

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SIKAP
DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR DI MASA PANDEMI
COVID – 19 PADA EMPAT KELOMPOK PEKERJAAN**

***RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION ON
ATTITUDES AND CONSUMPTION BEHAVIOUR OF FRUITS AND
VEGETABLES AMONGST PROFESSIONALS SOCIETIES***

TUGAS AKHIR

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



Oleh:

NADYA PUTRIDEWI PRASETIJA

17.II.0054

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

2021

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadya Putridewi Prasetija

NIM : 17.11.0054

Fakultas : Teknologi Pertanian

Program Studi : Teknologi Pangan

Menyatakan bahwa skripsi “HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR DI MASA PANDEMI COVID – 19 PADA EMPAT KELOMPOK PEKERJAAN” 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 dikembalikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 23 Juni 2021



Nadya Putridewi Prasetija

17.11.0054

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR DI MASA PANDEMI COVID – 19 PADA EMPAT KELOMPOK PEKERJAAN

RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION ON ATTITUDES AND CONSUMPTION BEHAVIOUR OF FRUITS AND VEGETABLES AMONGST PROFESSIONALS SOCIETIES

SKRIPSI

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

Oleh:

NADYA PUTRI DEWI PRASETIJA

17.11.0054

Program Studi: Teknologi Pangan

**Skrripsi ini telah disetujui dan dipertahankan
Dihadapan sidang penguji pada tanggal: 23 Juni 2021**

Semarang, 23 Juni 2021

Fakultas Teknologi Pertanian

Universitas Katolik Soegijapranata

Pembimbing I



Dr. Ir. Sumardi, M.Sc.



Dr. R. Probo Yulianto N., S.TP.,M.Sc.

Pembimbing II



Dr. Ir. Christiana Retnaningsih, M.P.

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

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nadya Putridewi Prasetija
Program Studi : Teknologi Pangan
Fakultas : Fakultas Teknologi Pertanian
Jenis Karya : Tugas Akhir

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Terhadap Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur di Masa Pandemi COVID-19 Pada Empat Kelompok Pekerjaan”. 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, 23 Juni 2021

Yang menyatakan,



Nadya Putridewi Prasetija

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yesus Kristus oleh karena kemurahan, kuasa, dan kasih sayang-Nya, penulis senantiasa diliputi oleh kesehatan, kesempatan, dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI TERHADAP SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR DI MASA PANDEMI COVID – 19 PADA EMPAT KELOMPOK PEKERJAAN”. Laporan ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Teknologi Pangan di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Laporan skripsi ini tidak mungkin dapat penulis selesaikan dengan baik tanpa bimbingan, arahan, bantuan, dan sumbangan semangat dari semua pihak yang terlibat dalam membantu penulis selama skripsi berlangsung. Pada kesempatan ini, penulis juga berterima kasih yang sangat besar kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus oleh karena kasih, kemurahan, dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Bapak Dr. R. Probo Y. Nugrahedi, STP, MSc. selaku Dekan Fakultas Teknologi Pertanian Program Studi Teknologi Pangan Universitas Katolik Soegijapranata.
3. Bapak Dr. Ir. Sumardi, M.Sc. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran, serta dengan sabar membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Ir. Christiana Retnaningsih M.P. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran, serta dengan sabar membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
5. Papi, Mami, dan Kevin selaku orang tua dan adik penulis yang tidak henti memberi semangat, doa terbaik, motivasi, sumber dana, dan kasih sayang kepada penulis selama menyelesaikan perkuliahan ini.
6. Flarina, Adelia, Bernadetha, Nafika, dan Trifena selaku teman seperjuangan penulis yang saling menyemangati dan membantu dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
7. Felita Agripinia, Ayleen Yoanna, Sabilla Wijayanti, Rafaela Belinda, Graceilla Tasha, Amanda Meirani, Natalia Andries, dan Gracia Megasari yang selalu menyemangati dan menjadi teman cerita untuk penulis, terima kasih untuk doa terbaiknya.
8. Seluruh karyawan dan staf Fakultas Teknologi Pertanian yang telah banyak membantu proses administrasi.

9. Seluruh teman – teman dan responden yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang banyak memberi dukungan dan bantuan bagi penulis.
10. *Last but not least*, terima kasih untuk Nadya Putridewi Prasetija yang selalu berjuang dan tidak menyerah dalam segala situasi, *i'm so proud of myself*.

Penulis sadar bahwa dalam menulis dan menyusun laporan skripsi ini, penulis masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, penulis sangat terbuka dengan adanya kritik dan saran dari pembaca, serta penulis juga meminta maaf sebesar – besarnya untuk segala kesalahan dan kekurangan dalam skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap agar laporan skripsi ini dapat berguna dalam memberi informasi bagi pihak yang membutuhkan.



