

**GAMBARAN POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH
SISWA SD NEGERI 027 PEKANBARU**

RINDA SEPTI ZULIANTI



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
PEKANBARU
2025**

**GAMBARAN POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH
SISWA SD NEGERI 027 PEKANBARU**

RINDA SEPTI ZULIANTI



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
PEKANBARU**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul
"Gambaran Pola Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SD Negeri 027 Pekanbaru"
adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis
sendiri dengan arahan dari pembimbing yang merupakan bagian atau keseluruhan
dari kegiatan yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang
dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 20 Juni 2025



METER
TEKNIK
23022AMX450712482

Rinda Septi Zulianti

P032213411071

PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tugas akhir dengan judul “Gambaran Pola Konsumsi Buah dan Sayur Siswa SD Negeri 027 Pekanbaru” ini adalah hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan tidak mengandung plagiat. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir karya tulis.

Dengan ini saya limpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.

Pekanbaru, 20 Juni 2025



Rinda Septi Zulianti

P032213411071

**GAMBARAN POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH
SISWA SD NEGERI 027 PEKANBARU**

RINDA SEPTI ZULIANTI

Tugas Akhir

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Ahlia Madya pada Program Studi D-III Gizi

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI
PEKANBARU
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

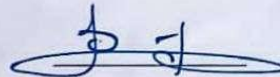
Judul Tugas Akhir : Gambaran Pola Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SD
Negeri 027 Pekanbaru
Nama : Rinda Septi Zulianti
NIM : P032213411071

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian
persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada
Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing :
Prof. Dr. Aslis Wirda Hayati, SP, M.Si



Penguji I :
Roziana, SST, M.Gizi

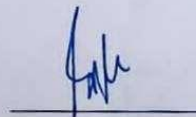


Penguji II :
Falinda Oktariani, M.Pd



Diketahui Oleh

Ketua Jurusan
Sri Mulyani, S.TP, M.Si
NIP. 197801232009122002



Tanggal Ujian : 20 Juni 2025

Tanggal Lulus :

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang senantiasa melimpahkan segala rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan usulan proposal tugas akhir ini yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau. Adapun judul dari proposal tugas akhir ini “Gambaran Pola Konsumsi Sayur dan Buah Siswa SD Negeri 027 Pekanbaru”.

Dalam menyelesaikan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Riau;
2. Sri Mulyani, STP, M.Si selaku Ketua Jurusan D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau;
3. Prof. Dr. Aslis Wirda Hayati, SP, M.Si selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga maupun pemikirannya untuk penulis dalam memberikan bimbingan untuk menyempurnakan dan menyelesaikan tugas akhir ini;
4. Roziana, SST, M.Gizi selaku Penguji I yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan tugas akhir ini;
5. Falinda Oktariani, M.Pd selaku Penguji II yang telah memberikan masukan demi kesempurnaan tugas akhir ini;
6. Kedua orangtua yang selalu menjadi penyemangat penulis ayahanda Zulkipli dan ibunda Gusminar yang selalu memberikan doa dan motivasi kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu berbagai saran dan kritik berbagai semua pihak merupakan masukan yang sangat berguna bagi penulis.

Pekanbaru, 20 Juni 2025

Rinda Septi Zulianti

P032213411071

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA	v
HALAMAN PENGESAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
RIWAYAT HIDUP	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Anak Usia Sekolah	4
2.2 Pola Konsumsi Sayur dan Buah	4
2.3 Jenis Sayur dan Buah.....	5
2.4 Frekuensi Sayur dan Buah.....	6
2.5 Jumlah Konsumsi Sayur dan Buah.....	6
2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Sayur dan Buah.....	7
2.7 Pola Konsumsi Berdasarkan Metode Food Frequency Questionnaire Food Frequency	8
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFENISI OPERASIONAL	9
3.1 Kerangka Konsep	9
3.2 Defenisi Operasional	9
BAB IV METODE PENELITIAN	11

4.1 Jenis dan Desain Penelitian	11
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	11
4.3 Populasi dan Sampel.....	11
4.3.1 Populasi.....	11
4.3.2 Sampel	11
4.4 Jenis Pengumpulan Data.....	11
4.4.1 Data Primer	11
4.4.2 Data Sekunder.....	12
4.5 Cara Pengumpulan Data	12
4.6 Pengolahan dan Analisis Data	12
4.6.1 Pengolahan Data	12
4.6.2 Analisis Data.....	14
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	15
5.1 Gambaran Umum Lokasi	15
5.2 Karakteristik Responden	15
5.3 Gambaran Pola Konsumsi Sayur dan Buah Anak Sekolah dasar	18
BAB VI PENUTUP	22
6.1 Kesimpulan.....	22
6.2 Saran.....	22
DAFTAR PUSTAKA	23
LAMPIRAN.....	27

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Defenisi Operasional.....	10
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden.....	16
Tabel 5. 2 Jenis Sayur dan Buah Yang Sering Dikonsumsi.....	18
Tabel 5. 3 Frekuensi Sayur dan Buah Yang Sering Dikonsumsi.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Persetujuan Responden.....	27
Lampiran 2. Formulir FFQ (Food Frequency Quisionnaire).....	28
Lampiran 3. Master Tabel Penelitian.....	30
Lampiran 4. Output Perhitungan SPSS.....	32
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	34
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	35

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Pulau Kampung pada tanggal 13 September 2003 sebagai anak pertama dari pasangan bapak Zulkipli dan ibu Gus Minar. Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) ditempuh di sekolah SMA Negeri 1 Kampar Timur dan lulus pada tahun 2022. Pada tahun 2022, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Diploma III di Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau.