

HUBUNGAN POLA KONSUMSI SAYUR DAN BUAH TERHADAP STATUS GIZI KELUARGA SELAMA PANDEMI *CORONA VIRUS DISEASE-19* (COVID-19)

Correlation of Vegetable and Fruit Consumption with Nutritional Status of Family During Covid-19 Pandemic

Eluzai Eben Heazer Saragih*, Bernatal Saragih, Aswita Emmawati

*Jurusan Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Mulawarman, Jl. Tanah Grogot
Kampus Gunung Kelua, Samarinda 75119
Penulis korespondensi: Eluzaisaragih98@gmail.com*

Submisi: 24.2.2022; Penerimaan: 17.1.2023; Dipublikasikan: 1.6.2023

ABSTRAK

Hidup sehat dan mengonsumsi buah dan sayur mampu meningkatkan sistem imunitas tubuh yang dapat mencegah penyebaran Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pola konsumsi buah dan sayur dan hubungannya terhadap status gizi. Metode penelitian menggunakan studi potong lintang yang mempelajari suatu korelasi antara faktor-faktor risiko, dengan efek yakni pendekatan pengumpulan data dengan analisis korelatif antara variabel dependen dan variabel independen. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 70 keluarga pada bulan Oktober 2020 sampai dengan November 2020 yang dilakukan secara daring menggunakan *google form* yang diperoleh dari Kota Samarinda, Kota Sangatta dan Desa Barja Tongah, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara. Uji statistik yang digunakan adalah *chi-square* untuk mengetahui hubungan status gizi dengan pola konsumsi sayur dan buah. Pola konsumsi sayur selama pandemi Covid-19 bahwa keluarga sering mengonsumsi sayur. Jenis sayur yang sering dikonsumsi adalah bayam. Selama pandemi frekuensi konsumsi mengalami peningkatan sebanyak 65,7%. Pola konsumsi buah selama pandemi Covid-19 menunjukkan bahwa keluarga sering mengonsumsi buah. Jenis buah yang sering dikonsumsi adalah pisang. Selama pandemi frekuensi konsumsi mengalami peningkatan sebanyak 65,7%. Karakteristik keluarga dengan usia kepala keluarga dewasa lanjut (51-75 tahun) dengan pendidikan SMA sederajat dan pekerjaan tidak tetap, Jumlah anggota keluarga ≤ 4 orang dan penghasilan keluarga \geq Rp.3.500.000, Ibu keluarga dengan pendidikan SMA sederajat dan pekerjaan tidak tetap sering mengonsumsi buah dan sayur. Frekuensi dan porsi konsumsi buah memiliki hubungan dengan penghasilan keluarga. Keluarga yang kurang porsi konsumsi sayur dan buah memiliki status gizi tidak baik lebih tinggi dibandingkan dengan keluarga yang cukup porsi konsumsi sayur dan buah.

Kata Kunci: Konsumsi buah dan sayur, status gizi, pandemi covid-19

ABSTRACT

Healthy living and consuming fruits and vegetables can boost the body's immune system which can prevent the spread of Covid-19. This study aims to determine the pattern of fruit and vegetable consumption and its relationship with nutritional status. The research method uses a cross-sectional study that studies a correlation between risk factors and effects, namely the data collection approach with correlative analysis between the dependent variable and the independent variable. The number of samples used was 70 families from October 2020 to November 2020 which were carried out while using the Google form obtained from Samarinda City, Sangatta City and Barja Tongah Village. The statistical test used was chi-square to determine the relationship between nutritional status and fruit and vegetable consumption patterns. The pattern of vegetable consumption during the Covid-19 pandemic is that families often consume vegetables. The type of vegetable that is often consumed is spinach. During the pandemic, frequency consumption increased by 65.7%. The pattern of fruit consumption during the Covid-19 pandemic shows that families

often consume fruit. The type of fruit that is often consumed is bananas. During the pandemic, frequency consumption increased by 65.7%. Characteristics of families with elderly heads of family (51-75 years old) with high school education and non-permanent jobs, number of family members ≤ 4 people and family income \geq Rp. consuming fruits and vegetables. The frequency and portion of fruit consumption has a relationship with family income. Families that consume less portions of vegetables and fruit have a higher nutritional status than families that consume enough portions of vegetables and fruit.

Keywords: Fruit and vegetables consumption, nutritional status, Covid-19 pandemic

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 di tahun 2020 telah ditetapkan sebagai wabah global oleh *World Health Organization* (WHO, 2020). Pandemi merupakan istilah kesehatan yang digunakan untuk penyebaran penyakit yang mengacu kepada epidemi yang telah menyebar luas dan menyerang orang dalam jumlah banyak di beberapa negara atau benua. Pandemi Covid-19 mengakibatkan sejumlah negara telah lumpuh, sehingga mengharuskan setiap orang di seluruh dunia untuk bekerja, belajar dan beribadah dari rumah. Pandemi Covid-19 sebagai penyakit menular dapat membahayakan nyawa. Penularannya dapat terjadi apabila seseorang yang terpapar virus Corona mengeluarkan percikan air liur saat bersin atau batuk kemudian terhirup oleh orang lain yang ada di sekitarnya serta melalui benda yang telah dipegang atau disentuh orang yang terkena virus.

Hidup sehat dan bersih merupakan solusi yang dianjurkan oleh pemerintah, dan untuk mencegah serta memutus mata rantai penyebaran virus Corona. Peraturan Pemerintah (PP) nomor 21 Tahun 2020 (Ditama Binbangkum - BPK RI (2022), telah dibuat untuk menerapkan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang ditandatangani oleh Presiden Republik Indonesia serta Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia juga telah mengeluarkan aturan yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 yaitu pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dengan tujuan memutus mata rantai penularan Covid-19.

Perubahan paradigma di kalangan masyarakat dan himbauan dari pemerintah bahwa menjaga sistem imunitas tubuh dapat membantu pencegahan infeksi virus Corona. Pemahaman bahwa agar tubuh tetap sehat selama wabah, diperoleh dari berbagai

informasi seperti media sosial, internet, televisi dan media cetak serta analisis berdasarkan pengetahuan dari setiap individu. Sistem imun atau sistem kekebalan tubuh adalah salah satu cara tubuh melawan infeksi dari bakteri ataupun virus, yaitu dengan meniadakan kerja toksin dan faktor virulen lainnya yang bersifat antigenik dan imunogenik. Antigen adalah suatu bahan atau senyawa yang dapat merangsang pembentukan antibodi. Imunogen adalah sifat senyawa yang dapat merangsang pembentukan antibodi spesifik sehingga bersifat protektif dan dapat meningkatkan kekebalan seluler.

