

ANALISIS PENGETAHUAN, PREFERENSI, DUKUNGAN ORANGTUA DENGAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA SISWA DI SMPN 4 BELAWANG TAHUN 2020

Ayu Dian Pertiwi¹, Nurul Indah Qariati², Siska Dhewi³

Kesehatan Masyarakat, 13201, Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, NPM16070332

Kesehatan Masyarakat, 13201, Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, NIDN1106018602

Kesehatan Masyarakat, 13201, Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, NIDN1108018701
Ayudianpertiwi56@gmail.com

ABSTRAK

Kurangnya konsumsi buah dan sayur pada remaja dapat mengakibatkan menurunnya imunitas atau kekebalan tubuh yang berdampak pada timbulnya berbagai macam penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, preferensi, dan dukungan orangtua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 4 Belawang kelas VII dan IX dengan jumlah 166 responden. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *simple random sampling* dan besar sampel berjumlah 63 responden. Sedangkan pengolahan data menggunakan *uji chi square*. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa siswa dengan perilaku konsumsi buah dan sayur cukup sebanyak 38 siswa (60,3%) dan siswa dengan perilaku konsumsi buah dan sayur kurang sebanyak 25 siswa (39,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan (P value = 0,001), preferensi (P value = 0,029), dukungan orangtua dengan konsumsi buah dan sayur (P value = 0,007). Bagi profesi kesehatan masyarakat, sekolah orangtua dan peneliti lain, diharapkan dapat melakukan penyuluhan, memperkenalkan buah dan sayur sejak dini pada anak dan dapat dijadikan bahan referensi dan masukan kepustakaan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut.

Kata Kunci : Pengetahuan, Preferensi, Dukungan Orangtua, Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur
Referensi : 46 (2003-2019)

ABSTRACT

Lack of consumption of fruit and vegetables in adolescents can lead to a decline in immunity or immunity that affects the emergence of various diseases. This study aims to determine the relationship of knowledge, preferences, and support of parents with fruit and vegetable consumption behavior in students at SMPN 4 Belawang. This research was an observational analytic study with cross sectional design. The population in this study were students of SMPN 4 Belawang grades VII and IX with a total of 166 respondents. The technique used in sampling in this study is simple random sampling technique and the sample size is 63 respondents. While

processing data using the chi square test. The results of this study found that students with sufficient fruit and vegetable consumption behavior were 38 students (60.3%) and students with less fruit and vegetable consumption behavior were 25 students (39.7%). The results of this study found that students with sufficient fruit and vegetable consumption behavior were 38 students (60.3%) and students with less fruit and vegetable consumption behaviors were 25 students (39.7%). The results of this study indicate that there is a relationship between knowledge (P value = 0.001), preference (P value = 0.029), parental support and consumption of fruits and vegetables (P value = 0.007). For the public health profession, parent schools and other researchers, it is hoped that they can provide counseling, introduce fruits and vegetables from an early age to children and can be used as reference material and library input to develop further research.

Keywords : Knowledge, Preference, Parental Support, Behavior Consumption of Fruits and Vegetables

Reference: 46 (2003-2019)

PENDAHULUAN

Kurangnya mengkonsumsi buah dan sayur mengakibatkan berbagai dampak yaitu menurunnya imunitas atau kekebalan tubuh yang menyebabkan mudah terkena flu, mudah mengalami stres atau depresi, tekanan darah tinggi, gangguan pencernaan seperti sembelit, gusi berdarah, sariawan gangguan mata, kulit keriput, osteoporosis, jerawat, kelebihan kolesterol darah dan kanker, dan sebanyak 31% penyakit jantung dan 11% penyakit stroke diseluruh dunia disebabkan oleh kurangnya asupan buah dan sayur didalam tubuh (WHO, 2003).

Badan kesehatan dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2 porsi atau 2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang).

