timur: pemukiman warga
- 3) Batas selatan: jalan raya
- 4) Batas barat: pemukiman warga

###### **2. Data Demografi**

SDN Aengsareh 3 merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berada di Kabupaten Sampang dengan status akreditasi B. Sekolah ini memiliki 92 peserta didik aktif yang dibimbing oleh 10 pendidik dan tenaga kependidikan. Data tersebut diperoleh dari Residu Data Induk Pendidikan (Dapodik) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah tahun 2026. Adapun sarana dan prasarana yang dimiliki SDN Aengsareh 3 meliputi enam ruang kelas yang masing-masing telah dilengkapi dengan kipas angin, satu ruang kantor guru, satu ruang perpustakaan yang telah dilengkapi dengan televisi, dua kamar mandi, serta satu lapangan multifungsi.

##### **4.1.2 Hasil Penelitian Data Umum**

###### **1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| No    | Jenis Kelamin | Frekuensi | Persentase |
|-------|---------------|-----------|------------|
| 1     | Laki-laki     | 13        | 56,5%      |
| 2     | Perempuan     | 10        | 43,5%      |
| Total |               | 23        | 100%       |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 13 anak (56,5%), sedangkan hampir setengah dari total responden berjenis kelamin

perempuan, yaitu sebanyak 10 anak (43,5%).responden berdasarkan usia

## 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| No    | Usia     | Frekuensi | Persentase |
|-------|----------|-----------|------------|
| 1     | 10 tahun | 1         | 4,4%       |
| 2     | 11 tahun | 5         | 21,7%      |
| 3     | 12 tahun | 13        | 56,5%      |
| 4     | 13 tahun | 4         | 17,4%      |
| Total |          | 23        | 100%       |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 12 tahun, yaitu sebanyak 13 anak (56,5%), sedangkan sebagian kecil dari total responden berusia 10 tahun, yaitu sebanyak 1 anak (4,4%).

## 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| No    | Kelas | Frekuensi | Persentase |
|-------|-------|-----------|------------|
| 1     | V     | 8         | 34,8%      |
| 2     | VI    | 15        | 65,2%      |
| Total |       | 23        | 100%       |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berada di kelas VI, yaitu sebanyak 15 anak (65,2%), sedangkan hampir setengah dari total responden berada di kelas V, yaitu sebanyak 8 anak (34,8%).

### 4.1.3 Hasil Penelitian Data Khusus

#### 1. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua

Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Orang Tua pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| No    | Kategori    | Frekuensi | Persentase |
|-------|-------------|-----------|------------|
| 1     | Baik        | 12        | 52,2%      |
| 2     | Kurang Baik | 11        | 47,8%      |
| Total |             | 23        | 100%       |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memperoleh dukungan orang tua dengan kategori baik, yaitu sebanyak 12 anak (52,2%), sedangkan hampir setengah dari total responden memperoleh dukungan orang tua dengan kategori kurang baik, yaitu sebanyak 11 anak (47,8%).

2. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Konsumsi Buah Dan Sayur

Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| No    | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|-------|----------|-----------|------------|
| 1     | Baik     | 13        | 56,5%      |
| 2     | Kurang   | 10        | 43,5%      |
| Total |          | 23        | 100%       |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola konsumsi buah dan sayur dengan kategori baik, yaitu sebanyak 13 anak (56,5%)sedangkan hampir setengah dari total responden memiliki pola konsumsi buah dan sayur dengan kategori kurang, yaitu sebanyak 10 anak (43,5%)

3. Analisis Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak

1) Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak

Tabel 4.6 Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| Dukungan Orang Tua | Pola Konsumsi Buah dan Sayur |           | Total      |
|--------------------|------------------------------|-----------|------------|
|                    | Baik                         | Kurang    |            |
| Baik               | 10 (43,5%)                   | 2 (8,7%)  | 12 (52,2%) |
| Kurang             | 3 (13%)                      | 8 (34,8%) | 11 (47,8%) |
| Total              | 13 (56,5%)                   | 10(43,5%) | 23         |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 12 orang (52,2%), memiliki dukungan orang tua yang baik, dengan 10 orang (43,5%) di antaranya memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang baik. Dari 11 responden (47,8%) yang memiliki dukungan orang tua kurang, sebagian besar yaitu 8 orang (34,8%) memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang kurang.

- 2) Hasil Uji Statistik Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak

Tabel 4.7 Hasil Uji Statistik Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

| Variabel                                               | <i>r</i> | <i>p-value</i> | N  |
|--------------------------------------------------------|----------|----------------|----|
| Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur | 0,570    | 0,005          | 23 |

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian, 2026

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa hasil uji statistik menggunakan Rank Spearman menunjukkan nilai  $p = 0,005$  yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang. Nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,570 menunjukkan kekuatan hubungan dalam kategori sedang dengan arah hubungan positif (Sugiyono, 2022). Dengan demikian, semakin baik dukungan orang tua, maka semakin baik pula pola konsumsi buah dan sayur pada anak.

## 4.2 Pembahasan

### 4.2.1 Deskripsi Dukungan Orang Tua pada Anak Di SDN Aengsareh 3 Sampang

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan orang tua dalam kategori baik, sedangkan hampir setengah dari total responden memiliki dukungan orang tua dalam kategori kurang baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa peran orang tua sebagai pendukung utama anak belum terlaksana secara optimal dan merata. Hal ini perlu mendapat perhatian karena orang tua memiliki peran sentral dalam membentuk kebiasaan dan perilaku anak melalui proses pengasuhan serta interaksi yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan rumah.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Straughan & Xu (2023), yang menyatakan bahwa dukungan orang tua berperan signifikan dalam pembentukan perilaku kesehatan anak melalui keterlibatan aktif orang tua dalam aktivitas keseharian anak. Dukungan tersebut dapat terlihat dari peran orang tua dalam menyediakan makanan di rumah, memberikan contoh mengonsumsi makanan sehat, serta

mengawasi kebiasaan makan anak. Keterlibatan ini membantu membentuk pola konsumsi anak, termasuk dalam konsumsi buah dan sayur. Oleh karena itu, semakin baik dukungan yang diberikan orang tua, semakin besar kemungkinan anak memiliki konsumsi buah dan sayur yang lebih baik.

Menurut peneliti, masih tingginya proporsi responden dengan dukungan orang tua yang kurang menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan orang tua kepada anak belum terlaksana secara optimal dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti keterbatasan waktu akibat kesibukan orang tua, perbedaan tingkat pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai pentingnya peran mereka, serta variasi pola pengasuhan yang diterapkan dalam keluarga. Dukungan orang tua yang belum optimal berpotensi menghambat terbentuknya kebiasaan sehat pada anak, termasuk dalam pola konsumsi makanan. Oleh karena itu, upaya peningkatan perilaku sehat anak sebaiknya tidak hanya difokuskan pada anak sebagai individu, tetapi juga diarahkan pada peningkatan peran dan keterlibatan orang tua melalui edukasi dan pendampingan agar dukungan yang diberikan dapat berlangsung secara konsisten dan berkelanjutan.

#### 4.2.2 Deskripsi Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak Di SDN Aengsareh 3 Sampang

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola konsumsi buah dan sayur dalam kategori baik, sedangkan hampir setengah dari total responden memiliki pola konsumsi buah dan sayur dalam kategori kurang. Meskipun mayoritas responden telah memiliki pola konsumsi yang baik, proporsi anak dengan konsumsi buah dan sayur yang kurang masih cukup besar. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum pola konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah belum optimal dan masih memerlukan perhatian lebih lanjut, mengingat konsumsi buah dan sayur yang memadai sangat penting bagi pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan anak.

