

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR

FACTORS RELATED TO FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION BEHAVIOR

Irwan¹, Sunarto Kadir², Nur Ain³

Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan,
Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia
email: irwan@ung.ac.id

Abstrak

Salah satu masalah umum perilaku konsumsi seseorang adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur. Kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti hipertensi, diabetes dan obesitas. Kebaruan dalam penelitian ini karena menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. Tujuan penelitian untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo. Metode penelitian menggunakan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 sebanyak 167 orang dan sampel sebanyak 118 orang dengan teknik simple random sampling. Analisis data univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square* dan multivariat menggunakan uji regresi logistik ordinal. Hasil analisis jenis kelamin *P-value* 0,391 ($\alpha > 0,05$), preferensi/kesukaan *P-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$), pengetahuan gizi *P-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$), media massa/iklan *P-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$), pengaruh teman sebaya *P-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$), dan *fast food* *P-value* 0,000 ($\alpha < 0,05$). Diantara keenam variabel Pengetahuan gizi merupakan faktor dominan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur. Kesimpulan bahwa pengetahuan gizi memiliki hubungan yang paling besar terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Kata kunci: Perilaku; Konsumsi Buah dan Sayur; Mahasiswa.

Abstract

*One of the common problems of a person's consumption behavior is a need for fruit and vegetable consumption. Low fruit and vegetable consumption can cause hypertension, diabetes, and obesity. This research is novel because it analyzes the factors related to fruit and vegetable consumption behavior. The study aimed to analyze the factors related to fruit and vegetable consumption behavior in Public Health students class of 2019, State University of Gorontalo. The research method uses quantitative with cross-sectional design. The population of 2019 Public Health students is 167 people, and a sample of 118 people uses the simple random sampling technique. Univariate and bivariate data analysis used the chi-square test, and multivariate used the ordinal logistic regression test. Results of gender analysis *P-value* 0.391 ($\alpha > 0.05$), preferences/liking *P-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$), knowledge of nutrition *P-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$), mass media/advertising *P-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$), peer influence *P-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$), and fast food *P-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$). Among the six variables, nutrition knowledge is dominant in fruit and vegetable consumption behavior. The conclusion is that nutrition knowledge has the most significant relationship to the public health students' fruit and vegetable consumption behavior class of 2019, State University of Gorontalo.*

Keywords: Behavior; Consumption of Fruits and Vegetables; Student.

Received: June 18th, 2023; 1st Revised July 7th, 2023; 2nd Revised July 11th, 2023
Accepted for Publication: April 30th, 2024

© 2024 Irwan, Sunarto Kadir, Nur Ain
Under the license CC BY-SA 4.0

1. PENDAHULUAN

Salah satu masalah umum dari perilaku konsumsi seseorang adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur. Menurut *World Health Organization*, kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti hipertensi, diabetes dan obesitas. Asupan buah dan sayuran yang rendah diperkirakan menyebabkan sekitar 31% penyakit jantung dan 11% penyakit stroke di seluruh dunia (1).

Menurut Kementerian Kesehatan RI, (2017), kurangnya konsumsi buah dan sayur menyebabkan meningkatnya kematian dan kesakitan penyakit tidak menular seperti obesitas, penyakit kardiovaskuler (hipertensi, stroke, jantung koroner, gagal jantung), diabetes, kanker dan penyakit pernafasan yang menyerang semua kalangan yaitu usia tua, muda, orang kaya, orang miskin, masyarakat yang tinggal di desa maupun di kota. Data menunjukkan bahwa periode 1990-2015, kematian akibat penyakit tidak menular (PMT) meningkat dari 37% menjadi 57% (2).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, (2018) secara keseluruhan penduduk Indonesia usia 5 tahun keatas yang kurang mengkonsumsi buah dan sayur sebanyak 95,4%, sedangkan pada kelompok usia 20-24 tahun, termasuk didalam kelompok dewasa, sebanyak 95,7% dan berdasarkan jenis kelamin, laki-laki terdapat 95,7%, perempuan terdapat 95,2% kategori kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur (<5 porsi/hari dalam seminggu) (3).