Berbagai penelitian dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak remaja. Perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja setidaknya dipengaruhi oleh 4 faktor dominan. Yakni, lingkungan, budaya yang terdiri dari negara, etnis, dan status sosial ekonomi hingga faktor individu, dimana pengetahuan dan sikap termasuk didalamnya (Windi, KP., 2016). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi anak dalam mengakses dan memilih makanan, salah satunya adalah faktor lingkungan. Faktor lingkungan rumah yakni orang tua atau ibu adalah yang paling berperan. Dan lingkungan luar rumah seperti teman, guru dan media massa yang juga menjadi pengaruh bagi anak dalam perilaku atau kebiasaan mengkonsumsi buah dan sayur (Dewi, 2013).

Hasil Riset Kesehatan Dasar Departemen Kesehatan RI Tahun 2007 menunjukkan rata-rata 93,7 anak berumur 10-14 tahun di Indonesia kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Penduduk di Jawa Barat berumur lebih dari 10 tahun sebanyak 96,4% kurang mengkonsumsi buah dan sayur, menurut hasil Riskesdas tahun 2013. Pada tahun 2013, hasil Riskesdas secara nasional menunjukkan 93,5% penduduk berumur lebih dari 10 tahun kurang mengonsumsi sayur dan buah. Keadaan ini sesuai dengan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) dalam Studi Diet Total (SDT) 2014 dimana konsumsi sayur dan buah beserta olahannya masih rendah.

Menurut data Riskesdas pada tahun 2007 di Kalimantan Selatan prevalensi kurang makan buah dan sayur pada penduduk berumur 10 tahun ke atas menurut karakteristik responden di Provinsi Kalimantan Selatan menunjukkan berdasarkan umur 10-14 tahun sebanyak 96% kurang mengkonsumsi buah dan sayur dan pada umur 15-24 tahun sebesar 94,9% juga kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Sedangkan berdasarkan riwayat pendidikan, penduduk yang tamat

SD sebanyak 96%, tamat SMP sebanyak 95,5%, dan tamat SMA sebesar 93,9% kurang mengkonsumsi buah dan sayur.

Hasil Riskesdas (2007) menunjukkan secara keseluruhan seluruh penduduk Provinsi Kalimantan Selatan (92,3%) kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Dimana Kota Banjarmasin 92,3%, Banjarbaru 98,7% dan Barito Kuala 97,3% kurang mengkonsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan pengamatan awal di SMPN 4 Belawang di Kecamatan Belawang Kabupaten Barito Kuala didapat banyak siswa yang memilih makan makanan ringan dan jajanan yang mengandung lemak dan tepung seperti gorengan dan pentol. Selain itu siswa juga tidak ada yang membawa bekal dari rumah, untuk makan siang mereka hanya makan nasi goreng atau mie goreng dari kantin sekolah yang porsi nya sangat sedikit. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang Tahun 2020.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik untuk mengetahui analisis pengetahuan, preferensi dan dukungan keluarga dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 4 Belawang dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 4 Belawang kelas VII dan IX dengan jumlah 166 responden. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *simple random sampling* dan besar sampel berjumlah 63 responden. Sedangkan pengolahan data menggunakan *uji chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Pembahasan Analisis Univariat

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel Penelitian	F	%
Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur		
Cukup	38	60,3
Kurang	25	39,7
Pengetahuan		
Baik	20	31,7
Cukup	32	50,8
Kurang	11	17,5
Preferensi		
Suka	37	58,7
Tidak suka	26	41,3
Dukungan Orangtua		
Baik	37	58,7
Kurang Baik	26	41,3
TOTAL	63	100

1. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMPN 4 Belawang dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur yang cukup yakni sebanyak 38 responden (60,3%). Sedangkan responden yang kurang konsumsi buah dan sayur sebanyak 25 responden (39,7%). Dapat dilihat bahwa sebanyak 60,3% dari responden mengkonsumsi buah dan sayur sebanyak 3-5 porsi sehari, sedangkan 39,7% responden lainnya mengkonsumsi buah dan sayur kurang dari 3 porsi sehari.

2. Pengetahuan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMPN 4 Belawang dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan terhadap konsumsi buah dan sayur yang cukup yakni sebanyak 32 responden (50,8%) dari 63 responden sedangkan responden dengan pengetahuan baik sebanyak 20 responden (31,7%) dan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 11 responden (17,5%).

