

## HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN TINGKAT SOSIAL EKONOMI TERHADAP KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA PELAJAR DI KABUPATEN SUBANG

Yusni Septiani Rahmah<sup>1</sup>, Aviani Harfika<sup>2</sup>, Restu Amalia Hermanto<sup>2</sup>

<sup>1 2 3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Holistik

Korespondensi: Jl. Terusan Kapten Halim Km. 09, Pondok Salam - Purwakarta.

Email: [yusniseptianirahmah@gmail.com](mailto:yusniseptianirahmah@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia masih rendah yaitu sebesar 95,5%.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur dan buah pada pelajar di Kabupaten Subang.

**Metode:** Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Subjek penelitian adalah remaja usia 10-19 tahun di kabupaten Subang sebanyak 154 orang yang diambil menggunakan metode *consecutive sampling*. Analisis penelitian menggunakan uji *Mann-Whitney* dan *Continuity Correction*. Penelitian ini telah mendapatkan kelaikan etik dengan nomor kode etik: 38/III/2020/KEPK.

**Hasil:** Penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p>0,05$ ) maupun dengan tingkat konsumsi buah ( $p>0,05$ ). Tidak terdapat hubungan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p>0,05$ ), namun ada hubungan dengan tingkat konsumsi buah ( $p<0,05$ ).

**Kesimpulan:** Tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur dan buah. Tidak ada hubungan tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur. Ada hubungan tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi buah.

**Kata kunci:** Pengetahuan gizi, Tingkat konsumsi sayur dan buah, Tingkat sosial ekonomi.

### ABSTRACT

**Background:** Based on the results of RISKESDAS in 2018, it shows that the consumption of vegetables and fruits of the Indonesian population is still low at 95.5%.

**Objective:** To determine the relationship between nutritional knowledge and socio-economic level with the level of consumption of vegetables and fruit among students in Subang Regency.

**Methods:** The research subjects were adolescents aged 10-19 years in Subang district as many as 154 people who were taken using the consecutive sampling. Research analysis using Mann-Whitney test and Continuity Correction. This research has obtained ethical feasibility with the code of ethics number: 38/III/2020/KEPK

**Results:** This study showed that there was no relationship between nutritional knowledge and the level of vegetable consumption ( $p>0.05$ ) nor with the level of fruit consumption ( $p>0.05$ ). There is no relationship between socioeconomic level and vegetable consumption level ( $p>0.05$ ), but there was a relationship with fruit consumption level ( $p<0.05$ ).

**Conclusion:** There is no relationship between nutritional knowledge and the level of consumption of vegetables and fruits. There was no correlation between socioeconomic level and vegetable consumption level. There is a relationship between socioeconomic level and fruit consumption level.

**Keywords:** *nutrition knowledge, vegetables consumption, fruit consumption, socioeconomic level.*

---

## PENDAHULUAN

Terdapat 10 besar faktor yang diidentifikasi sebagai penyebab kematian global di dunia. Salah satunya adalah rendahnya asupan sayur dan buah [1]. Konsumsi sayuran dan buah-buahan masyarakat Indonesia masih kurang dibawah standar kecukupan yang dianjurkan menurut pedoman gizi seimbang, konsumsi sayur dan buah yang dikonsumsi penduduk Indonesia masih rendah (97,1%). Bila dilihat dari kelompok umur, remaja adalah kelompok umur tertinggi yang paling kurang mengonsumsi sayur dan buah (98,4%). Konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia masih rendah dalam konteks gizi seimbang, baik di perkotaan maupun di pedesaan dan paling rendah adalah pada kelompok usia remaja [2]. Rendahnya konsumsi sayur dan buah tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yang terdiri atas jenis kelamin, uang bulanan, tingkat pendidikan orang tua, pengetahuan buah dan sayur, kesukaan, kepercayaan diri, dukungan teman sebaya, ketersediaan buah dan sayur, keterpaparan media massa dan persepsi citra tubuh [3].