Semarang, 23 Juni 2021

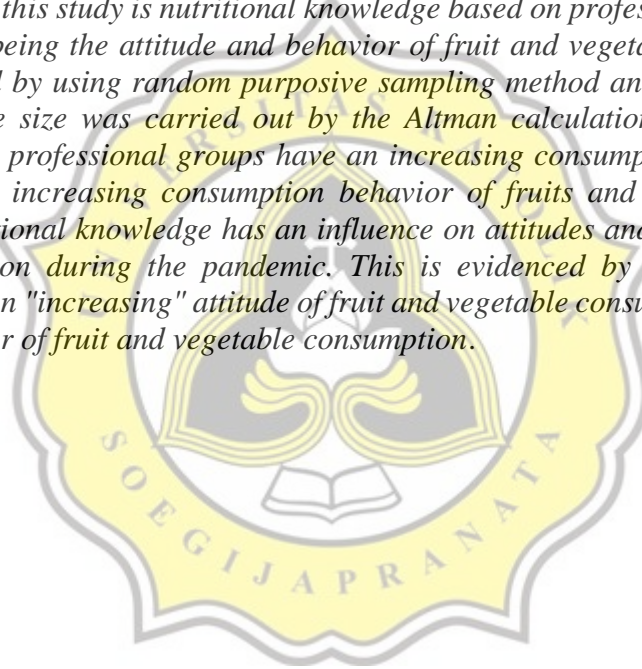
Nadya Putridewi Prasetija

RINGKASAN

Kelompok usia produktif merupakan orang yang membantu menjalankan roda perekonomian, sehingga kesehatan mereka mempengaruhi produktivitas kerja mereka. Pada usia inilah, konsumsi makanan seseorang sangat penting untuk dapat membantu mereka tetap melakukan aktifitas tanpa terhalang oleh sakit. Pengetahuan gizi penting untuk dipahami dan diterapkan terlebih pada masa pandemi COVID-19 ini dikarenakan pengetahuan gizi dapat mempengaruhi pemilihan makanan yang akan dikonsumsi untuk menjaga imunitas tubuh. Orang yang berusia produktif dirasa sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai bahan pangan yang dapat mendukung peningkatan sistem imun. Salah satu jenis bahan pangan yang dapat meningkatkan imunitas tubuh adalah buah dan sayur. Konsumsi banyak buah dan sayur diperlukan terlebih dimasa pandemi ini untuk membantu dalam mencegah terpapar virus corona karena buah dan sayur memiliki banyak vitamin dan mineral serta serat pangan yang baik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan profesi dengan pengetahuan gizi dan pengaruhnya terhadap sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur di masa pandemi COVID-19. Pada penelitian ini metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur, pembuatan kuesioner, uji pendahuluan, dan melaksanakan uji utama. Variabel utama dari penelitian ini adalah pengetahuan gizi berdasarkan kelompok pekerjaan dengan variabel terikat yaitu sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur. Sampel didapatkan dengan metode *random purposive sampling* dan penentuan jumlah sampel minimal dilakukan dengan metode perhitungan Altman. Hasil yang didapatkan adalah seluruh kelompok pekerjaan memiliki sikap konsumsi yang meningkat yang diikuti juga dengan perilaku konsumsi buah dan sayur yang semakin meningkat. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi memiliki pengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur dimasa pandemi. Hal ini dibuktikan dengan sejumlah 65% responden memiliki sikap konsumsi buah dan sayur “meningkat” yang diikuti dengan perilaku konsumsi buah dan sayur yang “semakin meningkat”.