Berdasarkan data Riskesdas, (2013), pada data tahun 2007 dan data tahun 2013

Provinsi Gorontalo merupakan salah satu daerah di Indonesia yang paling nampak perubahannya dalam kurangnya mengkonsumsi buah dan sayur, yaitu dari 83% menjadi 92,5% berdasarkan umur ≥ 10 tahun (4). Dan pada tahun 2018 Provinsi Gorontalo terdapat 93,8% yang kurang mengkonsumsi buah dan sayur berdasarkan umur ≥ 5 tahun (3).

Menurut Liasih dan Rohani, (2019) Obesitas pada remaja menjadi salah satu dampak yang mulai mengalami peningkatan. Kematian dini dan kehidupan produktif yang hilang karena cacat, 28% dari kematian di seluruh dunia disebabkan karena rendahnya konsumsi buah dan sayur. Selain itu, tidak cukup buah dan sayur diperkirakan menyebabkan sekitar 14% kematian akibat kanker pencernaan, sekitar 11% penyakit jantung dan sekitar 9% kematian stroke (5)(6).

Menurut studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019, rata-rata yang menjadi keluhan mereka adalah kesulitan dalam buang air besar (BAB) dan berdasarkan dari peneliti Qibtiyah, (2021) bahwa risiko sulit buang air besar (BAB/sembelit) disebabkan karena mengkonsumsi buah dan sayur yang tidak cukup (7)(8).

Sehingga muncul keingintahuan peneliti mengenai perilaku mahasiswa terhadap konsumsi buah dan sayur. Dan ternyata berdasarkan pengambilan data awal yang peneliti lakukan pada 20 mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 di Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo mempunyai perilaku yang

sangat kurang terhadap konsumsi buah dan sayur, dimana terdapat 15 mahasiswa (75%) yang termasuk dalam kategori kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur, 4 mahasiswa (20%) termasuk dalam kategori cukup dalam mengkonsumsi buah dan sayur, dan hanya 1 mahasiswa (5%) yang kategori baik dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

Berbagai penelitian yang dilakukan untuk mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada remaja. Berdasarkan penelitian Asih Anggraeni dan Sudiarti, (2018) terdapat beberapa faktor dominan yaitu tingkat pendidikan ibu, aktivitas fisik, pengaruh orang tua, keterpaparan media massa, serta ketersediaan buah dan sayur (9)(10).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 yang berjumlah 20 orang, berdasarkan jenis kelamin terdapat 2 orang laki-laki (100%), keduanya memiliki perilaku kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur, dari 18 orang perempuan terdapat 13 orang (72,2%) yang kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur, 4 orang (22,2%) yang cukup dalam mengkonsumsi buah dan sayur dan hanya 1 orang (5,6%) yang cukup dalam konsumsi buah dan sayur. Berdasarkan preferensi/kesukaan rata-rata dari 20 mahasiswa tersebut terdapat 17 orang (85%) suka mengkonsumsi buah dan sayur, dan terdapat 3 orang (15%) kurang suka mengkonsumsi buah dan sayur alasannya rasanya yang kurang enak. Berdasarkan pengetahuan gizi, terdapat 6 mahasiswa (30%) yang memiliki pengetahuan gizi kurang, 13

mahasiswa (65%) memiliki pengetahuan gizi cukup, dan 1 mahasiswa (5%) yang memiliki pengetahuan baik.

Peneliti juga melakukan observasi awal terkait pengaruh teman sebaya, media massa/iklan dan konsumsi *fast food* pada 20 mahasiswa. Untuk pengaruh teman sebaya terdapat nilai yang seimbang dimana pengaruh teman kurang terdapat 10 mahasiswa (50%) dan pengaruh teman baik terdapat 10 mahasiswa (50%). Berdasarkan media massa/iklan dari 20 mahasiswa hampir setiap hari terpapar informasi/iklan yaitu sebanyak 3 mahasiswa (15%), sering atau paling sedikit 1 kali seminggu sebanyak 8 mahasiswa (40%), jarang atau paling sedikit 1 kali sebulan sebanyak 5 mahasiswa (25%), dan yang tidak pernah terpapar informasi/iklan hanya 4 mahasiswa (20%). Berdasarkan *fast food/* makanan cepat saji, kebanyakan mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 sering mengkonsumsi *fast food/* makanan cepat saji, dimana terdapat 13 mahasiswa (65%) dalam seminggu mengkonsumsi lebih dari 3x *fast food*. Dan terdapat 7 mahasiswa (35%) yang jarang atau kurang dari 3x dalam seminggu mengkonsumsi makanan *fast food*.