Di dalam tubuh terdapat imunostimulan yang bekerja dalam mengaktifkan elemen yang berbeda, yang dapat meningkatkan pertahanan alamiah tubuh dalam mengatasi berbagai infeksi virus dan bakteri dan penyakit lainnya yang dapat menurunkan sistem imun.

Gizi merupakan salah satu faktor penentu dalam menjaga sistem imun dalam tubuh manusia terutama zat gizi mikro vitamin dan mineral. Vitamin diperlukan oleh tubuh untuk melakukan penyerapan zat gizi dan membantu proses metabolisme dan mineral yang dibutuhkan untuk menjaga agar organ berfungsi secara normal dan juga membantu tubuh dalam menjaga proses pertumbuhan, pengaturan dan perbaikan fungsi tubuh yang terkandung didalam sayur dan buah-buahan.

Peran vitamin A sebagai pemelihara sel epitel yang merupakan yang terlibat dalam fungsi imunitas non-spesifik. Status gizi adalah penentu dari kualitas sumber daya manusia dari makanan yang diberikan sehari-hari yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan, agar pertumbuhan individu selalu terjaga dengan optimal dan mencegah dari berbagai penyakit defisiensi. Status gizi normal adalah ukuran yang diinginkan setiap orang yaitu terdapat keseimbangan antara

jumlah energi yang masuk kedalam tubuh dengan jumlah energi yang dikeluarkan dari dalam tubuh.

Energi yang masuk kedalam tubuh dapat berupa karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral dan zat gizi lainnya yang diperoleh dari berbagai produk pertanian.

Menurut hasil laporan penelitian Riskesdas 2018 (Tim Riskesdas 2018, 2019) menyatakan sebanyak 93% anak-anak di Indonesia kurang makan sayur-sayuran dan buah-buahan. Hasil pemantauan status gizi tahun 2017 menyatakan bahwa status gizi Balita pada masyarakat Indonesia memiliki prevalensi status gizi buruk mencapai 3,8% dan 14,0% status gizi kurang (Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan RI, 2018). Masalah status gizi tersebut dapat menyebabkan sistem imun menurun dan memudahkan manusia terinfeksi virus.

Mengonsumsi buah dan sayur dapat membantu menjaga kesehatan tubuh selama pandemi karena kandungan nutrisi seperti fitokimia dan fitonutrien yang ada dalam buah dan sayur mampu meningkatkan sistem imunitas pada tubuh sehingga seseorang tidak mudah sakit, misalnya buah avokad yang mengandung sejumlah fitokimia seperti saponin, alkaloid, flavonoid, tanin, asam folat, asam pantotenat, asam oleat, beta-sitosterol, lesitin, niasin, vitamin(B₁, B₂, B₅, C, A, K, E, biotin), mineral (fosfor, zat besi, tembaga, kalsium, magnesium, zink, *glutathione*) dan serat.

Beberapa contoh sayur-sayuran yang memiliki khasiat adalah bayam merah yang kaya akan vitamin A, B₁, B₂, C, dan niasin, dan juga mengandung banyak mineral, seperti zat besi, kalsium, mangan, dan fosfor yang bermanfaat untuk memperlancar sistem pencernaan dan mempertahankan kebugaran tubuh. Berdasarkan anjuran dari WHO konsumsi sayur 73 kg per kapita per tahun dan buah 65 kg per kapita per tahun sedangkan data yang ada di Indonesia konsumsi sayur hanya 40 kg per kapita per tahun dan buah 32 kg per kapita per tahun.

Pada kondisi pandemi Covid-19 yang mengharuskan setiap kegiatan dilakukan di rumah, peran ibu keluarga sebagai aspek terpenting yang berpengaruh dalam menjaga ketahanan gizi di rumah tangga, yang

berperan penting dalam mengelola makanan, mengharuskan ibu memiliki pengetahuan sehingga sangat berpengaruh serta menentukan tingkat kecukupan gizi setiap anggota keluarganya terutama dalam mengonsumsi buah dan sayur.

METODE PENELITIAN

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah keluarga yang bersedia menjadi responden dan daerah yang mewakili populasi diperoleh dari Kota Samarinda, Kota Sangatta dan Desa Barja Tengah, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara dengan jumlah sampel sebanyak 70 keluarga, dilakukan pada masa pandemi Covid-19 periode bulan Oktober 2020 sampai dengan November 2020 menggunakan aplikasi *Google form* yang dilakukan secara daring. Teknik sampling yang digunakan menggunakan rumus besar *sampling* (Snedecor dan Cochran, 1967; Lemeshow et al., 1997).

Teknik Pengumpulan Data

Metode pengambilan data primer konsumsi buah dan sayur dengan melihat hasil kuesioner dari porsi, frekuensi, jenis konsumsi buah dan sayur. Status gizi keluarga ditentukan melalui Indeks Massa Tubuh (IMT = $\frac{\text{Berat badan}}{(\text{Tinggi badan})^2}$), berat badan dalam kg dan tinggi badan dalam meter sesuai usia dengan membandingkan nilai rujukan dari Kepmenkes No.1995/MENKES/SK/XII/2010 tentang standar antropometri penilaian status gizi anak (Direktorat Gizi Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Definisi Operasional

Keluarga adalah Subjek yang mengalami periode pandemi Covid-19 yang terdiri atas ibu, ayah, anak atau anggota keluarga yang tinggal bersama dalam satu rumah.

Umur adalah usia responden dan anggota keluarga dihitung sejak tanggal lahir sampai dengan waktu pada saat penelitian dilakukan yang dinyatakan dalam tahun seluruh anggota keluarga.

Jumlah anggota keluarga adalah anggota keluarga yang dikelompokkan menjadi keluarga kecil, sedang, dan besar.

Berat Badan adalah massa tubuh dalam satuan kilogram dari responden dan seluruh anggota keluarga yang pada saat penelitian dilakukan diisi kedalam kuesioner dan dinyatakan dalam satuan kilogram (KG).

Tinggi Badan adalah ukuran tinggi badan responden dan seluruh anggota keluarga pada saat penelitian dilakukan kemudian diisi ke dalam kuesioner yang dinyatakan dalam satuan centimeter (CM).

Status Gizi Keluarga adalah status gizi keluarga yang dikelompokkan menjadi baik, sedang, dan tidak baik.

Status Gizi Dewasa adalah keadaan kesehatan tubuh contoh berdasarkan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) per umur yang dibedakan menjadi kurus: 18,5, normal 18,5-24,9, gemuk: 25,0-27,0 dan obesitas: >27,0.

Status Gizi Balita adalah ukuran derajat rasio pemenuhan gizi yang dibutuhkan oleh balita usia 6-24 bulan yakni diperoleh dari pangan dan makanan dan diukur dengan antropometri dengan indeks BB/U menggunakan metode Z-score.

Pendidikan adalah jenjang pendidikan formal terakhir yang pernah ditempuh oleh responden sebagai penyelenggara makan di rumah.

Pekerjaan kepala keluarga adalah jenis pekerjaan yang dilakukan oleh kepala keluarga contoh yakni meliputi tidak bekerja, buruh, wiraswasta, TNI/PNS,/Polri, Pegawai swasta dan lainnya.

Pendapatan Keluarga adalah jumlah pendapatan tetap atau sampingan dari kepala keluarga, ibu, atau anggota keluarga lain pada periode satu bulan dalam satuan rupiah. Pendapatan keluarga digolongkan kedalam pendapatan tinggi (> Rp3.500.000), pendapatan sedang (Rp1.500.000-3.500.000), dan pendapatan rendah (< Rp1.500.000) (Riksavianti dan Samad, 2014).

Sayur dan Buah adalah bagian dari tanaman yang dapat berupa daun, bunga, buah, dan akar, yang dapat dimakan sebagai pelengkap makan nasi atau dimakan secara terpisah.

Pola konsumsi sayur dan buah adalah kebiasaan makan buah dan sayur yang

dikonsumsi keluarga dengan jenis, frekuensi, dan porsi konsumsi buah dan sayur. Jenis sayuran dan buah-buahan yang dikonsumsi dalam sehari selama pandemi Covid-19 tiga bulan terakhir, dengan kategori *Sangat baik* apabila dalam sehari ada beberapa jenis sayuran dan buah-buahan (bervariasi). Untuk sayuran lebih dari 3 jenis, sedangkan buah-buahan lebih dari 2 jenis. *Baik* jika dalam pengolahan sayuran terdapat 2-3 jenis sayuran yang berbeda. Sedangkan untuk buah apabila mengkonsumsi minimal 2 jenis buah dalam sehari. *Kurang*, jika hanya terdapat satu jenis sayuran dalam pengolahan/tidak bervariasi. Sedangkan untuk buah-buahan, dikatakan kurang apabila mengkonsumsi satu jenis buah atau tidak mengkonsumsi buah dalam sehari.

Porsi dan frekuensi konsumsi Sayuran dan Buah-buahan

Menurut WHO/FHO konsumsi sayur dan buah cukup apabila 5 porsi per hari. Dikatakan 5 porsi yaitu 3 porsi sayur dan 2 porsi buah atau 2 porsi sayur dan 3 porsi buah. Untuk satu porsi sayur yaitu 100 gram sedangkan untuk 1 porsi buah yaitu 100 gram. *Kurang* apabila konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi per hari.

Metode yang digunakan untuk mengetahui frekuensi konsumsi sayuran dan buah-buahan oleh responden dinyatakan dalam bentuk skor. Responden ditanya seberapa sering konsumsi sayuran dan buah-buahan 3 bulan terakhir selama pandemi Covid-19 dengan kategori (a) 3 x sehari (setiap kali makan), (b) 2 x sehari, (c) 1 x sehari, (d) 2 hari sekali, (e) 1-2 kali dalam seminggu, (f) jarang, (g) tidak pernah. Penentuan dari frekuensi pola konsumsi buah ditentukan menjadi sering, jarang dan tidak pernah. Kategori *sering* yaitu poin a-c, kategori *jarang* yaitu poin d-f, kategori *tidak pernah* yaitu poin g.

Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji ketepatan (validitas) dan uji ketelitian (reliabilitas) ditujukan untuk menunjukkan kinerja kuesioner dalam mengukur dengan baik dan sesuai apa yang diukur. Untuk memperoleh hasil uji validitas digunakan koefisien *Corrected item-total correlation*. Sedangkan untuk memperoleh

uji reliabilitas dilakukan dengan uji koefisien menggunakan uji *Cronbach's Alpha*.

Data pada penelitian ini tergolong valid dan reliabel. Uji validitas menghasilkan nilai $R=0,658$ ($T_{tabel}=0,6$) dan uji reliabilitas menghasilkan nilai $R=0,396-0,683$ ($R_{tabel}=0,235$)

Analisis Data

Hubungan antar variabel dianalisis dengan uji korelasi Pearson menggunakan *software* SPSS 23.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Pada penelitian ini terdapat 70 keluarga sebagai responden dengan karakteristik yang diteliti yakni meliputi umur kepala keluarga, pendidikan kepala keluarga, pekerjaan kepala keluarga, umur ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, jumlah anggota keluarga, pendapatan keluarga (Tabel 1). Responden pada penelitian ini mempunyai karakteristik umur kepala keluarga paling banyak pada kelompok dewasa lanjut (51-75 tahun) 36 keluarga (51,4%), diikuti umur (31-50 tahun) 23 keluarga (32,9%) dan umur (20-30 tahun) 11 keluarga (15,7%). Pendidikan kepala keluarga paling banyak SMA/SMK sederajat sebanyak 31 keluarga (44,3%) diikuti Perguruan tinggi (PT) sebanyak 24 keluarga (44,3%), sekolah dasar (SD) sebanyak 8 keluarga (11,4%), SMP/SLTP sederajat sebanyak 6 keluarga (8,6%) dan yang tidak sekolah hanya 1 keluarga (1,4%). Keluarga yang memiliki pekerjaan tidak tetap (petani, buruh, wiraswasta, pedagang, karyawan swasta) 56 keluarga (80%) dibandingkan keluarga yang memiliki pekerjaan tetap jumlahnya lebih banyak yakni (PNS, guru, atau pensiunan PNS) sebanyak 14 keluarga (20%).

