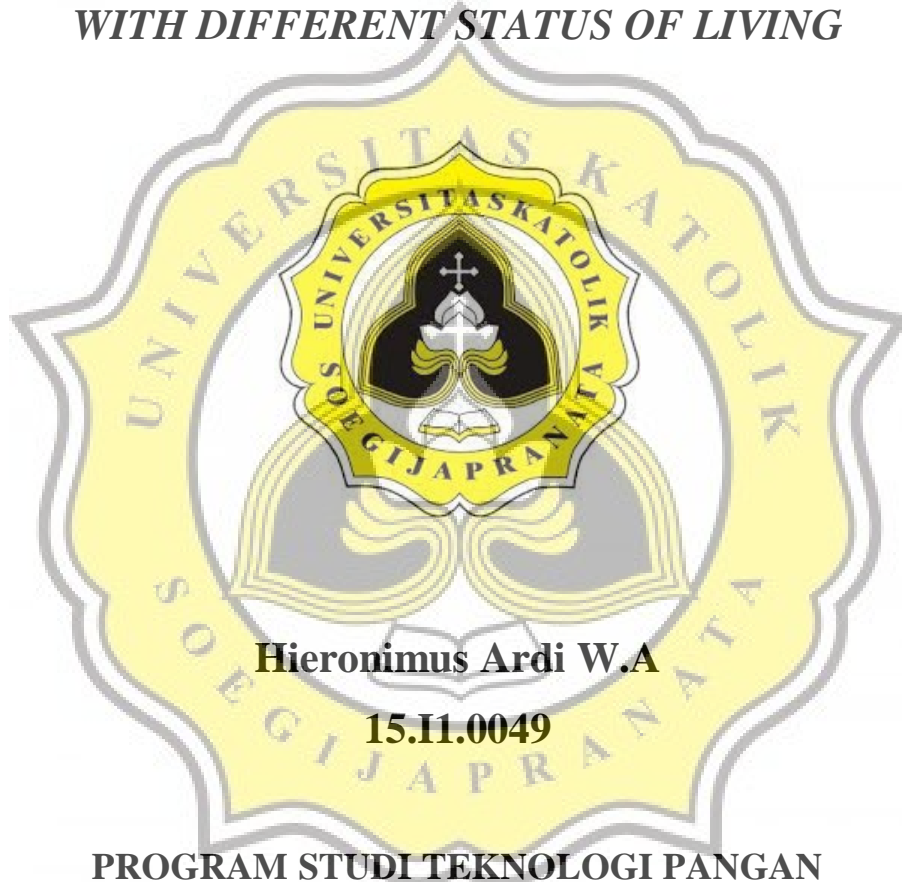


## **LAPORAN SKRIPSI**

# **PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA DENGAN STATUS TEMPAT TINGGAL YANG BERBEDA**

---

***KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND CONSUMPTION  
BEHAVIOR ON FRUIT AND VEGETABLE OF STUDENTS  
WITH DIFFERENT STATUS OF LIVING***



