

HUBUNGAN SIKAP DAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH MAHASISWA JURUSAN GIZI (STUDI DI POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANJARMASIN)

Kamalia Noor Aziza¹, Yasir Farhat^{2CA}

¹Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

Email : [1Kmlaziza@gmail.com](mailto:Kmlaziza@gmail.com), [2yasirfarhat@gmail.com](mailto:yasirfarhat@gmail.com)

Abstract: *Fulfillment of adolescents physiological requires adequate nutrition including fruits and vegetables. However, They tend to choose fast food such as junk food which contains added sugar and fat than consuming vegetables and fruit. According to result of basic health research (Riskesmas) in 2018, the proportion of fruit / vegetable consumption per day in a week for people aged 5 years and over to the Regency / City of South Kalimantan Province, Banjarbaru City has a level of non-consumption reaching 11,79%, 1-2 portions a week reaching 78,96%, 3-4 servings a week reaches 8,64%, and more than 5 servings a week reaches 0,61%. The purpose of this study was to determine the relationship between attitudes and junk food against vegetable and fruit consumption among students majoring in nutrition at the Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin. This type of research is an analytical observational study with a cross sectional approach. The population of this study were 294 students majoring in nutrition at the Health Polytechnic of the Ministry of Health Banjarmasin. Sampling used 83 people with simple random sampling technique. This research was conducted using an online questionnaire with WhatsApp and Google Form. Data analysis using the Spearman Rank correlation test $\alpha = 0,05$. The results showed the correlation test using the Rank Spearman correlation test found that there was no significant relationship between attitudes and consumption vegetables and fruits and there is a significant relationship between consumption junk food and consumption vegetables and fruit.*

Keyword : *Attitude, Junk Food, Vegetables, Fruit*

Copyright © 2023 Jurnal Skala Kesehatan.
Politeknik Kesehatan Banjarmasin
All rights reserved

Corresponding Author :

Yasir Farhat,
Poltekkes Kemenkes Banjarmasin Jurusan Gizi
Jln H. Mistar Cokrokusumo No.1A Banjarbaru
Email : yasirfarhat@gmail.com

Abstrak: Pemenuhan fisiologis remaja membutuhkan zat gizi yang cukup termasuk buah dan sayur. Namun, pola makan remaja saat ini telah mengalami pergeseran dimana remaja cenderung memilih makanan cepat saji seperti *junk food* yang banyak gula tambahan dan lemak dibandingkan dengan mengonsumsi sayur dan buah. Sesuai hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2018, mengenai proporsi konsumsi buah/sayur perhari dalam seminggu pada penduduk umur 5 tahun ke atas Kabupaten/Kota Provinsi Kalimantan Selatan, Kota Banjarbaru memiliki tingkat tidak konsumsi mencapai 11,79%, 12 porsi dalam seminggu mencapai 78,96%, 3–4 porsi dalam seminggu mencapai 8,64%, dan lebih dari 5 porsi dalam seminggu mencapai 0,6%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan sikap dan *junk food* terhadap tingkat konsumsi sayur dan buah mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Banjarmasin. Jenis Penelitian ini adalah penelitian Observasional Analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa jurusan gizi di Politeknik KesehatanKemenkes Banjarmasin yang telah menerima mata kuliah ilmu gizi dasar dan ilmu pangan berjumlah 294 orang. Pengambilan sampel menggunakan Teknik Simple Random Sampling sebanyak 83 orang. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner online via *whatsapp Google Form*. Analisis data menggunakan uji korelasi Rank Spearman $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Rank Spearman didapatkan tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap dan konsumsi sayur dan buah dan ada hubungan yang bermakna antara konsumsi *junk food* dan konsumsi sayur dan buah responden.

