

ABSTRAK

Keke Faradela Bella Saputri

Kurangnya konsumsi buah dan sayur di masa remaja menyebabkan tubuh kekurangan zat gizi seperti vitamin dan mineral yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan kematangan sel tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesukaan dan pengaruh teman sebaya terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Jenis penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel penelitian 176 responden, dengan teknik *consecutive sampling*. Variabel perilaku konsumsi buah dan sayur diukur menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire*, sedangkan kesukaan dan pengaruh teman sebaya menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Sebagian besar subyek mempunyai perilaku konsumsi buah dan sayur cukup. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kesukaan dengan perilaku konsumsi buah ($p\text{-value}=0,460$) dan kesukaan dengan perilaku sayur ($p\text{-value}=0,957$). Begitu pula tidak ada hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah ($p\text{-value}=0,196$) dan kesukaan dengan perilaku sayur ($p\text{-value}=0,292$). Penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kesukaan dan pengaruh teman sebaya terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan dapat meneliti variabel yang belum diteliti pada penelitian ini, dan untuk pihak sekolah diharapkan mengadakan penyuluhan gizi guna mencegah terjadinya kurangnya konsumsi buah dan sayur pada remaja.

Kata Kunci : Kesukaan, Pengaruh Teman Sebaya, Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur, Remaja

ABSTRACT

Keke Faradela Bella Saputri

Lack of fruit and vegetable consumption in adolescence causes the body to lack nutrients such as vitamins and minerals needed for the growth and maturity of body cells. This research aims to determine the relationship between favorite and the influence of peers on the behavior of fruit and vegetable consumption. This type of research uses cross sectional design. This research samples a total of 176 respondents, with consecutive sampling techniques. Variable fruit and vegetable consumption behaviour is measured using Food Frequency Questionnaire questionnaires, while the likes and peers influence using questionnaires. Analysis of data using the Chi-Square test. Most of the subjects have sufficient fruit and vegetable consumption behaviors of 68.8% fruit and 81.8% vegetable. There is no significant relationship between the passion and the behavior of fruit consumption ($p\text{-value} = 0.460$) and the fondness of vegetable behavior ($P\text{-value} = 0.957$). Similarly, there is no significant relationship between peer influences and the behavior of the fruit consumption ($p\text{-value} = 0.196$) and the fondness of vegetable behavior ($P\text{-value} = 0.292$). This study showed no significant link between the likes and peers influence on the behavior of fruit and vegetable consumption. For further research, it is expected to examine variables that have not been studied in this research, and for the school is expected to conduct nutritional counseling to prevent the lack of fruit and vegetable consumption in adolescents.

Keywords: interests, peer influence, behavior of fruit and vegetable consumption, teenagers

