

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**



Gambar 1. Sekolah SDN 81 Pekanbaru

Sekolah Dasar Negeri 81 Pekanbaru di Tangkerang Barat, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. SDN 81 Pekanbaru yaitu di Jl. Gabus No. 06, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. SD Negeri 81 Pekanbaru merupakan sekolah dasar terakreditasi grade A dengan nilai 95 (akreditasi tahun 2019) dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah. SDN 81 Pekanbaru dipimpin oleh Hasra Isnaldi dan mempunyai tenaga pendidik sebanyak 22 orang. Pada saat ini SDN 81 memiliki sebanyak 6 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 382 orang dengan siswa laki-laki berjumlah 196 orang dan siswi perempuan berjumlah 186 orang.

Sekolah ini memiliki memiliki luas 2.385 m<sup>2</sup> dengan 9 ruang kelas, 1 perpustakaan dan 4 sanitasi siswa. Sekolah ini juga terdapat beberapa kantin, Namun apa yang ditawarkan oleh kantin tidak selalu sehat. Berdasarkan hasil obeservasi kantin di SDN 81 lebih menjual jajanan seperti gorengan, snack serta minuman. Meskipun siswa memiliki pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah yang baik, namun lingkungan sekolah termasuk kantin, memiliki pengaruh besar terhadap kebiasaan makan siswa. Jika makanan yang dijual di kantin kurang sehat,

siswa cenderung lebih mudah memilih untuk mengonsumsi makanan tersebut, walaupun pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah mereka baik. Kebiasaan yang terbentuk dari lingkungan dapat menjadi faktor penentu dalam memilih makanan di kantin.

## 5.2 Gambaran Umum Responden

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner melalui kuisioner pengetahuan sayur dan buah terhadap 43 siswa kelas 3 di SDN 81 Pekanbaru. Berdasarkan hasil pengumpulan data gambaran umum responden dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Distribusi Gambaran Umum Responden**

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	21	48,8
Perempuan	22	51,2
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>
<b>Usia</b>		
8 Tahun	3	7,0
9 Tahun	20	46,5
10 Tahun	20	46,5
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan orang tua</b>		
PNS	6	14,0
Pegawai Swasta	7	16,3
Pedagang	14	32,6
Supir	6	14,0
Buruh	10	23,3
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>
<b>Pendapatan orang tua</b>		
> UMR	33	76,7
< UMR	10	23,3
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>
<b>Pendidikan orang tua</b>		
SD	0	0
SMP	11	25,6
SMA	23	53,5
S1	9	20,9
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki, yaitu sebanyak 22 orang (51,2%), sedangkan responden laki-laki hanya sebesar 21 orang (48,8%).

Berdasarkan usia, responden yang berusia 9 dan 10 tahun merupakan usia responden yang terbanyak yaitu usia 9 tahun sebanyak 20 orang (46,5%) dan usia

10 tahun sebanyak 20 orang (46,5%). Responden paling banyak dari kelas 3B yaitu 23 orang (53,5%).

Berdasarkan tabel di atas juga dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi dari pekerjaan orang tua responden sebagian besar orang tua responden yaitu pedagang sebanyak 14 orang dengan persentase 32,6% dan pendapatan orang tua responden berpendapatan > UMR sebanyak 33 orang dengan persentase 76,7% dan orang tua yang berpendapatan < UMR sebanyak 10 orang dengan presentase 23,3%.

Berdasarkan pendidikan orang tua responden yang orang tua pendidikannya SMP 11 orang dengan presentase 25,6%, SMA 23 orang dengan presentase 53,5%, S1 9 orang dengan presentase 20,9%.

### 5.3 Gambaran Pemgetahuan Konsumsi Sayur dan Buah

**Tabel 3. Distibusi Pengetahuan Konsumsi Sayur dan Buah**

Variabel	n	%
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	26	60,2
Cukup	11	25,6
Kurang	6	14,0
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki pengetahuan yang baik terkait sayur dan buah (60,2%) sedangkan ketegori kurang (14,0%). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tentang sayur dan buah responden termasuk kategori baik, akan tetapi masih ada yang termasuk kategori cukup dan kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian Thara (2021) di Bengkulu bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik (60,2%).

Berdasarkan hasil observasi kepada responden, dapat dilihat pada tabel 4. Rata-rata untuk pertanyaan yang dijawab benar paling banyak yaitu tentang buah jeruk merupakan buah yang mengandung vitamin C dengan presentase 97,6%, rata-rata yang dijawab salah paling banyak yaitu tentang manfaat apel mencegah kegemukan dengan presentase 46,1%.