Jadi dari faktor-faktor diatas dapat disimpulkan perilaku terhadap konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa dipengaruhi oleh enam faktor, yakni faktor jenis kelamin, preferensi/ kesukaan, pengetahuan gizi, media massa/iklan, pengaruh teman sebaya, dan *fast food/* makanan cepat saji. Maka dari itu saya tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada

Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo”.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo dan waktu penelitian dilakukan pada bulan maret-april tahun 2023. Populasi mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 sebanyak 167 orang dan sampel sebanyak 118 orang dengan teknik simple

random sampling (11). Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariate dengan uji *chi-square* dan multivariat menggunakan uji regresi logistik ordinal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Bivariat

Distribusi hubungan jenis kelamin dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Tabel 1. Distribusi Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Jenis kelamin	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Laki-laki	8	44,4	7	38,9	3	16,7	18	100	0,000
Perempuan	44	44	26	26	30	30	100	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 1, hasil analisis hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 18 mahasiswa berjenis kelamin laki-laki terdapat 8 mahasiswa (44,4%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, 7 mahasiswa (38,9%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup dan 3 mahasiswa (16,7%) yang perilaku konsumsi buah dan sayur yang baik. Sedangkan dari 100 mahasiswa berjenis kelamin perempuan terdapat 44 mahasiswa (44,1%) yang yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, 26 mahasiswa (26%) yang perilaku konsumsi

buah dan sayurnya cukup, dan 30 mahasiswa (30%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik.

Berdasarkan hasil uji statistik memperlihatkan nilai $p = 0,391 > 0,05$ dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019.

Distribusi hubungan preferensi buah dan sayur dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Tabel 2. Distribusi Hubungan Preferensi Kesukaan dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Preferensi/ Kesukaan	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Baik	34	35,8	28	29,5	33	34,7	95	100	0,000
Kurang	18	78,3	5	21,7	0	0	23	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 2, hasil analisis hubungan antara preferensi/ kesukaan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 95 mahasiswa yang preferensinya baik terdapat 34 (35,8%) mahasiswa yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, 28 (29,5%) mahasiswa yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup dan 33 (34,7%) mahasiswa yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Dari 23 mahasiswa yang preferensinya kurang terdapat 18 mahasiswa (78,3%) yang memiliki perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, 5

(21,7%) yang memiliki perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan tidak terdapat mahasiswa yang memiliki perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik.

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara preferensi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Distribusi hubungan pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Tabel 3. Distribusi Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Pengetahuan gizi	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	20	60,6	13	39,4	0	0	33	100	0,000
Cukup	32	37,6	20	23,5	33	38,8	85	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 3, hasil analisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 33 mahasiswa yang memiliki pengetahuan gizi kurang terdapat 20 mahasiswa (60,6%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, 13 mahasiswa (39,4%) perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup dan tidak terdapat mahasiswa yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Untuk pengetahuan gizi cukup, dari 85

mahasiswa yang memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur yang kurang yaitu terdapat 32 mahasiswa (37,6%), untuk perilaku konsumsi buah dan sayur yang cukup yaitu 20 mahasiswa (23,5%) dan untuk perilaku konsumsi buah dan sayur yang baik yaitu 33 mahasiswa (38,8%).

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ yang disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan

perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019.

Distribusi hubungan media massa/iklan mengenai informasi manfaat buah dan sayur

untuk kesehatan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Tabel 4. Distribusi Hubungan Media Massa / Iklan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Media massa/ Iklan	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Selalu	6	28,6	0	0	15	71,4	21	100	0,000
Sering	11	29,7	20	54,1	6	16,2	37	100	
Jarang	24	57,1	8	19	10	23,8	42	100	
Jarang	24	57,1	8	19	10	23,8	42	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 4, hasil analisis hubungan media massa/iklan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 21 mahasiswa yang selalu terpapar informasi/iklan terdapat 6 mahasiswa (28,6%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, tidak terdapat mahasiswa yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 15 mahasiswa (71,3%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Dari 37 mahasiswa yang sering terpapar informasi/iklan terdapat 11 mahasiswa (29,7%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 20 mahasiswa (54,1%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 6 mahasiswa (16,2%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik.

