

SKRIPSI

ANALISIS PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 35 PAGAMBIRAN TAHUN 2025

“Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Kesehatan Masyarakat”



Oleh:

**Putri Blessing Telaumbanua
2113201033**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Putri Blessing Telaumbanua

NIM : 2113201033

Tempat/Tanggal Lahir : Pasaman, 29 November 2003

Tahun Masuk : 2021

Program Studi : Kesehatan Masyarakat

Pembimbing Akademik : Dr. Eri Wahyudi, M.Kes

Nama Pembimbing I : Dr. Eri Wahyudi, M.Kes

Nama Pembimbing II : Fadhilatul Hasnah, M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

“ Analisis Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Usia Sekolah di SDN 35 Pagambiran Tahun 2025”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2025



Putri Blessing Telaumbanua

PERNYATAAN PERSETUJUAN

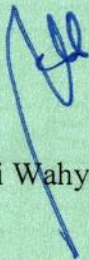
Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Putri Blessing Telaumbanua
NIM : 2113201087
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul : Analisis Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada
Anak Usia Sekolah di SDN 35 Pagambiran Tahun 2025

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifiah Padang.

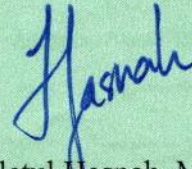
Padang, September 2025

Pembimbing I



(Dr. Eri Wahyudi, M.Kes)

Pembimbing II



(Fadhilatul Hasnah, M.Kes)

Disahkan Oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



(Ns. Syalvia Oresti, M.Kep,Ph.D)

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Putri Blessing Telaumbanua
NIM : 2113201087
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul : Analisis Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada
Anak Usia Sekolah di SDN 35 Pagambiran Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, September 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

Dr. Eri Wahyudi, M.Kes

(.....)

Pembimbing II

Fadhilatul Hasnah, M.Kes

(.....)

Penguji I

Desi Sarli, M.Keb., Ph.D

(.....)

Penguji II

Wilda Tri Yuliza, M.Kes

(.....)

Disahkan Oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi

Universitas Alifah Padang



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
Skripsi, Agustus 2025

Putri Blessing Telaumbanua

Analisis Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Usia Sekolah di SDN 35 Pagambiran Tahun 2025

xiii + 50 halaman , 6 tabel, 2 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Konsumsi buah dan sayur di Indonesia masih rendah, dengan data SKI (2023) menunjukkan lebih dari 96% masyarakat, khususnya di Sumatera Barat, kurang mengonsumsi keduanya. Perilaku ini pada anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan teman sebaya, serta paparan media. Rendahnya asupan buah dan sayur dapat menghambat tumbuh kembang anak dan meningkatkan risiko penyakit kronis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN 35 Pagambiran Tahun 2025.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian berlokasi di SDN 35 Pagambiran pada bulan Maret-Agustus 2025. Informan terdiri dari siswa kelas 4 dan 5, serta orang tua. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi, dengan analisis data menggunakan triangulasi teknik untuk validitas temuan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki pengetahuan baik tentang manfaat buah dan sayur, namun perilaku konsumsinya masih bervariasi. Faktor-faktor yang memengaruhinya meliputi ketersediaan di rumah, preferensi pribadi, dan tren makanan viral. Ketersediaan sayur di rumah lebih rutin dibanding buah. Dukungan teman sebaya juga signifikan, di mana siswa cenderung mengikuti kebiasaan makan teman-temannya.

Perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN 35 Pagambiran dipengaruhi oleh pengetahuan, dukungan keluarga, dan lingkungan teman sebaya. Meskipun pengetahuan sudah baik, tantangan dalam implementasi menjadi kebiasaan rutin masih ada. Edukasi berkelanjutan dan ketersediaan pangan sehat dari keluarga dan sekolah sangat penting untuk membentuk kebiasaan makan yang sehat.

Daftar Pustaka : 27 (2008-2023)

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Buah dan Sayur, Dukungan Keluarga, Dukungan Teman Sebaya, Konsumsi

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
Undergraduate Thesis, August 2025

Putri Blessing Telaumbanua

Analysis of Fruit and Vegetable Consumption Behavior among School-Age Children at SDN 35 Pagambiran in 2025

xiii + 50 pages, 6 tables, 2 pictures, 9 appendices

ABSTRACT

Fruit and vegetable consumption in Indonesia remains low, with SKI data (2023) showing that more than 96% of the population, particularly in West Sumatra, consumes insufficient amounts of both. This behavior in school-age children is strongly influenced by family and peer environments, as well as media exposure. Low fruit and vegetable intake can hinder children's growth and development and increase the risk of chronic diseases. This study is important to analyze the fruit and vegetable consumption behavior of students at SDN 35 Pagambiran in order to establish healthy habits from an early age. This study aims to analyze the fruit and vegetable consumption behavior of students at SDN 35 Pagambiran in 2025. Specifically, this study examined the behavior, knowledge, and role of family and peer support in student fruit and vegetable consumption.

This study used a qualitative approach with a descriptive phenomenological study design. The study took place at SDN 35 Pagambiran from March to August 2025. Informants consisted of fourth and fifth grade students and their parents. Data collection was conducted through in-depth interviews and observations, with data analysis using triangulation techniques to validate the findings.

The results indicate that students have good knowledge of the benefits of fruits and vegetables, but their consumption behaviors vary. Influencing factors include home availability, personal preferences, and viral food trends. Parents play a crucial role in providing education, despite challenges. Vegetables are more readily available at home than fruit. Peer support is also significant, with students tending to follow the eating habits of their peers.

Fruit and vegetable consumption behavior among students at SDN 35 Pagambiran is influenced by knowledge, family support, and peer support. Despite good knowledge, challenges remain in implementing it into a routine. Continuous education and the availability of healthy foods from family and school are crucial for establishing healthy eating habits.

Bibliography : 27 (2008-2023)
Keywords : School-Aged Children, Fruits dan Vegetables, Family Support, Peer Support, Consumption