



Hubungan Pengetahuan dan Nilai Norma Sosial dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa-Siswi SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta

¹Tantiana Isnaningsih, ^{1*}Ahmad Khamid, ¹Sarni Anggoro

¹ STIKes Suryaglobal Yogyakarta, Jl. Ring road Timur Km 6,5 Banguntapan Bantul.DIY

*e-mail korespondensi: ahmadkhamid@gmail.com

Article Info	Abstract
Keywords: <i>Nutritional knowledge, socio-cultural norms and values, fruit and vegetable consumption behavior</i>	The aim of the corelation between knowledge and social norm values and fruit and vegetable consumption behavior among students at Wonolelo Pleret Elementary School, Bantul, Yogyakarta. This research is a descriptive quantitative analytical survey research using a cross sectional design with a sample size of 39 people. Univariate and bivariate data analysis used the chi square test ($\alpha=0.05$). The research found that there was a corelation between nutritional knowledge and fruit and vegetable consumption behavior, namely 0.017, so there was a significant corelation between nutritional knowledge and fruit and vegetable consumption behavior among students at Wonolelo Pleret Elementary School, Bantul, Yogyakarta in 2018. There was a corelation between norms and values. -socio-cultural values with fruit and vegetable consumption behavior is 0.005, so there is a significant corelation between socio-cultural norms and values and fruit and vegetable consumption behavior among Wonolelo Elementary School students Pleret Bantul Yogyakarta . There is a corelation between knowledge and norms and socio-cultural values with fruit and vegetable consumption behavior among students at SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

Info Artikel	Abstrak
Kata Kunci: gizi, norma, budaya, buah dan sayur.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan nilai norma sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian survei deskriptif kuantitatif analitis dengan menggunakan desain cross sectional dengan jumlah sampel sebanyak 39 orang. Analisis data univariat dan bivariat menggunakan uji chi square ($\alpha=0,05$). Penelitian menemukan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur yaitu sebesar 0,017 sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta pada tahun 2017. 2018. Terdapat korelasi antara norma dan nilai. -nilai sosial budaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur sebesar 0,005 maka terdapat hubungan yang signifikan antara norma dan nilai sosial budaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta. Terdapat hubungan antara pengetahuan dan norma serta nilai sosial budaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.



1. PENDAHULUAN

Menurut pedoman Gizi Seimbang 2014, bagi anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 300-400 gram yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 3-5 porsi atau 2,5 gelas sayur telah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah (setara dengan 2-3 porsi atau 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1,5 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Sedangkan organisasi pangan dan pertanian dunia *Food and Agriculture Organization* (FAO), merekomendasikan warga dunia untuk makan sayur dan buah secara teratur sebanyak 75 kg/kapita/tahun begitupun dengan WHO merekomendasikan agar konsumsi buah dan sayur sebanyak 400 gram setiap hari.

Riskesdas tahun 2018, menyatakan di Indonesia pada kelompok usia 10 tahun ke atas kurang konsumsi sayur dan buah sangat tinggi yaitu 93,6 % dari kebutuhannya sehari dan di Jawa Tengah pada kelompok usia 10 tahun ke atas kurang konsumsi sayur dan buah mencapai 91 % dari kebutuhannya sehari. Guillain et al. (2017) menyebutkan beberapa *survey* melaporkan konsumsi sayur dan buah pada remaja dan anak-anak kurang dari rekomendasi yang dianjurkan terutama pada sayur. Kebiasaan makan yang salah pada masa anak-anak dapat berlanjut dan menjadi bibit masalah kesehatan yang serius di usia dewasa.

Mengonsumsi sayur dan buah berwarna sebanyak lima porsi atau lebih adalah bagian penting dalam pola hidup sehat. Hal ini disebabkan sayur dan buah yang berwarna memberikan berbagai macam vitamin, serat dan fitokimia yang digunakan oleh tubuh untuk menjaga kesehatan. Melindungi tubuh dari efek penuaan. Serta mengurangi resiko terkena beberapa jenis kanker (Judarwanto, 2018).