Berdasarkan hasil observasi kepada responden, pengetahuan siswa sebagai besar tergolong baik dikarenakan di SDN 81 Pekanbaru sendiri sudah diajarkan pengetahuan tentang sayur dan buah. Pengetahuan siswa baik dipengaruhi dari

faktor media massa seperti TV dan Handphone.

Distribusi jawaban pada setiap pertanyaan dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Distribusi Pertanyaan Pengetahuan Sayur dan Buah pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 81 Pekanbaru**

No	Pertanyaan	Pengetahuan				Jumlah	
		Benar		Salah		n	%
		n	%	n	%		
1	Anak yang kurang konsumsi buah dan sayur, akan sulit BAB (Buang Air Besar)	35	81,3	8	18,7	73	100
2	Bayam, kangkung, melon, jeruk adalah makanan sumber vitamin dan mineral	36	83,8	7	16,2	73	100
3	Sering sariawan merupakan dampak dari kurang konsumsi sayur dan buah	24	55,8	19	44,2	73	100
4	Timun, wortel, tomat merupakan kelompok buah-buahan	38	88,4	5	11,6	73	100
5	Jeruk merupakan buah yang mengandung vitamin C	42	97,6	1	2,4	73	100
6	Mengonsumsi sayur sebaiknya sebulan sekali	34	78,5	9	21,5	73	100
7	Jeruk, apel, melon merupakan kelompok sayuran	37	86,5	6	13,5	73	100
8	Wortel merupakan sayur yang mengandung vitamin A	37	86,5	6	13,5	73	100
9	Diantara sayur berwarna hijau dan putih, lebih baik mengonsumsi sayur berwarna putih saja	39	90	4	10	73	100
10	Kekurangan vitamin A dapat mengakibatkan gangguan penglihatan	29	67,5	14	32,5	73	100
11	Penyebab kegemukan salah satunya ialah malas konsumsi sayur dan buah	26	60,5	17	39,5	73	100
12	Kekurangan vitamin C dapat mengakibatkan daya tahan tubuh menurun	35	81,4	8	18,6	73	100

No	Pertanyaan	Pengetahuan				Jumlah	
		Benar		Salah		n	%
		n	%	n	%		
13	Bagian tumbuhan yang berasal dari daun – daunan, tumbuh-tumbuhan, polong atau biji-bijian disebut sayur	23	53.5	20	46.5	73	100
14	Manfaat konsumsi apel yaitu mencegah kegemukan	23	53,5	20	46,5	73	100
15	Sulit buang air besar akan teratasi apabila konsumsi serat	29	67,5	14	32,5	73	100

Dampak kurangnya konsumsi sayur dan buah yaitu mengakibatkan menurunnya imunitas/kekebalan tubuh seperti mudah terkena flu, gangguan pencernaan seperti sembelit, gusi berdarah, sariawan, gangguan mata, kulit keriput dan kelebihan berat badan (Dejesetya, 2016). Dari hasil penelitian masih ditemukan yang tidak mengetahui dampak kurang mengonsumsi sayur dan buah, pada butir soal ke (1) sebanyak 18,7% yang tidak mengetahui karena kurang konsumsi buah dan sayur, akan sulit BAB (Buang Air Besar), pada butir soal (3) sebanyak 44,2% yang tidak mengetahui sering sariawan merupakan dampak dari kurang konsumsi sayur dan buah, pada butir soal (10) sebanyak 32,5% yang tidak mengetahui Kekurangan vitamin A dapat mengakibatkan gangguan penglihatan, pada butir soal (11) sebanyak 39,5% yang tidak mengetahui penyebab kegemukan salah satunya ialah malas konsumsi sayur dan buah, pada butir soal (12) sebanyak 18,6% yang tidak mengetahui Kekurangan vitamin C dapat mengakibatkan daya tahan tubuh menurun, pada butir soal (14) sebanyak 46,5% yang tidak mengetahui manfaat konsumsi apel yaitu mencegah kegemukan dan pada butir soal (15) sebanyak 32,5% tidak mengetahui Sulit BAB (Buang Air Besar) akan teratasi apabila konsumsi serat.

#### 5.4 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengetahuan konsumsi sayur dan buah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik terkait sayur dan buah (60,25%) sedangkan kategori kurang (14,0%).