Berdasarkan dari kuesioner diketahui bahwa setengah dari siswa memiliki pengetahuan yang cukup terhadap buah dan sayur, hal ini dilihat dari 50,8% responden mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan hanya 17,5% dari responden yang kurang mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai sayur dan buahnya.

3. Preferensi

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMPN 4 Belawang dapat diketahui bahwa sebagian responden memiliki preferensi suka mengkonsumsi buah dan sayur yakni sebanyak 37 responden (58,7%). Sedangkan responden yang memiliki preferensi tidak suka terhadap konsumsi buah dan sayur sebanyak 26 responden (41,3%). Jumlah responden yang suka dan tidak suka mengkonsumsi buah dan sayur tidak memiliki perbedaan yang besar.

4. Dukungan Orangtua

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa SMPN 4 Belawang pada tabel 4.9 dapat diketahui bahwa sebagian responden memiliki dukungan orangtua yang baik terhadap konsumsi buah dan sayur yakni sebanyak 37 responden (58,7%). Sedangkan responden yang memiliki dukungan orangtua kurang baik terhadap konsumsi buah dan sayur sebanyak 26 responden (41,3%).

B. Hasil dan Pembahasan Analisis Bivariat

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur				TOTAL	P Value
	Cukup		Kurang			
	F	%	F	%	F	%
Pengetahuan						
Baik	17	85	3	15	20	100
Cukup	19	59,4	13	40,6	32	100
Kurang	2	18,2	9	81,8	11	100
Total	38	60,3	25	39,7	63	100
Preferensi						
Suka	27	73	10	27	37	100
Tidak Suka	11	42,3	15	57,5	26	100
Total	38	60,3	25	39,7	63	100
Dukungan Orangtua						
Baik	28	75,7	9	24,3	37	100
Kurang Baik	10	38,5	16	61,5	26	100
Total	38	60,3	25	39,7	63	100

1. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa di SMPN 4 Belawang Tahun 2020

Hasil analisis uji statistik menunjukkan $P\text{ value } 0,001 < \alpha 0,05$ dan nilai *Expected Count* lebih dari 5 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara

preferensi siswa dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang tahun 2020.

Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan akan mempengaruhi terhadap pemahaman seseorang tentang konsumsi buah dan sayur. Pengetahuan yang baik akan menunjang perilaku yang baik demikian sebaliknya pengetahuan yang kurang atau perilaku yang tidak mendukung terhadap upaya kesehatan. Perilaku yang didasari oleh suatu pengetahuan yang baik akan berlangsung baik dan menghasilkan perilaku yang baik dari pada perilaku yang tidak didasari oleh suatu pengetahuan (Notoatmodjo, 2007). Semakin kurang tingkat pengetahuan responden tentang konsumsi buah dan sayur maka akan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur pada seseorang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yaitu penelitian (Bella dkk, 2017) yang menyatakan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi buah pada siswa dengan judul penelitian “Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Siswa SMP di Denpasar) dengan $P\ value < 0,01$. Penelitian ini pun sejalan dengan penelitian (Okliwia dkk, 2017) yang menyatakan ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa dengan judul “Hubungan Sikap, Pengetahuan, Media Massa, dan Peran Keluarga dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak di Madrasah Ibtidaiyah Miftah Darusalam Martapura” yang menyatakan ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur dengan $P\ value 0,028$. Dan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Fitriyani, 2015) yang menyatakan ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur yang berjudul “Pengetahuan Gizi Berhubungan dengan Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja” dengan $P\ value 0,028$.

2. Hubungan Preferensi dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMPN 4 Belawang

Dalam penelitian ini penulis mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara preferensi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 4 Belawang, hal ini diperkuat dengan hasil analisis uji statistik menggunakan *uji chisquare* menunjukkan $P\ value 0,0029 < \alpha 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara preferensi siswa dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang tahun 2020.