Prevalensi konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi/hari selama 7 hari pada remaja usia 10 tahun ke atas mencapai 93,6%. Tahun 2010, pada kelompok usia yang sama konsumsi buah hanya mencapai 62,1% dan sayur 63,3% dari kebutuhannya sehari. Pada tahun 2013, proporsi konsumsi buah dan sayur setiap hari hanya mencapai 93,5% [4].

Manfaat mengonsumsi buah dan sayur memiliki kandungan yang rendah energi dan tinggi akan serat, vitamin, dan mineral [5]. Selain itu, buah dan sayur merupakan sumber karbohidrat kompleks yang mengenyangkan. Walaupun memiliki kandungan kalori yang rendah, konsumsi buah dan sayur memberi kepuasan bagi tubuh karena

kekayaan nutrisi yang dimilikinya. Salah satu cara untuk mengurangi dampak buruk akibat kelebihan sodium adalah dengan mengonsumsi buah dan sayur. Hal tersebut dikarenakan konsumsi buah dan sayur akan menyeimbangkan elektrolit tubuh. WHO merekomendasikan konsumsi buah dan sayur sebanyak 400-600 gram per hari untuk mencegah terjadinya penyakit kronis. Selain itu, berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang anjuran mengonsumsi buah dan sayur di Indonesia sebesar 2-3 porsi buah atau setara dengan 150 gram buah per hari dan 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram sayur per hari [5].

Ketersediaan sayur dan buah merupakan salah satu faktor penyebab dari kurangnya konsumsi sayur dan buah pada remaja, hal ini disebabkan karena jenis makanan yang tersedia lebih banyak mempunyai peluang yang lebih besar untuk dikonsumsi, sedangkan jenis makanan yang tidak tersedia tidak akan dikonsumsi [6].

Pengaruh tingkat sosial ekonomi juga berperan dalam konsumsi sayur dan buah pada remaja. Tingginya tingkat pendapatan cenderung diikuti dengan tingginya jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Tingkat pendapatan akan mencerminkan kemampuan untuk membeli bahan pangan. Konsumsi makanan baik jumlah mutunya dipengaruhi oleh faktor pendapatan orang tua. Sedangkan dengan pendapatan yang rendah dikhawatirkan daya beli jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi juga rendah hal ini secara langsung dapat mempengaruhi status gizi remaja [7]. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Tingkat pengetahuan gizi seseorang

berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya.

Berdasarkan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan tingkat sosial ekonomi terhadap tingkat konsumsi sayur dan buah pada pelajar di Kabupaten Subang.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Cross Sectional yang dilakukan pada bulan November 2021. Seratus lima puluh empat subjek yang memenuhi kriteria inklusi yang bersedia menjadi subjek penelitian, subjek pelajar di Subang dengan usia 10 – 19 tahun, diambil dengan metode Consecutive Sampling. Data pengetahuan gizi, tingkat

sosial ekonomi, tingkat konsumsi sayur dan buah, usia dan jenis kelamin diambil dengan menyebarkan google formulir ke seluruh pelajar di Subang melalui perwakilan setiap sekolahnya. Hasil ukur pengetahuan gizi dikelompokkan menjadi baik (>75%), cukup (60-75%) dan kurang (<75%). Hasil ukur tingkat sosial ekonomi dilihat dari pendapatan orang tua dikelompokkan menjadi  $\geq$ UMK ( $\geq$  Rp.3.064.218) dan <UMK (<Rp.3.064.218) [8].

Hasil ukur food frequency quetioner (FFQ) tingkat konsumsi sayur dan buah. Kategori kurang : rata-rata konsumsi sayur dan buah  $\leq 1$  kali/hari ; kategori cukup : rata-rata konsumsi sayur dan buah >1 kali/hari. Analisis penelitian menggunakan uji Mann-Whitney (Chi-Square) dan Continuity Correction. Penelitian ini mendapatkan persetujuan etik dari komite etik penelitian di Universitas Pembangunan Negeri Veteran Jakarta dengan nomor kode etik: 38/III/2020/KEPK.