Menurut Pedoman Gizi Seimbang yang diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 dalam Zakiah (2024), masyarakat Indonesia khususnya anak usia sekolah dianjurkan untuk mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 300-400 gram per orang per hari. Anjuran ini terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 3-4 porsi) dan 150 gram buah (setara dengan 2-3 porsi) per hari. Konsumsi sayur dan buah yang cukup memberikan

berbagai manfaat kesehatan, antara lain menjaga kesehatan pencernaan, membantu menurunkan tekanan darah, serta menurunkan risiko penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan diabetes, karena kandungan vitamin, mineral, serat, dan antioksidan yang dibutuhkan oleh tubuh. Sebaliknya, konsumsi sayur dan buah yang kurang dapat meningkatkan risiko berbagai gangguan kesehatan, seperti sembelit, obesitas, anemia, serta penyakit degeneratif di kemudian hari.

Menurut peneliti, masih tingginya proporsi anak dengan konsumsi buah dan sayur yang kurang menunjukkan bahwa pemenuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah masih menghadapi berbagai kendala dan memerlukan intervensi yang lebih komprehensif. Hal ini penting karena perilaku konsumsi yang terbentuk pada masa kanak-kanak cenderung berlanjut hingga usia dewasa. Oleh karena itu, pembiasaan konsumsi buah dan sayur sejak dini merupakan investasi kesehatan jangka panjang. Berbagai faktor yang dapat memengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak antara lain pengetahuan anak, dukungan keluarga dan lingkungan, ketersediaan pangan di rumah dan sekolah, serta preferensi anak terhadap jenis buah dan sayur. Dengan demikian, diperlukan strategi yang melibatkan keluarga, sekolah, dan komunitas secara terpadu untuk meningkatkan ketersediaan, aksesibilitas, dan daya tarik buah dan sayur bagi anak usia sekolah agar konsumsi buah dan sayur dapat sesuai dengan anjuran Pedoman Gizi Seimbang.

#### 4.2.3 Analisis Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Pola Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan orang tua yang baik, dengan sebagian besar dari mereka memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang baik pula. Hasil uji statistik korelasi *Rank Spearman* menunjukkan nilai  $p$  (Sig. 2-tailed) = 0,005 ( $p < 0,05$ ) dengan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,570. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,570 menunjukkan terdapat hubungan yang sedang dan positif antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur (Sugiyono, 2022). Artinya, semakin baik dukungan orang tua, maka semakin baik pula pola konsumsi buah dan sayur pada anak.

Hubungan ini dapat terjadi karena orang tua berperan langsung dalam menentukan ketersediaan buah dan sayur di rumah. Anak usia sekolah masih sangat bergantung pada orang tua dalam hal penyediaan makanan sehari-hari. Ketika orang tua secara rutin menyediakan buah dan sayur serta membiasakan anak untuk

mengonsumsinya, anak akan lebih terbiasa dan lebih mudah menerima jenis makanan tersebut. Sebaliknya, apabila buah dan sayur jarang tersedia di rumah, maka peluang anak untuk mengonsumsinya juga menjadi lebih rendah. Dengan demikian, dukungan orang tua memiliki peran penting dalam membentuk pola konsumsi buah dan sayur pada anak.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Yantika & Mardiyah (2021) pada anak di SDN Cisalak 1 Depok, yang juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur. Dengan nilai  $p = 0,031$  hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa dukungan orang tua menjadi faktor penting yang mendorong anak untuk lebih rutin mengonsumsi buah dan sayur dalam keseharian mereka.

Meskipun sebagian besar anak dengan dukungan orang tua yang baik memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang baik, masih ditemukan 2 responden yang konsumsi buah dan sayurnya tergolong kurang. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua anak langsung memiliki kebiasaan konsumsi buah dan sayur yang optimal meskipun telah mendapatkan dukungan dari orang tua. Pada beberapa anak, kemungkinan masih terdapat kesulitan dalam menerima jenis buah atau sayur tertentu sehingga konsumsinya belum maksimal. Sebaliknya, terdapat 3 responden yang memiliki pola konsumsi buah dan sayur yang baik meskipun dukungan orang tuanya tergolong kurang. Kondisi ini dapat terjadi karena adanya faktor lain yang turut memengaruhi kebiasaan anak dalam mengonsumsi buah dan sayur, seperti kesadaran anak untuk mengonsumsi buah dan sayur atau dorongan dari lingkungan sekolah melalui edukasi mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur. Selain itu, pengaruh teman sebaya yang terbiasa mengonsumsi buah dan sayur juga dapat memberikan dampak positif terhadap kebiasaan anak.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Sebagian besar anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 memiliki dukungan orang tua dalam kategori baik.
2. Sebagian besar anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026 memiliki pola konsumsi buah dan sayur dalam kategori baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang Tahun 2026

#### **5.2 Saran**

##### **1.1.1 Bagi Orang Tua**

Orang tua diharapkan dapat meningkatkan peran dan dukungan dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak, khususnya dalam membiasakan konsumsi buah dan sayur sejak dini. Orang tua tidak hanya berperan dalam menyediakan makanan sehat, tetapi juga memberikan contoh dan pendampingan agar anak terbiasa memilih makanan yang bergizi dalam kehidupan sehari-hari.

##### **1.1.2 Bagi Instansi Pendidikan (SDN Aengsareh 3 Sampang)**

Sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan orang tua untuk mempromosikan pola makan sehat melalui program edukasi gizi dan penyediaan buah dan sayur di kantin sekolah. Kegiatan tersebut diharapkan dapat mendukung kebiasaan makan sehat yang sudah dimulai di rumah agar terus terjaga saat anak di sekolah..

##### **1.1.3 Bagi Responden**

Siswa yang telah memiliki pola konsumsi buah dan sayur dalam kategori baik disarankan untuk mempertahankan kebiasaan tersebut, sedangkan siswa yang belum mencapai kategori baik disarankan untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur sesuai anjuran gizi seimbang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I. W., & Rahmawati, A. (2021). *HUBUNGAN PARENTAL FEEDING PRACTICES DENGAN PERILAKU MAKAN ANAK USIA 5-6 TAHUN*. 13(1), 98–107.
- Akmal, N. A. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Sekolah Dasar pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Ati Zakiah, Ambia Nurdin, A. (2024). *PERAN GIZI SEIMBANG DALAM MENINGKATKAN KONSENTRASI BELAJAR PADA SIWA/SISWI MIN 16 KUTA KRUENG KECAMATAN BANDAR DUA KABUPATEN PIDIE JAYA*. 1–12.
- Diktas, H. E. (2022). Promoting vegetable intake in preschool children: independent and combined effects of portion size and flavor enhancement. *HHS Public Access*, 1–22. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105250>. Promoting
- Ervina, Nu. A. (2021). *Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Minat Belajar Daring Siswa di Madrasah Aliyah Negeri 2 Pekanbaru*. UIN SUSKA RIAU.
- Gallagher, A. J. ... Pethybridge, Heidi R Hammerschlag, N. (2024). *Malnutrition and Cognitive Development in Children*. 5, 1–10.
- Gifari, N. ... Wahyuni, Y. (2024). Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi sayur, buah dan suplemen pada masa pandemi Covid-19. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), 193. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.425>
- Gol, R. M. ... Alizadeh, M. (2023). Does the high dietary diversity score predict dietary micronutrients adequacy in children under 5 years old ? A systematic review. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 1–11. <https://doi.org/10.1186/s41043-022-00337-3>
- Hamidah, S. (2023). Sayuran dan Buah Serta Manfaatnya Bagi Kesehatan. *Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta*, 1–10. <https://staffnew.uny.ac.id/upload/130799888/penelitian/sayuran.pdf>
- Heikens, M. J. ... Yanovski, J. A. (2023). *Core body temperature in obesity*. 4. <https://doi.org/10.3945/ajcn.110.006270>. The
- KBBI. (2025). KBBI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riskesmas*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021* (K. RI (Ed.)). Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Khamis, A. G. ... Kwasigabo, G. (2021). Design and validation of a food frequency questionnaire to assess the dietary intake for adults in

