

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP GIZI IBUTERHADAP KEBIASAAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK BALITA DI POSYANDU CERIA KELURAHAN TARATAK PADANG KAMPUANG

Sherly Hidayatul Putri, Yanti Ernalina, Novfitri Syuryadi\*

Program Studi Gizi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Riau, Indonesia

\*Email korespondensi [novfitri.s@uin-suska.ac.id](mailto:novfitri.s@uin-suska.ac.id)

### ABSTRACT

*Vegetables and fruits must be consumed at every meal, not only by adults but also for children. The importance of consuming vegetables and fruits is still not realized by Indonesian people. Consumption of fruits and vegetables for children can be affected by the mother's nutritional knowledge and attitudes. This study aimed to determine the correlation of mothers' nutrition knowledge and attitude to fruits and vegetables consumption behavior of preschoolers at Posyandu Ceria Taratak Padang Kampuang Village. This study used a cross sectional design with 40 respondents obtained by total sampling technique. The results showed that more than half of the mothers (55%) had moderate knowledge and there were still a small proportion of mothers (10%) who had low nutritional knowledge. The results showed that 55% mothers had a good nutritional attitude and there were no mothers having low nutritional attitude (0%). The results of fruit and vegetable consumption showed that 50% of preschoolers consumed fruits and vegetables in the low category, and the rest of preschoolers consumed fruits and vegetables in the sufficient category. The results showed that there was no correlation of mothers' nutrition knowledge and attitude to fruit and vegetable consumption behavior of preschoolers at Posyandu Ceria Taratak Padang Kampuang Village ( $P$ -value > 0,05). The result concluded that there was no correlation of mothers' nutrition knowledge and attitude to fruit and vegetable consumption behavior of preschoolers at Posyandu Ceria Taratak Padang Kampuang Village.*

*Keywords: fruits and vegetables consumption, nutrition attitude, nutrition knowledge, preschoolers.*

### PENDAHULUAN

Konsumsi buah dan sayur merupakan salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang. Konsumsi buah dan sayur menjadi salah satu tujuan dari Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) (Kemenkes, 2014). Sayuran dan buah-buahan merupakan makanan penting yang harus di konsumsi setiap kali makan, tidak hanya oleh orang dewasa tetapi sangat penting diberikan sejak usia anak-anak. Pentingnya mengonsumsi buah dan sayur masih belum disadari oleh masyarakat Indonesia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, persentase kurangnya konsumsi buah dan sayur di Indonesia adalah 95,5%.

Konsumsi pangan penduduk Indonesia kelompok buah dan sayur mengalami penurunan dari tahun 2015 hingga 2020. Berdasarkan data terakhir pada tahun 2020, penduduk Indonesia hanya mengonsumsi buah dan sayur 58% dari yang direkomendasikan (Badan Ketahanan Pangan, 2021). Berdasarkan data Survei Konsumsi Makan Individu (SKMI) tahun 2014, rerata konsumsi buah dan sayur dilihat menurut kelompok umur, total konsumsi buah dan sayur yang paling banyak adalah kelompok lansia (111,9 gram/orang/hari) sedangkan yang paling sedikit kelompok balita (79,4 gram/orang/hari) (Hermina dan Prihatin, 2016).

Sebagian besar penduduk Indonesia mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 232 gram/hari, lebih rendah dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan yaitu sebesar 400 gram/kapita/hari. Konsumsi buah lebih sedikit daripada konsumsi sayur yaitu 88,6 gram/kap/hari sedangkan konsumsi sayur sebesar 143,2 gram/kapita/hari (Badan Ketahanan Pangan, 2021). WHO menyarankan setidaknya makan buah dan sayur sebanyak 400 gram per hari atau sebanyak 3-5 porsi sehari (WHO, 2003). Tumpeng Gizi Seimbang merekomendasikan 2 sampai 3 porsi buah per hari dan 3 sampai 5 porsi sayuran perhari. Menurut pedoman gizi seimbang 2014, untuk anak balita dan usia sekolah dianjurkan mengonsumsi 300-400 gram yaitu sebanyak 250 gram sayur dan 150 gram buah. Anjuran jumlah porsi sayur dan buah menurut kecukupan energi pada kelompok umur 1-3 tahun yaitu 1,5 porsi sayur dan 3 porsi buah, sedangkan umur 4-6 tahun yaitu 2 porsi sayur dan 3 porsi buah (Kemenkes, 2014).

