

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN SIKAP DAN
PERILAKU KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA
MASYARAKAT RENTANG USIA 36-45 TAHUN SELAMA MASA
PANDEMI COVID-19**

*THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT
NUTRITIONAL ON THE ATTITUDES AND CONSUMPTION
BEHAVIORS OF VEGETABLE AND FRUIT AMONG 36-45 YEARS
OLD DURING THE COVID-19 PANDEMIC*

SKRIPSI

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

Oleh :

TRI FENA YUNIA

17.II.0148



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

2021



PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tri Fena Yunia
NIM : 17.11.0148
Fakultas : Teknologi Pertanian
Jurusan : Teknologi Pangan

Dengan ini menyatakan bahwa, skripsi yang berjudul "Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Masyarakat Rentang usia 36-45 tahun Selama Masa Pandemi COVID-19" merupakan karya saya dan bebas plagiasi atau tidak pernah terdapat karya serupa yang diajukan untuk memperoleh gelar kesarjana di suatu Perguruan Tinggi. Sepengetahuan saya juga tidak ada karya yang pernah ditulis/diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis dicantumkan dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata terbukti bahwa skripsi ini, sebagian atau seluruhnya merupakan hasil plagiasi maka gelar sarjana dan ijazah yang saya peroleh, rela untuk dibatalkan sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Katolik Soegijapranata dan/atau peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Semarang, 23 Juni 2021

Yang menyatakan,



Tri Fena Yunia
(17.11.0148)

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN SIKAP DAN PERILAKU
KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA MASYARAKAT RENTANG USIA 36-45
TAHUN SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

*THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT NUTRITIONAL ON THE
ATTITUDES AND CONSUMPTION BEHAVIORS OF VEGETABLE AND FRUIT
AMONG 36-45 YEARS OLD DURING THE COVID-19 PANDEMIC*

SKRIPSI

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

Oleh :

TRI FENA YUNIA

NIM : 17.11.0148

Program Studi : Teknologi Pangan

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

Semarang, 23 Juni 2021

Fakultas Teknologi Pangan,

Universitas Katolik Soegijapranata

Pembimbing I



Dr. Ir. Sumardi, M. Sc.

Dekan,



Dr. R. Probo Y. Nugroho, S. TP., M. Sc.

Pembimbing II



Dr. Ir. Ch. Retnaningsih, MP.

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tri Fena Yunia
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 "Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Masyarakat Rentang usia 36-45 tahun Selama Masa Pandemi COVID-19". Dengan hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berhak menyimpan, mengalihkan mediaformatkan, 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,



Tri Fena Yunia

KATA PENGANTAR

Ucapan syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat, anugerah dan penyertaan-Nya pada penulis dalam mengerjakan tugas akhir hingga dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Masyarakat Rentang usia 36-45 tahun Selama Masa Pandemi COVID-19”**. Tugas akhir ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Teknologi Pangan pada Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Tugas akhir yang dikerjakan oleh penulis merupakan hasil penerapan dan pengembangan ilmu yang telah didapatkan oleh penulis selama masa perkuliahan. Penulis menyadari bahwa ada banyak pihak yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir ini, oleh sebab itu dengan rendah hati penulis berterima kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu menyertai dan memberi kasih karuniaNya kepada penulis, dan selalu menjadi sumber pengharapan dan kekuatan sejati bagi penulis senantiasa dalam keadaan apapun.
2. Dr. R. Probo Y. Nugrahedi, S.T.P., M.Sc. selaku Dekan Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, serta seluruh tenaga pengajar Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang membantu dalam seluruh fase perkuliahan penulis.
3. Dr. Ir. Sumardi, M.Sc selaku pembimbing pertama dan Dr. Ir. Ch. Retnaningsih, MP. selaku pembimbing kedua yang senantiasa membimbing, mengajar, memperhatikan, dan mendukung penulis selama proses pembuatan tugas akhir ini.
4. Kedua orang tua dan keluarga penulis : Papa, Mama, Cik Yaya, Koh Dani, Mba Utami, dan Kenizio yang selalu memberi semangat, doa, kasih sayang, dan dukungan rohani maupun jasmani hingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan ini dengan baik.
5. Sandhika Satria Setyananda yang selalu mendukung, menemani, dan mendampingi penulis setiap waktu dalam suka maupun duka dengan tak henti-hentinya dengan penuh kasih sayang.
6. Teman-teman tim survey *online* : Adel, Detha, Ninin, Flarina, dan Nadia yang telah