- pastoral settings in Northern Tanzania. *BMC Research Notes*, 1–7. <https://doi.org/10.1186/s13104-021-05692-8>
- Lina, S. ... Effendi, L. (2026). *Determinan Kurangnya Makan Sayur dan Buah pada Remaja Menurut Social Cognitive Theory*. November 2025.
- Mahmood, L. ... Gonzalez-gil, E. M. (2021). *The Influence of Parental Dietary Behaviors and Practices on Children ' s Eating Habits*. 1–13.
- Monticciolo. (2023). *ACR Presidential Address : Quality , Ownership , and Our Role as Physicians*. January.
- Mufidah, M. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Anak Usia 4-5 Tahun dalam Mengonsumsi Sayur di TK Kahrismatika Surakarta*.
- Nasya, K. (2024). *Hubungan Pola Konsumsi Buah dan Sayur Serta Tingkat Kepatuhan Diet terhadap Grade Tekanan Darah Pasien Jantung Koroner Rawat Jalan RSUD Banyumas*. [https://onlinersudbanyumas.banyumaskab.go.id/rs\\_web/uploads/penelitian/20240053-Kholifatun\\_Nasya/hasil\\_penelitian-kholifatun\\_nasya\\_skripsi\\_1724822322.pdf](https://onlinersudbanyumas.banyumaskab.go.id/rs_web/uploads/penelitian/20240053-Kholifatun_Nasya/hasil_penelitian-kholifatun_nasya_skripsi_1724822322.pdf)
- Padina, F. R. F. R. S. P. R. A. D. (2024). *Dukungan Orang Tua dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi Seimbang pada Anak Usia Sekolah*. 118–121. <https://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/3127/1727>
- Rahmah, H. A. ... Salsabila, E. P. (2025). Analisis Efektivitas Program Makan Bergizi Gratis Di Sekolah Dasar Indonesia Tahun 2025. *Integrative Perspectives of Social and Science Journal*, 2(2), 2855–2866. <https://ipssj.com/index.php/ojs/article/view/380>
- Riordan. (2022). *Atypical Antipsychotics and Metabolic Syndrome in Patients with Schizophrenia : 4(5)*.
- Safarinda, E., & Wulandari, W. (2025). *Hubungan Pengetahuan Anak dan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat pada Anak SD*. 9, 4945–4953. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/download/43828/30510/171265>
- Salsabila, D. A. (2020). *Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Buah dan Sayur dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP Daya Utama Kota Bekasi*.
- Sidiq, R. ... Handayani, M. (2021). *Nutrition education and changes in mother ' s behavior towards fulfillment of vegetable and fruit consumption strategies in preschool children* Edukasi gizi dan perubahan perilaku ibu terhadap strategi pemenuhan konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah Abstrak. 6(1), 1–8.
- Sinta. (2020). *PERAN ORANG TUA BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA SMP HANG TUAH 2 JAKARTA*. 5(1), 44–54. <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i1.3894>

- SKI. (2023). *SKI. Kemenkes*, 235.
- Slavin, J. L., & Lloyd, B. (2021). *Health Benefits of Fruits and Vegetables* 1. 506–516. <https://doi.org/10.3945/an.112.002154>.506
- Straughan, P. T., & Xu, C. (2023). How does parents' social support impact children's health practice? Examining a mediating role of health knowledge. *Global Health Research and Policy*. <https://doi.org/10.1186/s41256-023-00291-5>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Valent, P. ... Sperr, W. R. (2025). *Physical Inactivity and Health Problems in School Children*. 3(2), 174–180.
- WHO. (2023). *WHO convenes first high-level global summit on traditional medicine to explore evidence base, opportunities to accelerate health for all*. WHO Traditional Medicine Global Summit.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Yantika, R., & Mardiyah, S. (2021). *Hubungan Dukungan Orang Tua dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar*. November, 23–29.
- Yulianti, N. R. ... Erawati, M. (2021). *CHILDREN'S OPINION ON VEGETABLES CONSUMPTION: A QUALITATIVE STUDY ON SCHOOL-AGERS IN CITY OF*. 2(2), 117–125. <https://doi.org/10.30997/ijar.v2i2.126>
- Zayrin, A. A. ... Marsela, S. (2025). *Analisis Instrumen Penelitian Pendidikan ( Uji Validitas Dan Relibilitas Instrumen Penelitian )*. 780–789.

*Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden*

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth.  
Bapak/Ibu Orang Tua/Wali  
Siswa Kelas V dan VI SDN Aengsareh 3 Sampang  
Di tempat

Dengan hormat,

Saya adalah mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Negeri Madura yang sedang melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SDN Aengsareh 3 Sampang”.

Sehubungan dengan penelitian tersebut, saya memohon izin kepada Bapak/Ibu agar berkenan mengizinkan putra/putri Bapak/Ibu menjadi responden. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan antara dukungan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur pada siswa sekolah dasar, sebagai bagian dari kebutuhan akademik.

Seluruh data yang diberikan oleh putra/putri Bapak/Ibu akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Anak hanya diminta untuk mengisi kuesioner sederhana, yang diperkirakan membutuhkan waktu  $\pm 10-15$  menit tanpa mengganggu proses pembelajaran.

Saya sangat berharap Bapak/Ibu berkenan memberikan izin. Apabila Bapak/Ibu tidak bersedia, maka anak tidak diwajibkan mengikuti kegiatan ini dan tidak akan memperoleh dampak apa pun.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih.

Sampang, 22 Januari 2026

Faiqotur Rizki Amalia  
NRP.33412301074

*Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden*

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Orang Tua/Wali : .....

Nama Anak (Siswa): .....

Kelas : .....

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian berjudul: “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang”.

Saya memahami bahwa:

1. Penelitian ini tidak berbahaya bagi anak.
2. Anak hanya diminta mengisi kuesioner  $\pm 10-15$  menit.
3. Data dijaga kerahasiaannya dan hanya untuk keperluan ilmiah.
4. Saya boleh menolak atau menarik persetujuan kapan saja.

