

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI POLA KONSUMSI SAYUR DAN PRODUK OLAHANNYA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

FACTORS AFFECTING TO THE CONSUMPTION PATTERNS OF VEGETABLE AND ITS PROCESSED PRODUCTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Elly Rasmikayati¹, Sulistyodewi Nur Wiyono¹, ¹Bobby Rachmat Saefudin²

¹Fakultas Pertanian, Universitas Padjadjaran

²Fakultas Pertanian, Ma'soem University

ABSTRACT

Strong immune system is needed to prevent Covid-19. One of these efforts is to eat enough vegetables. Consumption patterns are influenced by internal factors and external factors. This research aims to analyze what internal and external factors influence the consumption patterns of vegetables and processed products among students during pandemic. The research method used in this study was a survey method. The data analysis tools used are crosstab analysis and chi square test. The research show that internal factors, namely motivation factors, influence the number of types of processed vegetables consumed, frequency of consumption, and amount of consumption, but motivation factors do not influence the number of types of vegetables consumed. The preference factor influences the type of vegetables consumed and the amount consumed, but does not influence the number of types of processed vegetables consumed or the frequency of consumption. Meanwhile, the knowledge factor has no effect on all variables of vegetable consumption patterns among students. Meanwhile, external factors, namely the role of parents, the role of media and price factors, do not influence all variables in student vegetable consumption patterns, except for the number of types of processed vegetables consumed by students which is influenced by media factors.

Keywords: processed vegetables, consumption patterns, consumption patterns.

INTISARI

Diperlukan sistem imunitas tubuh yang kuat untuk mencegah Covid-19. Salah satu upaya tersebut adalah dengan mengonsumsi sayur yang cukup. Pola konsumsi dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor internal dan eksternal apa saja yang mempengaruhi pola konsumsi sayur dan olahannya pada mahasiswa pada saat pandemi. Metode penelitian yang digunakan penelitian ini adalah metode survei. Alat analisis data yang digunakan adalah analisis crosstab dan *chi square test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Faktor internal yaitu faktor motivasi mempengaruhi terhadap jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi, dan jumlah konsumsi, tetapi faktor motivasi tidak berpengaruh terhadap jumlah jenis sayuran yang dikonsumsi. Faktor preferensi/kesukaan berpengaruh terhadap jenis sayur yang dikonsumsi dan jumlah konsumsi, tetapi tidak berpengaruh terhadap jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi. Sementara faktor pengetahuan tidak berpengaruh terhadap semua variabel pola konsumsi sayur pada mahasiswa. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor peran orang tua, faktor peran media dan faktor harga tidak berpengaruh terhadap semua variabel pola konsumsi sayur pada mahasiswa, kecuali jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi mahasiswa yang dipengaruhi oleh faktor media.

Kata kunci: olahan sayur, pola konsumsi, pola konsumsi.

PENDAHULUAN

Sayur merupakan komoditas hortikultura yang memiliki beragam sumber

nutrisi yang sangat baik. Oleh karena itu, mengonsumsi berbagai macam sayur bermanfaat sebagai asupan nutrisi yang berharga seperti vitamin, mineral, protein,

¹ E-mail corresponding: bobbyrachmat@masoemuniversity.ac.id

folat, kalium, dan fitokimia serta serat, yang dapat mendukung antibodi secara efektif melawan penyakit dan secara keseluruhan berperan dalam memelihara kesehatan tubuh (Seidu et al., 2021).

Food and Agricultural Organization (FAO) atau Badan Pangan dan Pertanian menyatakan bahwa salah satu alasan kasus kematian di dunia adalah karena pola makan yang buruk. Hal tersebut dapat terjadi ketika manusia mengonsumsi terlalu banyak makanan mengandung gula, lemak dan garam yang tinggi dan tidak mengonsumsi sayuran yang cukup. FAO mengemukakan bahwa jika memungkinkan, sayuran dapat dikonsumsi sebanyak-banyaknya setiap hari (FAO, 2019).