bersemangat berjuang bersama dengan penulis dalam mencari responden hingga dapat menyelesaikan tugas akhir bersama-sama dengan tepat waktu.

7. Seluruh teman FTP 2017 dan pihak lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna. Penulis berharap agar penelitian ini dapat menambah wawasan pembaca terkait pengaruh pandemi COVID-19 yang dialami oleh seluruh dunia pada perilaku konsumsi sayur dan buah masyarakat. Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak lepas dari kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca, demi perbaikan karya tulis penulis yang akan datang. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih.



Semarang, 23 Juni 2021

Penulis,

Tri Fena Yunia

RINGKASAN

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA MASYARAKAT RENTANG USIA 36-45 TAHUN SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

Saat pandemi COVID-19, pentingnya menjaga kesehatan tubuh. Salah satu cara menjaga kesehatan tubuh adalah mengonsumsi sayur dan buah. Masyarakat dengan rentang usia 36-45 tahun termasuk dalam golongan usia produktif dan memasuki era lansia awal. Padatnya aktivitas yang dapat menyebabkan stress serta adanya perubahan metabolisme akibat pertambahan usia akan memicu timbulnya berbagai penyakit, apabila tidak diimbangi dengan perilaku konsumsi yang baik. Pada usia ini tentunya telah memiliki pengetahuan luas dan kebiasaan yang sudah terbentuk sehingga dapat mempengaruhi perilaku konsumsinya. Namun saat pandemi sekarang, perubahan perilaku konsumsi terutama pada usia ini belum diketahui secara pasti. Sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah, dengan indikator berupa pendapat responden, serta frekuensi dan tingkat konsumsi sayur dan buah berdasarkan memori *recall* 3x24jam pada responden rentang usia 36-45 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan penyebaran kuesioner online melalui media sosial dan diolah dengan teknik *purposive random sampling* pada wilayah Kota Semarang, Jawa Tengah (luar Semarang), Jawa (luar Jawa Tengah), dan luar Jawa. Kemudian data yang didapat ditabulasi dan dianalisis dengan metode deskriptif dan metode analisis inferensial yang berupa uji korelasi. Penelitian ini diawali dengan penelitian pendahuluan untuk menentukan jumlah minimal responden yang digunakan, dan didapatkan hasil minimal yang dibutuhkan minimal 335 responden. Data yang diperoleh dari hasil kuesioner adalah sebanyak 350 responden, namun tereduksi menjadi 342 responden karena terdapat data yang tidak lengkap dan tidak konsisten pada 8 responden. Kemudian, dilanjutkan dengan penelitian utama berupa uji deskriptif dan uji hubungan. Pada penelitian ini dilakukan dengan metode uji deskriptif dan uji hubungan. Uji hubungan pada penelitian ini menggunakan kendall tau c dan kendall parsial. Hasil menunjukkan bahwa masyarakat rentang usia 36-45 tahun yang memiliki sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah meningkat memiliki frekuensi konsumsi sayur dan buah sebanyak 3 kali/hari. Namun masyarakat rentang usia 36-45 tahun dengan pengetahuan gizi cukuplah yang memiliki frekuensi konsumsi sayur dan buah sebanyak 3 kali/hari, sehingga pengetahuan gizi tidak mempengaruhi frekuensi konsumsi pada masyarakat rentang usia 36-45 tahun. Pengetahuan gizi tinggi pada masyarakat usia 36-45 tahun paling banyak memilih sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah semakin meningkat selama pandemi COVID-19. Sehingga pada uji hubungan menghasilkan terdapat hubungan nyata antara pengetahuan gizi dengan sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada responden rentang usia 36-45 tahun. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi mempengaruhi sikap dan perilaku konsumsi responden usia 36-45 tahun selama pandemi COVID-19.