SUMMARY

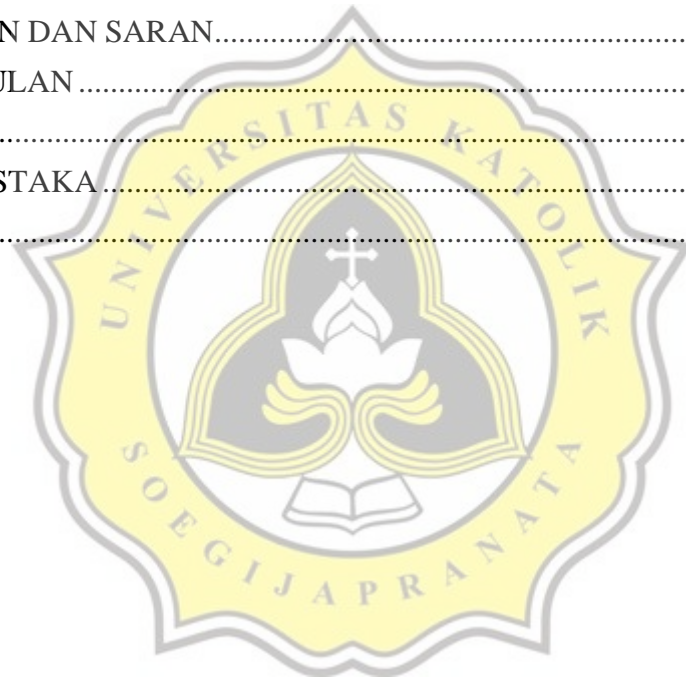
The productive age group is the person who helps run the economy, so that their health affects their work productivity. At this age, a person's food consumption is very important to be able to help them continue to do activities without being hindered by illness. Nutritional knowledge is important to understand and apply especially during the COVID-19 pandemic because nutritional knowledge can affect the choice of food to be consumed to maintain body immunity. People of productive age are deemed to already have sufficient knowledge about food ingredients that can support the improvement of the immune system. One type of food that can increase the body's immunity is fruit and vegetables. Consumption of lots of fruits and vegetables is needed especially during this pandemic to help prevent exposure to the corona virus because fruits and vegetables have lots of vitamins and minerals as well as good dietary fiber. The purpose of this study was to determine the relationship between the profession and knowledge of nutrition and its influence on attitudes and behavior of fruit and vegetable consumption during the COVID-19 pandemic. In this study, the research methods used were literature study, questionnaire preparation, preliminary test, and carrying out the main test. The main variable of this study is nutritional knowledge based on professional groups with the dependent variable being the attitude and behavior of fruit and vegetable consumption. The sample was obtained by using random purposive sampling method and the determination of the minimum sample size was carried out by the Altman calculation method. The results obtained are that all professional groups have an increasing consumption attitude, which is also followed by an increasing consumption behavior of fruits and vegetables. It can be concluded that nutritional knowledge has an influence on attitudes and behavior of fruit and vegetable consumption during the pandemic. This is evidenced by a number of 65% of respondents having an "increasing" attitude of fruit and vegetable consumption followed by an "increasing" behavior of fruit and vegetable consumption.



DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
KATA PENGANTAR	v
RINGKASAN.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tinjauan Pustaka	3
1.2.1. COVID-19.....	3
1.2.2. Lokasi Penelitian.....	4
1.2.3. Pengetahuan Gizi	6
1.2.4. Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur.....	7
1.2.5. Peran Sayur dan Buah dalam Menjaga Imunitas Tubuh.....	8
1.2.6. Karakteristik Usia Produktif.....	10
1.2.7. Frekuensi Konsumsi Buah dan Sayur di Indonesia dan Pengetahuan Gizi Tentang Sayur dan Buah.....	11
1.2.8. Metode Uji <i>Cross Tabulation</i>	13
1.3. Manfaat dan Tujuan Penelitian	13
2. MATERI DAN METODE.....	14
2.1. Terminologi.....	14
2.2. Diagram Alir Penelitian	15
2.3. Desain Penelitian.....	15
2.4. Tahapan Penelitian	16
2.5. Variabel Penelitian	18
2.6. Alat Pengumpulan Data	19
2.7. Jenis dan Sumber Data	19
2.8. Populasi, Sampel, dan Metode Pengambilan Sampel	20
2.8.1. Populasi.....	20
2.8.2. Sampel.....	20

2.8.3. Metode Pengambilan Sampel	20
2.9. Metode Pengumpulan Data	20
2.10. Pengolahan Data	23
2.11. Validitas dan Reliabilitas	23
2.12. Analisis Deskriptif variabel	24
3. HASIL PENELITIAN	25
Penelitian Pendahuluan	25
Penelitian Utama	25
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	26
Hasil Uji Deskriptif	27
Hasil Uji Hubungan	56
4. PEMBAHASAN	64
5. KESIMPULAN DAN SARAN	72
5.1 KESIMPULAN	72
5.2 SARAN	72
6. DAFTAR PUSTAKA	73
7. LAMPIRAN	76