Pola konsumsi sayuran penduduk Indonesia hanya mencapai 57,1 gram per orang per hari (Sumarto et al., 2018). *World Health Organization* (WHO) atau Badan Kesehatan Dunia memberi anjuran dalam mengonsumsi sayuran untuk hidup sehat sejumlah 250 gram/orang per hari atau setara dengan 2½ porsi atau 2½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan (Ri, 2014).

Tabel 1. Data Konsumsi Sayur Penduduk Indonesia

Tahun	Rata-rata Konsumsi (kkal/hari)
2011	37,4
2012	37,54
2013	34,96
2014	36,9
2015	29,68
2016	30,68
2017	38,9
2018	37,95
2019	39,01
2020	38,51

Sumber: Susenas Badan Pusat Statistik, 2011-2020

Rendahnya konsumsi sayuran penduduk Indonesia dapat terlihat dari Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) dalam kurun waktu 10 tahun terakhir (Tabel 1). Rata-rata konsumsi nasional penduduk Indonesia berada di kisaran 29 hingga 39 kkal per orang per hari, dengan konsumsi sayur tertinggi

berada di tahun 2019 yaitu rata-rata konsumsinya sebesar 39 kkal. Jumlah tersebut masih jauh dari standar yang ditetapkan oleh WHO dan Kemenkes yang menganjurkan konsumsi sayur sebanyak 250 gram atau sekitar 62,5 kkal. Kemudian pada tahun 2020, konsumsi sayur penduduk Indonesia justru mengalami penurunan rata-rata konsumsi menjadi 38,51 kkal (Andini, 2021).

Remaja merupakan kelompok usia yang paling kurang dalam konsumsi sayur, demikian juga dengan kelompok usia dewasa (Hermina & Prihatini, 2016). Masih rendahnya konsumsi sayuran pada kelompok usia remaja dan dewasa tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Universitas Sumatera Utara yang menyatakan bahwa 61,8% mahasiswanya tidak mengonsumsi sayur sesuai porsinya setiap hari (Nurhanfah, 2018).

Selama masa pandemi Covid-19 pemerintah Indonesia memberlakukan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 mengenai Pembatasan Sosial Berskala (PSB), hal tersebut berdampak pada perekonomian masyarakat sehingga memengaruhi pola makan masyarakat dan kemampuan masyarakat dalam memenuhi kebutuhan pangan harian selama masa pandemi (Tampatty et al., 2020). Badan Pangan dan Pertanian mengungkapkan pentingnya menjaga pola makan sehat selama pandemi untuk mendukung sistem imunitas tubuh. Pola konsumsi dengan asupan dan nutrisi yang baik dapat membantu tubuh mengatasi infeksi, termasuk virus Covid-19.

Hal tersebut ditunjukkan dalam beberapa hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa tingkat konsumsi sayur pada mahasiswa masih rendah. Rendahnya konsumsi sayur pada mahasiswa dapat berhubungan dengan beberapa faktor pola konsumsi.

Pola konsumsi dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Sianturi (2018), menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara faktor pengetahuan

dan preferensi dengan konsumsi sayur remaja. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara peran orang tua dan keterpaparan media massa dengan konsumsi sayur pada remaja (Anggraeni & Sudiarti, 2018). Hal ini pun diperkuat oleh penelitian (Rasmikayati et al., 2023) yang menunjukkan juga factor persepsi, social, pribadi berkorelasi dengan Keputusan konsumsi sayur

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor internal dan eksternal apa saja yang berpengaruh terhadap pola konsumsi sayur dan olahannya pada mahasiswa saat masa pandemic Covid-19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi sayur dan produk olahannya pada mahasiswa di Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran Jatinangor selama pandemi Covid-19.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Notoatmodjo (2012), menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah suatu desain penelitian yang dilakukan berdasarkan tujuan utama yaitu memberikan gambaran mengenai suatu keadaan secara objektif sehingga nantinya dapat menjawab atau memecahkan suatu permasalahan yang sedang terjadi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Menurut Neuman (2011), survei adalah metode yang paling banyak digunakan dalam suatu penelitian. Metode survei memiliki banyak bentuk seperti wawancara telepon, jajak pendapat, dan berbagai jenis kuesioner. Dalam penelitian ini bentuk survei yang digunakan adalah survei deskriptif, yaitu untuk menggambarkan atau mendeskripsikan suatu keadaan yang terjadi dalam suatu populasi (Notoatmodjo, 2005). Dalam melakukan metode penelitian survei deskriptif ini penulis dibantu dengan instrumen penelitian berupa kuesioner.

