

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Analisis

Hasil Literature Review yang terdiri dari 3 jurnal internasional dan 7 nasional didapatkan hasil sebagai berikut :

| No | Penulis/tahun | Judul | Objektif | Sampel | Design | Kata Kunci | Hasil |
|----|---|---|---|--------------|-------------------------|--------------------------------|---|
| 1. | Windi Kharisma Putra, (2016) | Faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak SD | Mengetahui faktor yang berhubungan dengan makan buahan dan sayuran pada anak sekolah dasar. | 80 responden | Desain cross sectional. | Anak, Konsumsi, Buah dan Sayur | Ada hubungan antara pengetahuan gizinya ($p=0,46$) dan pendidikannya ($p=0,003$) di SDN Sekaran 1 Sedangkan di SDNegeri Pekunden ada hubungannya dengan pekerjaan ($p=0,001$) dan ketersediaannya ($p=0,013$) |
| 2. | Aisyiyatun sholehah, Dini ririn andrias, Siti rahayu nadhiroh | Preferensi, Pengetahuan Gizi dan Pengaruh teman sebaya | Mempelajari hubungan yang disukai dan pengetahuan gizi dengan | 97 sampel | <i>cross sectional</i> | Remaja, konsumsi, buah, sayur | Adanya korelasi antara kesukaan ($0,017$), pengaruh teman sebaya ($p = 0,011$) |

| | | | | | | | |
|----|--|---|--|----------|---|--|--|
| | (2016) | dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja. | konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMP Negeri 45 Surabaya | | | | dengan konsumsi buah dan sayur. |
| 3. | Bella Nadya Rachman, I Gede Mustika I. G. A Wita Kusumawati , (2017) | Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa smp di denpasar | Mengana lisis hubungan sikap, penge tahuan gizi, preferensian makanan, keterse diaan makanan, keterpa paran media, pendapatan orang tua dengan perilakunya konsumsi buah dan juga sayur pada siswa | 85 orang | Penelitin ini menggu nakan desain Cross secctiona l | Konsum si buah, konsum sisayur, remaja | Hasil : Sebagian besar mempunyai kebiasaan konsumsi buah dan sayur adalah baik yaitu 71,8%. Terdapat hubungan yang bermakna antara perilakunya dengan mengkonsumsi buah dan sayur dengan sikap ($p<0,01$), pengetahuan gizi ($p<0,01$), ketersediaan makanan ($p<0,01$), keterpaparan media ($p<0,01$), pendapatan |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---------------|--|--|---|
| | | | | | | | orang tua ($p < 0,01$), tetapi tidak terdapat hubungan dengan preferensi makanan ($p = 0,55$). |
| 4. | Nilia V.D Nay, Joy A.M Rattu, Hilman Adam, (2020) | Hubungan antara pengetahuan dan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di kolongan atas sonder kabupaten minahasa | Mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan dan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di kolongan atas sonder kabupaten minahasa | 68 responden | Penelitian kuantitatif, dengan metode survei analitik dengan pendekatan Cross Sectional. | pengetahuan, ketersediaan buah dan sayur, konsumsi buah dan sayur. | Terdapat hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan pengetahuan tentang buah dan sayur ($p = 0,004$) serta terdapat hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur ($p = 0,000$). |
| 5. | Novita Rizki Padila (2020) | Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan pola konsumsi sayur dan buah pada mahasiswa jurusan | Penelitian ini bertujuan untuk melihat Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Pola Konsumsi | 141 Responden | Penelitian ini adalah Analitik Observasional dengan desain cross sectional | Pengetahuan, Pola Konsumsi Sayur dan Buah. | Hasil analisis : Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berpengetahuan baik sebesar 60,4% ($n = 32$), dan |

| | | | | | | | |
|----|---|--|---|---------------|---|--|--|
| | | gizi Poltekkes kendari | Sayur dan Buah pada Mahasiswa jurusan Gizi | | | | Sebagian besar mahasiswa mengkonsumsi sayur dalam kategori kurang yaitu 79,2% (n=42), sementara mengkonsumsi buah dalam kategori kurang yaitu 56,6% (n= 30), dan frekuensi konsumsi sayur dan buah dalam kategori kurang yaitu 50,9%(n=27), sementara jenis konsumsi sayur dan buah berada pada kategori beragam yaitu 52,8% (n=28). |
| 6. | Basma Al Yazeedi, Diane C.Berry, Jamie Crandell, Mostafa Waly | Family influence on children's nutrition and physical activity patterns in | Tujuan Penelitian ini untuk memperluas pemahaman tentang pengaruh keluarga terhadap | 204 Responden | Metode Cross sectional research design was used in this study | Child Family Nutrition Physical activity | Hasil penelitian Asupan gizi anak berhubungan bermakna dengan tingkat pendidikan orang tua, pendapatan |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---------------|---|--|---|
| | (2020) | Oman | gizi anak dan pola aktivitas fisik di Oman. | | | | keluarga, dan gizi keluarga dan pola aktivitas fisik, sedangkan pola aktivitas fisik anak berhubungan bermakna dengan IMT ibu dan tingkat pendidikan orang tua. |
| 7. | Azadeh Lesani ¹ , Asghar Mohammadpooras ^{2,3} , Maryam Javadi ^{1,4} , Jabiz Modaresi Esfeh ⁵ , Ali Fakhari (2016) | Eating breakfast, fruit and vegetable intake and their relation with happiness in college students. | Tujuan dari penelitian ini untuk mengevaluasi hubungan antara kebahagiaan dan asupan buah dan sayur serta makan pagi pada siswa. | 540 responden | Methods In this cross sectional web based study. | Happiness Breakfast Fruit and vegetable Nutrition Life satisfaction Diet | kebahagiaan berhubungan positif dengan makan pagi, jumlah makanan yang dimakan setiap hari dan jumlah konsumsi buah dan sayur (nilai P adalah $\leq 0,001$, $0,008$, $0,02$, dan $0,045$ masing-masing). Siswa yang makan sarapan setiap hari, lebih dari 8 porsi buah dan |

| | | | | | | | |
|----|--|--|---|--------------|---------------------------------|--|---|
| | | | | | | | sayuran setiap hari, dan makan 3 kali selain 1-2 camilan per hari memiliki skor kebahagiaan tertinggi. |
| 8. | Tija Ragelienėa, Alice Grønhø (2020) | The influence of peers' and siblings' on children's and adolescents' healthy eating behavior. A systematic literature review | Tujuan penelitian ini untuk menganalisis dampak teman sebaya dan saudara kandung pada anak-anak dan perilaku makan sehat remaja diidentifikasi dari tinjauan literatur. | 29 responden | A systematic literature review. | Adolescents Children Healthy eating Peer Friend Sibling Social influence Social norms. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa teman sebaya, dan pada tingkat yang lebih rendah, saudara kandung berpengaruh pada perilaku makan sehat anak-anak dan remaja lebih sering negatif daripada positif, meskipun di beberapa penelitian, tidak ada efek signifikan yang ditemukan. Namun, penelitian empiris tentang faktor sosial |

| | | | | | | | |
|----|-------------------------------|---|---|--------------|--|--|---|
| | | | | | | | <p>mana yang terkait dengan hubungan dengan saudara kandung dan teman sebaya dapat menjelaskan dan memprediksi pengaruh teman sebaya dan saudara kandung terhadap anak-anak dan perilaku makan sehat remaja terbatas.</p> |
| 9. | Difta Devilia Aryani (2016) | Hubungan peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja awal di SMP Negeri 1 Ngelipar Gunung Kidul Yogyakarta | Tujuan mengetahui hubungan peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja | 68 responden | Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan rancangan cross sectional | Remaja, teman sebayanya, perilakunya, buahan dan sayuran | <p>Hasilnya adalah peran dari teman di SMP Negeri 1 Ngelipar Gunungkidul Yogyakarta sebagian besar positif sebanyak 48 siswa (70,6%). Perilaku konsumsi buah dan sayur sebagian besar baik sebanyak 43</p> |

| | | | | | | | |
|----|--|--|--|---------------|---|---|---|
| | | | | | | | siswa (63,2%). Hasil uji kolerasi Kendall Tau diperoleh p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan tingkat keeratan 0,593. |
| 10 | Rahman Suhada1, Ni Wayan Wiwin Asthiningsih 2 (2019) | Hubungan Teman Sebaya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda | Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan Teman sebayanya tersebut dengan terbiasanya konsumsi makanan cepat saji pada siswa-siswi kelas XI di SMAN Samarinda. | 311 responden | Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi | Teman sebaya, Kebiasaan konsumsi, fasd food | Hasil penelitian Teman seumuran dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan nilai korelasi sebesar 0,259 menunjukkan arah yang baik dengan kekuatan keterkaitan yang rendah. |

Tabel 4.1 Hasil dan Analisa

B. Analisis dari hasil Jurnal

Pada tahap awal penencarian jurnal di *website Google Scholar* terdapat ratusan jurnal yang ditemukan. Dengan menggunakan kata kunci “hubungan”, “perilaku dari teman sebaya”, “pengetahuan “konsumsi buah dan

sayur". Dari ratusan naskah tersebut kemudian di dapat yang masuk kriteria ada 25 kemudian melakukan penyeleksian kembali terhadap 23 jurnalnya, sehingga Yang dianggap sesuai dan terdiri dari 7 Nasional dalam Bahasa Indonesia dan 3 Internasional dan 15 artikel. Yang di peroleh dari Google Scholar 7 Nasional dan 3 dari luar negeri sebagai berikut :