Susenas 2020 (Badan Pusat Statistik) juga mengatakan bahwa pengeluaran bulanan per orang, dengan total belanja buah dan sayur secara nasional sebesar Rp 75.509.00. Dibandingkan belanja makan, total belanja buah dan sayur hanya 12,5%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), Provinsi Sumatera Barat terletak pada urutan ke 2 dengan persentase provinsi yang tidak mengonsumsi buah dan sayur per hari dalam seminggu di Indonesia yaitu 19,4 %. Melebihi rata rata di Indonesia yang hanya sebesar 10,7%. Konsumsi pangan penduduk Sumatera Barat dari tahun 2015-2020 pada kelompok sayur mengalami penurunan sebesar 9,2% sedangkan konsumsi buah mengalami peningkatan sebesar 6,8%. Data terakhir di tahun 2020 konsumsi pangan penduduk Sumatera Barat kelompok sayur sebesar 128,8 gram/kap/hari dan buah sebesar 118,6 gram/kap/hari. Data ini menunjukkan konsumsi buah dan sayur di Sumatera Barat juga lebih kecil dari AKG yang direkomendasikan (Badan Ketahanan Pangan, 2019). Rendahnya konsumsi buah dan sayur pada balita juga sesuai dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Miniarti dkk. (2014) yang menunjukkan bahwa persentase konsumsi sayur dan buah yang cukup hanya 51,4% dan kurang sebanyak 48,6%.

Konsumsi buah dan sayur memiliki banyak manfaat. Buah dan sayur merupakan sumber vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat untuk kesehatan, perkembangan serta pertumbuhan (Mulyati dan Utami, 2020). Pertumbuhan tidak hanya dibutuhkan pada masa remaja dan dewasa, tetapi juga penting pada masa balita. Balita adalah anak yang menginjak usia di atas 1 tahun atau lebih dikenal dengan anak usia di bawah 5 tahun. Masa ini dikelompokkan dalam 2 kelompok besar yaitu anak usia 1-3 tahun (batita) dan prasekolah (3-5 tahun) (Kemenkes, 2017). Pemenuhan kebutuhan vitamin dan mineral pada balita harus dilakukan dengan pemberian jenis buah dan sayur yang bervariasi. Selain untuk memenuhi kebutuhan gizi, pemberian buah dan sayur dapat memengaruhi kesukaan atau pemilihan makanan di masa yang akan datang (Fikawati, 2017).

Tidak membiasakan makan buah dan sayur pada usia balita akan mengakibatkan defisiensi zat gizi, yaitu menyebabkan kekurangan vitamin C, mineral, vitamin, zat besi serta kalsium. Berbagai zat gizi penting tersebut dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan serta memperlambat proses penyembuhan (Rajab dkk., 2018). Kurangnya mengonsumsi buah dan sayur juga dapat mengakibatkan sembelit atau masalah buang air besar pada anak. Gangguan ini terjadi karena usus besar menyerap air secara berlebihan (Cahyanto dkk., 2021).

Konsumsi buah dan sayur pada balita dipengaruhi oleh orang tua. Pengetahuan dan sikap gizi ibu tentang cara memenuhi gizi seimbang pada balita termasuk suatu hal yang penting. Pengetahuan ini dapat membimbing ibu untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan balitanya

dengan memberikan makanan seimbang yang memenuhi kebutuhan gizi balita tersebut. Makan makanan yang seimbang menempatkan bayi pada gizi normal (Almatsier, 2001).

Berdasarkan penelitian sebelumnya terdapat hubungan yang signifikan positif antara pengetahuan gizi subjek dengan konsumsi buah dan sayur. Hal ini berarti bahwa semakin baik pengetahuan gizi maka semakin baik perilaku konsumsi buah dan sayur subjek dan sebaliknya (Mohammad dan Madaniyah, 2015). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita.

Berdasarkan paparan di atas, mengingat konsumsi buah dan sayur pada balita sangat penting serta masih rendahnya tingkat konsumsi buah dan sayur di Indonesia maupun di Sumatera Barat. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Gizi Ibu Terhadap Kebiasaan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kampuang”.