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	26
Tabel 2. Hasil Deskriptif Identitas Responden	27
Tabel 3. Hasil Uji Deskriptif Protokol Kesehatan Selama Pandemi COVID-19	29
Tabel 4. Hasil Uji Tabulasi antara Kelompok pekerjaan dengan Pengetahuan Gizi	30
Tabel 5. Hasil Uji Tabulasi antara Kelompok pekerjaan dengan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur	30
Tabel 6. Tabel Hasil Uji Tabulasi antara Kelompok pekerjaan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Responden	31
Tabel 7. Deskripsi mengenai Tingkat Pengetahuan Gizi Masing – masing Kelompok pekerjaan Berdasarkan Usia.....	32
Tabel 8. Deskripsi mengenai Tingkat Pengetahuan Gizi Masing – masing Kelompok pekerjaan Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 9. Hasil Uji Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Pengetahuan Gizi pada Kelompok pekerjaan	34
Tabel 10. Hasil Uji Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah pada Kelompok pekerjaan.....	36
Tabel 11. Hasil Uji Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Kelompok pekerjaan.....	38
Tabel 12. Hasil Uji Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Pengetahuan Gizi pada Kelompok pekerjaan	40
Tabel 13. Hasil Uji Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur pada Kelompok pekerjaan.....	42
Tabel 14. Hasil Uji Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Kelompok pekerjaan.....	45
Tabel 15. Rata – rata Konsumsi Sayur Berdasarkan Variabel Pengetahuan Gizi, Sikap Konsumsi, dan Perilaku Konsumsi pada Kelompok pekerjaan	47
Tabel 16. Rata – rata Konsumsi Buah Berdasarkan Variabel Pengetahuan Gizi, Sikap Konsumsi, dan Perilaku Konsumsi pada Kelompok pekerjaan	49
Tabel 17. Total Frekuensi Konsumsi Sayur Per Bulan Per Sampel Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi	51
Tabel 18. Total Frekuensi Konsumsi Buah Per Bulan Per Sampel Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi	51
Tabel 19. Total Frekuensi Konsumsi Sayur per Bulan per Sampel Berdasarkan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur (c)	52
Tabel 20. Total Frekuensi Konsumsi Buah per Bulan per Sampel Berdasarkan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur.....	53
Tabel 21. Total Frekuensi Konsumsi Sayur per Bulan per Sampel Berdasarkan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur.....	54
Tabel 22. Total Frekuensi Konsumsi Buah per Bulan per Sampel Berdasarkan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur.....	55
Tabel 23. Hasil Uji Tabulasi antara Kelompok pekerjaan dengan Pengetahuan Gizi dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur.....	56
Tabel 24. Hasil Uji Tabulasi Perilaku Konsumsi dengan Pengetahuan Gizi Berdasarkan Kelompok pekerjaan	57
Tabel 25. Hasil Uji Tabulasi Pengetahuan Gizi dengan Pendidikan Terakhir Berdasarkan Kelompok pekerjaan	58
Tabel 26. Hasil Uji Tabulasi Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur dengan Jenjang Pendidikan Berdasarkan Kelompok pekerjaan	59

Tabel 27. Hasil Uji Tabulasi Pengetahuan Gizi dengan Penghasilan Berdasarkan Kelompok pekerjaan	60
Tabel 28. Hasil Uji Tabulasi Perilaku Konsumsi dengan Penghasilan berdasarkan Kelompok pekerjaan	61
Tabel 29. Hasil Uji Tabulasi Sikap Konsumsi dengan Perilaku Konsumsi Berdasarkan Kelompok pekerjaan	62



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Peta Kota Semarang	4
Gambar 2. Peta Jawa Tengah.....	5
Gambar 3. Peta Pulau Jawa.....	6
Gambar 4. Diagram Alir Penelitian	15



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Perhitungan Jumlah Sampel Minimal	76
Lampiran 2. Daftar pertanyaan responden : Deskripsi identitas responden	77
Lampiran 3. Daftar Pertanyaan Seputar Protokol Kesehatan Selama Pandemi COVID-19....	79
Lampiran 4. Daftar Pertanyaan Pengetahuan Responden Mengenai Gizi pada Makanan	80
Lampiran 5. Daftar Pertanyaan Frekuensi Konsumsi Buah dan Sayur Selama Pandemi COVID-19.....	81
Lampiran 6. Daftar Pertanyaan Sikap Responden Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Selama Pandemi COVID-19.....	84
Lampiran 7. Daftar Pertanyaan dan Koding Data.....	85
Lampiran 8. Output SPSS	90
Lampiran 9. Perhitungan URT pada Buah Naga dan Buah Plum.....	97
Lampiran 10. Tabel Jenis Buah dan Sayur yang dikonsumsi Responden	98
Lampiran 11. Hasil Uji Tabulasi Silang	100
Lampiran 12. Tabulasi Sikap Konsumsi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi pada masing – masing Kelompok pekerjaan.....	106
Lampiran 13. Tabulasi Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Konsumsi berdasarkan Kelompok pekerjaan.....	107
Lampiran 14. Tabulasi Sikap Konsumsi Buah dan Sayur dengan Perilaku Konsumsi Masing – Masing Responden Berdasarkan Kelompok pekerjaan	108
Lampiran 15. Hasil Tabulasi Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Berdasarkan Kelompok pekerjaan.....	109
Lampiran 16. Hasil Tabulasi Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Berdasarkan Kelompok pekerjaan.....	109
Lampiran 17. Tabulasi Tingkat Pengetahuan Gizi Berdasarkan Kelompok pekerjaan.....	109