Selain itu dari 42 mahasiswa yang jarang terpapar informasi/iklan terdapat 24 mahasiswa (57,1%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 8

mahasiswa (19,0%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 10 mahasiswa (23,8%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Dan dari 18 mahasiswa yang tidak pernah terpapar informasi/iklan terdapat 11 mahasiswa (61,1%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 5 mahasiswa (27,8%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 2 mahasiswa (11,1%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik.

Berdasarkan hasil uji statistik didapat nilai $p = 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara media massa/iklan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Distribusi hubungan pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Tabel 5. Distribusi Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Pengaruh teman sebaya	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	22	66,7	10	30,3	1	3	33	100	0,000
Baik	30	35,3	23	21,7	32	37,6	85	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 5, hasil analisis hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 33 mahasiswa yang pengaruh teman kurang terdapat 22 mahasiswa (66,7%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 10 (30,3%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan hanya terdapat 1 mahasiswa (3%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Dan dari 85 mahasiswa yang pengaruh teman baik terdapat 30 mahasiswa (35,3%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang,

terdapat 23 mahasiswa (27,1%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup dan terdapat 32 mahasiswa (37,6%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik.

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Distribusi hubungan *fast food/* makanan cepat saji dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Tabel 6. Distribusi Hubungan *Fast Food* dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Fast food	Perilaku konsumsi buah dan sayur						Total		P - value
	Kurang		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Sering	44	62,9	10	14,3	16	22,9	70	100	0,000
Jarang	8	16,7	23	21,7	17	35,4	48	100	
Total	52	44,1	33	28	33	28	118	100	

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 6, hasil analisis hubungan antara *fast food* dengan perilaku konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa dari 70 mahasiswa dengan konsumsi *fast food* sering terdapat 44 mahasiswa (62,9%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 10 mahasiswa (14,3%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 16 mahasiswa (22,9%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya baik. Dan dari 48

mahasiswa dengan *fast food* sering, terdapat 8 mahasiswa (16,7%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya kurang, terdapat 23 mahasiswa (47,9%) yang perilaku konsumsi buah dan sayurnya cukup, dan terdapat 17 mahasiswa (35,4%) yang perilaku konsumsi buah dan sayur baik.

Berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan nilai $P\text{-value} = 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara konsumsi *fast food* dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Analisis Multivariat

Uji Kecocokan Model (*Fitting Information*)

Tabel 7. Hasil Uji Kecocokan Model

Model	-2 Log Likelihood	Sig.
Intercept Only	179.051	
Final	114.442	0,000

Sumber: *Data primer, 2023*

Tabel 7. di atas menunjukkan bahwa terjadi penurunan nilai *-2 Log Likelihood* dari *intercept only* ke final, yaitu 179.051 ke 114.442 dengan tingkat signifikan pada $p = 0,000 < 0,05$ yang artinya bahwa model ini cocok digunakan.

Uji Kebaikan Model (*Goodness Of Fit*)

Tabel 8. Hasil Uji Kebaikan Model

	Model	Nilai <i>p</i>
Pearson	71,431	0,463
Deviance	81,706	0,181

Sumber: *Data primer, 2023*

Tabel 8, menunjukan nilai $p = 0,463 > 0,05$ yang artinya model regresi logistik ordinal cocok dengan data observasi, sehingga model logit layak digunakan.

Koefisien Determinasi Model

Tabel 9. Hasil Koefisien Determinan Model

	Nilai R-Square
Cox and Snell	0,422
Nagelkerke	0,477
McFadden	0,255

Sumber: *Data primer, 2023*

Tabel 9, menunjukan bahwa nilai determinan model, dengan nilai *Cox and Snell* sebesar 0,422. Nilai *McFalden* sebesar 0,255. Nilai koefisien determinan *Nagelkerke* sebesar 0,477 atau sebesar 47,4%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel preferensi/kesukaan, pengetahuan gizi, media massa/iklan, pengaruh teman sebaya dan *fast food* mempunyai hubungan terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur sebesar 47,7%, sedangkan 52,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam pengujian model.