Windi Kharisma Putra (2016), menunjukkan bahwa faktor yang ada hubungannya dengan mengkonsumsi buahan dan sayur pada anak sekolah dasar. Hasilnya adalah ada korelasinya yaitu pada pengetahuan gizi ibu ($p=0,46$) dan pendidikan ibu ($p=0,003$) dan paling menonjol adalah pendidikan ibu ($p=0,002$). Sedangkan di Sekolah Dasar Negeri Pekudent didapatkan ada hubungan antara pekerjaan ibu ($p=0,001$), ketersediaan buah dan sayuran ($p=0,013$). Kesimpulan terdapat faktor yang berhubungan dengan memakan buahan dan sayur antara pendidikan dengan pekerjaan.

Aisyiyatun Sholehah tentang Hubungan kesukaannya dan pengetahuannya tentang gizi dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja (2016). Analisanya menunjukkan ada hubungan bermakna antara preferensinya ($0,017$), pengaruh teman sebayanya ($p = 0,011$), sedangkan pemahaman akan gizi dan besarnya uang saku tidak ada hubungan yang bermakna bahkan cenderung kurang. Siswa yang tidak menyukainya sedikit mengkonsumsi buah dan sayur. Pengetahuannya akan gizi yang kurang, dan pengaruh teman sebayanya yang juga kurang serta uang saku ≥ 10.000 akan lebih sedikit makan buahan dan sayuran. Kesimpulan terdapat hubungan

yang bermakna antara suka dan pengaruh teman yang sebaya dengan konsumsinya. Sedangkan pengetahuan gizinya berhubungan dengan konsumsinya pada buah dan sayur cenderung adalah kurang.

Penelitian Bella dkk, Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa (2017), Hasil nya menunjukkan sebagian besar subjek mempunyai kebiasaan konsumsinya buah dan sayur dalam baik yaitu 71,8%. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsian buah dan sayuran dengan sikap ($p < 0,01$), pengetahuan akan gizinya ($p < 0,01$), ketersediaan akan makanan ($p < 0,01$), paparan media ($p < 0,01$), pendapatan orang tua ($p < 0,01$), tetapi tidak terdapat hubungan dengan preferensinya makanan ($p = 0,55$). Kesimpulan terdapat hubungan antara sikap, pengetahuan gizi, ketersediaan makanan, keterpaparan media, dan penghasilan dengan perilakunya mengkonsumsi akan buahan dan sayur, sedangkan sukanya pada makanan tidak berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayuran.

Nilia V.D Nay, dkk mengenai Hubungan antara pengetahuan dan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja (2020). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara ketersediaan buah dengan pemahaman tentang buah dan sayur ($p = 0,004$) serta terdapat hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur ($p = 0,000$). Kesimpulan terdapat hubungan antara pengetahuan tentang buah dan sayur dengan perilaku konsumsi buah dan

sayur, dan terdapat hubungan antara ketersediaan buah dan sayur dengan perilaku mengkonsumsinya.

Novita Rizki Padila, yaitu Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan pola konsumsi sayur dan buah pada mahasiswa jurusan gizi (2020). Menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berpengetahuan baik sebesar 60,4% (n=32), dan Sebagian besar mahasiswa makan sayur dalam kategori kekurangan yaitu 79,2% (n=42), sementara mengkonsumsi buah dalam kurang 56,6% (n= 30). Tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan pola konsumsi sayur dan buah.

Basma Al Yazeedi *et al*, Family influence on children's nutrition and physical activity patterns in Oman (2020). Adalah asupan gizi anak berhubungan bermakna dengan tingkat pendidikan orang tua, pendapatan, dan gizi dan pola aktivitas fisik, sedangkan kegiatan anak berhubungan bermakna dengan IMT ibu dan pendidikan orang tua. Tidak ada hubungan terhadap Pola terhadap makan dan aktivitas fisiknya anak berhubungan dengan IMTnya ibu, keluarga karakteristik sosial dan demografi, dan gizi pada keluarga.

Azadeh Lesani, *et al*. Eating breakfast, fruit and vegetable intake and their relation with happiness in college students (2016). Hasil Ukuran kebahagiaan berhubungan baik dengan makan pagi, jumlah makanan yang dimakan setiap hari dan jumlah konsumsi buah dan sayur (nilai P adalah 0,001, 0,008, 0,02, dan 0,045 masing-masing). Siswa yang makan sarapan

setiap hari, lebih dari 8 porsi buah dan sayuran, dan makan 3 kali selain 1-2 camilan per hari memiliki skor kebahagiaan tertinggi. Pola perilaku yang lebih sehat dikaitkan dengan skor bahagia yang lebih tinggi di antara siswa.