**Hieronimus Ardi W.A**

**15.II.0049**

**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN  
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2020**

# LAPORAN SKRIPSI

## **PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA DENGAN STATUS TEMPAT TINGGAL YANG BERBEDA**

---

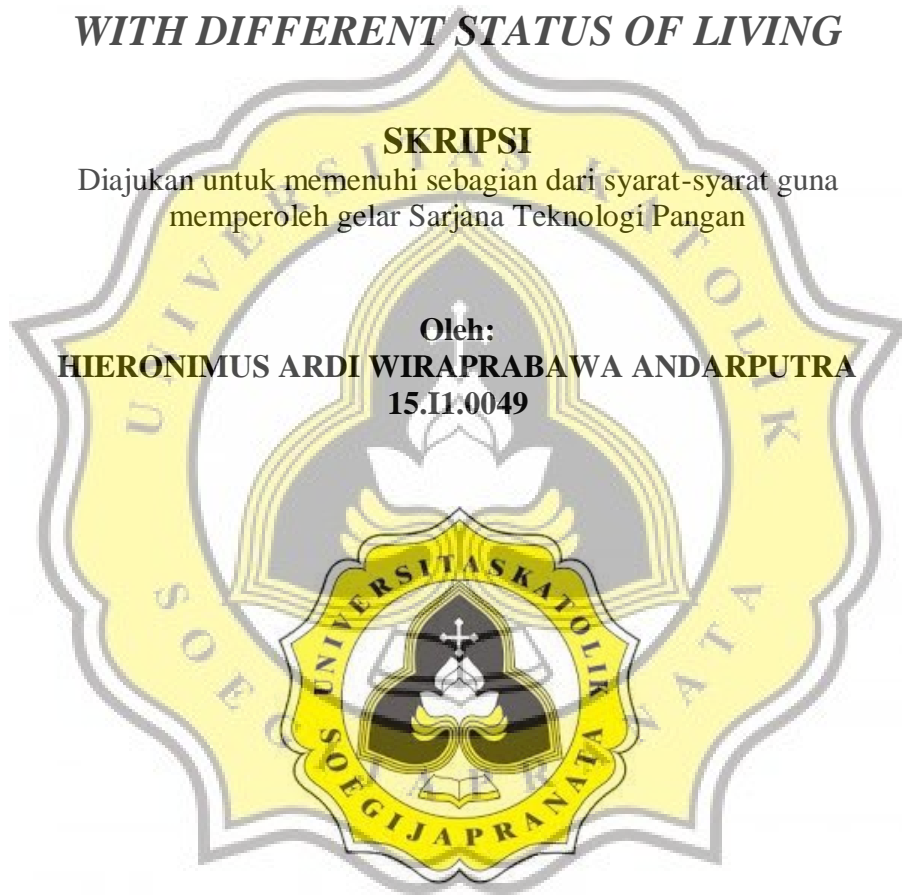
### ***KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND CONSUMPTION BEHAVIOR ON FRUIT AND VEGETABLE OF STUDENTS WITH DIFFERENT STATUS OF LIVING***

#### **SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna  
memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan

Oleh:

**HIERONIMUS ARDI WIRAPRABAWA ANDARPUTRA**  
**15.11.0049**



**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI PANGAN  
FAKULTAS TEKNOLOGI PERTANIAN  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2020**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hieronimus Ardi Wiraprabawa Andarputra

NIM : 15.I1.0049

Fakultas : Teknologi Pertanian

Program Studi : Teknologi Pangan

Menyatakan bahwa skripsi “Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa dengan Status Tempat Tinggal yang Berbeda” merupakan karya saya dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila saya tidak jujur, maka gelar dan ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 15 Oktober 2020



Hieronimus Ardi W.A

**PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU KONSUMSI  
BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA DENGAN  
STATUS TEMPAT TINGGAL YANG BERBEDA**

***KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND CONSUMER BEHAVIOR  
OF FRUIT AND VEGETABLE STUDENTS WITH WITH  
DIFFERENT STATUS OF LIVING***

Oleh:  
**HIERONIMUS ARDI WIRAPRABAWA ANDARPUTRA**  
15.11.00149

Program Studi : Teknologi Pangan

Skripsi ini telah disetujui dan dipertahankan  
dihadapan sidang penguji pada tanggal : 10 September 2020

Semarang, 15 Oktober 2020

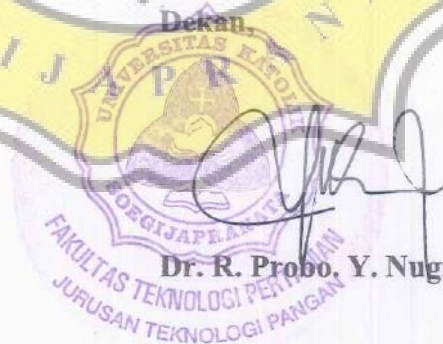
Fakultas Teknologi Pertanian  
Universitas Katolik Soegijapranata

Pembimbing I,



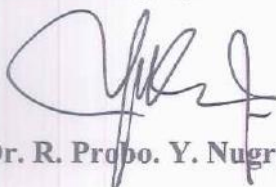
Meiliana, S.Gz, MS

Dekan,



Dr. R. Probo. Y. Nugrahedhi, S.TP, MSc

Pembimbing II,



Dr. R. Probo. Y. Nugrahedhi, S.TP, MSc

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hieronimus Ardi Wiraprabawa Andarputra

Program Studi : Teknologi Pangan

Fakultas : Teknologi Pertanian

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa dengan Status Tempat Tinggal yang Berbeda” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 15 Oktober 2020