Variabel-variabel digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pola konsumsi sayur dan produk olahannya, meliputi:
 - a. Jenis sayur adalah macam sayuran yang dikonsumsi mahasiswa.
 - b. Jenis olahan sayur adalah macam olahan sayur yang dikonsumsi mahasiswa.
 - c. Frekuensi konsumsi
 - d. Jumlah konsumsi Baik
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi. Dalam penelitian ini faktor-faktor yang berhubungan dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi:
 - a. Pengetahuan gizi
 - b. Motivasi
 - c. Preferensi atau kesukaan
 Faktor eksternal meliputi:
 - a. Peran orang tua
 - b. Peran media
 - c. Harga

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program sarjana Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran tahun angkatan 2018, dengan ciri dan syarat konsumen mengonsumsi sayur. Maka didapatkan populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah 256 orang. Sementara itu, sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari mahasiswa program sarjana Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran tahun angkatan 2018.

Cara menentukan sampel pada penelitian ini mengacu pada teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Jika sampel berukuran n diambil dari populasi berukuran N maka setiap sampel berukuran n memiliki peluang yang sama untuk dipilih, prosedur pengambilan sampel tersebut disebut *simple random sampling* (Scheaffer et al., 2012). Dengan menggunakan metode ini didapat jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 114 orang.

Untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi sayur dan produk olahannya digunakan uji *chi square* yang merupakan salah satu jenis uji komparatif nonparametris yang dilakukan pada dua

variabel, apabila dari dua variabel tersebut ada satu variabel dengan skala nominal maka dilakukan uji *chi-square* dengan merujuk bahwa harus digunakan uji pada derajat yang terendah (Sutrisno dalam Negara & Prabowo, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Faktor Pengetahuan terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Hasil analisis pada Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup maupun baik mengenai gizi dan sayuran cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,390 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Tabel 2 juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai gizi dan sayuran cenderung mengonsumsi jenis olahan sayur yang beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,625 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai gizi dan sayuran tidak dapat dipastikan memiliki frekuensi konsumsi sayuran yang baik pula, bahkan hasil penelitian menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan baik ternyata frekuensi konsumsi sayurannya masih kurang. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,385 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan frekuensi konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Tabel 2. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Pengetahuan terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Pengetahuan		
		Kurang	Cukup	Baik
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	N	1	3	5
	%	1	3	4
≥ 3 jenis	N	3	30	72
	%	3	26	63
Total	N	4	33	77
	%	3	29	68
P-Value		0,390		
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	N	2	9	25
	%	2	8	22
≥ 2 jenis	N	2	24	52
	%	2	21	46
Total	N	4	33	77
	%	4	29	68
P-Value		0,625		
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	N	3	18	52
	%	3	16	46
≥ 1 kali/hari	N	1	15	25
	%	1	13	22
Total	N	4	33	77
	%	3	29	68
P-Value		0,385		
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	N	3	27	62
	%	3	24	54
≥ 250 gr/hari	N	1	6	15
	%	1	5	13
Total	N	4	33	77
	%	3	29	68
P-Value		0,946		

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Nenobanu et al., (2018), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur pada mahasiswa asrama UKSW. Sama halnya dengan penelitian oleh Anggraeni & Trini (2018), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan

yang bermakna antara pengetahuan mengenai sayur dengan konsumsi sayur pada remaja. Namun, hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Sianturi (2018), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi sayur pada remaja, dimana remaja dengan pengetahuan kurang lebih besar kemungkinannya untuk memiliki kebiasaan konsumsi sayur yang kurang pula.