## METODE

### Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun 2023. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Ceria yang terletak di Kelurahan Taratak Padang Kampuang, Kecamatan Payakumbuh Utara, Kota Payakumbuh. Daerah ini terletak di wilayah Provinsi Sumatera Barat.

### Metode Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif serta menggunakan metode pendekatan cross-sectional, yang merupakan suatu metode pengumpulan data yang diambil dalam waktu yang bersamaan. Kegiatan meliputi pengumpulan data terhadap variabel dependen dan independen. Variabel dependen meliputi konsumsi buah dan sayur, dan variabel independen meliputi pengetahuan dan sikap gizi. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai balita umur 1-5 tahun di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kampuang yaitu sebanyak 40 orang. Metode sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu total sampling.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner dan Semi Kuantitatif Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Kuesioner pada penelitian ini terdiri dari pertanyaan tentang pengetahuan gizi dan sikap gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur. SQ-FFQ digunakan untuk menggambarkan seberapa sering seseorang makan makanan tertentu seperti buah dan sayuran. Peneliti membantu mengisi form SQ-FFQ dengan wawancara serta menunjukkan beberapa foto makanan mengenai buah dan sayur kepada responden. Peneliti mengisi satu kolom frekuensi untuk setiap bahan makanan, seperti sekali sehari, tiga kali sehari, tiga kali seminggu dan seterusnya. Gambaran frekuensi konsumsi data ditampilkan berupa dalam bentuk sebaran/distribusi responden, berdasarkan kebiasaan konsumsi responden baik dalam harian, mingguan, dan bulanan

### Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menghasilkan distribusi frekuensi persentase dari setiap variabel. Sedangkan analisis bivariat ini dilakukan untuk menguji antara variabel independen dan variabel dependen untuk membuktikan bahwa apakah terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap gizi ibu terhadap

konsumsi buah dan sayur pada anak balita di Posyandu Ceria, menggunakan uji Chi-Square yang diolah dengan bantuan komputer menggunakan program SPSS 23 for Windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori		Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin Anak	Laki-Laki	22	55
	Perempuan	18	45
Total		40	100
Umur Anak	1-3 th	16	40
	> 3-5 th	24	60
Total		40	100

Berdasarkan Tabel 1. lebih dari sebagian responden mempunyai anak balita berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 22 orang (55%) dan sebagian kecil responden mempunyai anak balita berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 18 orang (45%). Pada distribusi umur, lebih dari sebagian responden mempunyai anak balita umur > 3-5 th sebanyak 24 orang (60%) dan sebagian kecil responden mempunyai anak balita umur 1-3 th yaitu sebanyak 16 orang (40%).

### Pengetahuan Gizi Ibu

Tabel 2. Pengetahuan Gizi Ibu

Pengetahuan Gizi	Frekuensi (n)	Persentase %
Baik	14	35
Sedang	22	55
Kurang	4	10
Total	40	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa lebih dari sebagian ibu (55%) memiliki pengetahuan gizi sedang dan masih terdapat sebagian kecil ibu (10%) yang memiliki pengetahuan gizi kurang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rani (2021) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai buah dan sayur sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik (54%), dan sebagian kecil memiliki pengetahuan kurang (12%). Pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kebiasaan makan yang baik, serta pengertian yang kurang tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktifitas. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi (Wiarso, 2022). Meskipun tidak dapat dipastikan bahwa pengetahuan yang baik akan menghasilkan perilaku yang baik, namun pengetahuan merupakan cikal bakal terjadinya perubahan perilaku ke arah yang lebih baik (Utama dan Demu, 2021). Kecukupan zat gizi berpengaruh pada kesehatan dan kecerdasan anak, maka pengetahuan dan kemampuan mengolah makanan sehat untuk anak adalah suatu hal yang amat penting untuk dimiliki oleh orang tua terutama ibu (Winiastri, 2020).