Pada kelompok usia ibu rumah tangga diidentifikasi bahwa kelompok umur paling tinggi adalah (31-50 tahun) sebanyak 37 keluarga (59%), diikuti dengan umur (51-75) sebanyak 18 orang (25,7%), dan kelompok umur (20-30) sebanyak 15 orang (21,4%). Distribusi pendidikan ibu paling banyak yakni lulusan SMA/SMK sederajat sebanyak 29 orang (41,4%) dan paling sedikit SMP/SLTP dan SD sebanyak 8 orang

(11,4%) dan hanya 2 orang yang tidak sekolah (2,9%). Distribusi pekerjaan ibu yang paling banyak adalah pekerjaan tidak tetap (ibu rumah tangga, karyawan swasta, petani) yakni 62 orang (88,6%) dan pekerjaan tetap (PNS, pensiunan PNS dan guru) sebanyak 8 orang (11,4%).

Distribusi pendapatan keluarga yang paling banyak terdapat pada kelompok keluarga yang berpenghasilan diatas Rp3.500.000 (tiga juta lima ratus ribu rupiah) sebanyak 40 keluarga (57,1%) dan paling sedikit kelompok keluarga berpenghasilan dibawah Rp1.500.000 (satu juta lima ratus ribu rupiah) sebanyak 7 keluarga (10%). Pada kelompok jumlah anggota keluarga diperoleh paling banyak adalah keluarga kecil ≤ 4 orang anggota keluarga sebanyak (51 orang) (72,9%), dan paling sedikit adalah kelompok keluarga besar (≥ 8 orang) sebanyak 1 (1,4%).

Pola Konsumsi Sayur

Frekuensi konsumsi sayur yang paling tinggi adalah responden dengan kategori sering mengkonsumsi sayur sebanyak (61 responden) (87,1%) dan paling sedikit yaitu tidak pernah sebanyak (1 responden) (1,4%) (Tabel 1.).

Jenis sayur yang banyak dikonsumsi adalah bayam sebanyak 22 keluarga (31,45%), kangkung sebanyak 12 keluarga (17,1%) dan paling sedikit adalah sawi sebanyak tiga keluarga (4,3%) (Tabel 2).

Kuantitas konsumsi sayur keluarga umumnya termasuk kategori kurang, yaitu 69 keluarga (98,6%), dan selebihnya termasuk kategori cukup (hanya satu keluarga, 1,4%), yaitu hanya satu keluarga (1,4%). Distribusi frekuensi peningkatan konsumsi sayur adalah 46 keluarga (65,7%) yang menjawab Ya dan 24 keluarga (34,3%) yang menjawab Tidak. Frekuensi peningkatan konsumsi sayur paling banyak adalah 2 kali (27 keluarga) (38,6%) dan peningkatan ≥ 4 kali adalah yang paling sedikit (hanya satu keluarga, 1,4%).

Tidak terdapat hubungan yang nyata ($p>0,05$) antara semua atribut karakteristik keluarga (umur, pendidikan dan pekerjaan kepala keluarga; jumlah anggota keluarga, penghasilan, pendidikan ibu, dan pekerjaan

ibu) dengan pola (Tabel 1.) dan porsi (Tabel 3.) konsumsi sayur.

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Hermina dan Prihatini (2016) yang menyatakan ada hubungan antara umur dengan pola konsumsi sayur. Pendidikan selalu dianggap menjadi faktor kuat terhadap perilaku dalam mengambil keputusan.

Begitu pula dengan penelitian Hariyadi et al. (2010) yang menyatakan bahwa

pendidikan dan pengetahuan turut mempengaruhi seseorang dalam memilih dan memanfaatkan bahan pangan yang akan dikonsumsi. Tingkat pendidikan orang tua sampel akan membantu dalam menyusun pola makan yang baik dan juga sehat, serta mengetahui juga kandungan gizi dan sanitasi makanan dan hal-hal yang berkaitan dengan pola makanan yang baik.

Tabel 1. Hubungan antara karakteristik keluarga dan pola konsumsi sayur

Karakteristik keluarga	Frekuensi konsumsi sayur								Nilai p
	Sering		Jarang		Tidak pernah		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Umur kepala keluarga									0,199
20-30	11	15,8	0	0,0	0	0,0	11	15,8	
31-50	22	31,4	1	1,4	0	0,0	23	32,8	
51-75	28	40,0	7	10,0	1	1,4	36	51,4	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	
Pendidikan									0,256
Tidak sekolah	1	1,4	0	0,0	0	0,0	1	1,4	
SD	6	8,6	1	1,4	1	1,4	8	11,4	
SLTP/SMP	5	7,1	1	1,4	0	0,0	6	8,5	
SMA/SMK	26	37,1	5	7,1	0	0,0	31	44,2	
PT	23	32,9	1	1,4	0	0,0	24	34,2	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	
Pekerjaan									0,742
Tetap	13	18,6	1	1,4	0	0,0	14	20,0	
Tidak tetap	48	68,6	7	10,0	1	1,4	56	80,0	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	
Jumlah anggota keluarga									0,547
≤4 orang	45	64,3	6	8,7	0	0,0	51	73,0	
5-7 orang	15	21,4	2	1,9	1	1,4	18	25,6	
≥8 orang	1	1,4	0	0,0	0	0,0	1	1,4	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	
Penghasilan									0,115
≤ Rp1.500.000	6	8,6	1	1,4	0	0,0	7	10,0	
Rp1.500.000-2.500.000	7	10,0	3	4,3	1	1,4	11	15,7	
Rp2.500.000-3.500.000	12	17,1	0	0,0	0	0,0	12	17,1	
≥Rp3.500.000	36	51,4	4	5,7	0	0,0	40	57,1	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	
Pendidikan ibu									0,190
Tidak sekolah	2	2,9	0	0,0	0	0,0	2	2,9	
SD	7	10,0	1	1,4	0	0,0	8	11,4	
SMP/SLTP	5	7,1	2	2,9	1	1,4	8	11,4	
SMA/SMK	25	35,7	4	5,7	0	0,0	29	41,4	
PT	22	31,4	1	1,4	0	0,0	23	32,9	
Total	61	87,2	9	12,8	0	0,0	70	100,0	
Pekerjaan ibu									0,514
Tetap	8	11,4	0	0,0	0	0,0	8	11,4	
Tidak tetap	53	75,7	8	11,4	1	1,4	62	88,6	
Total	61	87,2	8	11,4	1	1,4	70	100,0	