## HASIL

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Subjek

Karakteristik Subjek	Jumlah	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – laki	58	37,7
Perempuan	96	62,3
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Usia (Tahun)</b>		
10-15	40	25,9
16-19	114	74,1
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Pengetahuan Gizi</b>		
Baik (>75%)	97	63,0
Cukup (60-75%)	32	20,8
Kurang (<60%)	25	16,2
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Tingkat Sosial Ekonomi</b>		
$\geq$ UMK ( $\geq$ Rp.3.064.218)	102	66,2
<UMK (<Rp.3.064.218)	52	33,8
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Tingkat Konsumsi Sayur</b>		
Cukup	76	49,4
Kurang	78	50,6
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Tingkat Konsumsi Buah</b>		
Cukup	82	53,3
Kurang	72	46,7

<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>
<b>Jenjang Sekolah</b>		
SD	3	1,95
SMP / Sederajat	10	6,50
SMA / Sederajat	141	91,55
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa subjek penelitian yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan subjek berjenis kelamin laki - laki, dengan selisih 16,8%. Untuk usia subjek sebagian besar usia 16-19 tahun (74,0%). Subjek dengan pengetahuan gizi baik lebih banyak dibandingkan dengan pengetahuan gizi cukup dan

kurang, yaitu sebanyak 97 subjek (63,0%). Subjek dengan tingkat sosial ekonomi  $\geq$ UMK lebih banyak dibandingkan dengan subjek dengan tingkat sosial ekonomi  $<$ UMK, yaitu sebanyak 102 subjek (66,2%). Tingkat konsumsi sayur cukup sebesar 49,4% sedangkan tingkat konsumsi buah cukup sebesar 53,3%.

**Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Tingkat Konsumsi Sayur**

Variabel	Tingkat Konsumsi Sayur				<i>p</i>
	Cukup		Kurang		
	n	(%)	n	(%)	
Pengetahuan Gizi					
Baik (>75%)	37	24,0%	59	38,4%	<b>0,610*</b>
Cukup (60-75%)	15	9,7%	17	11,0%	
Kurang (<60%)	10	6,5%	16	10,4%	

\* *uji Mann Whitney Chi -Square*

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p=0,610$ ). Sebanyak

38,9% subjek dengan pengetahuan gizi baik justru memiliki tingkat konsumsi sayur yang rendah.

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Tingkat Konsumsi Buah**

Variabel	Tingkat Konsumsi Buah				p
	Cukup		Kurang		
	n	(%)	n	(%)	
Pengetahuan Gizi					
Baik (>75%)	69	44,8%	28	18,2%	0,806*
Cukup (60-75%)	25	16,3%	7	4,4%	
Kurang (<60%)	15	9,8%	10	6,5%	

\*: *uji Mann Whitney Chi -Square*.

Hasil uji korelasi dengan menggunakan uji *Mann-Whitney Chi-Square* pada Tabel 3 menggambarkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat

konsumsi buah ( $p=0,806$ ). Subjek dengan pengetahuan gizi baik memiliki tingkat konsumsi buah kategori cukup sebesar 44,8%.

**Tabel 4. Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi dengan Tingkat Konsumsi Sayur**

Variabel	Tingkat Konsumsi Sayur				<i>p</i>
	Cukup		Kurang		
	n	(%)	n	(%)	
Tingkat Sosial Ekonomi					
≥UMK (≥RP.3.064.28)	39	25,4%	63	40,9%	0,410*
<UMK (Rp.3.064.28)	23	14,9%	29	18,8%	

\* uji Continuity Correction.

Tabel 4 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p=0,410$ ).

**Tabel 5. Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi dengan Tingkat Konsumsi Buah**

Variabel	Tingkat Konsumsi Buah				p
	Cukup		Kurang		
	n	(%)	n	(%)	
Tingkat Sosial Ekonomi					
≥UMK (≥RP.3.064.28)	73	47,4%	28	18,2%	0,042*
<UMK (Rp.3.064.28)	36	23,4%	17	11,0%	

\*1 :

\* : menggunakan uji Continuity Correction.Chi-Square.

Hasil uji korelasi dengan menggunakan uji *Continuity Correcion Chi-Square* pada Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi buah ( $p=0,042$ ).