Hieronimus Ardi W.A



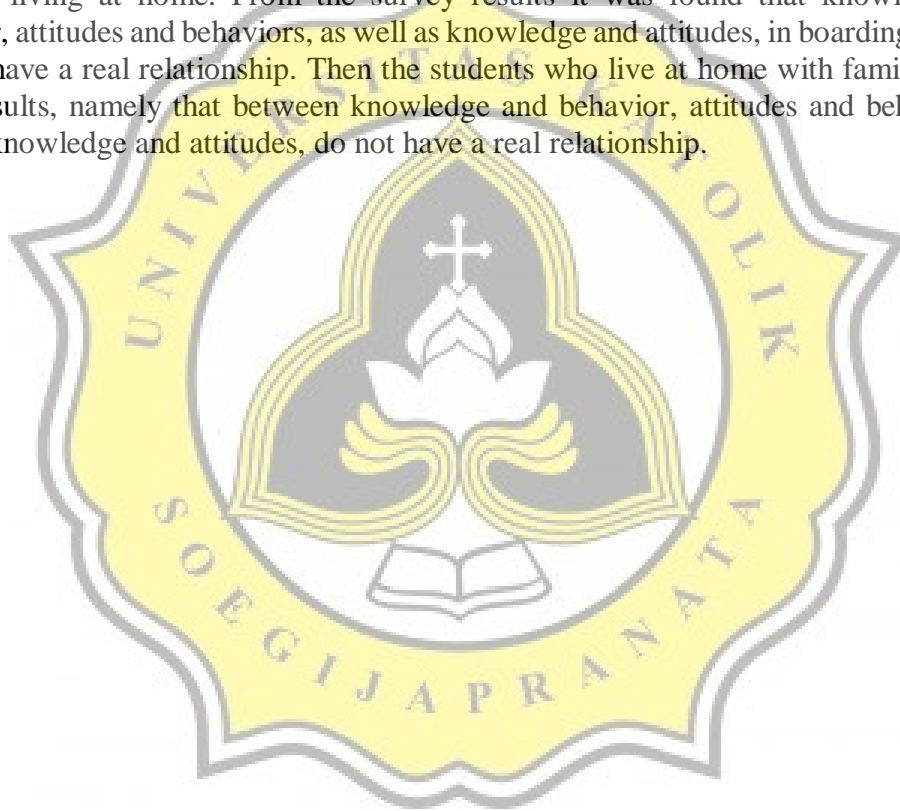
## RINGKASAN

Konsumsi Sayur dan buah merupakan bagian dari pola makan yang sehat dan seimbang. Sayur dan buah kaya dengan antioksidan, mengandung serat pangan, vitamin, air, dan mineral yang penting untuk menunjang kesehatan tubuh, pada berbagai kalangan usia, termasuk anak muda. Mahasiswa merupakan kelompok usia transisi dari masa remaja akhir menjadi dewasa awal yang lebih mandiri dalam menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi. Pada tahap ini, mahasiswa akan lebih memikirkan rencana yang akan datang dan meningkatkan pergaulan di lingkungan serta hidup lebih mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengetahuan, sikap, dan perilaku pola konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa rantau dan mahasiswa yang tinggal di rumah bersama keluarga di kota Semarang. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang dilakukan secara *cross sectional* (penelitian yang hanya dilakukan pada satu waktu tanpa adanya observasi lanjutan) dengan metode survei KAP (*Knowledge, Attitude, Practice*). Survei dilakukan kepada 278 mahasiswa yang terdiri dari 139 mahasiswa dengan status indekos dan 139 mahasiswa yang tinggal di rumah. Dari hasil pengetahuan dan perilaku, sikap dan perilaku, serta pengetahuan dan sikap, pada mahasiswa indekos tidak memiliki hubungan yang nyata. Kemudian pada mahasiswa yang tinggal di rumah bersama keluarga didapatkan hasil yang sama, yaitu bahwa antara pengetahuan dan perilaku, sikap dan perilaku, serta pengetahuan dan sikap, tidak memiliki hubungan yang nyata.



## SUMMARY

Consumption of Vegetables and fruit is part of a healthy and balanced diet. Vegetables and fruits are rich in antioxidants, contain dietary fiber, vitamins, water, and minerals that are important for supporting body health, at various ages, including young people. Students are a transition age group from late adolescence to early adulthood who are more independent in deciding what foods to consume. At this stage, students will think more about future plans and improve relationships in the environment and live more independently. This study aims to study the knowledge, attitudes, and behavior of fruit and vegetable consumption patterns on overseas students and students who live at home with families in the city of Semarang. This research is a quantitative descriptive study conducted in cross sectional manner (research that is only done at one time without further observation) with KAP survey method (Knowledge, Attitude, Practice). The survey was conducted on 278 students consisting of 139 students with boarding status and 139 students living at home. From the survey results it was found that knowledge and behavior, attitudes and behaviors, as well as knowledge and attitudes, in boarding students did not have a real relationship. Then the students who live at home with family get the same results, namely that between knowledge and behavior, attitudes and behavior, as well as knowledge and attitudes, do not have a real relationship.