Pada anak dengan golongan usia (6-12 tahun), gigi susu sudah tanggal dan berganti dengan gigi permanen. Anak sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai atau disebut konsumen aktif. Berbeda dengan umur sebelumnya yang masih sangat bergantung kepada orang tua dalam menyediakan makanan. Makanan yang beraneka ragam sangat bermanfaat bagi kesehatan. Bagi anak dalam masa sekolah, makanan merupakan sumber untuk membuat anak cerdas. Kesehatan yang paling diperhatikan oleh WHO (*World Health Organization*) adalah kesehatan ibu hamil dan anak. Memperhatikan asupan gizi dan konsumsi makanan sehari-harinya amat penting (Istiany & Rusilanti, 2013).

Anak SD yang berusia 7-13 tahun merupakan masa-masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah balita. Kesehatan yang optimal akan menghasilkan pertumbuhan yang optimal

pula. Perhatian terhadap kesehatan sangatlah diperlukan, pendidikan juga digalakkan untuk perkembangan mental yang mengacu pada skill anak. (Istiany & Rusilanti, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada siswa-siswi kelas IV di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta dengan jumlah sampel sebanyak 10 siswa-siswi yang dipilih secara acak dapat diketahui 6 siswa-siswi yang kurang mengonsumsi buah dan sayur. Kategori kurang jika konsumsi buah < 2 kali/hari dan sayur < 3 kali/hari. Adapun rumusan masalahnya adalah adakah hubungan pengetahuan dan nilai norma sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi SD Wonolelo, Pleret, Bantul, Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan nilai norma sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menggambarkan kegiatan penelitian (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional*. Penelitian dengan menggunakan rancangan *cross sectional* ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoatmodjo, 2018).

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2014). Populasi untuk penelitian ini adalah siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 39 siswa. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi penelitian (Notoatmodjo, 2018). Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu, teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini total sampel yang diteliti sebanyak 39 sampel.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

a. Analisis Univariat

Menganalisis univariat dilakukan pada suatu variabel dari hasil penelitian, yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2014).

Dengan rumus :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah jawaban responden

b. Analisis Bivariat

Analisis *bivariate* digunakan untuk mencari hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen atau dua variabel. Dalam penelitian ini, uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square*, untuk mencari hubungan variabel bebas. Uji korelasi *chi-square* digunakan apabila skala data pada masing-masing variabel atau kedua variabel nominal (Riwidikdo, H.2017) .

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1) Data Pengetahuan Gizi

Pengukuran ini menggunakan skor berdasarkan respon dari responden kemudian dikelompokkan menjadi pengetahuan dengan kategori baik dan tidak baik dapat dilihat pada tabel 1 :

Tabel 1
Data Pola Makan

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentasi %
1	Baik	11	28,2
2	Tidak baik	28	71,8
	Total	39	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dari 39 responden dapat diketahui bahwa pengetahuan gizi yang didapatkan pada kelas IV di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta dengan kategori baik sebanyak 11 orang (28,2 %) dan dengan kategori tidak baik sebanyak 28 orang (71,8 %).

2) Data Norma dan nilai sosial

Pengukuran ini menggunakan skor berdasarkan respon dari responden kemudian dikelompokkan menjadi kategori baik, cukup dan kurang. Untuk kategori baik (nilai ≥ 76), untuk kategori cukup (nilai ≥ 56) dan untuk kategori kurang (nilai ≤ 56) dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 2
Data Norma dan nilai sosial

No	Norma dan nilai sosial	Frekuensi	Persentase %
1	Baik	2	5,1
2	Cukup	8	20,5
3	Kurang	29	74,4
	Total	39	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dari 39 responden dapat diketahui bahwa norma dan nilai sosial yang didapatkan pada kelas IV di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta dengan kategori baik sebanyak 2 orang (5,1 %), kategori cukup sebanyak 8 orang (20,5%) dan kategori kurang sebanyak 29 orang (74,4 %).