Kata Kunci: Sikap; *Junk food*; Sayur; Buah

PENDAHULUAN

Sesuai hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2018, proporsi kurang makan buah/sayur dan rerata konsumsi buah dan sayur per hari dalam seminggu pada penduduk umur 5 tahun ke atas menurut provinsi, Kalimantan Selatan menempati urutan ke 1 dari 34 provinsi dengan data kurang konsumsi sayur buah mencapai 98,1%. Disisi lain proporsi konsumsi buah/sayur per hari dalam seminggu pada penduduk umur 5 tahun ke atas menurut Kabupaten/ Kota Provinsi Kalimantan Selatan, Kota Banjarbaru memiliki tingkat tidak konsumsi mencapai 11,79%, 1 – 2 porsi dalam seminggu mencapai 78,96%, 3 – 4 porsi dalam seminggu mencapai 8,64%, dan lebih dari 5 porsi dalam seminggu mencapai 0,61% [1]. Badan Kesehatan Dunia atau 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 1 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Di Indonesia sendiri, anjuran konsumsi buah dan sayur mengacu pada Tumpeng Gizi Seimbang, konsumsi buah dan sayur yang dianjurkan dalam Tumpeng Gizi Seimbang adalah mengonsumsi buah sebanyak 2-3 porsi dalam sehari dan untuk sayuran dianjurkan mengonsumsi 3-5 porsi dalam sehari [2]

Mahasiswa Jurusan Gizi adalah mahasiswa yang berkuliah dan terdaftar aktif di jurusan gizi sehingga menerima pengetahuan – pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang mengenai gizi seimbang yang diperlukan oleh tubuh sehingga dapat menjaga kesehatan secara optimal. Dalam penelitian Risky (2017) yang mengambil sampel di Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin terkait konsumsi sayur dan buah mahasiswa jurusan gizi menyatakan bahwa sekitar 28% responden termasuk kategori kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah, yang berarti mahasiswa tersebut mengonsumsi kurang dari 31,4 gram rata – rata perhari [3]. Menurut penelitian lain yang dilakukan Monica (2018) yang meneliti responden berdasarkan konsumsi sayur dan buah mahasiswa jurusan gizi Politeknik

Kesehatan Kemenkes Banjarmasin tahun 2018 mendapatkan hasil yaitu sekitar 97,2 % mahasiswa dinyatakan kurang dalam mengkonsumsi sayur dan buah [4].

Sesuai hasil riskesdas pada tahun 2018, proporsi konsumsi buah/sayur per hari dalam seminggu pada penduduk umur 5 tahun ke atas menurut Karakteristik Provinsi Kalimantan Selatan, Kelompok Umur 15 – 19 tahun memiliki tingkat tidak konsumsi per hari dalam seminggu mencapai 22,94%, 1 – 2 porsi per hari dalam seminggu mencapai 67,33%, 3 – 4 porsi per hari dalam seminggu mencapai 8,07%, dan lebih dari 5 porsi per hari dalam seminggu mencapai 1,65% dan kelompok umur 20 – 24 memiliki tingkat tidak konsumsi mencapai 18,67%, 1 – 2 porsi per hari dalam seminggu mencapai 72,25%, 3 – 4 porsi per hari dalam seminggu mencapai 7,72%, dan lebih dari 5 porsi per hari dalam seminggu mencapai 1,36. Kurangnya konsumsi buah dan sayur akan menimbulkan resiko terjadinya gangguan kesehatan di masa yang akan datang dan dapat beresiko dalam memicu perkembangan penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes, hipertensi dan kanker yang biasa muncul di usia dewasa [5]. Sesuai uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian terkait hubungan sikap, tingkat konsumsi *junk food* dengan tingkat konsumsi sayur dan buah terhadap mahasiswa jurusan gizi. Mahasiswa Jurusan Gizi dipilih sebagai sasaran penelitian dikarenakan peneliti ingin mengetahui tindakan apa yang dipilih sebagai seorang mahasiswa yang telah menerima pengetahuan ilmu gizi dasar dan ilmu pangan terhadap tingkat konsumsinya terutama sayur dan buah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sikap dan *junk food* dengan tingkat konsumsi sayur dan buah mahasiswa jurusan gizi politeknik kesehatan kemenkes Banjarmasin.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian secara observasional analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Lokasi penelitian adalah di Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Jurusan Gizi. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 294 mahasiswa aktif. Sampel penelitian sebanyak 83 orang yang diambil menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 10% [6]. Teknik pengambilan sampel dengan cara *Simple Random Sampling* yaitu dengan cara memberikan nomor pada setiap populasi kemudian sampel diambil menggunakan tabel bilangan random. Perhitungan kebutuhan buah dan sayur yang dikonsumsi yaitu jumlah rata – rata per hari dalam ukuran gram menggunakan formulir *Semiquantitatif* FFQ. Rasa sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju dari responden terhadap sayur dan buah. Jumlah *junk food* yang dikonsumsi responden perminggu dalam ukuran gram menggunakan formulir *Simple qualitative* FFQ.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin sebanyak 83 orang.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin

No	Usia	n	%
1	17 tahun	1	1,2
2	18 tahun	12	14,5
3	19 tahun	28	33,7
4	20 tahun	36	43,4
5	21 tahun	6	7,2
Jumlah		83	100

Sesuai tabel.1 menunjukkan bahwa usia responden sebagian besar berkisar antara usia 19 tahun (33,7%) dan 20 tahun (43,4%) dan sebagian kecilnya berusia 17 tahun (1,2 %).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Jenis Kelamin	n	%
1	Perempuan	77	93
2	Laki – laki	6	7
Jumlah		83	100

Sesuai tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan (93%) lebih banyak dari pada jenis kelamin pada laki - laki (7%).

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Prodi di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Prodi	n	%
1	DIII Semester II	15	18,1
2	GDST Semester II	11	13,3
3	DIII A Semester IV	13	15,7
4	DIII B Semester IV	10	12,0
5	GDST Semester IV	15	18,1
6	DIII Semester VI	11	13,3
7	GDST Semester VI	8	9,6
Jumlah		83	100

Sesuai tabel 3 menunjukkan bahwa responden dengan prodi DIII (59 %) lebih banyak dari Prodi GDST (41 %).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Asal Daerah di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Asal Daerah	n	%
1	Kalimantan Selatan	79	95,2
2	Kalimantan Tengah	1	1,2
3	Kalimantan Timur	3	3,6
Jumlah		83	100

Sesuai tabel 4 asal daerah responden sebagian besar berasal dari Kalimantan Selatan (95,2 %) dan sebagian kecil dari Kalimantan Timur (3,6 %) dan Kalimantan Tengah (1,2 %).

B. Univariat

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Sayur & Buah di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Konsumsi	Sayur		Buah		Sayur dan Buah	
		n	%	n	%	n	%
1	Cukup	21	25,3	40	48,2	30	36,1
2	Kurang	62	74,7	43	51,8	53	63,9
Jumlah		83	100	83	100	83	100

Sesuai tabel 5 diketahui bahwa responden yang konsumsi sayurinya kurang (74,7 %) lebih banyak dibandingkan yang cukup (25,3 %). Responden yang konsumsi buahnya kurang (51,8 %) lebih banyak dibandingkan yang cukup (48,2 %). Responden yang konsumsi sayur dan buahnya kurang (63,9 %) lebih banyak dibandingkan yang cukup (36,1%).

Sesuai hasil penelitian dapat diketahui bahwa jumlah konsumsi sayur rata rata seluruh responden yaitu 141,33 gram perhari, sedangkan konsumsi sayur paling tinggi yaitu 208,2 gram perhari dan jumlah konsumsi sayur paling rendah yaitu 6 gram perhari. Jumlah konsumsi buah rata – rata seluruh responden yaitu 105,34 gram perhari, sedangkan konsumsi buah paling tinggi yaitu 208,1 gram perhari dan jumlah konsumsi buah paling rendah yaitu 6,3 gram perhari. Mahasiswa gizi memiliki pengetahuan yang lebih terhadap gizi dan kebutuhan gizi manusia, oleh karena itu mahasiswa gizi pasti memahami pentingnya sayur dan buah untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Namun tidak bisa dipungkiri, banyak faktor – faktor yang mempengaruhi konsumsi tersebut seperti tidak tersedianya warung makan yang menjual sayur dalam jarak yang mudah dijangkau, faktor selera atau preference, dan porsi sayur yang diberikan penjual dalam 1 porsi makanan lengkap terlalu sedikit yaitu hanya 30 gram atau 3 sendok makan, serta kesibukan sebagai mahasiswa yang menyebabkan tidak adanya waktu untuk berbelanja dan memasak makanan sendiri. Menurut WHO (2013) standar untuk perhitungan kecukupan konsumsi buah dan sayur yaitu konsumsi buah akan dinyatakan baik jika dikonsumsi lebih dari 150 gram per hari dan dinyatakan kurang apabila dikonsumsi kurang dari 150 gram per hari. Begitu pula dengan konsumsi sayur akan dinyatakan baik jika lebih dari 250 gram per hari dan dinyatakan kurang apabila dikonsumsi kurang dari 250 gram per hari. Kemudian digabungkan dengan kategori penilaian dianggap baik apabila masing – masing jumlah konsumsi buah dan sayur baik, dan dianggap kurang apabila salah satu atau kedua jumlah konsumsi buah dan sayur kurang [7].

Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi *Junk Food* di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Konsumsi <i>junk food</i>	N	%
1	Sering	78	94
2	Jarang	5	6
Jumlah		83	100

Sesuai tabel 6 diketahui bahwa responden yang sering konsumsi *junk food* (94 %) lebih banyak dibandingkan yang jarang (6 %), Frekuensi rata – rata konsumsi *junk food* yaitu 7,25 gram dengan konsumsi responden yang paling tinggi yaitu 15 kali perminggu dan paling rendah 1 kali perminggu, dengan jenis *junk food* paling sering dikonsumsi ialah gorengan (185 kali perminggu) dan yang paling rendah adalah hamburger (9 kali perminggu). Beberapa responden menyatakan bahwa ditengah kesibukannya hanya *junk food* yang mudah diakses dan sesuai dengan selernya seperti ayam goreng tepung atau ayam geprek. Menurut Vita (2018) menyatakan bahwa tidak semua dari mereka yang mempunyai tingkat pengetahuan gizi baik, kecukupan gizinya juga baik . Lingkungan dan gaya hidup juga mempengaruhi remaja. Hal ini disebabkan karena *junk food* sudah populer di kalangan remaja sekarang. Penyajian yang cepat dan jenis yang dapat menggugah selera makan membuat para remaja dengan pengetahuan baik pun tergiur untuk mengkonsumsinya, walaupun mereka tahu dampak negatif dari mengkonsumsi *junk food* dan zat gizi apa saja yang terkandung di dalam makanan itu [8].

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Sayur & Buah di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

No	Jumlah sikap	n	%
1	Baik	41	49,4
2	Kurang	42	50,6
Jumlah		83	100

Sesuai tabel 7 diketahui bahwa responden yang memiliki sikap kurang (50,6 %) lebih banyak dibandingkan yang memiliki sikap baik (49,4 %).

Sesuai hasil penelitian menunjukkan jumlah presentase yang hampir sama dapat diketahui bahwa 50,6 % responden memiliki sikap yang kurang terhadap sayur dan buah dan 49,4 % responden memiliki sikap yang baik terhadap sayur dan buah. Mahasiswa jurusan gizi diasumsikan sebagai seseorang yang memiliki pengetahuan lebih terhadap gizi, hasil yang rendah tersebut dikarenakan kebanyakan jawaban responden pro terhadap pertanyaan - pertanyaan negatif contohnya seperti pertanyaan "Saya akan menyisihkan sayur dalam makanan saya jika saya tidak suka jenisnya/masakannya dan tidak memakannya" yang seharusnya mendapatkan banyak jawaban "sangat tidak setuju" atau "tidak setuju" tetapi malah lebih banyak mendapatkan jawaban "setuju" dari responden.

Sikap terbentuk dari landasan kognitif yang dipelajari seseorang, dalam hal ini peneliti berasumsi responden yang merupakan mahasiswa jurusan gizi yang notabeneanya mempelajari tentang ilmu gizi tidak mengaplikasikan ilmu tersebut dengan baik dalam kehidupan sehari – hari. Asumsi tersebut sesuai dengan pendapat Khomsan dalam Nenobanu (2018) yang menyatakan bahwa memiliki pengetahuan gizi yang baik tidak berarti seseorang akan menerapkannya dalam kehidupan sehari – hari .