Preferensi makanan anak-anak sangat terkait dengan pola konsumsi mereka. Makanan kaya lemak dan makanan dengan kandungan gula tinggi seringkali lebih disukai anak-anak dibandingkan dengan makanan yang rendah kalori dan kaya mikronutrien seperti buah-buahan dan sayuran (Lakkakula, 2011). Kemudian jika seseorang anak tidak menyukai sejenis buah dan sayur maka ia akan cenderung menghindari apa yang jenis makanan tersebut. Rasa yang disukai anak adalah manis dan asin sedangkan rasa yang tidak disukai adalah pahit dan asam (Brug et al, 2008) dalam (Mi Na, 2017).

Hasil Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yaitu penelitian (Aisyiyatuh dkk, 2016) dengan judul “Preferensi (kesukaan), Pengetahuan Gizi dan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Putri SMPN 3 Surakarta” yang menyatakan ada hubungan bermakna antara preferensi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa dengan $P\ value 0,017$, penilaian ini pun sejalan dengan penelitian (Deri dan Listyani, 2017) “Faktor-

faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja Putri SMPN 3 Surakarta” dengan *P value* 0,003, dan penelitian ini pun sejalan dengan (Bahria&Triyanti, 2010) “Faktor-faktor yang Terkait Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja di 4 SMA Jakarta Barat dengan nilai *P value* 0,009 yang berarti ada hubungan bermakna antara preferensi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

3. Hubungan Dukungan Orangtua dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur di SMPN 4 Belawang

Dalam penelitian ini penulis mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara dukungan orangtua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 4 Belawang, hal ini diperkuat dengan hasil analisis uji statistik menggunakan *uji chisquare* menunjukkan *P value* $0,007 < \alpha 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan orangtua siswa dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang tahun 2020.

Dalam Muhammad (2015) sikap dan perilaku orangtua terhadap buah dan sayur berkorelasi positif dengan perilaku anak dalam mengonsumsi buah dan sayur. Anak yang mengonsumsi buah dan sayur lebih banyak bila orangtua suka mengonsumsi buah dan sayur. Hal tersebut disebabkan perilaku orang dewasa dalam mengonsumsi buah dan sayur akan mendorong anak-anaknya melakukan hal yang sama (Pearson et al., 2009). Praktik makan remaja merupakan refleksi dari perubahan pengaruh dari orangtua (Krummel & Kris-Etherton, 2000). Pengaruh orang tua juga berperan dalam konsumsi buah dan sayur anaknya. Contoh dari orangtua dan dukungan orangtua mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada anak remaja (Granner et al., 2004, Cullen et al., 2001, sandvik et al., 2005).

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yakni penelitian (Hafsah, 2012) “Hubungan Antara Karakteristik Individu, Orangtua dan Lingkungan Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SDN Negeri Beji 5 dan Depok Tahun 2012” dengan *P value* 0,021 yang berarti ada hubungan bermakna antara dukungan orangtua dengan konsumsi buah dan sayur, penelitian ini pun sejalan dengan (Nadya dan Mardiani, 2019) “Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja” dengan *P value* 0,001 yang berarti ada hubungan bermakna antara dukungan orangtua dengan konsumsi buah dan sayur, dan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Kiki, 2018) “Hubungan Keterpaparan Media Massa, Uang Jajan, dan Dukungan Orangtua dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMPN 5 dan MTsN 1 Padang Tahun 2018” dengan *P value* 0,001 yang berarti ada hubungan bermakna antara dukungan orangtua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis pengetahuan, preferensi dan dukungan orangtua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang tahun 2020, setelah di uji statistik diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Responden yang memiliki Perilaku konsumsi buah dan sayur cukup sebanyak 38 responden (60,3%) dan perilaku konsumsi buah dan sayur kurang sebanyak 25 responden (39,7%).

2. Responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 20 responden (31,7%), Pengetahuan cukup sebanyak 32 responden (50,8%), dan pengetahuan kurang sebanyak 11 responden (17,5%).
3. Responden yang memiliki preferensi suka terhadap sayur dan buah sebanyak 37 responden (58,7%) dan Preferensi tidak suka sebanyak 26 responden (41,3%).
4. Responden yang memiliki dukungan orangtua baik sebanyak 37 responden (58,7%) dan dukungan orangtua kurang baik sebanyak 26 responden (41,3%).
5. Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang Tahun 2020 ($p = 0,014$).
6. Ada hubungan yang bermakna antara preferensi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang Tahun 2020 ($p = 0,029$).
7. Ada hubungan yang bermakna antara dukungan orangtua dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 4 Belawang Tahun 2020 ($p = 0,007$).