## Sikap Gizi Ibu

Tabel 3. Sikap Gizi Ibu

Sikap Gizi Ibu	Frekuensi (n)	Persentase %
Baik	22	55
Sedang	18	45
Kurang	0	0
Total	40	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa lebih dari sebagian ibu (55%) memiliki sikap gizi yang baik dan tidak terdapat ibu yang memiliki sikap gizi yang kurang (0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Miniarti dkk. (2014) yang menunjukkan bahwa sebanyak (59,5%) ibu memiliki sikap yang positif dan (40,5%) ibu memiliki sikap yang negatif. Sikap dapat berubah seiring dengan bertambahnya informasi mengenai hal yang dipelajari, melalui ajakan dan dorongan dari kelompok sosialnya (Zuliani dkk., 2023). Sikap ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita sangat penting. Sikap merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang. Perubahan sikap secara berkelanjutan dapat mempengaruhi perilaku dalam pemenuhan gizi seseorang (Amanda dkk., 2022). Menurut Susi (2015), upaya yang bisa dilakukan untuk merubah sikap responden dari kurang baik ke sikap baik tentang konsumsi makan buah dan sayur pada balita adalah dengan memperbanyak penempelan *leaflet* di tempat-tempat umum oleh pihak dinas kesehatan maupun puskesmas. Hal ini dilakukan agar pengetahuan masyarakat dapat meningkat sehingga sikap masyarakat pun tentang manfaat konsumsi buah dan sayur pada balita dapat ditingkatkan.

## Konsumsi Buah dan Sayur pada Balita

Tabel 4. Konsumsi Buah dan Sayur Balita

Konsumsi Buah dan Sayur	Frekuensi	Persentase %
Kurang	20	50
Cukup	20	50
Total	40	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui bahwa sebagian balita (50%) mengonsumsi buah dan sayur dalam kategori kurang dan sebanyak (50%) balita mengonsumsi buah dan sayur dalam kategori cukup. Konsumsi buah dan sayur yang cukup sebagian kecil berada pada rentang usia 1-3 tahun yaitu sebanyak 6 orang (30%) dan sebagian besar berada pada usia >3 tahun sebanyak 14 orang (70%). Hal ini dapat disebabkan karena anak usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif, artinya mereka hanya mengonsumsi makanan yang disiapkan ibunya secara rutin. Berbeda ketika anak mencapai usia prasekolah atau >3 tahun, mereka mulai terlibat dalam konsumsi aktif yang memiliki pilihan untuk memilih makanan yang mereka ingin makan. Pada usia ini balita mulai terlibat dengan lingkungannya atau bersekolah di sekolah kelompok bermain, yang mengakibatkan berbagai perubahan perilaku pada anak yang terlibat, oleh karena itu perlunya dukungan berbagai pihak dalam konsumsi buah dan sayur pada anak (Pramardika dkk., 2022).

Rendahnya konsumsi buah dan sayur pada balita juga sesuai dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Miniarti dkk. (2014) yang menunjukkan bahwa persentase konsumsi sayur yang cukup hanya 48,6% dan kurang sebanyak 51,4%. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang

dikemukakan oleh Nurmahmudah dkk. (2015) yang menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur pada balita masih belum memenuhi target yang direkomendasikan oleh pemerintah. Rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak dapat disebabkan oleh pola asuh makan yang tidak diterapkan oleh ibu kepada anaknya. Pola asuh meliputi siapa orang yang menyiapkan makan, praktik pemberian makan (menyuapi atau tidak), pengawasan ibu ketika tidak disuapi, penentu jadwal makan, ketetapan jadwal makan (Sophia dan Madanijah, 2014). Terdapat kecenderungan semakin baik pola asuh makan ibu, maka semakin banyak jumlah konsumsi sayur anak (Amirah, 2019). Kurangnya konsumsi buah pada anak balita dapat disebabkan oleh orang tua yang mungkin kurang terampil dalam penyajian menu makanan, menu yang disajikan juga kurang bervariasi. Mengatasi hal tersebut, orang tua sebaiknya mengkreasikan makanan dari buah dengan mengubah tampilannya menjadi lebih menarik, serta menyediakan buah tidak hanya satu jenis saja agar anak mau makan buah ataupun sayur (Parlaungan dkk., 2023).