Sampang, 2026

Orang tua/wali responden

Responden

( ) ( )

### Lampiran 3 Lembar Surat Pengantar Pengambilan Data Awal Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI  
**POLITEKNIK NEGERI MADURA**  
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281  
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040  
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 3343/PL34.1/DV.01.18/2025  
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan  
Data Awal Penelitian

14 November 2025

Kepada  
Yth:  
Kepala Sekolah SDN Aengsareh 3 Sampang  
di Tempat

Sehubungan dengan keperluan penelitian Tugas Akhir (TA) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Faiqotur Rizki Amalia  
NRP : 33412301074  
Jurusan/Program Studi : Kesehatan/D3 Keperawatan  
Keperluan : Jumlah siswa kelas IV, V, VI SDN Aengsareh 3 Sampang dan data awal perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak di SDN Aengsareh 3 Sampang  
Judul TA : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Untuk melakukan penelitian di tempat yang bapak/ibu pimpin. Demikian surat permohonan ini kami. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,



M. Musta'in, M.T.  
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSSE.

*Lampiran 4 Lembar Surat Balasan Pengambilan Data Awal*



**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 424/ 193 /434.201.200.337/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : WINADIFAH, S.Pd  
NIP : 19780206 200312 2 003  
Jabatan : Kepala UPTD SDN AENGSAH 3  
Alamat : Jl. Raya Aengsaheh Sampang

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : FAIQOTUR RIZKI AMALIA  
NRP : 33412301074  
Jurusan / Program Studi : Kesehatan/D3 Keperawatan  
Asal Universitas : Politeknik Negeri Madura  
Alamat : Jl. Raya Camplong Km. 4 Taddan  
Judul TA : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsaheh 3 Sampang

Dapat melaksanakan Kegiatan Penelitian di Sekolah Kami untuk mengambil data awal penelitian yang di perlukan. Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Sampang, 9 Desember 2025  
Kepala UPTD SDN Aengsaheh 3  
  
WINADIFAH, S.Pd  
NIP.19780206 200312 2 003

## Lampiran 5 Lembar Surat Pengantar Permintaan Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,  
DAN TEKNOLOGI POLITEKNIK  
NEGERI MADURA**

Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281  
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040 Laman:  
[www.poltera.ac.id](http://www.poltera.ac.id)

Nomor : 0094/PL34.1/DV.01.18/2026  
Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

28 Desember 2025

Kepada

Yth. Kepala Sekolah Aengsareh 3 Sampang

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Faiqotur Rizki Amalia  
NRP : 33412301074  
Program Studi : D3 Keperawatan  
Keperluan : Permohonan Izin Melakukan Penelitian  
Judul TA : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.  
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSNP.

*Lampiran 6 Lembar Surat Balasan Permintaan Izin Penelitian*



PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG  
DINAS PENDIDIKAN  
**UPTD SDN AENGSAREH 3**  
Jl. Raya Aengsareh Desa Aengsareh Kec. Sampang Kab. Sampang (69251)  
Email : sdnaengsareh3spg@gmail.com website : -



**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 424/ 195 /434.201.200.337/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : WINADIFAH, S.Pd  
NIP : 19780206 200312 2 003  
Jabatan : Kepala UPTD SDN AENGSAREH 3  
Alamat : Jl. Raya Aengsareh Sampang

Dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : FAIQOTUR RIZKI AMALIA  
NRP : 33412301074  
Jurusan / Program Studi : Kesehatan/D3 Keperawatan  
Asal Universitas : Politeknik Negeri Madura  
Alamat : Jl. Raya Camplong Km. 4 Taddan

Kami akan memberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada yang bersangkutan dengan judul "Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang".

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Sampang, 30 Desember 2025  
Kepala UPTD SDN Aengsareh 3

**WINADIFAH, S.Pd**  
NIP. 19780206 200312 2 003

*Lampiran 7 Lembar Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian*



PEMERINTAH KABUPATEN SAMPANG  
DINAS PENDIDIKAN  
**UPTD SDN AENGSAH 3**  
Jl. Raya Aengsareh Desa Aengsareh Kec. Sampang Kab. Sampang (69251)  
Email : sdnaengsareh3spg@gmail.com website : -



**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 424/ 195 /434.201.200.337/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

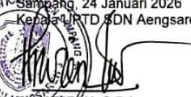
Nama : WINADIFAH, S.Pd  
NIP : 19780206 200312 2 003  
Jabatan : Kepala UPTD SDN AENGSAH 3  
Alamat : Jl. Raya Aengsareh Sampang

Dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : FAIQOTUR RIZKI AMALIA  
NRP : 33412301074  
Jurusan / Program Studi : Kesehatan/D3 Keperawatan  
Asal Universitas : Politeknik Negeri Madura  
Alamat : Jl. Raya Camplong Km. 4 Taddan

Telah melaksanakan penelitian dengan judul "Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang" pada tanggal 24 Januari 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Sampang, 24 Januari 2026  
Kepala UPTD SDN Aengsareh 3  
  
WINADIFAH, S.Pd  
NIP. 19780206 200312 2 003

**KUESIONER PENELITIAN**

**Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang**

Nama (Inisial) : .....

Jenis Kelamin :

☐ Laki-laki

☐ Perempuan

Kelas :

☐ V

☐ VI

Usia :

☐ 10 tahun

☐ 11 tahun

☐ 12 tahun

☐ 13 tahun

**Petunjuk Pengisian Kuesioner:**

1. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti.
2. Berilah tanda (✓) pada jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Anda.
3. Tidak ada jawaban benar atau salah.
4. Jawaban Anda akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk penelitian.
5. Pilih satu jawaban saja pada setiap pertanyaan.

## A. Kuesioner Dukungan Orang Tua

Tabel 1 : Kuesioner Dukungan Orang Tua

| No | Pernyataan                                                                               | Tidak Pernah | Jarang | Sering | Selalu |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|--------|--------|
| 1  | Orang tua memperhatikan apakah saya makan buah dan sayur setiap hari.                    |              |        |        |        |
| 2  | Orang tua menemani saya ketika saya makan buah atau sayur di rumah.                      |              |        |        |        |
| 3  | Orang tua memberi dukungan saat saya mencoba buah atau sayur baru.                       |              |        |        |        |
| 4  | Orang tua menyediakan buah dan sayur di rumah.                                           |              |        |        |        |
| 5  | Orang tua memasukkan buah atau sayur ke dalam bekal sekolah saya.                        |              |        |        |        |
| 6  | Orang tua mengajak saya memilih buah dan sayur ketika kami berbelanja.                   |              |        |        |        |
| 7  | Orang tua memberi tahu saya bahwa makan buah dan sayur itu penting untuk kesehatan saya. |              |        |        |        |
| 8  | Orang tua mengingatkan saya untuk makan buah dan sayur setiap hari.                      |              |        |        |        |
| 9  | Orang tua menjelaskan kepada saya manfaat makan buah dan sayur.                          |              |        |        |        |
| 10 | Orang tua memuji saya ketika saya makan buah dan sayur.                                  |              |        |        |        |
| 11 | Orang tua memberi contoh dengan ikut makan buah dan sayur.                               |              |        |        |        |
| 12 | Orang tua menyemangati saya untuk memilih buah dan sayur setiap hari.                    |              |        |        |        |

Sumber : Yantika & Mardiyah (2021)

## **B. Pola Makan**

### **Kebiasaan Sarapan**

1. Apakah kamu sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah?  
☐ Ya, selalu (lanjut ke no.3)  
☐ Kadang-kadang (ke no.3)  
☐ Jarang (lanjut ke no.3)  
☐ Tidak (lanjut ke no. 2)
2. Mengapa kamu tidak sarapan pagi?  
☐ Tidak sempat  
☐ Tidak tersedia  
☐ Tidak biasa  
☐ Lainnya, sebutkan \_\_\_\_\_
3. Berapa kali kamu sarapan pagi dalam satu minggu?  
☐ 6x/minggu (setiap hari)  
☐ 4-5x/minggu  
☐ 2-3x/minggu  
☐ 1x/minggu
4. Dimanakah biasanya kamu sarapan pagi?  
☐ Rumah  
☐ Perjalanan  
☐ Sekolah  
☐ Lainnya, sebutkan \_\_\_\_\_