B. Saran

1. Bagi Penulis
Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan serta dapat memanfaatkan dan menerapkan ilmu yang telah diperoleh di Fakultas Kesehatan Masyarakat.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi dan masukan ke pustakaaan untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut.
3. Bagi Profesi Kesehatan Masyarakat
Diharapkan dapat dijadikan masukan untuk mengembangkan perencanaan kesehatan khususnya kesehatan siswa mengenai perilaku konsumsi buah dan sayur.
4. Bagi Siswa
Diharapkan siswa lebih banyak mengetahui tentang pengetahuan dan manfaat sayur dan buah, dan siswa lebih banyak mengkonsumsi buah dan sayur baik di sekolah maupun di rumah dengan orangtua dan pihak sekolah menyediakan buah dan sayur setiap hari yang dapat dengan mudah dikonsumsi siswa.
5. Bagi Sekolah
Diharapkan dapat menyediakan buah dan sayur di sekolah, melalui kantin makanan atau minuman yang mengandung buah dan sayur di sekolah dengan harga yang terjangkau oleh siswa. Diharapkan melakukan penyuluhan dan penyebaran informasi menggunakan media massa yang menarik mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur dan dampak yang akan ditimbulkan jika tidak mengkonsumsi buah dan sayur yang cukup.
6. Bagi Peneliti Lain
Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi atau acuan untuk meneliti tentang yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa di sekolah.

REFERENSI

- WHO. (2003). Expert Report On Diet, Nutrition and The Prevention of Chronic Disease. United Nations : Technical Report Series 916.
- Dewi, Y. 2013. Studi Deskriptif: Persepsi dan Perilaku Makan Buah dan Sayur pada Anak Obesitas dan Orang Tua. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya, 2013; 2(1).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar(Riskesdas) 2013 Kalimantan Selatan: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan;2007.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar(Riskesdas) 2007 Laporan Nasional; Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2007.

- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta. Rineka Cipta.
- Bella Nadya R,dkk. 2017. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1). 2017.
- Oklivia L, Pramono, Ardila S. Hubungan sikap, Pengetahuan, Media Massa, dan Perang Keluarga Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Di Madrasah Ibtidaiyah Miftah Darussalim Martapura. *Jurnal Kesehatan Indonesia*. 2017; 7(2):8-16).
- Fitriyani Arbie. 2015. Pengetahuan Gizi Berhubungan Dengan Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja. *Health and Nutritions Journal Vol 1*. 2015.
- Mi Na. 2017. Hubungan Pola Konsumsi Buah dan Sayur Dengan Morbiditas Pada Siswa di Pondok Pesantren Ilmu Al-Qur'an di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor. Skripsi. IPB, 2017.
- Aisyiyatun S, dkk. 2016. Preferensi (Kesukaan), Pengetahuan Gizi Dan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja. *Adi Husada Nursing Journal*;2(2). 2016.
- Bahria dan Triyanti. 2010. Faktor-faktor Yang Terkait Dengan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Remaja Di 4 SMA Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*;4(2). 2010.
- Muhammad NM. 2015. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa di MTs Muhammadiyah 3 AL-Furqon Banjarmasin Tahun 2015. Skripsi. Banjarmasin: FKM UNISKA
- Hafsah Fibrihizani. 2012. Hubungan Antara Karakteristik Individu, Orang Tua dan Lingkungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SDN Beji 5 dan 7 Depok Tahun 2012. Skripsi. Depok: FKM UI
- Nadya IM, Mardiana. 2019. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Remaja. *Jurnal. UNNES*,2019:1(1)
- Kiki Silvia. 2018. Hubungan Keterpaparan Media Massa, Uang Jajan, dan Dukungan Orangtua Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMPN 5 dan MTsN 1 Padang Tahun 2018. Skripsi. Universitas Andalas, 2018.