3) Data Perilaku Konsumsi buah dan sayur

Perilaku konsumsi buah dan sayur ini termasuk dalam kategori mengkonsumsi dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3
Data Perilaku Konsumsi buah dan sayur

No	Perilaku konsumsi buah dan sayur	Frekuensi	Persentase %
1	Baik	10	25,6
2	Tidak baik	29	74,4
	Total	39	100

Berdasarkan tabel 3 di atas responden dapat diketahui bahwa perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi yang didapatkan pada kelas IV di SD Wonolelo Pleret

Bantul Yogyakarta dengan kategori baik sebanyak 10 orang (25,6%) dan kategori tidak baik sebanyak 29 orang (74,4%).

- 4) Analisa data bivariate pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta

Dalam analisis bivariat ini menggunakan metode analisis *Chi Square* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel X dengan variabel Y dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4
Analisa data bivariate pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur

Variabel	Koefisien Korelasi <i>Chi – Square</i>	Nilai Signifikan (<i>Probabilitas</i>)	Keterangan
Pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa	6,797	0,017	Signifikan

Berdasarkan tabel 4 hasil uji *chi-square* berdasarkan hasil tabel nilai *correlation* diatas dapat diketahui bahwa nilai *correlation coefficient* antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur sebesar 6,797. Untuk nilai signifikan (nilai *p*) didapatkan 0,017 dengan nilai *alpha* 0,05. Karena nilai $p < \alpha$ atau $0,017 < 0,05$ maka *Ho* ditolak dan *Ha* diterima, sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak-anak siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta

- 5) Hubungan antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta

Dalam analisis bivariat ini menggunakan metode analisis *Chi Sqare* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel X dengan variabel Y dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5
Analisa data bivariate norma dan nilai sosial dengan perilaku
konsumsi buah dan sayur

Variabel	Koefisien Korelasi <i>Chi – Square</i>	Nilai Signifikan (<i>Probabilitas</i>)	Keterangan
Norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak	10,425	0,005	Signifikan

Berdasarkan tabel 5 hasil uji *chi-square* berdasarkan hasil tabel nilai *correlation* di atas dapat diketahui bahwa nilai *correlation coefficient* antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur sebesar 10,425. Untuk nilai signifikan (nilai *p*) didapatkan 0,005 dengan nilai *alpha* 0,05. Karena nilai $p < \alpha$ atau $0,005 < 0,05$ maka *Ho* ditolak dan *Ha* diterima, sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

B. Pembahasan

1. Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta

Berdasarkan hasil uji *statistic* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. hal ini dapat dilihat dalam tabel 4.16. dapat diketahui bahwa nilai *correlation coefficient* antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur adalah sebesar 6,714 dan untuk nilai signifikan (nilai *p*) didapatkan 0,017. dengan nilai *alpha* 0,05. Karena nilai $p < \alpha$ atau $0,017 < 0,05$ maka *Ho* ditolak dan *Ha* diterima, sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nazhif Gifari dkk (2024) yang berjudul Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi sayur, buah dan suplemen pada masa pandemi Covid-19 bahwa ada

hubungan pengetahuan gizi terhadap perilaku konsumsi buah di masa pandemi covid-19 ($p=0,019$) pengetahuan gizi merupakan suatu hal yang penting dalam pemilihan makanan yang sehat, karena pengetahuan tentang pemilihan makanan yang sehat dapat menjadi suatu faktor untuk mengadopsi cara makan yang baik.