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Subjek

Hasil dari penelitian ini menunjukkan presentase jenis kelamin perempuan lebih banyak dari jenis kelamin laki-laki memiliki presentase (62,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan data sensus penduduk Indonesia 2020 yang menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak

dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki dengan rasio jenis kelaminnya adalah 1,02 dari 270,2 juta jiwa Indonesia. Untuk subjek usia 16-19 tahun yaitu perempuan lebih banyak dibandingkan subjek usia 10-15 tahun yaitu laki-laki dengan memiliki presentase (74,1%). Hasil dari penelitian

ini sejalan dengan data sensus penduduk Indonesia yang menyatakan bahwa remaja perempuan dengan rentang usia 10-16 tahun lebih banyak dibandingkan remaja laki-laki dengan rentang usia 10-16 tahun [8].

Hasil dari penelitian ini menunjukkan presentase pengetahuan gizi baik lebih banyak dibandingkan dengan pengetahuan gizi cukup dan kurang yaitu sebesar (63,0%). Hal ini menandakan bahwa sebagian besar subjek sudah memahami konsep dasar tentang gizi seimbang dengan baik. Hasil dari penelitian ini subjek dengan tingkat sosial ekonomi  $\geq$ UMK lebih banyak dibandingkan dengan subjek yang tingkat sosial ekonominya  $<$ UMK yaitu sebesar (66,2%). Hal ini menandakan bahwa rata-rata tingkat sosial ekonomi subjek cukup baik [9].

Hasil penelitian yang dilakukan Ryska, menyatakan bahwa pengetahuan gizi sangat penting untuk kelangsungan gizi seseorang. Karena setiap orang dapat memperoleh ketersediaan pangan maupun material dengan disesuaikan bersama pendapatan orang tua, gaya hidup seseorang maupun selera pengkonsumsian tersebut. Hal ini memiliki keterkaitan yang erat dalam menuntun seseorang agar dapat memahami dari segi kualitas dan kuantitas, hingga cara pengolahan dan penyajian pangan tersebut [10].

Penelitian ini presentase tingkat konsumsi sayur lebih banyak untuk kategori kurang yaitu (50,6%) dengan frekuensi (5x/minggu) terdiri dari: bayam, kangkung dan wortel. Untuk frekuensi (0,7x/minggu) terdiri dari: brokoli dan buncis. Sedangkan presentase untuk tingkat konsumsi sayur kategori cukup yaitu (49,4%). Hal ini subjek rata-rata lebih tertarik memilih jenis makanan (fast food dan junk food). Ketimbang untuk mengonsumsi sayur atau malas untuk mengonsumsinya dan karena ada faktor yang ikut serta mempengaruhi yaitu ketersediaan dan selera/kesukaan karena seseorang dapat memiliki rasa ketertarikan perlu dengan kesadaran

dari dirinya yang dianggap sebagai faktor penentu dalam konsumsi tersebut.

Penelitian ini presentase tingkat konsumsi buah lebih banyak untuk kategori cukup yaitu (53,3%) dengan frekuensi (3x/bulan) terdiri dari: anggur merah, rambutan dan semangka. Untuk frekuensi (20x/bulan) hanya ada buah salak karena buah musiman. Untuk frekuensi (6x/bulan) hanya ada buah apel fuji. Sedangkan presentase untuk konsumsi buah kategori kurang yaitu (46,7%). Hal ini dikarenakan subjek rata-rata lebih tertarik untuk mengonsumsi buah dibandingkan dengan sayur karena ada faktor yang ikut serta mempengaruhinya yaitu ketersediaan dan selera/kesukaan seseorang dengan dilihat dari rasa ketertarikan dalam dirinya yang dianggap sebagai faktor penentu dalam konsumsi tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Wulandari, menyatakan bahwa tingkat konsumsi sayur dan buah sangat penting untuk kelangsungan gizi seseorang. Hal ini memiliki keterkaitan yang erat dalam menuntun seseorang agar dapat memahami dari segi konteks Pedoman Gizi Seimbang hingga dapat mengetahui anjuran konsumsi maupun cara pengolahan, pemasakan dan penyajian pangan tersebut [11].