C. Analisis Bivariat

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Sikap dengan Konsumsi Sayur dan Buah di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

Sikap	Konsumsi Sayur dan Buah				Jumlah	
	Cukup		Kurang		n	%
	n	%	n	%		
Baik	16	19,3	30	36,1	46	100
Kurang	9	10,8	28	33,7	37	100
Jumlah	25	30,1	58	69,9	83	100

$\rho = 0,308$

$\alpha = 0,05$

Sesuai dengan tabel 8 diketahui bahwa responden yang memiliki sikap baik sebagian besar memiliki konsumsi sayur dan buah yang kurang (36,1 %) Responden yang memiliki sikap kurang sebagian besar memiliki konsumsi sayur dan buah yang kurang (33,7 %).

Sesuai hasil penelitian tidak ada hubungan antara sikap dan konsumsi sayur dan buah responden. Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji *Rank Spearman* diperoleh probabilitas yaitu (p) 0,308. Nilai $p = 0,308$ menunjukkan bahwa $p > \alpha$ (0,05) yang berarti tidak ada hubungan sikap dengan konsumsi sayur dan buah responden. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa responden yang memiliki sikap yang baik tercatat kurang mengonsumsi sayur dan buah yaitu 36,1 % dan yang memiliki sikap kurang tercatat kurang pula dalam mengonsumsi sayur dan buah yaitu 33,7 %. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin mengetahui bahwa sayur dan buah bermanfaat bagi tubuh karena sudah mendapatkan bekal pengetahuan mengenai sayur dan buah dalam

perkuliahan. Hal ini tentu diharapkan dapat menjadi salah satu faktor dalam meningkatkan kesadaran untuk mengonsumsi sayur dan buah.

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan *Junk Food* dengan Konsumsi Sayur dan Buah Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin Tahun 2021

<i>Junk Food</i>	Konsumsi Sayur dan Buah				Jumlah	
	Cukup		Kurang		n	%
	n	%	n	%		
Sering	25	30,1	53	63,9	78	100
Jarang	5	6	0	0	5	100
Jumlah	30	36,1	33	63,9	118	100

$p = 0,002$

$\alpha = 0,05$

Sesuai dengan tabel 9, dapat diketahui bahwa responden yang sering mengonsumsi *junk food* sebagian besar kurang mengonsumsi sayur dan buah (63,9 %). Responden yang jarang mengonsumsi *junk food* sebagian besar cukup mengonsumsi sayur dan buah (6 %).

Hasil uji statistik menggunakan uji *Rank Spearman* diperoleh probabilitas yaitu (p) 0,002. Nilai $p = 0,002$ menunjukkan bahwa $p < \alpha$ (0,05), berarti ada hubungan konsumsi *junk food* dengan konsumsi sayur dan buah mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin. Hal ini sejalan dengan penelitian [9] menyatakan bahwa semakin seringnya remaja mengonsumsi fast food dapat menjadi penghalang dalam pemilihan konsumsi makanan sehat termasuk buah dan sayur. Hasil analisis statistik juga diperoleh nilai korelasi koefisien (r) yaitu - 0,326. Nilai $r = - 0,326$ menunjukkan bahwa hubungan antar variabel sedang dan nilai r negatif (-) menunjukkan bahwa terjadi hubungan linier negatif, dimana semakin besar konsumsi *junk food* responden maka semakin kecil konsumsi sayur dan buah, atau semakin kecil konsumsi *junkfood* responden maka semakin besar konsumsi sayur dan buah.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin yang sering mengonsumsi *junk food* kurang mengonsumsi sayur dan buah dan yang jarang mengonsumsi *junk food* cukup dalam mengonsumsi sayur dan buah, hal ini juga dipengaruhi oleh karakteristik wilayah dimana lokasi yang memiliki beberapa perguruan tinggi yang saling berdekatan membuat wilayah tersebut ramai akan para pedagang terutama yang berjualan makanan dengan target mahasiswa, namun makanan yang diujakan kebanyakan adalah makanan cepat saji yang memiliki rasa enak yang sesuai dengan minat dan kantong mahasiswa sebagai remaja.

Selama pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa kelemahan yang menjadi keterbatasan penelitian. Keterbatasan ini dapat berasal dari peneliti sendiri maupun keterbatasan instrument yang ada. Metode pengambilan data yang direncanakan berupa wawancara langsung harus diganti menggunakan *google form*, hal ini dirasa kurang cocok karena dapat memicu bias dalam kuesioner *food frequency* yaitu ketidak jujuran responden dalam mengisi kuesioner. Di sisi lain, kelompok responden dari mahasiswa tingkat pertama belum mendapatkan pengetahuan atau mata kuliah mengenai survei konsumsi pangan, hal ini menyebabkan kesulitan dalam pengisian formulir *semiquantitatif food frequency questionnaires (semiquantitatif FFQ)* sehingga diperlukan penjelasan yang lebih rinci agar mendapatkan persamaan persepsi antara peneliti dan responden. Penggunaan *semiquantitatif food frequency questionnaires (semiquantitatif FFQ)* dalam pengumpulan data memerlukan daya ingat responden untuk sayur dan buah yang dikonsumsi (1 bulan yang lalu), sehingga responden bisa saja lupa dan tidak menutup kemungkinan responden hanya akan mengira-ngira sayur dan buah yang dikonsumsi. Untuk mengatasinya peneliti merinci beberapa jenis sayur dan buah agar membantu dalam mengingat jenis sayur dan buah yang di konsumsi.

KESIMPULAN

Mahasiswa jurusan gizi atau responden yang sering konsumsi *junk food* (94 %) lebih banyak dibandingkan yang jarang (6 %) dan responden yang memiliki sikap kurang (50,6 %) lebih banyak dibandingkan yang memiliki sikap baik (49,4 %). Tidak ada hubungan sikap dengan konsumsi sayur dan buah dan ada hubungan konsumsi *junk food* dengan konsumsi sayur dan buah. Kajian ini dirasa masih memiliki kekurangan karena tidak mencakup semua faktor penentu konsumsi sayur dan buah manusia oleh karena itu perlu dilakukan kajian lain mengenai variable - variable yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah mahasiswa jurusan gizi

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin atas dukungan yang diberikan dan seluruh mahasiswa/i Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin selaku responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan informasi selama penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Balitbangkes, "Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kalimantan Selatan 2018.," *Jakarta*, pp. 1–200, 2018.
- [2] R. Kemenkes, "Buku Saku Pemantauan Status Gizi," *Buku Saku*. Buku Saku, pp. 1–150, 2016. [Online]. Available: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Buku-Saku-Nasional-PSG-2017_975.pdf
- [3] F. Risky, "Hubungan Faktor Personal Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Mahasiswa Jurusan Gizi," *Politek. Kesehat. Banjarmasin*, vol. 1, no. 1, pp. 1–12, 2017.
- [4] E. Monica, "Hubungan Dukungan Orang Terdekat Dan Ketersediaan Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Mahasiswa Jurusan Gizi (Studi Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin)," *Poltekkes Kemenkes Banjarmasin*, vol. 25, no. 1, pp. 1–10, 2018.
- [5] I. Farida, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di Indonesia Tahun 2007," *Progr. Stud. S1 Ilmu Gizi, Fak. Kedokt. dan Ilmu Kesehatan, UKSW*, vol. 1, no. 1, pp. 1–102, 2007.
- [6] Notoatmodjo S, *Metodelogi Penelitian Kesehatan*, 1st ed., vol. 1. Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- [7] WHO, "Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation.," New York, Apr. 2000.
- [8] Mahpolah, Mahdalena, and Vi. Purnamasari, "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food pada Remaja SMA Kartika V-1 Balikpapan," *J. Kedokt. Yars.*, vol. 16, no. 3, pp. 1–12, Jan. 2008.
- [9] S. French, "Fast food Restaurant Use Among Adolescents: Associations With Nutrient Intake, Food Choices and Behavioral and Psychosocial Variabels," *Int. J. Obes.*, vol. 25, no. 1, pp. 1823–1833, Feb. 2001.