

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN KELUARGA DENGAN KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA KESEHATAN DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
Memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



DISUSUN OLEH:

NOPIA KANADITA

17111024110081

PROGRAM S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
Memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh:

Nopia Kanadita

17111024110081

**PROGRAM S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nopia Kanadita

NIM : 17111024110081

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Penelitian : Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dengan kebiasaan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui 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, 23 Juni 2021



Nopia Kanadita

NIM. 17111024110081

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN KELUARGA DENGAN KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA KESEHATAN DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

**NOPIA KANADITA
17111024110081**

**Disetujui untuk diujikan
Pada tanggal , 21 Juni 2021**

Pembimbing



**Rusni Masnina, S.Kp., MPH
NIDN. 1114027401**

**Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi**



**Ns. Milkhatun, M.Kep
NIDN. 1121018501**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN KELUARGA DENGAN KONSUMSI
BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA KESEHATAN DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH

**NOPIA KANADITA
17111024110081**

**Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 6 Juli 2021**

Penguji I



**Ns. Arief Budiman, M.Kep
NIDN. 1112098801**

Penguji II



**Rusni Masnina, S.Kp., MPH
NIDN. 1114027401**

**Mengetahui,
Ketua
Program Studi S1 Keperawatan**



**Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep
NIDN. 1115017703**

MOTTO

Maka Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan

(Qs. Al Insyirah : 5)

Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Nopia Kanadita¹⁾, Rusni Masnina²⁾, Arief Budiman³⁾

INTISARI

Latar Belakang : Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018 menyatakan proporsi konsumsi buah dan sayur di Indonesia masih kurang dari 5 porsi pada penduduk umur >5 tahun yaitu 95,5 %. Kalimantan timur termasuk dalam salah satu provinsi di Indonesia yang konsumsi buah dan sayur di bawah rata-rata (BPS Susenas, 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur adalah kebiasaan makan keluarga. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang sangat berpengaruh terhadap pilihan makanan anak dan asupan anak. Kebiasaan makan keluarga yang tidak sehat akan terbawa ke masa remaja. Mengingat remaja adalah kelompok rentan setelah ibu hamil dan balita jika kurang konsumsi buah dan sayur.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan makan keluarga dengan konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian observasional menggunakan rancangan *cross sectional*. Adapun pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* dan analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Spearman Rank (Rho).

Hasil : Setelah dilakukan analisis Bivariat menggunakan uji Spearman Rank (Rho) didapatkan nilai P value $0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ yang artinya H_0 ditolak, maka dikatakan terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan keluarga dengan konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara kebiasaan makan keluarga dengan konsumsi buah dan sayur di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan Keluarga, konsumsi, buah dan sayur, mahasiswa

¹Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

²Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Relationship between Family Eating Habits and Consumption of Fruits and Vegetables of Students of Health Faculty of Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Nopia Kanadita¹⁾, Rusni Masnina²⁾, Arief Budiman³⁾

ABSTRACT

Background : *The results of basic health research in 2018 stated that the proportion of fruit and vegetable consumption in Indonesia was still less than 5 portions in the population aged >5 years, namely 95.5%. East Kalimantan is included in one of the provinces in Indonesia that consumes fruit and vegetables below the average (BPS Susenas, 2016). One of the factors that influence fruit and vegetable consumption is family eating habits. The family is the first environment that is very influential on children's food choices and children's intake. Unhealthy family eating habits will carry over into adolescence. Considering that adolescents are a vulnerable group after pregnant women and toddlers if they consume less fruit and vegetables.*

Objectives : *This study aims to analyze the relationship between family eating habits and fruit and vegetable consumption in health students at Muhammadiyah University of East Kalimantan.*

Methods : *This research is a quantitative research with the type of observational research using a cross sectional design. The sampling in this study used a proportionate stratified random sampling technique and data analysis in this study used the Spearman Rank (Rho) test.*

Results : *After a Bivariate analysis using the Spearman Rank (Rho) test, the P value is $0.000 < = 0.05$, which means H_0 is rejected, it is said that there is a significant relationship between family eating habits and fruit and vegetable consumption in health students at Muhammadiyah University of East Kalimantan.*

Conclusions : *There is a relationship between family eating habits and fruit and vegetable consumption at Muhammadiyah University of East Kalimantan.*

Keywords : *Family eating habits, consumption, fruit and vegetables, students*

¹Student of S1 Nursing Study Program, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