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan rahmat-Nya yang melimpah kepada Penulis, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi, dengan judul “Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa dengan Status Tempat Tinggal yang Berbeda”.

Laporan skripsi merupakan salah satu syarat untuk memenuhi kelengkapan akademis yang bertujuan untuk mencapai program kesarjanaan srata satu (S1) program studi Teknologi Pangan, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.

Dalam pembuatan dan pelaksanaan skripsi ini, Penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, dan semangat dari banyak pihak. Tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan semangat dari banyak pihak, skripsi ini tidak dapat terlaksana dengan baik. Oleh karena itu, Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Meiliana, S.Gz, MS, selaku pembimbing I dan Dr. R. Probo. Y. Nugrahedi, S.TP, MSc., selaku pembimbing II, yang telah bersedia meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga dalam membimbing, memberi semangat, saran, dan dukungan doa sehingga terselesainya skripsi ini.
2. Dea N. Hendryanti, STP, MS, selaku koordinator skripsi yang telah membantu, membimbing, dan mengarahkan Penulis mengenai skripsi.
3. Papa dan mama yang telah memberikan banyak dukungan berupa doa, semangat, saran, dan bimbingan sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap Mahasiswa Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu dalam mengisi kuisisioner.
5. Pasukan Skripsweet (Carlos Darma Dwikita, Fabianus Bintang, dan Aurelius Fernalis) selaku teman seperjuangan selama skripsi yang telah memberikan semangat dan doa bagi Penulis.
6. Pasukan EUE (Febry Yogiansyah, Febri Badai Dirgantara, dan Levi Leondy Wael) selaku teman yang selalu memberi semangat, dukungan, bantuan dan doa bagi Penulis selama penelitian.




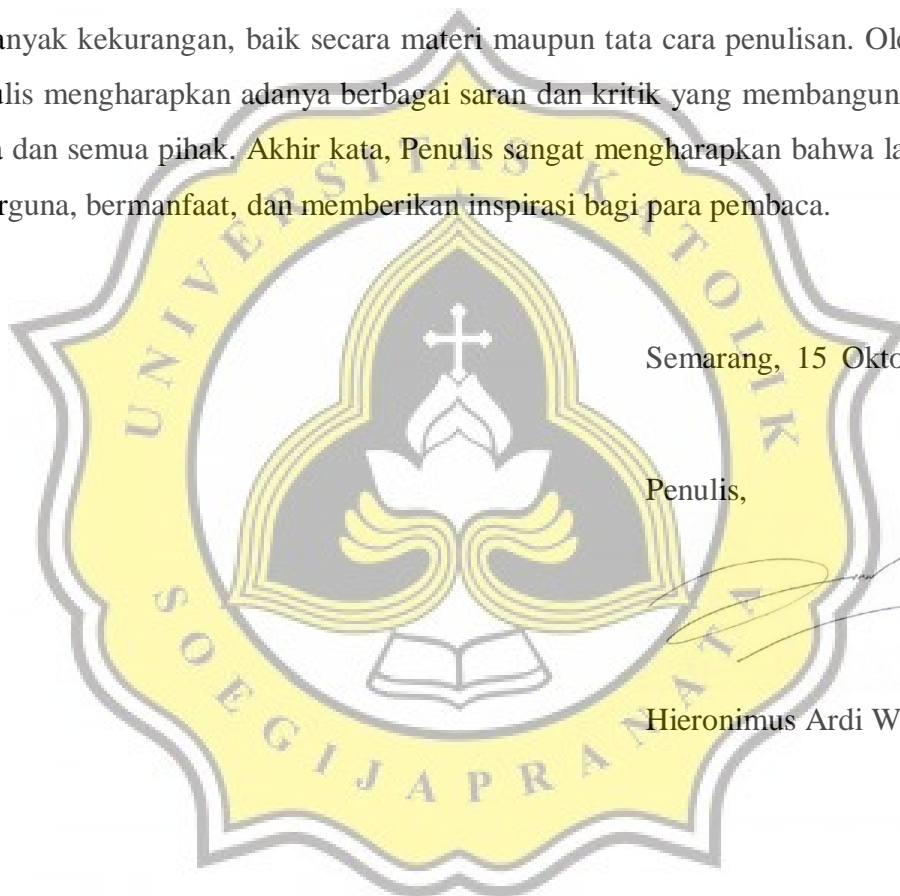
7. Pasukan Semarang Timur Asli (Leandro Carlos, Dheo Benedict, Jody Ashikin, dan Wira Prima Widagda) selaku teman yang selalu memberi semangat, dukungan, bantuan dan doa bagi Penulis selama penelitian.
8. Semua pihak yang tidak dapat Penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dan memberi saran dan kritik bermanfaat dalam pelaksanaan penelitian hingga penulisan laporan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan laporan skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih banyak kekurangan, baik secara materi maupun tata cara penulisan. Oleh karena itu, Penulis mengharapkan adanya berbagai saran dan kritik yang membangun dari para pembaca dan semua pihak. Akhir kata, Penulis sangat mengharapkan bahwa laporan ini dapat berguna, bermanfaat, dan memberikan inspirasi bagi para pembaca.