### **Kebiasaan Jajan**

5. Apakah kamu jajan?  
☐ Ya, selalu  
☐ Kadang-kadang  
☐ Jarang  
☐ Tidak (lanjut ke no. 9)
6. Jika Ya, berapa kali biasanya kamu jajan dalam seminggu?  
☐ 6x/minggu  
☐ < 3x/minggu  
☐ 3-5x/minggu  
☐ Tidak pernah jajan
7. Berapa total uang jajan kamu setiap harinya? Rp. \_\_\_\_\_
8. Apa jenis makanan jajanan yang paling sering kamu beli?  
☐ Makanan porsi

- ☐ Minuman/soft drink/ice cream
- ☐ Snack/kue
- ☐ Lainnya, sebutkan \_\_\_\_\_

**Kebiasaan Makan Fast Food (Makanan Cepat Saji)**

9. Apakah kamu makan fast food?
  - ☐ Ya, selalu
  - ☐ Kadang-kadang
  - ☐ Jarang
  - ☐ Tidak (lanjut ke no. 12)
10. Jika Ya, berapa kali biasanya kamu makan fast food?
  - ☐ 1 kali per minggu
  - ☐ 2 kali per minggu
  - ☐ 2 minggu sekali
  - ☐ Sebulan sekali
11. Lingkari jenis makanan dan minuman yang biasanya kamu makan jika kamu ke restoran fast food (jawaban boleh lebih dari satu).  
 Makanan Jepang/ Pizza/ Spageti/ Steak/ Ayam goreng/ Nugget/  
 Hamburger/ Hot dog/ Salad/ Sup sayur/ Nasi/ Kentang/ Sandwich/  
 Donat/ Minuman soda/ Es krim/ Dll, yaitu \_\_\_\_\_

**Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Sumber Serat (Sayur dan Buah)**

12. Apakah kamu makan sayur-sayuran?
  - ☐ Ya, setiap hari
  - ☐ Kadang-kadang (4-6 kali/mg)
  - ☐ Jarang (1-3 kali/mg)
  - ☐ Tidak pernah
13. Jika jawaban no. 12 kadang-kadang, jarang atau tidak pernah apa alasannya?
  - ☐ Rasanya tidak enak
  - ☐ Tidak terbiasa dari kecil
  - ☐ Tidak tersedia di rumah
  - ☐ Lainnya, \_\_\_\_\_
14. Apakah kamu makan buah-buahan?
  - ☐ Ya, setiap hari
  - ☐ Kadang-kadang (4-6 kali/mg)
  - ☐ Jarang (1-3 kali/mg)

- ☐ Tidak pernah
15. Jika jawaban no. 14 kadang-kadang, jarang atau tidak pernah apa alasannya?
- ☐ Rasanya tidak enak
- ☐ Tidak terbiasa dari kecil
- ☐ Tidak tersedia di rumah
- ☐ Lainnya, \_\_\_\_\_
16. Apakah kamu biasa mengonsumsi suplemen serat?
- ☐ Ya selalu
- ☐ Kadang-kadang
- ☐ Jarang
- ☐ Tidak
17. Jika jawaban no. 16 ya, apa alasannya? \_\_\_\_\_
- Sumber: Fatwa (2008)

### C. FFQ Buah dan Sayur

Tabel 2 : FFQ Buah dan Sayur

| No    | Jenis Pangan   | Tidak pernah | 1-2 kali perbulan | 1-2 kali perminggu | 3-6 kali perminggu | 1 kali perhari | >1 kali perhari |
|-------|----------------|--------------|-------------------|--------------------|--------------------|----------------|-----------------|
| Buah  |                |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 1     | Jambu biji     |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 2     | Pepaya         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 3     | Mangga         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 4     | Nanas          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 5     | Pisang         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 6     | Jeruk          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 7     | Rambutan       |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 8     | Melon          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 9     | Salak          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 10    | Alpukat        |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 11    | Apel           |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 12    | Anggur         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 13    | Semangka       |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 14    | Pir            |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 15    | Lainnya        |              |                   |                    |                    |                |                 |
| Sayur |                |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 16    | Bayam          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 17    | Kangkung       |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 18    | Sawi putih     |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 19    | Sawi hijau     |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 20    | Wortel         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 21    | Kol            |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 22    | Labu siam      |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 23    | Tauge          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 24    | Buncis         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 25    | Brokoli        |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 26    | Daun singkong  |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 27    | Kacang panjang |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 28    | Jagung muda    |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 29    | Terong         |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 30    | Oyong          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 31    | Timun          |              |                   |                    |                    |                |                 |
| 32    | Lainnya        |              |                   |                    |                    |                |                 |

Sumber: Salsabila (2020)

*Lampiran 9 Tabulasi Data Umum Dan Data Khusus*

Tabel 3 : Tabulasi Data Umum

| No | Data Umum |               |      |       |
|----|-----------|---------------|------|-------|
|    | Inisial   | Jenis Kelamin | Usia | Kelas |
| 1  | A         | 2             | 3    | 1     |
| 2  | D         | 2             | 2    | 1     |
| 3  | K         | 2             | 3    | 1     |
| 4  | M         | 1             | 2    | 1     |
| 5  | M         | 1             | 2    | 1     |
| 6  | M         | 1             | 1    | 1     |
| 7  | N         | 2             | 2    | 1     |
| 8  | N         | 2             | 2    | 1     |
| 9  | A         | 1             | 3    | 2     |
| 10 | A         | 1             | 3    | 2     |
| 11 | D         | 1             | 3    | 2     |
| 12 | F         | 1             | 4    | 2     |
| 13 | I         | 1             | 3    | 2     |
| 14 | K         | 2             | 3    | 2     |
| 15 | M         | 1             | 4    | 2     |
| 16 | M         | 1             | 3    | 2     |
| 17 | M         | 1             | 3    | 2     |
| 18 | M         | 1             | 4    | 2     |
| 19 | R         | 2             | 3    | 2     |
| 20 | S         | 2             | 3    | 2     |
| 21 | S         | 2             | 3    | 2     |
| 22 | S         | 2             | 3    | 2     |
| 23 | S         | 1             | 4    | 2     |

Keterangan:

- Jenis Kelamin:  
L = 1  
P = 2
- Usia:  
10 = 1  
11 = 2  
12 = 3  
13 = 4
- Kelas:  
V = 1  
VI = 2