Hasil penelitian ini bahwa pelajar SMA (sederajat) lebih banyak dibandingkan dengan pelajar SD dan SMP memiliki presentase (91,55%). Penelitian ini sejalan dengan Badan Pusat Statistik Indonesia yang menyatakan bahwa pelajar SMA (sederajat) yang dominan di Indonesia [12].

### **Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Tingkat Konsumsi Sayur**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi baik, cukup dan kurang belum tentu dapat mempengaruhi tingkat konsumsi



sayur, karena apabila pengetahuan gizi baik tetapi dalam konsumsi sayur termasuk kategori kurang berarti ada faktor lain yang mempengaruhi konsumsi sayur tersebut diantaranya: Pendidikan, media informasi/dunia maya, dan usia.

Penelitian yang dilakukan oleh menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur. Konsumsi sayur umumnya dipengaruhi oleh faktor sosial budaya dalam kebiasaan atau tradisi yang dilakukan seseorang melalui penalaran yang akan dilakukan termasuk baik atau buruk, lebih dikenal dengan mitos dan kepercayaan seseorang [13]. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khomsan, menyatakan bahwa pengetahuan gizi menjadi landasan dalam menentukan konsumsi pangan individu. Selain itu, pengetahuan gizi dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam menerapkan pengetahuan gizinya dalam memilih maupun mengolah bahan makanan sehingga kebutuhan gizi akan tercukupi dan konsumsi sayur dapat tercukupi.

Hasil dari penelitian ini rata-rata subjek dengan pengetahuan gizi baik tapi tingkat konsumsi sayurnya kurang yaitu sebanyak 38,4%. Hal ini menandakan bahwa pengetahuan gizi tidak mempengaruhi secara langsung terhadap tingkat konsumsi sayur. Dimana faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi sayur secara langsung yaitu kebiasaan makan seseorang.

### **Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Tingkat Konsumsi Buah**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi buah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi baik, cukup dan kurang belum tentu dapat mempengaruhi tingkat konsumsi buah, karena apabila pengetahuan gizi baik tetapi dalam konsumsi buah termasuk kategori kurang berarti ada

faktor lain yang mempengaruhi konsumsi buah tersebut seperti: Pendidikan, perkembangan psikologis, dan kebiasaan makan.

Penelitian yang dilakukan Wulansari, menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi buah. Hal ini karena bahwa tingkat konsumsi buah termasuk yang masih kurang dalam konsumsinya terlebih di Indonesia dan bisa juga berkaitan dengan faktor lain seperti: disamping pendapatan, masalah kesadaran konsumsi buah yang kurang sebagai sumber vitamin, mineral atau protein nabati, rendahnya ketersediaan buah dan kurangnya keterjangkauan konsumsi produksi buah pada lingkungan keluarga [14].

Hasil dari penelitian ini rata-rata subjek memiliki pengetahuan gizi baik memiliki presentase (44,80%) dan tingkat konsumsi buah kategori kurang memiliki presentase (18,18%), dimana dalam penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi buah pada pelajar di Kabupaten Subang, karena pengetahuan gizi bukan dari salah satu faktor penyebab yang dapat mempengaruhi tingkat konsumsi buah secara langsung. Dilihat dari penelitian ini tingkat konsumsi buah yang cukup bisa disebabkan oleh faktor lain yaitu faktor selera/kesukaan dan ketersediaan seseorang dalam produksi buah dilingkungan rumah dan keluarga.

### **Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi dengan Tingkat Konsumsi Sayur**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Linda Rahmawati, yang menyatakan bahwa tingkat sosial ekonomi tidak berhubungan dengan pola makan, karena tingkat sosial ekonomi tidak mempengaruhi secara langsung

terhadap pola makan. Dimana ada faktor lain yang dapat mempengaruhi secara langsung terhadap pola makan salah satunya yaitu, kebiasaan makan [15].