Selanjutnya, responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai gizi dan sayuran tidak dapat dipastikan memiliki jumlah konsumsi sayuran yang baik pula, bahkan hasil penelitian menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan baik ternyata jumlah konsumsi sayurannya masih kurang. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,946 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa telah mengetahui kandungan serta manfaat dari mengonsumsi sayuran namun, didapati sebanyak 65 responden (57%) tidak mengetahui dan masih salah dalam menjawab takaran konsumsi sayur harian yang tepat sesuai anjuran WHO dan Kemenkes, sehingga ditemukan responden yang telah mengonsumsi sayur setiap hari namun, jumlah konsumsinya masih dibawah takaran yang dianjurkan.

Pengaruh Faktor Motivasi terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Hasil analisis pada Tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang memiliki motivasi mengonsumsi sayuran pada kategori sedang maupun tinggi cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,328 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Tabel 3. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Motivasi terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Motivasi		
		Kurang	Cukup	Baik
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	n	2	6	1
	%	2	5	1
≥ 3 jenis	n	10	65	30
	%	9	57	26
Total	n	12	71	31
	%	11	62	27
P-Value		0,328		
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	n	7	25	4
	%	6	22	3
≥ 2 jenis	n	5	46	27
	%	4	40	24
Total	n	12	71	31
	%	11	62	27
P-Value		0,009		
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	n	11	51	11
	%	10	45	10
≥ 1 kali/hari	n	1	20	20
	%	1	17	17
Total	n	12	71	31
	%	11	62	27
P-Value		0,000		
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	n	12	62	18
	%	11	54	16
≥ 250 gr/hari	n	0	9	13
	%	0	8	11
Total	n	12	71	31
	%	11	62	27
P-Value		0,001		

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Responden yang memiliki motivasi mengonsumsi sayuran pada kategori sedang maupun tinggi cenderung mengonsumsi jenis olahan sayur yang beragam. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,009 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Kemudian, responden yang memiliki motivasi tinggi dalam mengonsumsi sayuran juga menunjukkan frekuensi konsumsi sayur yang baik yaitu mengonsumsi sayur di setiap harinya. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan frekuensi konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan, diketahui bahwa motivasi mahasiswa mengonsumsi sayuran adalah untuk menjaga kesehatan tubuh (87%), memenuhi kebutuhan makan harian (80%), meningkatkan imunitas tubuh (67%), menjaga berat badan ideal (31%), terhindar dari virus Covid-19 (24%), dan adanya riwayat penyakit sehingga mengharuskan untuk lebih menjaga asupan makanan bagi tubuh (8%), kemudian diketahui pula mahasiswa mengonsumsi sayuran karena memercayai dengan mengonsumsi sayur dapat memperlancar pencernaan (91%), meningkatkan imunitas tubuh (85%), merawat kesehatan kulit (70%), merawat kesehatan mata (66%), mencegah berbagai penyakit masuk ke dalam tubuh (65%), dan mengurangi resiko terpapar virus Covid-19 (42%).

Responden yang memiliki motivasi mengonsumsi sayuran pada kategori sedang maupun tinggi ternyata jumlah konsumsi sayurannya masih kurang akan tetapi, tidak terdapat responden yang motivasi mengonsumsi sayurannya rendah memiliki jumlah konsumsi sayur dalam kategori baik. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,001 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Fleary et al., (2020), yang menyatakan bahwa motivasi berhubungan positif dengan konsumsi sayur pada remaja. Dijelaskan bahwa motivasi dapat memengaruhi kepercayaan remaja terhadap nilai dan manfaat dari mengonsumsi sayuran. Sama halnya dengan penelitian oleh

Mcspadden et al., (2016), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara motivasi dengan asupan sayur. Namun, hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Arbianingsih et al., (2021), yang menyatakan bahwa motivasi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan konsumsi sayur pada remaja.

Pengaruh Faktor Preferensi terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Hasil analisis pada Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki preferensi dalam kategori cukup suka maupun sangat suka sayur cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,024 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara preferensi dengan keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan, diketahui bahwa yang mendasari responden mahasiswa dalam mengonsumsi sayur adalah rasa (92%), kualitas kesegaran (88%), aroma (62%), dan tekstur sayurannya (62%).