Kurangnya sayuran dapat menyebabkan obesitas pada anak, berdasarkan hasil penelitian Siagian yang menyatakan bahwa ada hubungan konsumsi buah dan sayur dengan kejadian obesitas pada anak. Sampel yang kurang mengonsumsi sayur memiliki resiko obesitas sebesar 7x dan sampel yang kurang mengonsumsi buah memiliki resiko obesitas sebesar 13x (Siagian, 2019). Apabila anak-anak tidak dibiasakan makan buah dan sayur dapat mengakibatkan efek jangka panjang yaitu anak lebih rentan terhadap berbagai penyakit kronis. Kekurangan buah dan sayur dapat menyebabkan defisiensi zat gizi, yaitu menyebabkan kekurangan vitamin C, mineral, vitamin, zat besi serta kalsium. Berbagai zat gizi penting tersebut dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan serta memperlambat proses penyembuhan (Rajab dkk.,2018). Menurut WHO (2003) salah satu penyebab utama penyakit tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, kanker, jantung, dan obesitas adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur. Pada dasarnya anak suka meniru, apabila orang tua suka makan sayur dan anak sering melihatnya, maka anak akan mencoba makan sayur. Sayur memang jenis makanan yang tidak disukai anak. Membiasakan anak makan suatu jenis makanan, maka akan berpengaruh terhadap rasa suka terhadap makanan tertentu (Almatsier dkk., 2019).

### Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Balita

Tabel 5. Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Balita

Pengetahuan ibu	Konsumsi Buah dan Sayur Balita						<i>P-value</i>
	Kurang		Cukup		Total		
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	
Baik	8	57	6	43	14	100	0,365
Sedang	9	41	13	59	22	100	
Kurang	3	75	1	25	4	100	
Total	20	50	20	50	40	100	

Berdasarkan Tabel 5. diketahui bahwa terdapat 4 orang ibu yang memiliki pengetahuan gizi dalam kategori kurang dengan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang kurang sebanyak 3 orang (75%) dan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang cukup sebanyak 1 orang (25%). Terdapat sebanyak 22 orang ibu yang memiliki pengetahuan gizi dalam kategori sedang dengan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang kurang sebanyak 9 orang (41%) dan yang cukup sebanyak 13 orang (59%). Ibu yang mempunyai pengetahuan gizi dalam kategori baik berjumlah 14

orang dengan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang kurang sebanyak 8 orang (57%) sedangkan yang cukup hanya 6 orang (43%). Berdasarkan hasil uji *chi-square* (Lampiran 1) diperoleh hasil tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kampuang ditandai dengan nilai signifikansi  $p=0,365$  ( $p>0,05$ ) yang berarti tidak terdapat hubungan antara variabel X terhadap variabel Y.

Hal ini membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kampuang. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Winiastri (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan kebiasaan konsumsi sayur pada anak. Ibu yang memiliki pengetahuan tentang konsep gizi yang baik akan memiliki anak dengan kebiasaan yang baik pula (Nurmahmudah dkk., 2015). Perilaku yang didasari oleh suatu pengetahuan yang baik akan berlangsung dengan baik serta menghasilkan perilaku yang baik (Notoadmodjo, 2007).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Anggreny dan Niriyah (2023) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pengetahuan ibu dengan tingkat konsumsi buah dan sayur pada anak. Hal ini diduga dapat disebabkan karena pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang dapat menunjang sikap seseorang tersebut terhadap sesuatu, namun kadang pengetahuan yang dimiliki seseorang tidak diaplikasikan melalui sikapnya dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Amirah (2019) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu terhadap konsumsi buah dan sayur.

Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hanyalah salah satu faktor yang menentukan perilaku seseorang, dan diduga disebabkan oleh faktor lain yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak seperti dukungan orang tua, penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi dkk. (2020) menyatakan terdapat hubungan dukungan orang terhadap konsumsi buah dan sayur pada anak. Selain faktor dukungan orang tua, konsumsi buah dan sayur anak diduga disebabkan oleh pendapatan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad dan Madaniyah (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dengan konsumsi buah subjek. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi pendapatan keluarga maka akan tinggi konsumsi buah.