Model Regresi Logistik

Tabel 10. Hasil Analisis Uji Regresi Logistik Ordinal

Variabel	Estimate	Std Error	Wald	Df	Sig
Threshold					
Perilaku Konsumsi Buah Sayur = 1	-0,173	0,784	0,049	1	0,826
Perilaku Konsumsi Buah Sayur =2	1,682	0,798	4,441	1	0,035
Location					
Prefensi/Kesukaan	1,767	0,658	7,206	1	0,007
Pengetahuan Gizi	-1,846	0,496	13,852	1	0,000
Media Massa/Iklan	1,650	0,756	4,759	1	0,029
Pengaruh Teman Sebaya	-1,323	0,527	6,298	1	0,012
<i>Fast Food</i>	-1,403	0,439	10,220	1	0,001

Sumber: *Data primer, 2023*

Berdasarkan tabel 10, menunjukkan bahwa hasil uji regresi logistik ordinal dimana konstanta sebesar -0,173 dan 1,682. Adapun nilai pada variabel independen yaitu preferensi/kesukaan yaitu sebesar 1,767, pengetahuan gizi yaitu sebesar -1,846, media massa/iklan yaitu sebesar 1,650, pengaruh teman sebaya yaitu sebesar -1,323, dan *fast food* sebesar -1,403.

Interpretasi Model

Berdasarkan hasil model regresi logistik ordinal didapat bahwa model ini mempunyai model regresi yang baik dan signifikan. Sehingga *odds ratio* dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

OR pada preferensi/kesukaan

$$= e^{1,767} = 5,85$$

Hal ini menunjukkan bahwa preferensi/kesukaan pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 mempunyai hubungan 5,85 kali terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

OR pada pengetahuan gizi

$$= e^{1,846} = 6,33$$

Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 mempunyai hubungan 6,33 kali terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

OR pada media massa/iklan

$$= e^{1,650} = 5,20$$

Hal ini menunjukkan bahwa media massa/iklan pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 mempunyai hubungan 5,20 kali terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

OR pada pengaruh teman sebaya = $e^{1,323} = 3,75$

Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 mempunyai hubungan 3,75 kali terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

OR pada *fast food* = $e^{1,403} = 4,06$

Hal ini menunjukkan bahwa *fast food*/makanan cepat saji pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 mempunyai hubungan 4,06 kali terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur.

Pembahasan

Hubungan jenis kelamin dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Dari hasil uji statistik menghasilkan *P-value* = 0,391 > 0,05 yang dapat disimpulkan *H₀* diterima dan *H_a* ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada

mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Hubungan preferensi/ kesukaan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel preferensi/kesukaan yaitu sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kesukaan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Pertiwi, et. al. (2020) menemukan bahwa preferensi (kesukaan) terdapat hubungan dengan konsumsi buah dan sayur (12).

Hubungan pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Dari hasil uji statistik menghasilkan *P-value* = 0,000 jauh lebih rendah dari standar signifikan dari 0,05. Maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo.

Menurut (13) pengetahuan merupakan suatu landasan kognitif untuk terbentuknya sikap, termasuk sikap dan perilaku seseorang dalam pemilihan makanan, selain itu responden yang berpengetahuan gizi lebih baik, lebih mudah dalam memilih dan mengolah makanan yang sesuai dengan kebutuhannya. Kecenderungan responden dengan

pengetahuan buah dan sayur lebih banyak 1,282 kali daripada responden dengan pengetahuan buah dan sayur yang rendah

Hubungan media massa/ iklan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa *P-value* = 0,000 jauh lebih rendah dari standar signifikan dari 0,05. Maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima artinya variabel media massa/iklan mempunyai hubungan yang signifikan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Hubungan pengaruh teman sebaya perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Berdasarkan hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *P-value* sebesar 0,000, artinya pengaruh teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Hal ini sejalan dengan penelitian Septiana, et. al. (2018) bahwa perilaku remaja mulai banyak dipengaruhi oleh teman, termasuk dalam perilaku makan. Remaja cenderung memilih makanan-makanan yang dapat diterima dikalangan peer group mereka. Frekuensi konsumsi sayur lebih sering juga dipengaruhi karena seringnya, asak bersama dengan teman-teman mereka di tempat indekos. Teman mereka sering mengajak dan memasak sayur seperti sop atau jenis sayuran lainnya untuk mereka yang kemudian dikonsumsi secara bersama-sama (14).