SUMMARY

THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT NUTRITIONAL ON THE ATTITUDES AND COMSUMPTION BEHAVIORS OF VEGETABLE AND FRUIT AMONG 36-45 YEARS OLD SOCIETY DURING THE COVID-19 PANDEMIC

During the COVID-19 pandemic, it is important to maintain a healthy body. One way to maintain a healthy body is to eat vegetables and fruit. People with an age range of 36-45 years are included in the productive age group and are entering the early elderly era. Density of activity and changes in metabolism due to age will trigger the emergence of various diseases, if not balanced with good consumption behavior. At this age, of course, they already have extensive knowledge and habits that have been formed so that they can influence their consumption behavior. However, during the current pandemic, changes in consumption behavior, especially at this age, are not known for certain. So this study was conducted to determine the relationship between nutritional knowledge with attitudes and behavior of consuming vegetables and fruits, with indicators in the form of respondents' opinions, as well as the frequency and level of consumption of vegetables and fruits based on memory recall 3x24 hours in respondents aged 36-45 years This research was conducted by distributing online questionnaires through social media and processed by purposive random sampling technique in the areas of Semarang City, Central Java (outside Semarang), Java (outside Central Java), and outside Java. Then the data obtained were tabulated and analyzed by descriptive method and inferential analysis method in the form of correlation test. This study begins with a preliminary study to determine the minimum number of respondents used, and obtained the minimum results required of at least 335 respondents. The data obtained from the questionnaire were 350 respondents, but it was reduced to 342 respondents because there were incomplete and inconsistent data on 8 respondents. Then, continued with the main research in the form of descriptive test and relationship test. This research was conducted by descriptive test method and relationship test. Test the relationship in this study using Kendall tau c and partial Kendall. The results show that people aged 36-45 years who have an increasing attitude and behavior in consuming vegetables and fruit have a frequency of consuming vegetables and fruit 3 times/day. However, people aged 36-45 years with sufficient nutritional knowledge have a frequency of consuming vegetables and fruit 3 times/day, so that nutritional knowledge does not affect the frequency of consumption in people aged 36-45 years. Knowledge of high nutrition in people aged 36-45 years mostly chooses attitudes and behavior to consume vegetables and fruit which is increasing during the COVID-19 pandemic. So that the relationship test resulted in a significant relationship between nutritional knowledge and attitudes and behavior in consuming vegetables and fruits in respondents aged 36-45 years. It can be concluded that nutritional knowledge affects the attitudes and consumption behavior of respondents aged 36-45 years during the COVID-19 pandemic.