Responden yang memiliki preferensi dalam kategori cukup suka maupun sangat suka sayur cenderung mengonsumsi jenis olahan sayur yang beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,195 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara preferensi dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Tabel 4. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Preferensi terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Preferensi		
		Tidak Suka	Cukup Suka	Sangat Suka
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	n	2	7	0
	%	2	6	0
≥ 3 jenis	n	5	65	35
	%	4	57	31
Total	n	7	72	35
	%	6	63	31
P-Value			0,024	
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	n	3	26	7
	%	3	23	6
≥ 2 jenis	n	4	46	28
	%	3	40	25
Total	n	7	72	35
	%	6	63	31
P-Value			0,195	
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	n	6	50	17
	%	5	44	15
≥ 1 kali/hari	n	1	22	18
	%	1	19	16
Total	n	7	72	35
	%	6	63	31
P-Value			0,050	
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	n	7	62	23
	%	6	54	20
≥ 250 gr/hari	n	0	10	12
	%	0	9	11
Total	n	7	72	35
	%	6	63	31
P-Value			0,018	

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Responden yang memiliki preferensi dalam kategori sangat suka sayur cenderung memiliki frekuensi konsumsi sayur yang baik. Namun, responden yang diketahui cukup suka

akan sayur ternyata frekuensi konsumsi sayurannya masih kurang. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,050 (*p value* ≥ 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara preferensi dengan frekuensi konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Kemudian, responden yang memiliki preferensi dalam kategori cukup suka maupun sangat suka sayur ternyata jumlah konsumsi sayurannya masih kurang. Namun, tidak terdapat responden yang tidak suka sayur memiliki jumlah konsumsi sayur dalam kategori baik. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,018 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara preferensi dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Sianturi (2018), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara preferensi sayur dengan kebiasaan konsumsi sayur, dimana remaja dengan preferensi tidak suka sayur lebih besar kemungkinannya untuk memiliki kebiasaan konsumsi sayur yang kurang pula. Sama halnya dengan penelitian oleh Sholehah et al., (2016), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara preferensi/kesukaan dengan konsumsi sayur pada remaja. Namun, hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Nenobanu et al., (2018), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara preferensi/kesukaan dengan konsumsi sayur pada mahasiswa asrama UKSW.

Pengaruh Faktor Peran Orang Tua terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Hasil Analisis pada Tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang orang tuanya cukup berperan maupun sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayuran cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,285 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan

keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Responden yang orang tuanya sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayuran cenderung mengonsumsi jenis olahan sayur yang beragam. Namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,718 (*p value*>0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Tabel 5. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Peran Orang Tua terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Peran Orang Tua		
		Tidak Berperan	Cukup Berperan	Sangat Berperan
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	n	1	4	4
	%	1	3	3
≥ 3 jenis	n	3	34	68
	%	3	30	54
Total	n	4	38	72
	%	3	34	63
P-Value			0,285	
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	n	2	12	22
	%	2	11	19
≥ 2 jenis	n	2	26	50
	%	2	23	44
Total	n	4	38	72
	%	3	34	63
P-Value			0,718	
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	n	2	28	43
	%	2	25	38
≥ 1 kali/hari	n	2	10	29
	%	2	9	25
Total	n	4	38	72
	%	3	34	63
P-Value			0,292	

Pola Konsumsi		Faktor Peran Orang Tua		
		Tidak Berperan	Cukup Berperan	Sangat Berperan
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	n	3	35	54
	%	3	31	47
≥ 250 gr/hari	n	1	3	18
	%	1	3	16
Total	n	4	38	72
	%	3	34	63
P-Value			0,093	

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan, terdapat peran orang tua responden yang sering dilakukan diantaranya yaitu menyarankan untuk mengonsumsi sayuran setiap hari (65%), mengajak untuk mengonsumsi sayuran (65%), selalu menyediakan menu sayuran setiap hari (60%), sering mengonsumsi sayuran ketika sedang bersama responden (59%), dan selalu menyediakan menu sayuran setiap hari (54%).

