

**HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA ANAK USIA 10-14 TAHUN:**

LITERATUR REVIEW

KARYA TULIS ILMIAH



DISUSUN OLEH :

ALDI GUNAWAN

NIM : 17111024160009

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

**Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Buah dan
Sayur pada Anak Usia 10-14 Tahun : *Literature Review***

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Memperoleh Gelar Madya Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



Disusun Oleh :

Aldi Gunawan

NIM : 17111024160009

Program Studi Diploma III Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Aldi Gunawan

Nim : 17111024160009

Program studi : DIII Keperawatan

Judul peneliti : Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Usia 10-14 Tahun

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran orang lain yang saya teliti sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No 17, Tahun 2010).

Samarinda, 26 Juni 2021



Aldi Gunawan

1711102416000

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA ANAK USIA 10 TAHUN: *LITERATUR REVIEW***

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Oleh :

ALDI GUNAWAN

NIM : 17111024160009

Disetujui Untuk Diujikan

Pada tanggal 26 Juni 2021

Pembimbing

Ns.Alfi Ari Fkahrur Rizal., M. Kep

NIDN : 1111038601



Mengetahui Karya Tulis Ilmiah

Koordinator Karya Tulis Ilmiah



Ns. Faried Rahman Hidayat S.Kep.M.Kep

NIDN: 1112068002

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA ANAK USIA 10-14 TAHUN:**

LITERATUR REVIEW

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun Oleh :

ALDI GUNAWAN

Nim : 17111024160009

Diseminarkan dan Diujikan Pada

Tanggal 26 Juni 2021

Penguji I



Ns. Misbah Nurjannah, M Kep

NIDN 1129018501

Penguji II



Ns. Alfi An Fakhru Rizal, M Kep

NIDN 1111038601

Mengetahui

Ketua Program Studi D III Keperawatan



Ns. Ramdhany Ismahmudi, S. Kep., MPH

NIDN :1110087901

**Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada
Anak Usia 10-14 Tahun**

Aldi Gunawan¹ Alfi Ari Fakhrur Rizal²

INTISARI

Latar Belakang: Buah dan sayuran ialah makanan tinggi vitaminnya dan juga mineralnya yang dibutuhkan oleh tubuh, namun pada sebagian anak yang berusia 10 sampai dengan 14 tahun masih jarang mengkonsumsinya sesuai dengan kebutuhannya.

Metode Penelitian: Metode literatur review dengan mengumpulkan hasil analisa dari berbagai sumber penelitian jurnal dan artikel nasional maupun internasional.

Hasil dan Pembahasan: Hasil jurnal tingkat pengetahuan makan buah dan sayur dengan hasil diperoleh baik, tentang tingkat perilaku mengkonsumsi buah dan sayuran dengan hasil diperoleh masih kurang, terdapat faktor yang berkaitan dengan peran teman sebaya tentang perilaku dan pengetahuan memakan buah dan juga sayuran.

Kesimpulan: Hubungan teman yang sebaya dengan perilaku konsumsinya pada buah dan sayuran pada anak usia 10-14 tahun masih kurang atau belum sepenuhnya.

Kata Kunci: Teman sebaya, Perilaku, Pengetahuan, konsumsi buah dan sayur.

¹ Mahasiswa Program DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Relationship Between Peer Roles and Fruit and Vegetable Consumption Behavior in Children Aged 10-14 Years

Aldi Gunawan³ Alfi Ari Fakhur Rizal⁴

ABSTRACT

Background: Fruit and vegetable consumption behavior is an individual activity or activity to fulfill the need for fruit and vegetables so that nutritional needs are fulfilled. Fruits and vegetables have various benefits for the body, but are rarely consumed by students, especially teenagers. Consumption of fruits and vegetables is very important in daily life because they function as regulatory substances, contain nutrients such as vitamins and minerals, have high water content, are a source of dietary fiber, antioxidants and can prevent the occurrence of various degenerative diseases such as obesity, coronary heart disease, diabetes, hypertension and cancer.