Tija Ragelienė. The influence of peers' and siblings' on children's and adolescents' healthy eating behavior, systematic literature review (2019), Temuan tinjauan literatur sistematis menunjukkan bahwa kawan sebaya pada tingkat yang lebih rendah, saudara kandung berpengaruh pada Perilaku makan sehat anak dan remaja lebih sering negatif daripada positif, meskipun di beberapa research, tidak ada efek bermakna yang ditemukan. Namun, faktor sosial mana yang terkait dengan hubungan dengan saudara kandung dan seumuran dapat menjelaskan dan memperkirakan pengaruh persahabatan dan saudara kandung terhadap anak dan perilaku makan sehat remaja terbatas. Ada hubungan terkait Pengaruh persahabatan yang usianya sebaya terhadap perilaku makan sehat anak dan remaja sering ditemukan tidak ada dengan peningkatan konsumsi makanan padat energi dan rendah gizi. Namun, dalam beberapa kasus, ini pengaruh juga bisa menjadi positif, dan ada kebutuhan untuk menemukan cara yang efektif bagaimana hal itu dapat digunakan dalam usaha mendorong perilaku makan sehat anak dan remaja. Dampak saudara kandung pada anak-anak dan perilaku makan remaja jarang. Selain itu, faktor-faktor yang berhubungan dengan interaksi sosial yang dapat menjelaskan Pengaruh teman sebaya dan

saudara kandung terhadap perilaku makan sehat anak-anak dan remaja tidak jelas.

Difta Devilia Aryani Hubungan peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja (2016). Hasil penelitian ini menunjukkan Peran dari teman sebayanya sebagian besar baik positif sebanyak 48 siswa (70,6%), perilaku konsumsi buah dan sayur sebagian besar baik sebanyak 43 siswa (63,2%), Hasil uji adalah 0,000 ($p < 0,05$) dan tingkat keeratan 0,593. Terdapat hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada remaja.

Rahman Suhada dkk, Hubungan Teman Sebayanya dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast food) pada siswa-siswi (2019). Seorang kawan yang sebaya dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dan nilai 0,259 menunjukkan arah positif baik dengan kekuatan hubungan rendah. Teman sebaya dan kebiasaan konsumsian makanan fast food, maka didapatkan hasil nilai pvalue $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Ada hubungan yang signifikan antara pertemanan seumuran dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji (fast food) pada siswa-siswi, dengan hasil 0,259 menunjukkan arah positif dengan kekuatan korelasi lemah.

Fakta dari hasil jurnal yang di review oleh peneliti didapatkan 4 jurnal hubungan teman sebaya tentang tingkat pengetahuan konsumsi buah dan sayur dengan hasil diperoleh baik. Dari hasil jurnal yang di review oleh

peneliti didapatkan 3 jurnal hubungan sepertemanan tentang tingkat perilaku makan buah dan sayur dengan hasil diperoleh masih kurang. Dari hasil jurnal yang di review oleh peneliti didapatkan 3 jurnal faktor-faktor yang berhubungan dengan peran teman sebaya tentang kebiasaan dan pengetahuan konsumsi buah dan sayur.

Dari asumsi peneliti pembahasan diatas terdapat hubungan teman sebaya dengan keseharian konsumsi buah dan sayur yang masih kurang di kalangan siswa. Karena aktifitas yang banyak diluar rumah membuat seorang siswa sering dipengaruhi kawan sebayanya. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi, tetapi sekedar bersosialisasi untuk kesenangan dan supaya tidak kehilangan status pada siswa pengaruh kelompok atau seumurannya lebih menonjol dari pada keluarga.

Peneliti beropini bahawa hubungan teman sebaya dengan perilaku dan pengetahuan konsumsi buah dan sayur masih kurang atau belum sepenuhnya konsumsi buah dan sayur. Hasil uji statistik terdapat hubungan antara peran temannya dengan konsumsi buahan dan sayur. Terdapat keterkaitan kuat antara perilaku dan pengetahuan konsumsi buah dan sayuran dengan prefensi teman sebaya. Menurut kesukaan terhadap suatu makanan akan berhubungan dengan konsumsi apabila didukung dengan ketersediaan Mengetahui makan buahan dan sayur yang baik dan sehat. Karena hasil penelitian ini tidak mendapatkan hasil 100% dengan tingkat perilaku dan pengetahuan konsumsi buah dan sayur yang harus di ketahui

oleh siswa. Kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan tubuh kekurangan asupan vitamin, mineral dan serat, Kebutuhan gizi remaja relatif besar karena pada masa remaja terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Salah satu masalah pada fase ini adalah kurangnya mengkonsumsi buah dan sayur yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.