Responden yang orang tuanya sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayuran ternyata frekuensi konsumsi sayurannya masih kurang. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,292 (*p value*>0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan frekuensi konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Responden yang orang tuanya sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayuran ternyata jumlah konsumsi sayurannya masih kurang. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,093 (*p value*>0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Sianturi (2018), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara contoh dari orang tua dengan konsumsi sayur pada remaja. Dijelaskan bahwa meskipun remaja sering meniru perilaku orang tua, masih ada faktor lain yang dapat memengaruhi konsumsi sayur

remaja tersebut. Sama halnya dengan penelitian oleh Fleary et al., (2020), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan pasif orang tua dengan konsumsi sayur pada remaja. Namun, dalam penelitiannya Fleary juga menyatakan bahwa dukungan aktif orang tua berhubungan langsung secara positif dengan konsumsi sayuran pada remaja dimana hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian ini.

Pengaruh Faktor Peran Media terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Hasil analisis pada Tabel 6 menunjukkan bahwa responden yang beranggapan media cukup berperan maupun sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayurannya cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,396 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran media dengan keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Tabel 6. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Peran Media terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Media		
		Tidak Berperan	Cukup Berperan	Sangat Berperan
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	n	4	5	0
	%	3	4	0
≥ 3 jenis	n	27	71	7
	%	24	62	6
Total	n	31	76	7
	%	27	67	6
P-Value		0,396		
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	n	14	22	0
	%	12	19	0
≥ 2 jenis	n	17	54	7
	%	15	47	6

Pola Konsumsi		Faktor Media		
		Tidak Berperan	Cukup Berperan	Sangat Berperan
Total	n	31	76	7
	%	27	67	6
P-Value			0,047	
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	n	23	48	2
	%	20	42	2
≥ 1 kali/hari	n	8	28	5
	%	7	15	4
Total	n	31	76	7
	%	27	67	6
P-Value			0,073	
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	n	26	62	4
	%	23	54	3
≥ 250 gr/hari	n	5	14	3
	%	4	12	3
Total	n	31	76	7
	%	27	67	6
P-Value			0,255	

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Responden yang beranggapan media cukup berperan maupun sangat berperan dalam kegiatan konsumsi sayurannya cenderung mengonsumsi jenis olahan sayuran yang beragam. Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,047 (*p value* < 0,05) maka ada hubungan yang signifikan antara peran media dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Rachman et al., (2017), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel keterpaparan media terhadap konsumsi sayur respondennya. Dijelaskan bahwa iklan menjadi salah satu media yang memiliki peran penting sebagai sumber penyampaian informasi mengenai gizi dan sayuran. Sama halnya dengan penelitian oleh Anggraeni & Trini (2018), yang menyatakan bahwa secara signifikan konsumsi sayur berhubungan dengan keterpaparan media massa. Namun,

hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Nenobanu et al., (2018), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara media massa/iklan dengan konsumsi sayur pada mahasiswi asrama UKSW. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan, peran media yang dirasakan oleh responden diantaranya yaitu sebagai sumber informasi mengenai gizi dan kesehatan (68%) dan informasi mengenai sayur dan olahannya (61%) melalui media sosial, internet, dan acara televisi. Selain itu media juga berperan sebagai *platform* pembelian produk sayur atau olahan sayur secara *online* (34%) melalui *e-commerce* seperti *sayurbox*, *tanihub*, *happy fresh*, *gomart*, *gofood* dan *shopee*.

Responden yang beranggapan media cukup berperan dalam kegiatan konsumsi sayurannya ternyata frekuensi konsumsi sayurannya masih kurang.