Hubungan *fast food* dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan *fast food* / makanan cepat saji dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. Hal ini berdasarkan data pada table 6, dimana responden yang jarang mengkonsumsi *fast food*, yang termasuk dalam kategori baik dalam perilaku konsumsi buah dan sayur yaitu ada sebanyak 17 (35,4%) responden. selain itu terdapat 44 (62,9%) responden yang sering mengkonsumsi *fast food* dan perilaku konsumsi buah dan sayur itu kurang, hal ini dikarenakan responden memiliki alasan atau faktor lain yang mempengaruhi sikap dan tindakan mereka. Diantaranya yaitu mereka lebih suka yang praktis dan instan serta penyajian yang cepat sehingga tinggal di konsumsi langsung dan tidak membutuhkan waktu lama dalam penyajiannya serta mudah didapat dan harganya yang murah.

Hal ini sejalan dengan teori Lestari dalam Pamela, (2018) bahwa yang menjadikan alasan seseorang dalam mengkonsumsi makanan cepat saji adalah karena penyajiannya yang cepat. Saat ini, rata-rata masyarakat menginginkan semua serba cepat. Oleh karena itu sebagian besar masyarakat khususnya remaja menginginkan semua serba cepat, seperti memilih makanan instan, baik pada proses penyajian maupun pada saat dimakan. Remaja hanya membutuhkan waktu beberapa menit untuk menunggu makanan yang dipesan datang dan siap dimakan (15).

Besar hubungan variabel independen dengan variabel dependen

Berdasarkan uji multivariat yang dilakukan, yang pertama yaitu uji kecocokan model dimana hasil menunjukkan bahwa model yang digunakan termasuk dalam model yang fit atau cocok. Kemudian pada uji kebaikan model (*goodness of fit*) yang menggunakan metode *deviance*, menunjukkan bahwa nilai yang di dapat 0,463 yang berarti model logit layak digunakan. Dan dalam uji determinasi model menunjukkan dalam nilai *negelkerke* yaitu 0,477 yang artinya faktor preferensi/kesukaan, pengetahuan gizi, media massa/iklan, pengaruh teman sebaya, dan *fast food* mempunyai hubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur sebesar 47,7%. Adapun sisanya 52,3% memiliki hubungan lain dari faktor lain yang tidak termasuk dalam pengujian model ini.

Besar hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dapat dilihat berdasarkan model persamaan logistik ditunjukkan bahwa preferensi mempunyai hubungan 5,85 kali dengan perilaku konsumsi buah dan sayur, pengetahuan gizi mempunyai hubungan 6,33 kali dengan perilaku konsumsi buah dan sayur, media massa/iklan mempunyai hubungan 5,20 kali dengan perilaku konsumsi buah dan sayur, pengaruh teman sebaya mempunyai hubungan 3,75 kali dengan perilaku konsumsi buah dan sayur, dan *fast food* mempunyai hubungan 4,06 kali dengan perilaku konsumsi buah dan sayur.

Diantara kelima variabel pengetahuan gizi merupakan variabel yang paling berhubungan dengan dengan perilaku

konsumsi buah dan sayur, hal ini karena pengetahuan gizi merupakan faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makan mereka setiap hari, dimana jika seorang mahasiswa memiliki pengetahuan gizi yang baik maka perilaku konsumsinya juga akan baik begitu juga sebaliknya jika seorang mahasiswa memiliki pengetahuan yang kurang maka itu akan berdampak pada perilaku konsumsi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ratu, et. al. (2020) yang mengatakan bahwa pengetahuan gizi lebih berhubungan terhadap perilaku konsumsi hal ini dapat dilihat dari nilai *Odds Ratio* adalah sebesar 49,333 yang artinya pengetahuan gizi memiliki hubungan 49,333 kali dengan perilaku konsumsi (16)