DAFTAR ISI

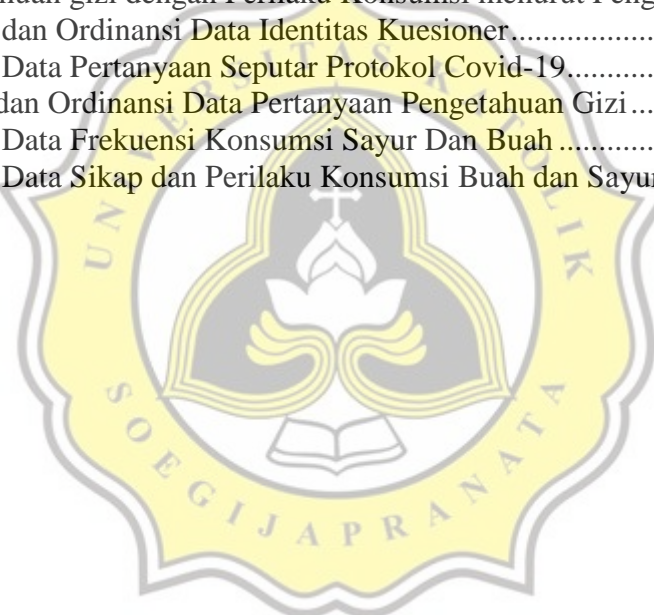
halaman

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
RINGKASAN.....	vi
SUMMARY	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Tinjauan Pustaka	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	17
2. MATERI DAN METODE	18
2.1. Tempat dan Waktu Penelitian	18
2.2. Terminologi	18
2.3. Diagram Alir Penelitian.....	18
2.4. Desain Penelitian	19
2.5. Tahapan Penelitian	21
2.6. Variabel, Parameter, Indikator, dan Variabel kontrol	22
2.7. Alat Pengumpul Data	24
2.8. Jenis dan Sumber Data	25
2.9. Populasi, Sampel, dan Metode Pengambilan Sampel	25
2.10. Hipotesis	31
3. HASIL PENELITIAN	32
3.1. Uji Pendahuluan	32
3.2. Penelitian Utama	32
4. PEMBAHASAN	53
4.1. Karakteristik Responden	54
4.2. Deskripsi Pengetahuan Protokol Kesehatan COVID-19 Responden.....	55
4.3. Pengetahuan Gizi dan Karakteristik Responden	56
4.4. Deskripsi Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah	58
4.5. Keragaman Jenis Sayur dan Buah yang Dikonsumsi Responden	62
4.6. Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah yang Dikonsumsi Responden.....	65
4.7. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dengan Sikap Konsumsi	66
4.8. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Konsumsi	68
4.9. Hubungan Antara Sikap dengan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah.....	70
5. KESIMPULAN DAN SARAN	72
5.1. Kesimpulan.....	72
5.2. Saran	72
6. DAFTAR PUSTAKA.....	73
7. LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

	halaman
Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 342 responden.....	33
Tabel 2. Karakteristik Identitas Responden.....	34
Tabel 3. Pengetahuan Seputar Protokol Kesehatan COVID-19	35
Tabel 4. Pengetahuan Gizi menurut Karakteristik Identitas Responden	36
Tabel 5. Sikap Konsumsi Sayur dan Buah menurut Pengetahuan Gizi	37
Tabel 6. Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah menurut Pengetahuan Gizi	37
Tabel 7. Frekuensi Konsumsi Sayur Responden menurut Pengetahuan Gizi	38
Tabel 8. Frekuensi Konsumsi Buah menurut Pengetahuan Gizi Responden	38
Tabel 9. Frekuensi Konsumsi Sayur menurut Sikap Konsumsi Sayur dan Buah.	39
Tabel 10. Frekuensi Konsumsi Buah menurut Sikap Konsumsi Sayur dan Buah	40
Tabel 11. Frekuensi Konsumsi Sayur menurut Perilaku Konsumsi	41
Tabel 12. Frekuensi Konsumsi Buah menurut Perilaku Konsumsi	41
Tabel 13. Deskripsi Jenis Sayur Dikonsumsi menurut Tingkat Pengetahuan Gizi	42
Tabel 14. Deskripsi Jenis Sayur yang Dikonsumsi menurut Sikap Konsumsi.....	43
Tabel 15. Deskripsi Jenis Sayur yang Dikonsumsi menurut Perilaku Konsumsi .	44
Tabel 16. Deskripsi Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah Responden.....	45
Tabel 17. Deskripsi Jenis Buah Dikonsumsi menurut Tingkat Pengetahuan Gizi	46
Tabel 18. Jenis Buah yang Dikonsumsi menurut Sikap Konsumsi	47
Tabel 19. Jenis Buah yang Dikonsumsi menurut Perilaku Konsumsi.....	49
Tabel 20. Deskripsi Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah	50
Tabel 21. Pengetahuan Gizi dengan Sikap dan Perilaku Konsumsi Responden...	51
Tabel 22. Jumlah Produksi Sayur Menurut BPS	64
Tabel 23. Jumlah Produksi Buah Menurut BPS	65
Tabel 24. Hasil Uji Validitas Pengetahuan Gizi.....	82
Tabel 25. Hasil Uji Reliabilitas Pengetahuan Gizi.....	82
Tabel 26. Hasil Uji Validitas Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah	83
Tabel 27. Hasil Uji Reliabilitas Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah.....	83
Tabel 28. Hasil Uji Validitas Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah	83
Tabel 29. Hasil Uji Reliabilitas Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah ..	84
Tabel 30. Hasil Pengetahuan Responden Seputar COVID-19	85
Tabel 31. Hasil Sikap Konsumsi Berdasarkan Pengetahuan Gizi	85
Tabel 32. Hasil Perilaku Konsumsi Berdasarkan Pengetahuan Gizi	85
Tabel 33. Hasil Frekuensi Konsumsi Sayur Berdasarkan Pengetahuan Gizi	86
Tabel 34. Hasil Frekuensi Konsumsi Buah Berdasarkan Pengetahuan Gizi	86
Tabel 35. Hasil Jenis Kelamin Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden.....	86
Tabel 36. Hasil Jenis Pekerjaan Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden.....	87
Tabel 37. Hasil Penghasilan Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden	87
Tabel 38. Hasil Pendidikan Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden.....	87
Tabel 39. Hasil Status Pernikahan Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden....	88
Tabel 40. Hasil Domisili Berdasarkan Pengetahuan Gizi Responden	88
Tabel 41. Hasil Frekuensi Konsumsi Sayur Berdasarkan Sikap Konsumsi	88
Tabel 42. Hasil Frekuensi Konsumsi Buah Berdasarkan Sikap Konsumsi	89
Tabel 43. Hasil Frekuensi Konsumsi Sayur Berdasarkan Perilaku Konsumsi	89
Tabel 44. Hasil Frekuensi Konsumsi Buah Berdasarkan Perilaku Konsumsi.....	89