Research Methods: Literature review method by collecting analysis results from various research sources in national and international journals and articles. Peer relations, behavior, knowledge, consumption of fruits and vegetables.

Results and Discussion: The results of the journal on the level of knowledge of fruit and vegetable consumption with good results, regarding the level of fruit and vegetable consumption behavior with the results obtained are still lacking, there are factors related to the role of peers about the behavior and knowledge of fruit and vegetable consumption.

Conclusion: The relationship between peer roles and fruit and vegetable consumption behavior in children aged 10-14 years is still lacking or not fully consuming fruits and vegetables.

Keywords: Peer relations, behavior, knowledge, consumption of fruits and vegetables.

³ Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁴ Dosen Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

MOTTO

“ Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah diri mereka sendiri”. (**QS. Ar-Ra’d: 11**)

“ Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. (**QS. Al-Baqarah: 286**)

“ INNAMAL A’MALU BINNIYAT”

“Jangan takut gagal sesungguhnya semua tergantung niat”

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum wr.wb

Selalu bersyukur dengan mengucapkan Alhamdulillah, berkat ridho Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, serta tak lupa pula shalawat serta salam penulis ucapkan kepada junjungan nabi kita Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah penelitian literatur review ini dengan judul “ Hubungan peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak usia 10-14 tahun”.

Selama proses pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak memperoleh bantuan, pembelajaran, motivasi, dan dorongan semangat dari berbagai pihak. Untuk itu penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof.Dr. Bambang seti adji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2. Bapak Ns.Ramdhany Ismahmudi,S.Kep.,MPH selaku ketua program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Bapak Ns. Alfi Ari Fakhur Rizal. M.Kep selaku dosen Pembimbing Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah.

4. Bapak Ns. Faried Rahman Hidayat,S.Kep.,M.Kep selaku ketua Koordinator Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah
5. Ibu Ns. Misbah Nurjannah, M.Kep selaku dosen penguji Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah
6. Seluruh Dosen dan Staf Pendidikan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
7. Seluruh Dosen dan Staf pengelola perpustakaan kampus Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Kepada kedua orang tua saya, Bapak H. Deni Sopiyan dan Ibu Hj, Aliyah dan adik saya Afifah Zahra yang telah mendampingi saya sampai saat ini dan seluruh keluarga yang telah memberikan dengan tulus doa dan dukungan lahir batin dengan penuh kesabaran dan keikhlasan.
9. Teman-teman seangkatan Program Studi D III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Tahun 2017-2018.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan Rahmat dan Karunia-Nya kepada semua pihak yang telah memberikan segala bantuan tersebut di atas. Karya Tulis Ilmiah ini tentu saja masih jauh dari sempurna, sehingga peneliti dengan senang hati menerima kritik demi perbaikan.

Wassalammu'alaikum Wr.W

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Peran Teman Sebaya.....	5
B. Usia Anak Sekolah.....	6
C. Perilaku konsumsi Buah dan Sayur.....	7
D. Konsumsi Buah dan Sayur.....	7
E. Dampak Konsumsi Buah dan Sayur.....	12
F. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur.....	12
G. Keterpaparan Media.....	15

H. Kerangka Teori	16
I. Kerangka Konsep	17
BAB III	19
METODELOGI PENELITIAN	19
A. Rancangan Penelitian	19
B. Variable Penelitian	19
C. Teknik Pengumpulan Data	20
D. Teknik Analisa Data	21
BAB IV	23
HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Hasil dan Analisis	23
B. Analisis dan Hasil Jurnal	29
BAB V	36
KESIMPULAN DAN SARAN	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	28
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

No	Halaman
Tabel 1.1 Kerangka Teori	26
Tabel 1.2 Kerangka Konsep	27
Tabel 2.1 Pengumpulan Data	31
Tabel 3.1 Analisa Data	32
Tabel 4.1 Hasil Jurnal dan Analisa Data	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Diri

Lampiran 2 Daftar Link Jurnal

Lampiran 3 Lembar Literature review

Lampiran 4 Lembar Konsul

Lampiran 5 Hasil Uji Pligiasi