### Hubungan Sikap Gizi Ibu Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Balita

Tabel 6. Hubungan Sikap Gizi Ibu Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Balita

Sikap Gizi Ibu	Konsumsi Buah dan Sayur Balita						<i>P-value</i>
	Kurang		Cukup		Total		
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	
Baik	10	45	12	55	22	100	0,751
Sedang	10	56	8	44	18	100	
Total	20	50	20	50	40	100	

Berdasarkan Tabel 6. diketahui bahwa tidak terdapat ibu yang memiliki sikap gizi dalam kategori kurang. Terdapat sebanyak 18 orang ibu yang memiliki sikap gizi dalam kategori sedang

dengan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang kurang sebanyak 10 orang (56%) sedangkan dalam kategori cukup hanya sebanyak 8 orang (44%). Ibu yang mempunyai sikap gizi dalam kategori baik berjumlah 22 orang dengan balita yang mengonsumsi buah dan sayur yang kurang sebanyak 10 orang (45%) dan dalam kategori cukup sebanyak 12 orang (23%). Berdasarkan hasil uji *chi-square* (Lampiran 1) diperoleh hasil tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kumpang ditandai dengan nilai signifikansi  $p=0,751$  ( $p>0,05$ ) yang berarti tidak terdapat hubungan antara variabel X terhadap variabel Y.

Hal ini membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kumpang. Pengetahuan yang baik dapat membentuk sikap positif dari seorang individu. Penelitian yang dilakukan oleh Rani (2021) didapatkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan yang baik memiliki sikap yang positif begitu juga sebaliknya, ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang memiliki sikap yang negatif. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian ini bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya adalah faktor pengetahuan responden yang sebagian besar berada pada kategori sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Anggreny dan Niriya (2023) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sikap ibu dengan tingkat konsumsi buah dan sayur pada anak. Hal ini menunjukkan bahwa sikap hanyalah salah satu faktor yang menentukan perilaku seseorang, dan diduga disebabkan oleh faktor lain seperti preferensi atau tingkat kesukaan yang kurang baik terhadap buah dan sayur. Penelitian yang dilakukan oleh Andriyani (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesukaan sayur anak terhadap konsumsi buah dan sayur anak. Selain preferensi, konsumsi buah dan sayur anak diduga disebabkan oleh pekerjaan ibu. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dikemukakan oleh Putra (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu terhadap kebiasaan konsumsi buah dan sayur anak, karena ketika orang tua sibuk bekerja maka mereka tidak bisa mengontrol apa saja makanan yang dikonsumsi anaknya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *chi-square* dapat diketahui bahwa tidak terdapat hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kebiasaan konsumsi buah dan sayur balita ( $P$ -value 0,365), sikap gizi ibu dengan konsumsi buah dan sayur balita ( $P$ -value 0,751). Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan pengetahuan dan sikap gizi ibu terhadap konsumsi buah dan sayur pada balita di Posyandu Ceria Kelurahan Taratak Padang Kumpang ditandai dengan taraf signifikansi  $p>0,05$ . Hal ini membuktikan bahwa faktor faktor tersebut tidak berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada balita.

## DAFTAR PUSTAKA

Amanda, E., A. Imansari., A. P. Murdani., F. Ramadhani., R. R. Fanny., E. E. Mawarni., M. Agustina., N. Khoiriyah., J. N. M. Vigal., I. D. Astuti., J. P. Janggu., F. Y. Demang., U.

- Khuzaimah, dan L. E. T. Wahyuni. (2022). Pendidikan Ilmu Gizi. Media Sains Indonesia. Bandung. 257 hal.
- Amirah, A. N. (2019). Hubungan Pengetahuan ibu, Self Efficacy Ibu, Pola Asuh Makan Ibu, dan Preferensi Makanan Anak Dengan Konsumsi Buah dan sayur Pada Anak Prasekolah. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Andriyani, S. (2018). Hubungan Konsumsi Buah dan sayur Ibu Terhadap Konsumsi Buah dan sayur Anak SD Klas 2 Dan 3 di SDN 1 Serpong Tangerang Selatan. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul. Jakarta.
- Anggreny, Y. dan S. Niriyah. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Konsumsi Buah dan sayur pada Anak Pra Sekolah. Jurnal Keperawatan Abdurrah, 6 (2) :6-12.
- Badan Ketahanan Pangan. (2021). Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan. Kementerian Pertanian. Jakarta:121 hal.
- Badan Ketahanan Pangan. (2019). Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan. Kementerian Pertanian. Jakarta:87 hal.
- Budiman dan A. Riyanto. (2013). Kapita Selekta Kuisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Salemba Medika. Jakarta:224 hal.
- Cahyanto, D., Y. Bahtiar, dan O.P.Y. Meishanti. (2021). Sistem Pencernaan Manusia. LPPM Universitas KH.A Wahab Hasbullah. Jombang:61 hal.
- Hermina dan S. Prihatin. (2016). Gambaran Konsumsi Buah dan sayur Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang:Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. Buletin Penelitian Kesehatan , 44 (3) :205-218.
- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. Jakarta: 96 hal.
- Miniarti, E., N. Jafar, dan A. Salam. (2014). Gambaran Pengetahuan Ibu,Sikap Ibu dan Pola Konsumsi Buah dan sayur pada Anak Prasekolah di Kabupaten Toraja Utara. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat, 1-10.
- Mohammad, A. dan S. Madanijah. (2015). Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor. Jurnal Gizi dan Pangan, 10 (1):71-76.
- Muliyati, H dan R. P. Utami. (2020). Buku Ajar Ilmu Bahan Makanan. Literasi Nusantara. Malang:286 hal.
- Nirmala, G. (2018). Pengaruh Pendidikan Gizi Tentang Buah dan sayur Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Porsi Konsumsi Sayur Anak di SD Negeri 105349 Paluh Kemiri. Skripsi. Politeknik Kesehatan Medan. Medan.
- Noviyanti, L. A., D. A. Rachmawati, dan I. R. Sutejo. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Pemberian Makan Balita di Puskesmas Kencong. Journal of Agromedicine and Medical Sciences , 6(1):14-18.
- Nurmahmudah, D. K., R. Aruben, dan Suyatno. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Makan Buah dan Sayur pada Anak Pra Sekolah PAUD TK Sapta Prasetya Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat , 3(1):244-255.