Tabel 2. Karakteristik jenis sayur dan peningkatan konsumsinya

Karakteristik	Frekuensi	%
Jenis Sayur		
Bayam	22	31,4
Kangkung	12	17,1
Daun Singkong	9	12,9
Buncis	3	4,3
Sawi	7	10,0
Wortel	9	12,9
Semuanya (variasi)	8	11,4
Total	70	100,0
Peningkatan konsumsi sayur		
Tidak	24	34,3
Ya	46	65,7
Total	70	100,0
Frekuensi Peningkatan konsumsi sayur		
Tidak menjawab	11	15,7
1 kali	23	32,9
3 kali	8	11,4
≥ 4 kali	1	1,4
Total	70	100,0

Pekerjaan orang tua berkaitan dengan pendapatan keluarga. Dari hasil analisis hubungan pekerjaan dengan pola konsumsi sayur tidak terdapat hubungan yang signifikan. Peningkatan pendapatan akan meningkatkan perhatian terhadap gizi rumah tangganya. Keluarga dengan pendapatan rendah maka konsumsi rumah tangganya hanya akan berfokus pada konsumsi energi dari padi-padian namun pada peningkatan selanjutnya akan meningkatkan makanan

yang beragam. Namun pendapatan tidak selalu meningkatkan keragaman jenis pangan, melainkan membeli pangan yang harganya lebih mahal.

Pola Konsumsi Buah

Distribusi frekuensi konsumsi buah lebih banyak dibandingkan dengan konsumsi sayur yakni sebanyak (48 keluarga) (68,6%) dan yang jarang mengkonsumsi buah sebanyak (22 keluarga) (31,4%) (Tabel 4).

Jenis buah yang paling banyak dikonsumsi adalah buah pisang sebanyak (30 keluarga) (42,9%), Apel (12 keluarga) (17,1%), dan buah yang paling sedikit dikonsumsi adalah Alpukat sebanyak (1 keluarga) (1,4%). Porsi konsumsi buah juga sama dengan porsi konsumsi sayur dengan kategori kurang yakni sebanyak (49 keluarga) (70%) dan hanya (21 keluarga) (30%) yang dalam kategori cukup. Distribusi peningkatan konsumsi buah terdapat peningkatan sebanyak (56 keluarga) (65,7%) menjawab Ya dan yang menjawab tidak sebanyak (24 keluarga) (34,4%). Frekuensi peningkatan konsumsi buah yang menjawab Ya paling banyak yakni (25 keluarga) (35,7%) menjawab 1 kali (20 keluarga) (28,6%) menjawab 2 kali paling sedikit menjawab sebanyak (1 keluarga) (1,4%) yakni ≥ 4 kali, dan yang tidak menjawab sebanyak (17 keluarga) (24,3%) (Tabel 5).

Tabel 3. Hubungan karakteristik keluarga dengan porsi konsumsi sayur

Karakteristik keluarga	Porsi konsumsi sayur				Total		p-value
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Umur kepala keluarga							
20-30	11	15,7	0	0,0	11	15,7	0,619
31-50	23	32,9	0	0,0	23	32,9	
51-75	35	50,0	1	1,4	36	51,4	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	
Pendidikan							
Tidak sekolah	1	1,4	0	0,0	1	1,4	0,865
SD	8	11,4	0	0,0	8	11,4	
SLTP/SMP	6	8,6	0	0,0	6	8,6	
SMA/SMK	30	42,9	1	1,4	31	44,3	
PT	24	34,3	0	0,0	24	34,3	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	
Pekerjaan							
Tetap	14	20,0	0	0,0	14	20,0	0,615
Tidak tetap	55	78,6	1	1,4	56	80,0	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	

Tabel 3. (lanjutan)

Karakteristik keluarga	Porsi konsumsi sayur						<i>p-value</i>
	Kurang		Cukup		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Jumlah anggota keluarga							0,231
≤4 orang	51	72,9	0	0,0	51	72,9	
5-7 orang	17	24,3	1	1,4	18	25,7	
≥8 orang	1	1,4	0	0,0	1	1,4	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	
Penghasilan							0,859
≤ Rp1.500.000	7	10,0	0	0,0	7	10,0	
Rp1.500.000-2.500.000	11	15,7	0	0,0	11	15,7	
Rp2.500.000-3.500.000	12	17,1	0	0,0	12	17,1	
≥ Rp3.500.000	39	55,7	1	1,4	40	57,1	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	
Pendidikan ibu							0,838
Tidak sekolah	2	2,9	0	0,0	2	2,9	
SD	8	11,4	0	0,0	8	11,4	
SMP/SLTP	8	11,4	0	0,0	8	11,4	
SMA/SMK	28	40,0	1	1,4	29	41,4	
PT	23	32,9	0	0,0	23	32,9	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	
Pekerjaan ibu							0,717
Tetap	8	11,4	0	0,0	8	11,4	
Tidak tetap	61	87,1	1	1,4	62	88,6	
Total	69	98,6	1	1,4	70	100,0	