Dari hasil uji chi-square diperoleh nilai *p value* sebesar 0,255 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara peran media dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Pengaruh Faktor Harga terhadap Pola Konsumsi Sayur dan Produk Olahannya

Tabel 7. Deskripsi dan Nilai Peluang Pengaruh Faktor Harga terhadap Pola Konsumsi

Pola Konsumsi		Faktor Harga		
		Mahal	Cukup Murah	Murah
Jumlah Jenis Sayur yang Dikonsumsi:				
≤ 2 jenis	n	0	6	3
	%	0	5	3
≥ 3 jenis	n	3	83	19
	%	3	73	17
Total	n	3	89	22
	%	3	78	19
P-Value			0,492	
Jumlah Jenis Olahan Sayur yang Dikonsumsi:				
1 Jenis	n	1	31	4
	%	1	27	3

Pola Konsumsi		Faktor Harga		
		Mahal	Cukup Murah	Murah
≥ 2 jenis	n	2	58	18
	%	2	51	16
Total	n	3	89	22
	%	3	78	19
P-Value		0,322		
Frekuensi Konsumsi Sayuran:				
< 1 kali/hari	n	2	55	16
	%	2	48	14
≥ 1 kali/hari	n	1	34	6
	%	1	30	5
Total	n	3	89	22
	%	3	78	19
P-Value		0,630		
Jumlah Konsumsi Sayuran:				
< 250 gr/hari	n	2	73	17
	%	2	64	15
≥ 250 gr/hari	n	1	16	5
	%	1	14	4
Total	n	3	89	22
	%	3	78	19
P-Value		0,724		

Sumber: Analisis Data Primer (2022)

Hasil analisis pada Tabel 7 menunjukkan bahwa responden yang beranggapan harga sayur cukup terjangkau maupun murah cenderung mengonsumsi jenis sayuran yang lebih beragam namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,492 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara harga dengan keragaman jenis sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa.

Responden yang beranggapan harga sayur cukup terjangkau maupun murah cenderung mengonsumsi jenis olahan sayur yang beragam namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,322 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara harga dengan keragaman jenis olahan sayur yang dikonsumsi oleh mahasiswa. Responden yang beranggapan harga sayur cukup terjangkau maupun murah

ternyata frekuensi konsumsi sayurannya masih kurang namun, dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,630 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara harga dengan frekuensi konsumsi sayuran pada mahasiswa.

Kemudian, responden yang beranggapan harga sayur cukup terjangkau maupun murah ternyata jumlah konsumsi sayurannya masih kurang. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan, pendapat mengenai harga sayur dan olahannya yang dirasakan oleh responden diantaranya yaitu harga sesuai dengan kualitas produk yang dibeli (87%) dan harga sesuai dengan manfaat produk yang dibeli (62%).

Dari hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,724 (*p value* > 0,05) maka tidak ada hubungan yang signifikan antara harga dengan jumlah konsumsi sayuran pada mahasiswa. Hasil tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian terdahulu oleh Kurniawan (2019), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara harga dengan konsumsi sayur pada respondennya. Dijelaskan bahwa harga pangan yang tinggi akan mengalihkan pembelian seseorang pada pangan lain yang lebih terjangkau harganya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Faktor internal yaitu faktor motivasi mempengaruhi pola konsumsi sayuran dan produk olahannya yaitu terhadap jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi, dan jumlah konsumsi, tetapi faktor motivasi tidak berpengaruh terhadap jumlah jenis sayuran yang dikonsumsi. Faktor preferensi/kesukaan berpengaruh terhadap pola konsumsi yaitu terhadap jenis sayur yang dikonsumsi dan jumlah konsumsi, tetapi tidak berpengaruh terhadap jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi, frekuensi konsumsi. Sementara faktor pengetahuan tidak berpengaruh terhadap semua variabel pola konsumsi sayur pada mahasiswa.

Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor peran orang tua, faktor peran media dan faktor harga tidak berpengaruh terhadap semua