²Lecturer at Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³Lecturer at Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu wata'ala* yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur", tak lupa shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad *Shallahu'alahi wassallam* karena atas kehadiratnya kita dapat terhindar dari kesesatan yang dapat menjauhkan kita dari sang khaliq.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi Tugas Akhir di Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Keberhasilan dalam pembuatan Proposal Penelitian ini tentu tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan kesempatan melakukan penelitian di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kp, M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan beserta jajarannya.
3. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan

peneliti menempuh pendidikan di Program S1 Keperawatan

4. Ibu Ns.Milkhatun,M.Kep selaku Koordinator Mata Ajar Skripsi.
5. Ibu Rusni Masnina, S.Kp.,MPH selaku pembimbing yang telah memberikan pengarahannya, petunjuk dan saran dalam menyelesaikan penelitian ini.
6. Bapak Ns. Arief Budiman, M.Kep selaku penguji 1 yang telah memberikan saran dan kritik terkait penelitian ini.
7. Ayah dan ibu tercinta yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan dan semangat baik dalam bentuk moril dan materil.
8. Saudara saya yang tercinta dan tersayang yang turut memberikan doa, semangat dan dukungan.
9. Teman-teman satu bimbingan yang saling bertukar informasi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
10. Teman-Teman angkatan tahun 2017 Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Manusia biasa tentu tidak luput dari kesalahan, walaupun telah berusaha dalam menyelesaikan penelitian ini penulis menyadari penelitian ini masih banyak kekurangan sehingga hasil penelitian ini masih jauh dalam kata sempurna. Oleh karena itu kritikan serta saran diharapkan bagi penulis yang membangun agar menyempurnakan segala kekurangan.

Semoga skripsi ini berguna bagi pembaca dan bermanfaat serta mendapatkan ridho dari Allah Subhana wata'ala.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Samarinda, 06 Juli 2021

Peneliti,

Nopia Kanadita

17111024110081

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
INTISARI	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Kerangka Teori Penelitian	7
D. Kerangka Konsep penelitian	8
E. Hipotesis Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Telaah Pustaka	12
1. Konsumsi Buah dan Sayur	12
2. Kebiasaan Makan Keluarga	24

3. Konsep Mahasiswa	36
4. Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dengan Konsumsi Buah dan Sayur	39
B. Penelitian Terkait	41
C. Kerangka Teori Penelitian	44
D. Kerangka Konsep penelitian	46
E. Hipotesis Penelitian.....	46
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Rancangan Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel.....	48
C. Waktu dan Tempat Penelitian	52
D. Definisi Operasional	52
E. Instrumen Penelitian	53
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	55
G. Teknik Pengumpulan Data	58
H. Teknik Analisa Data.....	59
I. Etika Penelitian.....	65
J. Jalannya Penelitian	67
K. Jadwal Penelitian.....	68
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAAN	70
A. Hasil Penelitian	70
B. Pembahasan.....	77
C. Keterampilan.....	87

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	88
A. Kesimpulan.....	88
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN.....	95

DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Perhitungan Jumlah Sampel	52
Tabel. 3.2 Definisi Operasional	53
Tabel. 3.3 Hasil Uji Validitas Kuisner	56
Tabel. 3.4 Jadwal Penelitian	68
Tabel. 4.1 Karakteristik Usia	71
Tabel. 4.2 Karakteristik Jenis kelamin.....	72
Tabel. 4.3 Karakteristik Program Studi	73
Tabel. 4.4 Karakteristik Uang Saku.....	74
Tabel. 4.5 Hasil Uji Normalitas Kebiasaan Makan keluarga	74
Tabel. 4.6 Kategori Kebiasaan Makan Keluarga.....	75
Tabel. 4.7 Kategori Konsumsi Buah dan Sayur	76
Tabel. 4.8 Hasil Analisa Hubungan Kebiasaan Makan Keluarga dan Konsumsi Buah dan Sayur.....	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	45
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti	96
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	97
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	98
Lampiran 4 Lembar FFQ.....	100
Lampiran 5 Kartu Praga Buah.....	103
Lampiran 6 Kartu Praga Konsumsi Sayur	105
Lampiran 7 Out Put Data Primer.....	106
Lampiran 8 Surat Izin Uji Validitas	119
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian	120
Lampiran 10 Lembar Konsultasi	121
Lampiran 11 Hasil Uji Plagiasi	129