Tabel 4. Hubungan karakteristik keluarga dengan pola konsumsi buah

Karakteristik keluarga	Frekuensi konsumsi buah						<i>p-value</i>
	Sering		Jarang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Umur kepala keluarga							0,176
20-30	6	8,6	5	7,1	11	15,7	
31-50	19	27,1	4	5,7	23	32,9	
51-75	23	32,9	13	18,6	36	51,4	
Total	48	68,6	22	31,4	70	100,0	
Pendidikan							0,435
Tidak sekolah	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
SD	6	8,6	2	2,9	8	11,4	
SLTP/SMP	3	4,3	3	4,3	6	8,6	
SMA/SMK	23	32,9	8	11,4	31	44,3	
PT	16	22,9	8	11,4	24	34,3	
Total	48	68,6	22	31,4	70	100	
Pekerjaan							0,368
Tetap	11	15,7	3	4,3	14	20,0	
Tidak tetap	37	52,9	19	27,1	56	80,0	
Total	48	65,6	22	31,4	70	100,0	
Jumlah anggota keluarga							0,318
≤4 orang	35	50,0	16	22,9	51	72,9	
5-7 orang	13	18,6	5	7,1	18	25,7	
≥8 orang	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
Total	48	68,6	22	31,4	70	100	

Tabel 4. (lanjutan)

Karakteristik keluarga	Frekuensi konsumsi buah						p-value
	Sering		Jarang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Penghasilan							0,043
≤ Rp.1.500.000	3	4,3	4	5,7	7	10,0	
Rp1.500.000-2.500.000	5	7,1	6	8,6	11	15,7	
Rp2.500.000-3.500.000	11	15,7	1	8,3	12	17,1	
≥Rp3.500.000	29	41,4	11	15,7	40	57,1	
Total	48	65,7	22	31,4	70	100,0	
Pendidikan ibu							0,321
Tidak sekolah	0	0,0	2	2,9	2	2,9	
SD	6	8,6	2	2,9	8	11,4	
SMP/SLTP	6	8,6	2	2,9	8	11,4	
SMA/SMK	20	28,6	9	12,9	29	41,4	
PT	16	22,9	7	10,0	23	32,9	
Total	48	68,6	22	31,4	70	100,0	
Pekerjaan ibu							0,694
Tetap	5	7,1	3	4,3	8	11,4	
Tidak tetap	43	61,4	19	27,1	62	88,6	
Total	48	68,6	22	31,4	70	100,0	

Tabel 5. Hubungan karakteristik keluarga dengan porsi konsumsi buah

Karakteristik keluarga	Porsi konsumsi buah						p-value
	Kurang		Cukup		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Umur kepala keluarga							0,153
20-30	5	7,1	6	8,6	11	15,7	
31-50	17	24,3	6	8,6	23	32,9	
51-75	27	38,6	9	12,9	36	51,4	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	
Pendidikan							0,872
Tidak sekolah	1	1,4	0	0,0	1	1,4	
SD	6	8,6	2	2,9	8	11,4	
SLTP/SMP	5	7,1	1	1,4	6	8,6	
SMA/SMK	21	30,0	10	14,3	31	44,3	
PT	16	22,9	8	11,4	24	34,3	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	
Pekerjaan							0,434
Tetap	11	15,7	3	4,3	14	20,0	
Tidak tetap	38	54,3	18	25,7	56	80,0	
Total	49	70,0	21	30	70	100,0	
Jumlah anggota keluarga							0,772
≤4 orang	35	50,0	16	22,9	51	72,9	
5-7 orang	13	18,6	5	7,1	18	25,7	
≥8 orang	1	1,4	0	0,0	1	1,4	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	
Penghasilan							0,009
≤ Rp1.500.000	5	7,1	2	2,9	7	10,0	
Rp1.500.000-2.500.000	11	15,7	0	0,0	11	15,7	
Rp2.500.000-3.500.000	11	15,7	1	1,4	12	17,1	
≥Rp3.500.000	22	31,4	18	25,7	40	57,1	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	

Tabel 5. (lanjutan)

Pendidikan ibu							0,140
Tidak sekolah	2	2,9	0	0,0	2	2,9	
SD	5	7,1	3	4,3	8	11,4	
SMP/SLTP	7	10,0	1	1,4	8	11,4	
SMA/SMK	23	32,9	6	8,6	29	41,4	
PT	12	17,1	11	15,7	23	32,9	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	
Pekerjaan ibu							0,190
Tetap	4	5,7	4	5,7	8	11,4	
Tidak tetap	45	64,3	17	24,3	62	88,6	
Total	49	70,0	21	30,0	70	100,0	

Tabel 6. Karakteristik jenis buah dan peningkatan konsumsinya

Karakteristik	Frekuensi	%
Jenis buah		
Apel	12	17,1
Anggur	4	5,7
Jeruk	6	8,6
Mangga	7	10,0
Pisang	30	42,9
Alpukat	1	1,4
Semuanya (variasi)	10	14,3
Total	70	100,0
Peningkatan konsumsi buah		
Tidak	24	34,4
Ya	46	65,7
Total	70	100,0
Frekuensi peningkatan konsumsi buah		
Tidak Menjawab	17	24,3
1 kali	25	35,7
2 kali	20	28,6
3 kali	7	10,0
≥ 4 kali	1	1,4
Total	70	100,0

Hasil analisis hubungan karakteristik keluarga dengan frekuensi konsumsi buah dan sayur tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi buah dan sayur dengan karakteristik keluarga ($p > 0,05$) (Tabel 1). Tetapi pada variabel penghasilan terdapat hubungan antara penghasilan dengan frekuensi konsumsi buah ($p = 0,043$)

Hubungan antara karakteristik keluarga dengan porsi konsumsi sayur dan buah adalah tidak signifikan ($p > 0,05$), tetapi terdapat hubungan antara penghasilan dengan porsi konsumsi buah ($p = 0,009$) (Tabel 5). Hal ini bukan berarti tidak menjamin bahwa karakteristik keluarga yang terdiri dari (umur kepala keluarga,