Tabel 4 : Tabulasi Data Khusus Dukungan Orang Tua

| No | Data Khusus 1 (Dukungan Orang Tua) |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |    | Total | Kode |
|----|------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|-------|------|
|    | P1                                 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | P12 |    |       |      |
| 1  | 2                                  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 4  | 4  | 2  | 1   | 1   | 1   | 21 | 1     |      |
| 2  | 1                                  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 1   | 2   | 3   | 21 | 1     |      |
| 3  | 3                                  | 4  | 4  | 2  | 1  | 3  | 4  | 1  | 3  | 1   | 1   | 3   | 30 | 2     |      |
| 4  | 2                                  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 3  | 1   | 2   | 1   | 22 | 1     |      |
| 5  | 3                                  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 3  | 1  | 1  | 2   | 2   | 1   | 25 | 1     |      |
| 6  | 3                                  | 3  | 1  | 3  | 1  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2   | 2   | 1   | 30 | 2     |      |
| 7  | 3                                  | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3   | 3   | 3   | 37 | 2     |      |
| 8  | 2                                  | 2  | 1  | 3  | 1  | 1  | 4  | 4  | 2  | 2   | 1   | 3   | 26 | 1     |      |
| 9  | 4                                  | 3  | 4  | 3  | 1  | 3  | 4  | 3  | 4  | 1   | 4   | 4   | 38 | 2     |      |
| 10 | 3                                  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 3   | 2   | 1   | 29 | 2     |      |
| 11 | 3                                  | 3  | 1  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3   | 3   | 2   | 31 | 2     |      |
| 12 | 3                                  | 2  | 3  | 2  | 1  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4   | 3   | 1   | 29 | 2     |      |
| 13 | 3                                  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2   | 3   | 1   | 30 | 2     |      |
| 14 | 3                                  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2   | 3   | 3   | 31 | 2     |      |
| 15 | 4                                  | 3  | 2  | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4   | 2   | 38 | 2     |      |
| 16 | 2                                  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 3  | 1   | 2   | 1   | 20 | 1     |      |
| 17 | 2                                  | 1  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 2   | 1   | 22 | 1     |      |
| 18 | 4                                  | 3  | 4  | 3  | 1  | 3  | 4  | 3  | 4  | 1   | 4   | 4   | 38 | 2     |      |
| 19 | 1                                  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1   | 2   | 2   | 19 | 1     |      |
| 20 | 2                                  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2   | 2   | 1   | 18 | 1     |      |
| 21 | 4                                  | 3  | 1  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 4   | 1   | 1   | 34 | 2     |      |
| 22 | 2                                  | 2  | 2  | 2  | 1  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2   | 2   | 1   | 23 | 1     |      |
| 23 | 2                                  | 1  | 2  | 3  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2   | 2   | 2   | 23 | 1     |      |

Keterangan:

Tidak Pernah = 1  
 Jarang = 2  
 Sering = 3  
 Selalu = 4

| No    | Kategori    | Frekuensi | Persentase |
|-------|-------------|-----------|------------|
| 1     | Baik        | 12        | 52,2%      |
| 2     | Kurang Baik | 11        | 47,8%      |
| Total |             | 23        | 100%       |

Keterangan:

Baik = 2  
 Kurang = 1

Tabel 5 : Tabulasi Data Khusus Pola Konsumsi Buah dan Sayur

**Data Khusus 2 (Pola Konsumsi Buah dan Sayur)**

| No | Total Porsi Perhari | Kode |
|----|---------------------|------|
| 1  | 8                   | 2    |
| 2  | 1                   | 1    |
| 3  | 7                   | 2    |
| 4  | 1                   | 1    |
| 5  | 1                   | 1    |
| 6  | 3                   | 1    |
| 7  | 1                   | 1    |
| 8  | 6                   | 2    |
| 9  | 10                  | 2    |
| 10 | 6                   | 2    |
| 11 | 6                   | 2    |
| 12 | 8                   | 2    |
| 13 | 7                   | 2    |
| 14 | 12                  | 2    |
| 15 | 6                   | 2    |
| 16 | 2                   | 1    |
| 17 | 0                   | 1    |
| 18 | 9                   | 2    |
| 19 | 3                   | 1    |
| 20 | 2                   | 1    |
| 21 | 10                  | 2    |
| 22 | 5                   | 2    |
| 23 | 3                   | 1    |

Keterangan:

Baik = 2

Kurang = 1

| No    | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|-------|----------|-----------|------------|
| 1     | Baik     | 13        | 56,5%      |
| 2     | Kurang   | 11        | 435,5%     |
| Total |          | 23        | 100%       |

*Lampiran 10 Uji Statistik Dan Tabulasi Silang*

Tabel 6 : Hasil Uji Statistik

| Correlations   |                              |                         |        |                              |
|----------------|------------------------------|-------------------------|--------|------------------------------|
|                |                              | Dukungan Orang Tua      |        | Pola Konsumsi Buah dan Sayur |
| Spearman's rho | Dukungan Orang Tua           | Correlation Coefficient | 1.000  | .570**                       |
|                |                              | Sig. (2-tailed)         | .      | .005                         |
|                |                              | N                       | 23     | 23                           |
|                | Pola Konsumsi Buah dan Sayur | Correlation Coefficient | .570** | 1.000                        |
|                |                              | Sig. (2-tailed)         | .005   | .                            |
|                |                              | N                       | 23     | 23                           |

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 7 : Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur

**Dukungan Orang Tua \* Pola Konsumsi Buah dan Sayur Crosstabulation**

|                    |        |            | Pola Konsumsi Buah dan Sayur |        |        |
|--------------------|--------|------------|------------------------------|--------|--------|
|                    |        |            | Baik                         | Kurang | Total  |
| Dukungan Orang Tua | Baik   | Count      | 10                           | 2      | 12     |
|                    |        | % of Total | 43.5%                        | 8.7%   | 52.2%  |
|                    | Kurang | Count      | 3                            | 8      | 11     |
|                    |        | % of Total | 13.0%                        | 34.8%  | 47.8%  |
| Total              |        | Count      | 13                           | 10     | 23     |
|                    |        | % of Total | 56.5%                        | 43.5%  | 100.0% |

Tabel 8 : Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Jenis Kelamin

**Dukungan Orang Tua \* Jenis Kelamin Crosstabulation**

|                    |        |            | Jenis Kelamin |       | Total  |
|--------------------|--------|------------|---------------|-------|--------|
|                    |        |            | L             | P     |        |
| Dukungan Orang Tua | Baik   | Count      | 8             | 4     | 12     |
|                    |        | % of Total | 34.8%         | 17.4% | 52.2%  |
|                    | Kurang | Count      | 5             | 6     | 11     |
|                    |        | % of Total | 21.7%         | 26.1% | 47.8%  |
| Total              |        | Count      | 13            | 10    | 23     |
|                    |        | % of Total | 56.5%         | 43.5% | 100.0% |

Tabel 9 : Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Usia

**Dukungan Orang Tua \* Usia Crosstabulation**

|                    |            |            | Usia  |       |       |        |       |
|--------------------|------------|------------|-------|-------|-------|--------|-------|
|                    |            |            | 10    | 11    | 12    | 13     | Total |
| Dukungan Orang Tua | Baik       | Count      | 1     | 1     | 7     | 3      | 12    |
|                    |            | % of Total | 4.3%  | 4.3%  | 30.4% | 13.0%  | 52.2% |
|                    | Kurang     | Count      | 0     | 4     | 6     | 1      | 11    |
|                    |            | % of Total | 0.0%  | 17.4% | 26.1% | 4.3%   | 47.8% |
| Total              | Count      | 1          | 5     | 13    | 4     | 23     |       |
|                    | % of Total | 4.3%       | 21.7% | 56.5% | 17.4% | 100.0% |       |

Tabel 10 : Hasil Tabulasi Silang antara Dukungan Orang Tua dengan Kelas

**Dukungan Orang Tua \* Kelas Crosstabulation**

|                    |        |            | Kelas |       | Total  |
|--------------------|--------|------------|-------|-------|--------|
|                    |        |            | V     | VI    |        |
| Dukungan Orang Tua | Baik   | Count      | 3     | 9     | 12     |
|                    |        | % of Total | 13.0% | 39.1% | 52.2%  |
|                    | Kurang | Count      | 5     | 6     | 11     |
|                    |        | % of Total | 21.7% | 26.1% | 47.8%  |
| Total              |        | Count      | 8     | 15    | 23     |
|                    |        | % of Total | 34.8% | 65.2% | 100.0% |