4. KESIMPULAN

Kesimpulan bahwa pengetahuan gizi memiliki hubungan yang paling besar terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur mahasiswa kesehatan masyarakat angkatan 2019 Universitas Negeri Gorontalo dengan nilai odds ratio sebesar 6,33 yang artinya nilai tersebut lebih besar dibandingkan nilai odds ratio pada faktor lainnya sehingga pengetahuan gizi memberikan kontribusi terbesar dalam meningkatkan perilaku konsumsi buah dan sayur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). Fruit and Vegetable Promotion Initiative, a Meeting Report. 2016.

2. Kementerian Kesehatan RI. Warta Kesmas Edisi 01 Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. 2017.
3. Riset Kesehatan Dasar. Laporan Provinsi Gorontalo Riskesdas 2018. In: Gorontalo. 2018.
4. Riset Kesehatan Dasar. Data Riskesdas. In 2013.
5. Liasih Y, Rohani T. Dampak Rendahnya Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Putri Kelas X IPA Di SMA Negeri1 Sewon Bantul. J Kebidanan [Internet]. 2019;6(1). Available from: <https://jurnalilmukebidanan.akbiduc.ac.id/index.php/jik/article/view/113>
6. Rasmimpong R, Hutagaol UR. Hubungan Persepsi, Sikap dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Siswa di MTS Muhammad Amin Rajo Tiangso Jangkat Timur. J Heal Sci Gorontalo J Heal Sci Community [Internet]. 2021 Oct 30;5(2):330–40. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/article/view/11276>
7. Qibtiyah M, Rosidati C, Siregar MH. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja. J Gizi Kerja dan Produkt [Internet]. 2021 Nov 3;2(2):51. Available from: <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JGKP/article/view/12760>
8. Rahmawati R, Lestari YN. Korelasi Status Gizi dan Tingkat Asupan Makan dengan Tingkat Produktivitas pada Pekerja Bagian Produksi di PT. X

- Semarang. *Jambura J Heal Sci Res* [Internet]. 2023 Jul 26;5(3):917–28. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/20735>
9. Anggraeni NA, Sudiarti T. Faktor Dominan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di SMPN 98 Jakarta. *Indones J Hum Nutr* [Internet]. 2018 Jun 30;5(1):18–32. Available from: <https://ijhn.ub.ac.id/index.php/ijhn/article/view/221>
 10. Fitriani R. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 86 Jakarta. *J Heal Sci Gorontalo J Heal Sci Community* [Internet]. 2020 Mar 26;4(1):29–38. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/article/view/5041>
 11. Irwan. *Metode Penelitian Kesehatan*. Zahir Publishing; 2021.
 12. Pertiwi AD, Qariati NI, Dhewi S. Analisis Pengetahuan, Preferensi, Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa di SMPN 4 Belawang. *J Kesehat Masy*. 2020;1–8.
 13. Mandagie VP, Adam H, Ratag BT. Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Konsumsi Buah dan Sayur pada Peserta Didik SMA Katolik Rex Mundi Manado. *J Kesehat Masy*. 2023;12(1).
 14. Septiana P, Nugroho FA, Wilujeng CS. Konsumsi Junk food dan Serat pada Remaja Putri Overweight dan Obesitas yang Indekos. *J Kedokt Brawijaya* [Internet]. 2018 Feb 28;61–7. Available from: <https://jkb.ub.ac.id/index.php/jkb/article/view/1887>
 15. Pamela I. Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *IKESMA* [Internet]. 2018 Sep 17;14(2):144. Available from: https://jurnal.unej.ac.id/index.php/IKE_SMA/article/view/10459
 16. Ratu M, Picauly I, Landi S. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi, Riwayat Penyakit Infeksi dan Personal Hygiene dengan Pola Konsumsi Ibu Hamil Di Daerah Lokus Stunting Kabupaten Timor Tengah Utara. *J Pangan Gizi dan Kesehat* [Internet]. 2020 Dec 7;9(2):1070–80. Available from: <https://pergizipanganntt.id/ejpazih/index.php/filejurnal/article/view/76>