pendidikan kepala keluarga, pekerjaan kepala keluarga, pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga, pendidikan ibu, serta pekerjaan ibu) tidak berkaitan dengan porsi konsumsi sayur. Salah satu faktor penyebabnya bisa diakibatkan keterbatasan alat ukur yang dipakai dalam penelitian. Kelompok umur orang tua sampel paling banyak adalah dewasa lanjut antara 51-75 tahun sebanyak 51%. Berdasarkan hasil analisis bivariat tidak terdapat hubungan signifikan antara umur dengan pola konsumsi buah dan sayur. Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Hermina yang menyatakan ada hubungan antara umur dengan pola konsumsi buah dan sayur. Pendidikan selalu dianggap menjadi faktor kuat terhadap perilaku dalam mengambil keputusan. Dari hasil analisis bivariat antara pendidikan orang tua dengan pola konsumsi buah dan sayur tidak terdapat hubungan yang signifikan hal ini tidak sejalan dengan penelitian Hariyadi *et al.* (2010) yang menyatakan bahwa pendidikan dan pengetahuan turut mempengaruhi seseorang dalam memilih dan memanfaatkan bahan pangan yang akan dikonsumsi. Tingkat pendidikan orang tua sampel akan membantu dalam menyusun pola makan yang baik dan juga sehat, serta mengetahui juga kandungan gizi dan sanitasi makanan dan hal-hal yang berkaitan dengan pola makanan yang baik. Pekerjaan orang tua berkaitan dengan pendapatan keluarga. Dari hasil analisis hubungan pekerjaan dengan pola konsumsi buah dan sayur tidak terdapat hubungan yang signifikan. Peningkatan pendapatan akan meningkatkan perhatian terhadap gizi rumah tangganya pada pendapatan yang rendah maka konsumsi rumah tangga hanya akan

berfokus pada konsumsi energi dari padi-padian namun pada peningkatan selanjutnya akan meningkatkan makanan yang beragam. Namun pendapatan tidak selalu meningkatkan keragaman jenis pangan, melainkan membeli pangan yang harganya lebih mahal.

Status Gizi Keluarga

Frekuensi status gizi keluarga paling banyak adalah status gizi tidak baik sebanyak (58 keluarga) (82,9%) dan paling sedikit adalah kelompok keluarga dengan status gizi sedang sebanyak (5 keluarga) (7,1%) Kemenkes RI.

Hasil analisis bivariat hubungan status gizi keluarga terhadap karakteristik keluarga yang terdiri dari (umur kepala keluarga, pendidikan kepala keluarga, pekerjaan kepala keluarga, jumlah anggota keluarga, pendapatan keluarga, pendidikan ibu, dan pekerjaan ibu) diperoleh hasil tidak ada hubungan yang signifikan ($p > 0,05$), tetapi terdapat hubungan antara variabel umur kepala keluarga dengan status gizi ($p=0,038$). Hal ini bisa diakibatkan oleh berbagai faktor

yaitu alat atau media penelitian, pengisian kuesioner yang tidak sesuai dengan kondisi responden. Faktor lainya adalah tidak adanya hubungan karakteristik keluarga dengan status gizi keluarga dapat disebabkan karena pada dasarnya setiap anggota keluarga memiliki status gizi yang baik atau tidak baik tanpa dipengaruhi oleh pekerjaan ayah atau ibu pendidikan ayah atau ibu, pendapatan keluarga dan jumlah anggota keluarganya. Hal ini bertolak belakang dengan Tumbelaka et al. (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang tidak nyata antara pendidikan orang tua dengan status gizi balita.

Faktor lain yang menyebabkan tidak adanya hubungan status gizi dengan karakteristik keluarga yakni karena status gizi merupakan gambaran kondisi tubuh masa lampau sementara yang nilai-nilai karakteristik keluarga adalah sebagai penduga yang dijadikan variabel dengan menunjukkan rekaman waktu yang lebih singkat.

Tabel 7. Hubungan karakteristik keluarga dengan status gizi

Karakteristik keluarga	Status gizi								p-value
	Normal		Sedang		Tidak baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Umur kepala keluarga									0,038
20-30	0	0,0	0	0,0	11	15,7	11	15,7	
31-50	5	7,1	0	0,0	18	25,7	23	32,9	
51-75	2	2,9	5	7,1	29	41,4	36	51,4	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Pendidikan									0,844
Tidak sekolah	0	0,0	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
SD	2	2,9	0	0,0	6	8,6	8	11,4	
SLTP/SMP	0	0,0	1	1,4	5	7,1	6	8,6	
SMA/SMK	3	4,3	2	2,9	26	37,1	31	44,3	
PT	2	2,9	2	2,9	20	28,6	24	34,3	
Total	7	10,0	5	7,2	58	82,8	70	100,0	
Pekerjaan									0,067
Tetap	1	1,4	3	4,3	10	14,3	14	20,0	
Tidak tetap	6	8,6	2	2,9	48	68,6	56	80,0	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Jumlah anggota keluarga									0,552
≤4 orang	4	5,7	5	7,1	42	60,0	51	72,9	
5-7 orang	3	4,3	0	0,0	15	21,4	18	25,7	
≥8 orang	0	0,0	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	

Tabel 7. (lanjutan)

Karakteristik keluarga	Status gizi								p-value
	Normal		Sedang		Tidak baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Penghasilan									0,848
≤ Rp1.500.000	0	0,0	1	1,4	6	8,6	7	10,0	
Rp1.500.000-2.500.000	1	1,4	1	1,4	9	12,9	11	15,7	
Rp2.500.000-3.500.000	2	2,9	0	0,0	10	14,3	12	17,1	
≥Rp3.500.000	4	5,7	3	4,3	33	47,1	40	57,1	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Pendidikan ibu									0,890
Tidak sekolah	0	0,0	0	0,0	2	2,9	2	2,9	
SD	1	1,4	1	1,4	6	8,6	8	11,4	
SMP/SLTP	1	1,4	1	1,4	6	8,6	8	11,4	
SMA/SMK	3	4,3	3	4,3	23	32,9	29	41,4	
PT	2	8,7	0	0,0	21	30,0	23	32,9	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Pekerjaan ibu									0,696
Tetap	1	12,5	0	0,0	7	10,0	8	11,4	
Tidak tetap	6	9,7	5	8,0	51	72,3	62	88,6	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	

Hubungan pola konsumsi buah dan sayur dengan status gizi

Status gizi berhubungan tidak signifikan dengan pola konsumsi buah dan sayur ($p>0,05$). Walaupun demikian, penting untuk dicermati bahwa 81,4% keluarga dengan status gizi tidak baik, merupakan keluarga yang porsi konsumsi sayurinya tergolong kurang, sedangkan keluarga yang cukup porsi konsumsi sayurinya hanya teridentifikasi mempunyai status gizi tidak baik sebesar 1,4%. Artinya adalah keluarga yang kurang porsi konsumsi sayur memiliki status gizi tidak baik lebih tinggi dibandingkan keluarga yang cukup porsi konsumsi sayur.