- Parlaungan, J., M. Loihala., S. G. P. Tambunan., R. Mensen, dan R. S. A. Tarmani. (2023). Pendidikan Kesehatan Melalui 8 (Delapan) Pesan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Guru TK/ PAUD. NEM. Pekalongan:80 hal.
- Pertiwi, A. D., N. I. Qariati, dan S. Dhewi. (2020). Analisis Pengetahuan, Preferensi, Dukungan Orang Tua Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Di SMPN 4 Belawang Tahun 2020. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat, 1-8.
- Putra, W. K. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar (Studi Kasus pada SDN Sekaran 1 dan SD Negeri Pekunden Semarang). Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang . Semarang.
- Rani, M. A. (2021). Pengetahuan dan sikap ibu Tentang Konsumsi Sayur dan Buah pada Balita di Kelurahan Wedoro Sidoarjo. Skripsi. Poltekes Kemenkes Surabaya. Surabaya.
- Rajab, W., Y. Fratidhina, dan Fauziah.(2019). Konsep Dasar Keterampilan Kebidanan. Wineka Media. Malang:235 hal
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta:220 hal.
- Siagian, D. M. (2017). Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah Dengan Obesitas pada anak SD kelas IV–VI DI SD Pantekosta Magelang. Skripsi. Poltekes Kemenkes Yogyakarta. Yogyakarta.
- Sophia, A dan S. Madanijah. (2014). Pola Asuh Makan Ibu Serta Preferensi Dan Konsumsi Buah dan sayur Anak Usia Sekolah Di Bogor. Jurnal gizi pangan, 9(3): 151-158.
- Susi. (2015). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Keluarga Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Setiap Hari Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Banjar Kota Jambi Tahun 2015. Scientia Journal , 4(3):282-289.
- Utama, L.J dan Demu, Y.D.B. (2021). Dasar-dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah. Media Sains Indonesia. Bandung:299 hal.
- WHO. (2003). Fruit and Vegetable Promotion Initiative. Geneva:29 hal.
- Wiarso, G. (2022). Memahami Pribadi Remaja. Guepedia. Bogor: 277 hal.
- Winarsih. (2018). Pengantar Ilmu Gizi dalam Kebidanan. Pustaka Baru Press. Yogyakarta :192 hal.
- Winiastri, D. (2020). Pengetahuan dan Konsumsi Buah dan sayur ibu dengan tingkat konsumsi buah dan sayur pada anak pra sekolah. Jurnal Info Kesehatan, 10(1):300-306.
- Zuliani., S. Harianto., D. Maria., I. Taura., S. Urifah., A. Sugiarto., S. Muhsinah., N. Kurwiyah., E.L.D. Marisi., M.J.Manik., E. Juliani, dan A. Kuswati. (2023). Keperawatan Profesional. Yayasan Kita Menulis. Medan:184 hal.