Semarang, 15 Oktober 2020

Penulis,

  
Hieronimus Ardi W.A



## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
RINGKASAN.....	iv
SUMMARY .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
1. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tinjauan Pustaka .....	3
1.2.1. Manfaat dan Kandungan Gizi Buah dan Sayur .....	3
1.2.2. Perilaku Makan Mahasiswa .....	4
1.3. Tujuan Penelitian .....	10
2. MATERI DAN METODE.....	11
2.1. Waktu dan Tempat Penelitian .....	11
2.2. Tahapan Penelitian .....	11
2.2.1. Pembuatan Kuisisioner .....	12
2.2.2. Survei Pendahuluan .....	12
2.2.3. Uji Validitas .....	12
2.2.4. Uji Reliabilitas.....	13
2.2.5. Survei Utama .....	13
2.2.6. Subjek Penelitian .....	13
2.2.7. Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	14
2.2.8. Variabel dan Definisi Operasional.....	14
2.2.9. Definisi Operasional .....	14
2.2.10. Teknik Pengolahan Data.....	16

2.3.	Analisa Data.....	16
3.	HASIL PENELITIAN .....	17
3.1.	Hasil Survei Pendahuluan.....	17
3.2.	Karakteristik Responden.....	19
3.3.	Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Responden .....	20
3.4.	Hasil Uji Hubungan <i>Spearman</i> .....	21
4.	PEMBAHASAN .....	23
4.1.	Karakteristik Responden Menurut Usia, Jenis Kelamin, Jurusan/progdi, dan Status Tempat Tinggal .....	23
4.2.	Pengetahuan Responden.....	24
4.3.	Sikap Responden.....	24
4.4.	Perilaku Responden.....	25
4.5.	Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal Rumah.....	26
4.6.	Hubungan antara Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal yang Rumah.....	26
4.7.	Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal Rumah.....	27
4.8.	Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal Indekos.....	27
4.9.	Hubungan antara Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal Indekos.....	28
4.10.	Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Berdasarkan Status Tempat Tinggal Indekos.....	29
5.	KESIMPULAN DAN SARAN.....	30
5.1.	Kesimpulan .....	30
5.2.	Saran.....	30
6.	DAFTAR PUSTAKA .....	31
7.	LAMPIRAN .....	33

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tabel Definisi Operasional Penelitian.....	14
Tabel 2. Hasil Validitas Variabel Pengetahuan Uji Pendahuluan .....	17
Tabel 3. Uji Validitas Variabel Sikap Uji Pendahuluan .....	17
Tabel 4. Uji Validitas Variabel Perilaku Uji Pendahuluan .....	18
Tabel 5. Uji Reliabilitas Variabel Pengetahuan Uji Pendahuluan.....	18
Tabel 6. Karakteristik Responden.....	19
Tabel 7. Variabel Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku mengenai Konsumsi Buah dan Sayur .....	20
Tabel 8. Variabel Perilaku mengenai Konsumsi Buah dan Sayur.....	20
Tabel 9. Hasil Uji Hubungan antara Pengetahuan Rumah dan Sikap Rumah Terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Rumah. ....	21
Tabel 10. Hasil Uji Hubungan antara Pengetahuan Rumah dan Sikap Rumah Terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Mahasiswa Indekos.....	22



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tahapan Penelitian..... 11



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Penelitian .....	33
Lampiran 2. Kuisisioner Penelitian Bagian B Sikap .....	36
Lampiran 3. Kuisisioner Penelitian Bagian B Perilaku .....	37
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Output SPSS.....	39
Lampiran 5. Hasil Uji Reliabilitas Output SPSS .....	42
Lampiran 6. Karakteristik Responden .....	43
Lampiran 7. Uji Hubungan <i>Spearman</i> .....	46