Berdasarkan hasil observasi kepada responden, dapat dilihat pada tabel 4. Rata-rata untuk pertanyaan yang dijawab benar paling banyak yaitu tentang buah jeruk merupakan buah yang mengandung vitamin C dengan presentase 97,6%, rata-rata yang dijawab salah paling banyak yaitu tentang manfaat apel mencegah kegemukan dengan presentase 46,1%.

Berdasarkan hasil observasi kepada responden, pengetahuan siswa sebagai besar tergolong baik dikarenakan di SDN 81 Pekanbaru sendiri sudah diajarkan pengetahuan tentang manfaat tumbuhan pada buku Tema 2.

Hal ini juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor lain seperti faktor kebiasaan makan orang tua siswa serta ketersediaan sayur dan buah di rumah siswa, seperti hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dejesetya (2016), yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak yaitu preferensi makan, pengaruh dari orang tua, ketersediaan sayur dan buah dalam keluarga, pengaruh teman sebaya, pengaruh media, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, pengetahuan gizi, serta lingkungan sosial dan budaya. Apabila di rumah tersedia sayur dan buah yang cukup, didukung dengan kebiasaan orang tua yang selalu makan sayur dan buah dapat menyebabkan anak menjadi suka makan sayur dan buah. Sehingga media informasi bukan satu-satunya faktor yang dapat mempengaruhi praktik konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar.

Pemenuhan kebutuhan suatu keluarga bergantung pada pendapatan keluarga terutama pendapatan orang tua. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Semakin tinggi pendapatan maka semakin besar peluang untuk memilih makanan yang baik. Sejalan dengan perubahan pendapatan seseorang maka akan diikuti pula dengan perubahan dalam susunan makanan yang dikonsumsi. Seseorang dengan status ekonomi yang tinggi cenderung akan mengkonsumsi makanan dengan memperhatikan kandungan gizi. pekerjaan orang tua responden sebagian besar pekerjaan ayah responden yaitu pedagang sebanyak 14 responden dengan persentase 32,6% jenis pekerjaan orang tua berkaitan dengan besarnya pendapatan yang akan menentukan kuantitas makanan yang dikonsumsi. serta pendapatan orang tua responden sebagian besar pendapatan orang tua responden berpendapatan >UMR sebanyak 33 orang dengan persentase 76,7% ini juga mempengaruhi untuk

pembelian buah dan sayur pada rumah tangga Jenis pekerjaan orang tua berkaitan dengan besarnya pendapatan yang akan menentukan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Dan juga dilihat dari aspek pendidikan ibu yang kebanyakan tamatan SMA 23 orang dengan presentase 53,5% sehingga mempengaruhi pengetahuan dan ketersediaan konsumsi buah dan sayur responden.

Pendapatan keluarga juga dapat berpengaruh terhadap ketersediaan pangan seperti sayur dan buah dalam rumah tangga. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rachman et al., 2017) yang mengatakan bahwa Pemenuhan kebutuhan suatu keluarga bergantung pada pendapatan keluarga terutama pendapatan orang tua. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Semakin tinggi pendapatan maka semakin besar peluang untuk memilih makanan yang baik. Sejalan dengan perubahan pendapatan seseorang maka akan diikuti pula dengan perubahan dalam susunan makanan yang dikonsumsi. Seseorang dengan status ekonomi yang tinggi cenderung akan mengkonsumsi makanan dengan memperhatikan kandungan gizi

Dari hasil penelitian tersebut di atas dapat disampaikan bahwa perilaku konsumsi sayur dan buah di latar belakang pengetahuan tentang pentingnya sayur dan buah. Anak yang telah mengetahui dan paham tentang pentingnya sayur secara sadar akan mengkonsumsi sayur dan buah. Demikian pula sebaliknya pengetahuan anak yang kurang menjadi salah satu penyebab rendahnya konsumsi pada anak selain dimungkinkan rendahnya kurangnya ketersediaan serta kemudahan dalam mendapatkan sayur dan buah.

Pendidikan mengenai gizi penting diketahui dalam mewujudkan perilaku memilih makanan sehat khususnya konsumsi sayur dan buah. Pengetahuan gizi merupakan modal utama seseorang dalam pemilihan makanan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan gizi seseorang, maka semakin baik pula perilaku konsumsi sayur dan buah orang tersebut. Upaya peningkatan pengetahuan gizi seseorang dapat dilakukan melalui pemberian penyuluhan, melalui media massa, elektronik, buku, permainan, dan kerabatan dekat. Peningkatan pengetahuan gizi tentang konsumsi sayur dan buah pada remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah yang lebih baik (Muna, 2019).