Tabel 45. Hasil Jenis Sayur yang dikonsumsi Responden	90
Tabel 46. Hasil Jenis Buah yang dikonsumsi Responden	90
Tabel 47. Perhitungan URT pada Buah Naga	91
Tabel 48. Perhitungan URT pada Buah Plum	91
Tabel 49. Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Pengetahuan Gizi	93
Tabel 50. Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Pengetahuan Gizi	97
Tabel 51. Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Sikap Konsumsi	101
Tabel 52. Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Sikap Konsumsi	106
Tabel 53. Keragaman Jenis Sayur Berdasarkan Perilaku Konsumsi	111
Tabel 54. Keragaman Jenis Buah Berdasarkan Perilaku Konsumsi	114
Tabel 55. Hasil Uji Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap Konsumsi	119
Tabel 56. Hasil Uji Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Perilaku	119
Tabel 57. Hasil Uji Hubungan Sikap dengan Perilaku Konsumsi	119
Tabel 58. Pengetahuan Gizi dan Sikap Konsumsi menurut Pendidikan	119
Tabel 59. Pengetahuan gizi dan Sikap Konsumsi menurut Penghasilan	120
Tabel 60. Pengetahuan Gizi dan Perilaku Konsumsi menurut Pendidikan	120
Tabel 61. Pengetahuan gizi dengan Perilaku Konsumsi menurut Penghasilan	120
Tabel 62. Koding dan Ordinansi Data Identitas Kuesioner	122
Tabel 63. Koding Data Pertanyaan Seputar Protokol Covid-19	123
Tabel 64. Koding dan Ordinansi Data Pertanyaan Pengetahuan Gizi	124
Tabel 65. Koding Data Frekuensi Konsumsi Sayur Dan Buah	125
Tabel 66. Koding Data Sikap dan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur	127



DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 1. Diagram Alur Penelitian.....	19



DAFTAR LAMPIRAN

	halaman
Lampiran 1. Perhitungan Jumlah Sampel.....	81
Lampiran 2. Hasil SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas.....	81
Lampiran 3. Hasil SPSS Analisis Uji Deskriptif.....	85
Lampiran 4. Hasil SPSS Analisis Uji Hubungan	119
Lampiran 5. Koding Data dan Ordinansi Data.....	122
Lampiran 6. Hasil Antiplagiasi.....	1228