2. Hubungan antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara norma dan nilai social dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. Hal ini dapat dilihat dalam tabel 4.18. Diketahui bahwa nilai *correlation coefficient* antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur adalah sebesar 10,425 dan untuk nilai signifikan (nilai p) didapatkan 0,005. dengan nilai α 0,05. Karena nilai $p < \alpha$ atau $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan antara norma dan nilai sosial dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa-siswi kelas IV SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perbedaan norma dan nilai social pada siswa-siswi kelas IV. Siswa-siswi yang norma dan nilai-nilai sosial budayanya baik, cenderung berperilaku tidak sesuai kebutuhan. Siswa-siswi yang norma dan nilai sosial dalam kategori untuk sesuai kebutuhan dan tidak sesuai kebutuhan didapatkan hasil yang sama. Sedangkan siswa-siswi yang norma dan nilai sosial kurang cenderung lebih banyak dan masuk dalam kategori sesuai kebutuhan.

Menurut Judy More (2014) Hal tersebut dapat disebabkan karena pengaruh nilai sosial dan budaya, yaitu selama masa kanak-kanak, siswa-siswi cenderung lebih suka makan makanan yang sudah sangat dikenalnya. Jika diberi pilihan, mereka pada umumnya akan memilih makanan yang pernah mereka makan dan nikmati. Sedangkan pemilihan makanan didasarkan pada :

- a. Ketersediaan
- b. Harga dan daya beli, bergantung keadaan sosial-ekonomi
- c. Tradisi budaya dan agama
- d. Pengalaman keluarga

4. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Remaja Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah *Boarding School* Pleret Yogyakarta dapat diambil kesimpulan :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi pada Remaja Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah *Boarding School* Pleret Yogyakarta.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara Aktivitas fisik dengan Status gizi pada Remaja Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah *Boarding School* Pleret Yogyakarta.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat, maka saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa-siswi SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta
Sebaiknya siswa-siswi SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta menerapkan program sehat pemerintah dengan cara mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari, minimal satu kali mengkonsumsi buah dan sayur per harinya.
2. Bagi pengajar / guru di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta
Sebaiknya pengajar / guru menyarankan kepada pihak kantin yang ada disekolah agar menyediakan makanan sehat yaitu berupa buah dan sayur ataupun makanan sehat yang lainnya, agar dapat memperbaiki kualitas konsumsi pada siswa-siswi di sekolah. Pihak sekolah juga dapat melakukan penyuluhan masalah gizi dan bisa bekerja sama kepada wali murid.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan kepada peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adi Idolla Nenobanu. 2018. *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswi Asrama Universitas Kristen Satya Wacana*. Diunduh pada tanggal 01 Oktober 2018
- Almatsier, Sunita dkk. (2017). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Fauzi. 2015. *Belajar Singkat Metodologi Penelitian*. Cetakan Sendiri. Yogyakarta
- Guillain BL, Jones L, Oliveira A, Moschonis G, Beteko A, Lopes C, Moreira P, Manios Y, Papadopoulos NG, & Emmett P et al. 2013. *The influence of early feeding practices on fruit and vegetable intake among preschool children in 4 European birth cohorts*1-3. American Journal of Clinical Nutrition, doi:10.3945/ajcn.112.057026.
- Jim Mann & A.Stewart Truswell. 2014. *Ilmu Gizi*. Jakarta. EGC
- Judarwanto,W.2018.”*Panduan Pemberian Buah dan Sayuran pada Anak*”,(online)available:[<http://www.sehatgroup.web.id/artikel1415>].
- Judy More. 2014. *Gizi Bayi, Anak dan Remaja*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Nazhif Gifari dkk (2024). Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi sayur, buah, dan suplemen pada masa pandemi Covid-19. <https://ilgi.respati.ac.id/index.php/ilgi2017/article/view/425/pdf>
- Kemenkes (2018) *Riset Kesehatan Dasar* <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta Nuha Medika.
- Riwidikdo, H.2017. *statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sediaoetama, Achmad Djaeni. 2004. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid 1*.Jakarta: Dian Rakyat.
- Soekidjo Notoatmodjo. 2014. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif ALFABETA*. Bandung