Tabel 11 : Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Jenis Kelamin

**Pola Konsumsi Buah dan Sayur \* Jenis Kelamin Crosstabulation**

|                              |        |            | Jenis Kelamin |       |        |
|------------------------------|--------|------------|---------------|-------|--------|
|                              |        |            | L             | P     | Total  |
| Pola Konsumsi Buah dan Sayur | Baik   | Count      | 7             | 6     | 13     |
|                              |        | % of Total | 30.4%         | 26.1% | 56.5%  |
|                              | Kurang | Count      | 6             | 4     | 10     |
|                              |        | % of Total | 26.1%         | 17.4% | 43.5%  |
| Total                        |        | Count      | 13            | 10    | 23     |
|                              |        | % of Total | 56.5%         | 43.5% | 100.0% |

Tabel 12 : Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Usia

**Pola Konsumsi Buah dan Sayur \* Usia Crosstabulation**

|                              |            |            | Usia  |       |       |        |       |
|------------------------------|------------|------------|-------|-------|-------|--------|-------|
|                              |            |            | 10    | 11    | 12    | 13     | Total |
| Pola Konsumsi Buah dan Sayur | Baik       | Count      | 0     | 1     | 9     | 3      | 13    |
|                              |            | % of Total | 0.0%  | 4.3%  | 39.1% | 13.0%  | 56.5% |
|                              | Kurang     | Count      | 1     | 4     | 4     | 1      | 10    |
|                              |            | % of Total | 4.3%  | 17.4% | 17.4% | 4.3%   | 43.5% |
| Total                        | Count      | 1          | 5     | 13    | 4     | 23     |       |
|                              | % of Total | 4.3%       | 21.7% | 56.5% | 17.4% | 100.0% |       |

Tabel 13 : Hasil Tabulasi Silang antara Pola Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kelas

**Pola Konsumsi Buah dan Sayur \* Kelas Crosstabulation**

|                              |        |            | Kelas |       | Total  |
|------------------------------|--------|------------|-------|-------|--------|
|                              |        |            | V     | VI    |        |
| Pola Konsumsi Buah dan Sayur | Baik   | Count      | 3     | 10    | 13     |
|                              |        | % of Total | 13.0% | 43.5% | 56.5%  |
|                              | Kurang | Count      | 5     | 5     | 10     |
|                              |        | % of Total | 21.7% | 21.7% | 43.5%  |
| Total                        |        | Count      | 8     | 15    | 23     |
|                              |        | % of Total | 34.8% | 65.2% | 100.0% |

*Lampiran 11 Lembar Dokumentasi Penelitian*







### **BIODATA PENULIS**



Faiqotur Rizki Amalia lahir di Pamekasan pada tanggal 13 Juli 2005 sebagai anak tunggal dari pasangan Riyadi dan Sa'adah. Ia akrab disapa Alya, dibesarkan dalam keluarga sederhana yang hangat dan mengajarkannya nilai tanggung jawab sejak kecil. Perjalanan pendidikannya dimulai dari SDI Ulin Nuha, kemudian melanjutkan ke MTs Bustanul Ulum dan MAN 2 Pamekasan. Di MAN 2 inilah ia pertama kali tinggal di asrama dan mulai belajar hidup mandiri jauh dari kedua orang tuanya.

Saat ini, Alya sedang menempuh pendidikan D-III Keperawatan di Politeknik Negeri Madura. Ia memilih tinggal di kos dekat kampus agar lebih mudah menjalani perkuliahan dan kegiatan akademik sehari-hari, melanjutkan kebiasaan hidup mandiri yang sudah ia bangun sejak masa SMA. Dalam kesehariannya, Alya menjalani perkuliahan dan praktik seperti mahasiswa keperawatan pada umumnya. Di sela kesibukannya, ia senang membaca novel sebagai cara untuk melepas penat dan menikmati dunia lain sejenak. Dengan perjalanan yang sudah ia lalui, Alya berharap dapat menyelesaikan studinya dengan baik dan suatu hari memberikan manfaat nyata di bidang keperawatan yang ia pilih.

*Lampiran 13 Lembar Konsultasi Pembimbing I*

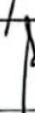
**LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR**

Nama : Faiqotur Rizki Amalia

NRP : 33412301074

Judul : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Pembimbing I : Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si

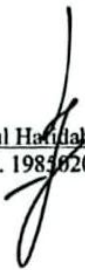
| No. | Tanggal    | Materi bimbingan              | Keterangan                                                                          | Paraf pembimbing                                                                    |
|-----|------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 29/09/2025 | Judul                         | - ACC Judul                                                                         |    |
| 2.  | 13/10/2025 | Bab I                         | - Revisi latar belakang<br>- Rumusan masalah<br>- Tujuan penelitian                 |    |
| 3.  | 24/11/2025 | Bab I<br>Bab II               | - Revisi latar belakang<br>- Revisi tinjauan pustaka                                |    |
| 4.  | 02/12/2025 | Bab II<br>Bab III             | - Revisi tinjauan pustaka<br>- Revisi desain penelitian<br>- Revisi teknik sampling |    |
| 5.  | 09/12/2025 | Bab II<br>Bab III<br>Lampiran | - Revisi penelitian terdahulu<br>- Revisi kuesioner                                 |   |
| 6.  | 11/12/2025 | Lampiran                      | - ACC Proposal                                                                      |  |
| 7.  | 03/01/2026 | Bab II                        | - Revisi teori pengukuran                                                           |  |
| 8.  | 04/01/2026 | Bab III                       | - Revisi definisi operasional                                                       |  |

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan                      | Paraf pembimbing                                                                  |
|-----|------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 9.  | 05/01/2026 | Bab IV<br>Bab V                               | - Revisi penulisan bahasa asing |  |
| 10. | 06/01/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - ACC TA                        |  |

Mengetahui,

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

Pembimbing I

  
Ns. Lailatul Hamidah, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 1983062022025212061

  
Mohamad Nur, S.Kep., Ns., M.Si  
NIP.198012022014061002

*Lampiran 14 Lembar Konsultasi Pembimbing II*

**LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR**

Nama : Faiqotur Rizki Amalia

NRP : 33412301074

Judul : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Pembimbing II: Nur Khalilah, SST., M.Kes

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan                                                                                                                                | Paraf pembimbing                                                                    |
|-----|------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 29/09/2025 | Judul                                         | - ACC Judul                                                                                                                               |    |
| 2.  | 08/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III                    | - Revisi penulisan alinea<br>- Revisi batasan masalah<br>- Revisi rumusan masalah<br>- Revisi kerangka konsep<br>- Revisi teknik sampling |    |
| 3.  | 09/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III                    | - Revisi penulisan alinea<br>- Revisi kerangka konsep                                                                                     |    |
| 4.  | 10/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III                    | - Revisi definisi kerangka konsep                                                                                                         |   |
| 5.  | 11/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III                    | - ACC Poposal                                                                                                                             |  |
| 6.  | 03/01/2026 | Bab IV<br>Bab V                               | - Revisi tabel                                                                                                                            |  |
| 7.  | 04/01/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - Revisi penulisan alinea                                                                                                                 |  |

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan                      | Paraf pembimbing                                                                  |
|-----|------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 8.  | 05/01/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - Revisi penulisan bahasa asing |  |
| 9.  | 06/01/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - ACC TA                        |  |

Mengetahui,

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

Pembimbing II

  
Ns. Lailatul Hafidzah, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 198502022025212061