Penelitian yang dilakukan Wulansari, menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur. Dalam hal ini dimungkinkan tingginya tingkat sosial ekonomi tidak dialokasikan untuk konsumsi sayur dan dibuktikan dengan tingkat pendapatan turut menentukan apakah konsumsi sayur cukup atau kurang. Semakin rendah tingkat sosial ekonomi menyebabkan tingkat konsumsi sayur kurang yaitu (40,90%) dan semakin tinggi pendapatan keluarga menyebabkan tingkat konsumsi sayur cukup yaitu (25,32%). Karena dengan tingkat sosial ekonomi yang tinggi cenderung diikuti dengan tingginya jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi.

Hasil dari penelitian ini rata-rata  $\geq$ UMK ( $\geq$ Rp.3.064.28) dan tingkat konsumsi sayur kurang memiliki presentase (40,90%) sedangkan rata-rata <UMK (Rp.3.064.28) dan tingkat konsumsi sayur cukup memiliki presentase (25,32%). Karena dimungkinkan tingginya pendapatan keluarga tidak dialokasikan untuk konsumsi sayur dan dibuktikan dengan tingkat pendapatan turut menentukan apakah konsumsi sayur cukup atau kurang dan ada faktor lain yang menyebabkan tingkat konsumsi kurang yaitu kemampuan daya beli dalam pemilihan jenis makanan, biasanya seseorang akan lebih memilih jenis makanan yang kekinian dan modern dibandingkan enggan untuk mengonsumsi sayur dikarenakan pendapatan tinggi sedangkan apabila pendapatan rendah maka akan lebih memilih untuk mengonsumsi sayur yang dipengaruhi adanya keterbatasan daya beli dan pendapatan rendah karena harganya mahal.

### **Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi dengan Tingkat Konsumsi Buah**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi buah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat sosial ekonomi dapat mempengaruhi tingkat konsumsi buah, apabila dilihat dari faktor internal yaitu pendapatan atau penghasilan orang tua karena pendapatan atau penghasilan berpengaruh besar terhadap tingkat konsumsi seseorang atau organisasi.

Penelitian menurut Alasta Dian, menyatakan bahwa pendapatan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pola konsumsi rumah tangga. Karena pendapatan setiap orang berbeda-beda dan hal ini juga berpengaruh terhadap pola konsumsi rumah tangga yang berbeda. Penelitian menurut Alasta Dian, sejalan dengan penelitian Hidayatinuhikmah Nina, menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis pekerjaan ibu dengan tingkat konsumsi karbohidrat, protein dan lemak. Tingkat status sosial ekonomi dilihat atau diukur dari pekerjaan, pendapatan dan kekayaan, tingkat pendidikan, keadaan rumah dan lokasi, pergaulan dan aktivitas sosial [16].

Semakin tinggi pendapatan atau penghasilan orang tua maka semakin beragam kebutuhan pangan yang dapat dibeli atau dikonsumsi, sebaliknya semakin rendah pendapatan atau penghasilan orang tua maka semakin kurang beragam kebutuhan pangan yang dapat dibeli atau dikonsumsi dan akan terbatas. Penelitian yang dilakukan Putri, menyatakan bahwa ada terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi buah.

Hasil dari penelitian ini rata-rata  $\geq$ UMK (Rp.3.064.28) dan tingkat konsumsi buah cukup memiliki presentase (47,0%) sedangkan rata-rata <UMK (Rp.3.064.28) dan tingkat konsumsi buah cukup memiliki presentase (18,18%). Karena



dimungkinkan rendahnya tingkat sosial ekonomi dialokasikan untuk konsumsi buah dan dibuktikan dengan tingkat sosial ekonomi turut menentukan apakah konsumsi buah cukup atau kurang dan ada faktor lain yang menyebabkan tingkat konsumsi buah cukup yaitu karena adanya faktor kesukaan untuk mengonsumsi buah sehingga tingkat konsumsi buah akan terpenuhi walaupun terbatas oleh pendapatan.