Dari data hubungan pola konsumsi buah dengan status gizi diperoleh bahwa keluarga yang kurang porsi konsumsi buah memiliki status gizi tidak baik sebesar 55,7%. Keluarga yang cukup porsi konsumsi buah status gizi tidak baik sebesar 27,1%. Artinya adalah keluarga yang kurang porsi konsumsi buah memiliki status gizi tidak baik lebih tinggi dibandingkan keluarga yang cukup porsi konsumsi buah. Buah dan sayur

mengandung zat gizi mikro yaitu vitamin dan mineral. Hasil penelitian ini berbeda dengan Aziz et al. (2018) yang menyatakan terdapat hubungan yang nyata antara zat gizi dengan status gizi. Begitu juga dengan Irdiana dan Nindya (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang tidak nyata antara zat gizi mikro dengan status gizi. Konsumsi buah dan sayur merupakan anjuran sebagai indikator gizi seimbang sederhana. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Jeser et al. (2021) menyatakan bahwa semakin tinggi asupan serat dari konsumsi buah dan sayur dapat dijadikan solusi bagi orang yang mengalami obesitas. Penelitian ini juga tidak sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa buah dan sayur merupakan makanan yang rendah lemak dan kalori dan kaya akan serat yang dapat mencegah penimbunan lemak dalam tubuh. manusia yang kurang konsumsi buah dan sayur akan mengakibatkan terjadinya obesitas karena terjadi penumpukan lemak didalam tubuh. serat yang terkandung di dalam buah dan sayur membantu tubuh agar merasa kenyang lebih lama.

Tabel 8. Hubungan pola konsumsi buah dan sayur dengan status gizi

Pola konsumsi	Status gizi								p-value
	Normal		Sedang		Tidak baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Sayur									0,268
Sering	7	10,0	3	4,3	51	72,9	61	87,2	
Jarang	0	0,0	2	2,9	6	8,6	8	11,4	
Tidak pernah	0	0,0	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Porsi sayur									0,900
Kurang	7	10,0	5	7,1	57	81,4	69	98,6	
Cukup	0	0,0	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Buah									0,163
Sering	7	10,0	3	4,3	38	54,3	48	68,6	
Jarang	0	0,0	2	2,9	20	28,6	22	31,4	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	
Porsi buah									0,530
Kurang	6	8,6	4	5,7	39	55,7	49	70,0	
Cukup	1	1,4	1	1,4	19	27,1	21	30,0	
Total	7	10,0	5	7,1	58	82,9	70	100,0	

KESIMPULAN

Pola konsumsi sayur selama pandemi Covid-19 bahwa keluarga sering mengonsumsi sayur. Jenis sayur yang sering dikonsumsi adalah bayam. Selama pandemi frekuensi konsumsi mengalami peningkatan sebanyak 65,7%. Pola konsumsi buah selama pandemi Covid-19 bahwa keluarga sering mengonsumsi buah. Jenis buah yang sering dikonsumsi adalah pisang. Selama pandemi frekuensi konsumsi mengalami peningkatan sebanyak 65,7%. Karakteristik keluarga dengan usia kepala keluarga dewasa lanjut (51-75 tahun) dengan pendidikan SMA sederajat dan pekerjaan tidak tetap, Jumlah anggota keluarga ≤4 orang dan penghasilan keluarga ≥Rp.3.500.000, Ibu keluarga dengan pendidikan SMA sederajat dan pekerjaan tidak tetap sering mengonsumsi buah dan sayur. Frekuensi dan porsi konsumsi buah memiliki hubungan dengan penghasilan keluarga. Keluarga yang kurang porsi konsumsi sayur dan buah memiliki status gizi tidak baik lebih tinggi dibandingkan dengan keluarga yang cukup porsi konsumsi sayur dan buah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, A.A., Pagarra, H., Asriani. 2018. Hubungan asupan zat gizi dan status gizi dengan hasil belajar IPA siswa pesantren MTs di Kabupaten Buru. *Jurnal IPA Terpadu* 1(2): 50-56.
- Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.
- Ditama Binbangkum - BPK RI. 2022. #Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Coronavirus Disease* 2019 (COVID-19). <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135059/pp-no-21-tahun-2020>. [diakses 20 September 2022]
- Hariyadi, D., Damanik, M.R., Ekayanti, I. 2010. *Analisis hubungan penerapan pesan gizi seimbang keluarga dan perilaku keluarga sadar gizi dengan status gizi Balita di Provinsi Kalimantan Barat*. *Jurnal Gizi Pangan*, 5(1), 61–68.

- Hermiana dan Prihatini. 2016. *Gambaran konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia dalam konteks gizi seimbang: Analisis lanjut survei konsumsi makanan individu (SKMI) 2014*. Buletin Penelitian Kesehatan, 44(3), 205-218.
- Irdiana, W., Nindya, T.S. 2017. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Siswi SMAN 3 Surabaya. *Amerta Nutrition* 1(3): 227-235.
- Jeser, T.A., Santoso, A.H. 2021. Hubungan asupan serat dalam buah dan sayur dengan obesitas pada usia 20-45 tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal* 4(1): 164-171.
- Lemeshow, S., Hosmer, D.W., Klar, J., Lwanga, S.K. 1997. *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*. Alih bahasa Pramono, D. Yogyakarta: Gadjahmada University Press.
- Riksavianti, F., Samad, R. 2014. Reliabilitas dan validitas dari *modified dental anxiety scale* dalam versi Bahasa Indonesia. *Dentofasial* 13(3): 145-149.
- Snedecor, G.W., Cochran, W.G. 1967. *Statistical Methods* 6th ed., Ames, IA: Iowa State University Press.
- Tim Risetdas 2018. *Laporan Nasional Risetdas 2018*. 2019. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Tumbelaka, C., Kapantow, N.H., Purba, R.B., 2018. Hubungan antara status sosial ekonomi keluarga dengan status gizi pada anak usia 24-59 bulan di Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 7(4). <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/kesmas/article/view/23176>.
- WHO. 2020. WHO Director-General's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19. <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>. [diakses 20 September 2022]