variabel pola konsumsi sayur pada mahasiswa, kecuali jumlah jenis olahan sayur yang dikonsumsi mahasiswa yang dipengaruhi oleh faktor media.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, A. (2021). *Konsumsi sayuran rendah, malah turun di masa pandemi*. Lokadata.Id.
- Anggraeni, N. A., & Sudiarti, T. (2018). Faktor dominan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMPN 98 Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(1), 18–32.
- Arbianingsih, A., Anwar, M., Huriati, H., & Hidayah, N. (2021). Factors Associated with Fruit and Vegetables Consumption Behavior Among Adolescents Based on The Health Promotion Model. *Asian Community Health Nursing Research*, 1.
- Badan Pusat Statistik. (n.d.). *Badan Pusat Statistik*. <https://doi.org/10.1055/s-2008-1040325>
- FAO. (2019). *Pangan Sehat Itu Penting*. 4.
- Fleary, S. A., Joseph, P., & Chang, H. (2020). *Applying the Information-Motivation-Behavioral Skills Model to Explain Adolescents' Fruits and Vegetables Consumption HHS Public Access*. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104546>
- Hermiina, H., & Prihatini, S. (2016). Gambaran konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia dalam konteks gizi seimbang: analisis lanjut survei konsumsi makanan individu (SKMI) 2014. *Indonesian Bulletin of Health Research*, 44(3), 205–218.
- Kurniawan, F. (2019). Perilaku konsumsi buah dan sayur pada anggota rumah tangga. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 1(2), 52–60.
- Mcspadden, K. E., Patrick, H., Oh, A. Y., Yaroch, A. L., Dwyer, L. A., Nebeling, L. C., & Dwyer, L. (2016). The association between motivation and fruit and vegetable intake: The moderating role of social support HHS Public Access. *Appetite*, 96, 87–94.

- <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.08.031>
- Negara, I. C., & Prabowo, A. (2018). Penggunaan Uji Chi-Square untuk Mengetahui Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Umur terhadap Pengetahuan Penasun Mengenai HIV-AIDS di Provinsi DKI Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Matematika Dan Terapannya 2018*, 1–8.
- Nenobanu, A. I., Kurniasari, M. D., & Rahardjo, M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswi Asrama Universitas Kristen Satya Wacana. *Indonesian Journal on Medical Science*, 5(1).
- Neuman, W. L. (2011). Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. In P. Education (Ed.), *Teaching Sociology* (Seventh Ed, Vol. 30, Issue 3). Allyn & Bacon. <https://doi.org/10.2307/3211488>
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Nurhanfah. (2018). *Perilaku Mahasiswa Dalam Hal Makan Buah Dan Sayur Sebagai Salah Satu Upaya Mewujudkan Gaya Hidup Sehat Di Universitas Sumatera Utara Tahun 2018*. 1–138.
- Rachman, B. N., Mustika, I. G., & Kusumawati, I. G. A. W. (2017). Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), 9–16.
- Rasmikayati, E., Mukti, G. W., & Saefudin, B. R. (2023). HUBUNGAN ANTARA PERILAKU KONSUMEN DAN KEPUTUSANNYA DALAM MEMBELI SAYUR DAN BUAH DI RITEL ONLINE. *Jurnal Pertanian Agros*, 25(1), 257–266.
- Ri, K. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. *Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 21–52.
- Scheaffer, R. L., III, W. M., Ott, R. L., & Gerow, K. (2012). *Elementary Survey Sampling* (M. Julet (ed.); SEVENTH ED). Richard Stratton.
- Seidu, A., Aboagye, R. G., Frimpong, J. B., Iddrisu, H., Agbaglo, E., Budu, E., Hagan, J. E., & Ahinkorah, B. O. (2021). *Determinants of Fruits and Vegetables Consumption among In-School Adolescents in Ghana*. 199–211.
- Sholehah, A., Andrias, D. R., & Nadhiroh, S. R. (2016). Preferensi (kesukaan), pengetahuan gizi dan pengaruh teman sebaya dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(2), 1–6.
- SIANTURI, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Konsumsisayur Dan Buah Pada Remaja Yang Tinggal. *Thesis USU*, 148.
- Sumarto, S., Aprianty, D., & ... (2018). PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KONSUMSI SAYURAN DAN BUAH-BUAHAN LOKAL PADA ANAK SEKOLAH DASAR DAN SEKOLAH MENENGAH *Prosiding*
- Tampatty, G. C., Malonda, N. S. H., & Amisi, M. D. (2020). Gambaran Pola Makan Pada Tenaga Pendidik Dan Kependidikan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi COVID-19. *KESMAS*, 9(6).