  
Nur Khalilah, SST., M.Kes  
NIP. 197803112014062004

Lampiran 15 Lembar Konsultasi Penguji 1

**LEMBAR REVISI TUGAS AKHIR**

Nama : Faiqotur Rizki Amalia

NRP : 33412301074

Judul : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Penguji I: Ns. Kuzzairi, S.Kep., M.H., M.Kes

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                     | Keterangan                                                                                                                                                                                                                                                                               | Paraf penguji                                                                       |
|-----|------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 16/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III           | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi judul "hilangkan kata perilaku"</li><li>- Revisi tinjauan pustaka "tambahkan teori"</li><li>- Revisi tabel definisi operasional</li><li>- Revisi hapus rumus Uji Rank Spearman</li><li>- Revisi tambahkan sumber pada kuesioner</li></ul> |    |
| 2.  | 21/12/2025 | Bab II                               | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi tinjauan pustaka tambahkan teori pada indikator variabel</li><li>- Revisi indikator variabel sesuaikan dengan di definisi operasional</li></ul>                                                                                           |   |
| 3.  | 22/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III           | <ul style="list-style-type: none"><li>- ACC Proposal</li></ul>                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 4.  | 10/02/2026 | Bab I<br>Bab IV<br>Bab V<br>Lampiran | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi pembahasan fokuskan ke pola konsumsi buah dan sayur</li><li>- Revisi saran bagi responden</li></ul>                                                                                                                                       |  |

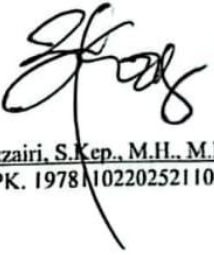
| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan                                                                                                                                                          | Paraf penguji                                                                     |
|-----|------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
|     |            |                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi saran sesuaikan dengan manfaat praktis penelitian</li> <li>- Revisi lembar persetujuan menjadi responden</li> </ul> |  |
| 5.  | 18/02/2026 | Bab IV<br>Bab V                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi kesimpulan sesuaikan tujuan khusus</li> <li>- Revisi penulisan</li> </ul>                                           |  |
| 6.  | 19/02/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ACC TA</li> </ul>                                                                                                          |  |

Mengetahui,

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

  
Ns. Lailatul Hafidha, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 1985062022025212061

Penguji I

  
Ns. Kuzzairi, S.Kep., M.H., M.Kes  
NIPPPK. 197811022025211033

*Lampiran 16 Lembar Konsultasi Penguji II*

**LEMBAR REVISI TUGAS AKHIR**

Nama : Faiqotur Rizki Amalia

NRP : 33412301074

Judul : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

Penguji II: Prastomo Suhendro, S.E., M.M

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                       | Keterangan                                                                                                                                                                                                                               | Paraf penguji                                                                       |
|-----|------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 16/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III             | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi latar belakang</li><li>- Revisi tinjauan pustaka "tambahkan indikator"</li><li>- Revisi tabel definisi operasional</li></ul>                                                              |    |
| 2.  | 21/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Lampiran | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi tambahkan teori di tinjauan pustaka</li><li>- Revisi tabel definisi operasional</li><li>- Revisi kuesioner penelitian</li></ul>                                                           |    |
| 3.  | 22/12/2025 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III             | <ul style="list-style-type: none"><li>- ACC Proposal</li></ul>                                                                                                                                                                           |    |
| 4.  | 10/02/2026 | Bab I<br>Bab VI<br>Bab V               | <ul style="list-style-type: none"><li>- Revisi pembahasan sesuaikan dengan pola konsumsi buah dan sayur</li><li>- Revisi kesimpulan sesuaikan dengan tujuan penelitian</li><li>- Revisi saran sesuaikan dengan manfaat praktis</li></ul> |  |

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan | Paraf penguji |
|-----|------------|-----------------------------------------------|------------|---------------|
| 5.  | 19/02/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - ACC TA   | /             |

Mengetahui,

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

Penguji II

  
Ns. Lailatul Hafidh, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 198802022025212061

  
Prastomo Suhendro, S.E., M.M  
NIPPPK. 197711242024211003

Lampiran 17 Lembar Konsultasi Penguji III

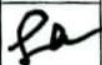
LEMBAR REVISI TUGAS AKHIR

Nama : Faiqotur Rizki Amalia

NRP : 33412301074

Judul : Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SDN Aengsareh 3 Sampang

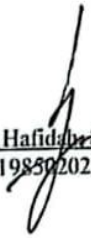
Penguji III: Anggeria Oktavisa Denta, S.Si., M.M., M.Biotech

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                       | Keterangan                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Paraf penguji                                                                       |
|-----|------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 16/12/2025 | Judul<br>Bab I<br>Bab II<br>Bab III    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi judul (mengubah istilah <i>perilaku</i> menjadi <i>pola</i>)</li> <li>- Revisi rumusan masalah dan batasan masalah</li> <li>- Revisi penulisan dan sitasi</li> <li>- Revisi penambahan indikator pada tinjauan pustaka</li> <li>- Revisi kerangka konsep</li> </ul> |    |
| 2.  | 22/12/2025 | Bab II<br>Lampiran                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi kerangka konsep</li> <li>- Revisi penambahan kuesioner <i>food record</i></li> </ul>                                                                                                                                                                                |    |
| 3.  | 06/01/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Lampiran | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ACC Proposal</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                    |   |
| 4.  | 10/02/2026 | Bab IV                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi abstrak</li> <li>- Revisi penulisan</li> <li>- Revisi tabel</li> <li>- Revisi kesimpulan sesuaikan dengan tujuan penelitian</li> <li>- Revisi pembahasan fokuskan ke pola konsumsi buah dan sayur</li> </ul>                                                        |  |
| 5.  | 20/2/2026  | Bab IV                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi tabel</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                    |  |

| No. | Tanggal    | Materi bimbingan                              | Keterangan | Paraf penguji                                                                     |
|-----|------------|-----------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 6.  | 23/02/2026 | Bab I<br>Bab II<br>Bab III<br>Bab IV<br>Bab V | - ACC TA   |  |

Mengetahui,

Koordinator Program Studi  
D3 Keperawatan

  
Ns. Lailatul Hafidha, S.Kep., M.Kes  
NIPPPK. 198502022025212061

Penguji III



Anggeria Oktavisa Denta, S.Si., M.M., M.Biotech  
NIPPPK. 198710192024212016

*Lampiran 18 Lembar Turnitin*

TA Faiqotur Rizki A.pdf

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

|   |                                                                                                                                                                                                                     |     |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1 | repository.stikesmitrakeluarga.ac.id<br>Internet Source                                                                                                                                                             | 11% |
| 2 | pt.scribd.com<br>Internet Source                                                                                                                                                                                    | 2%  |
| 3 | docshare.tips<br>Internet Source                                                                                                                                                                                    | 1%  |
| 4 | journal.thamrin.ac.id<br>Internet Source                                                                                                                                                                            | 1%  |
| 5 | Submitted to Politeknik Negeri Madura<br>Student Paper                                                                                                                                                              | 1%  |
| 6 | docplayer.info<br>Internet Source                                                                                                                                                                                   | 1%  |
| 7 | Elvina Safarinda, Windi Wulandari.<br>"HUBUNGAN PENGETAHUAN ANAK DAN<br>DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN<br>PERILAKU JAJAN AMAN DAN SEHAT PADA<br>ANAK SD", PREPOTIF : JURNAL KESEHATAN<br>MASYARAKAT, 2025<br>Publication | 1%  |
| 8 | Submitted to Politeknik STMI Jakarta<br>Student Paper                                                                                                                                                               | 1%  |