Dalam penelitian ini tingkat sosial ekonomi dinilai dari pendapatan

orang tua berdasarkan UMK di Kabupaten Subang. Pendapatan rumah tangga digunakan untuk memenuhi kebutuhan pangan keluarga, biaya pendidikan, biaya kesehatan dll [17]. Besarnya alokasi biaya untuk pangan salah satunya untuk bekal sekolah atau jajan anak, sehingga diasumsikan batas UMK sebagai salah satu penentu jenis camilan atau jajanan yang dapat dipilih anak.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi buah ( $p=0,610$ ). Tidak terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p=0,806$ ). Tidak terdapat hubungan tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi sayur ( $p=0,410$ ). Terdapat

hubungan signifikan antara tingkat sosial ekonomi dengan tingkat konsumsi buah ( $p= 0,042$ ). Dalam penelitian ini diketahui tingkat konsumsi sayur subjek rata-rata kurang. Maka dari itu disarankan untuk dinas pendidikan dan dinas kesehatan untuk melakukan edukasi tentang gizi seimbang di sekolah-sekolah yang ada di Kabupaten Subang.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Syarifatur Nur Aini. Unnes Journal of Public Health. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Perkota. 2014;3(1):1–10.
2. Qibtiyah M, Rosidati C, Siregar MH. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja. Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas. 2021;2(2):51.
3. Suliburska J, Bogdanski P, Pupek Musialik D, Gold-Nawrocka M, Krauss H, Piatek J, Analysis of lifestyle of young adult in the rural and urban areas. Annals of Agricultural and Environmental Medicine. 2012.
4. Kementerian Kesehatan RI. Strategi Nasional Penerapan Pola Konsumsi Makanan dan Aktivitas Fisik untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. 2011.
5. Lestari Dwi Ayu. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP Negeri 226 Jakarta Selatan. Skripsi. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah. 2013.
6. Nani, S. Mutu Pangan Dalam Sosial Ekonomi Orang Tua Dalam Daya Beli Pangan. 2015.
7. Rakhshanderou S, Ramezankhani A, Mehrabi Y, & Ghaffari M. Determinants of Fruit and Vegetable Consumption Among Tehranian Adolescent: A Qualitative Research. Journal of Research in Medical Science: The Official Journal of Isfahan University. 2014.
8. Badan Pusat Statistik 2020. Hasil Sensus Penduduk Indonesia. Diakses pada tanggal 10 Januari 2022, available at <https://www.bps.go.id/>.
9. Ryska I, Pengetahuan Gizi Dalam Menentukan Kelangsungan dalam Konsumsi Sayur dan Buah, (II).101-102
10. Wulandari A. Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. Jurnal Keperawatan Anak.

- 2015.
11. Hermina Sri Prihatini. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu Tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 44, No. 2, Juni 2016 : 117 – 126.
  12. Badan Pusat Statistik 2021. Data Jenjang Pendidikan di Indonesia. Diakses pada tanggal 24 Januari 2022, available at <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/26/siswa-sd-dominasi-jumlah-pelajar-di-indonesia-pada-tahun-ajaran-20202021>.
  13. Khomsan D. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Departemen Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga, Bogor: Fakultas Pertanian IPB. 2009.
  14. Wulansari. Konsumsi serta Preferensi Buah dan Sayur pada Remaja SMA dengan Status Sosial Ekonomi yang Berbeda di Bogor. Bogor: IPB. 2018.
  15. Rahmawati Linda. Hubungan Status Sosial Ekonomi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia Dini Di Desa Gemantar, Kecamatan Selogiri. Diss. UNNES, 2020.
  16. Alasta Dian. They Earn and Send: We Spend: Consumption Pattern Of Pakistani Migrant Households. International Journal Of Social Economics, Vol. 45. No. 7 2018: 1092-1108.
  17. Hidayatuhikmah. N. Pengaruh Status Sosial Ekonomi Ibu Menyusui Terhadap Pola Konsumsi Makanan Ibu Menyusui Pada Komponen Makronutrien ASI Yang Berdampak Pada Proses Pertumbuhan Bayi. 2018.
  18. Adiana, Karmini. Pengaruh Pendapatan Jumlah Anggota Keluarga Dan Pendidikan Terhadap Pola Konsumsi Rumah Tangga Miskin Di Kecamatan Gianyar. 2012.