

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN, MEDIA INFORMASI
DAN DUKUNGAN KELUARGA
DENGAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR
PADA ANAK SD NEGERI 14 SILIH NARA
KABUPATEN ACEH TENGAH TAHUN 2025**

Ramawati

STIKes Payung Negeri Aceh Darussalam

Email: ramawati1509@gmail.com

Abstrak

Perilaku mengonsumsi buah dan sayur merupakan bagian penting dalam upaya menjaga kesehatan masyarakat. Buah dan sayur kaya akan vitamin, mineral, serat, serta antioksidan yang berperan dalam meningkatkan sistem imun, menjaga kesehatan pencernaan, dan mencegah berbagai penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, serta penyakit jantung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Kepercayaan, Media Informasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2025. Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi di SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah sebanyak 59 responden. Sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan total sampling adalah cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan seluruh total populasi dijadikan sampel. Penelitian dilakukan pada tanggal 03 sampai tanggal 24 Juli 2025 dengan menggunakan kuisioner. Dari hasil penelitian dan analisis uji chi-square menunjukkan nilai masing-masing variabel antara lain berdasarkan Kepercayaan diperoleh nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$), Media Informasi diperoleh nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$) dan Dukungan Keluarga diperoleh nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat Hubungan Kepercayaan, Media Informasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah. Disarankan agar sekolah, keluarga dan pemerintah berperan aktif dalam meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak melalui edukasi, dukungan, media informasi, dan pengembangan program berkelanjutan.

Kata kunci : *Dukungan keluarga, kepercayaan, media informasi, perilaku konsumsi buah dan sayur*

Abstract

Fruit and vegetable consumption is an important part of maintaining public health. Fruits and vegetables are rich in vitamins, minerals, fiber, and antioxidants that play a role in boosting the immune system, maintaining digestive health, and preventing various chronic diseases such as diabetes, hypertension, and heart disease. This study aims to investigate the relationship between trust, information sources, and family support with fruit and vegetable consumption behavior among elementary school students at SD Negeri 14 Silih Nara, Aceh Tengah, in 2025. The study is analytical in nature with a cross-sectional design. The population consists of 59 students at SD Negeri 14 Silih Nara, Aceh Tengah. The sample in this study used total sampling, which is a method of sampling where the entire population is used as the sample. The study was conducted from July 3 to July 24, 2025, using a questionnaire. The results of the study and chi-square test analysis showed the following values for each variable: based on Trust, the P-value was 0.000 ($P \leq 0.05$); for Information Media, the P-value was 0.000 ($P \leq 0.05$); and for Family Support, the P-value was 0.000 ($P \leq 0.05$). This indicates statistically that there is a relationship between Trust, Information Media, and Family Support with Fruit and Vegetable Consumption Behavior among Elementary School Students at SD Negeri 14 Silih Nara, Aceh Tengah. It is recommended that schools, families, and the government actively participate in increasing fruit and vegetable consumption among children through education, support, information media, and the development of sustainable programs.

Keywords: *Family support, fruit and vegetable consumption behavior, information media, trust*

A. Pendahuluan

Kesehatan anak merupakan aspek penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu faktor yang berperan dalam menjaga kesehatan anak adalah pola konsumsi makanan yang seimbang, termasuk konsumsi buah dan sayur. Konsumsi buah dan sayur yang cukup dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah berbagai penyakit tidak menular seperti obesitas dan diabetes, serta mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Kemenkes RI, 2023).

Perilaku mengonsumsi buah dan sayur merupakan bagian penting dalam upaya menjaga kesehatan masyarakat. Buah dan sayur kaya akan vitamin, mineral, serat, serta antioksidan yang berperan dalam meningkatkan sistem imun, menjaga kesehatan pencernaan, dan mencegah berbagai penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, serta penyakit jantung (WHO, 2023). World Health Organization (WHO) merekomendasikan konsumsi minimal 400 gram buah dan sayur per hari untuk memenuhi kebutuhan gizi dan menurunkan risiko penyakit tidak menular. Namun, di banyak negara, termasuk Indonesia, tingkat konsumsi buah dan sayur masih di bawah rekomendasi akibat berbagai faktor, seperti kebiasaan makan yang kurang sehat, keterbatasan akses, serta kurangnya pemahaman masyarakat tentang manfaatnya. (WHO, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022 melalui program "Aksi Bergizi", yang dilaksanakan secara serentak di 12 sekolah dasar terpilih, masih ditemukan rendahnya minat konsumsi buah dan sayur di kalangan siswa sekolah dasar. Fenomena ini diduga disebabkan oleh beberapa faktor utama, yaitu faktor kepercayaan, keterbatasan informasi, serta kurangnya dukungan dari keluarga. Pada bulan Mei 2024, Dinas Kesehatan (Dinkes) Aceh Tengah melaksanakan kegiatan bakti sosial sekaligus meluncurkan inovasi penguatan program pencegahan stunting di lingkungan sekolah dasar. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam upaya pencegahan

stunting sejak dini. Namun, dalam pelaksanaannya, masih ditemukan rendahnya minat konsumsi buah dan sayur pada anak-anak sekolah dasar. Fenomena ini dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu keyakinan atau kepercayaan tertentu yang berkembang di masyarakat, kurangnya informasi terkait manfaat gizi buah dan sayur, serta minimnya dukungan dari keluarga dalam membentuk kebiasaan makan sehat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berbasis edukasi dan sosialisasi yang lebih intensif, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga, guna meningkatkan pemahaman dan kebiasaan konsumsi pangan bergizi seimbang pada anak usia sekolah (Dinkes Aceh Tengah, 2024).

B. Metodologi

Penelitian ini bersifat analitik yaitu penelitian yang bertujuan mencari hubungan antar variabel yang sifatnya bukan hubungan sebab akibat (Sugiyono, 2021) untuk mengetahui fenomena yang dihadapi pada situasi sekarang dengan desain “cross sectional” yaitu studi yang mempelajari terjadinya efek, dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek yang di observasi sekaligus pada waktu yang sama (Sugiyono, 2021) yang bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Kepercayaan, Media Informasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2025 “. Populasi dari penelitian ini adalah keseluruhan siswa-siswi di SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah sebanyak 59 responden. Dalam penelitian ini pengambilan sampel dilakukan menggunakan tehnik total sampling dimana siswa-siswi SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah sebanyak 59.

C. Hasil dan Pembahasan

Sebagai bagian dari sistem pendidikan dasar di wilayah Aceh Tengah, SDN 14 Silih Nara memiliki peran penting dalam memberikan layanan pendidikan kepada anak-anak usia sekolah dasar di lingkungan Kampung Arul Putih dan sekitarnya. Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 59 Responden untuk mengetahui “Hubungan Kepercayaan, Media Informasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2025” yang dilakukan pada tanggal 03 sampai dengan 24 Juli 2025 dapat dilihat dari table dibawah ini :

- **Distribusi Frekuensi Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara**

No	Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur	Frekuensi	Persentase
1	Ada	40	60.8
2	Tidak Ada	19	32.2
Jumlah		59	100

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2025)

- **Distribusi Frekuensi Kepercayaan Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara**

No	Kepercayaan	Frekuensi	Persentase
1	Positif	42	71.2
2	Negatif	17	28.8
Jumlah		59	100

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2025)

- **Distribusi Frekuensi Media Informasi Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara**

No	Media Informasi	Frekuensi	Persentase
1	Ada	17	28.8
2	Tidak Ada	42	71.2
Jumlah		59	100

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2025)

- **Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara**

No	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase
1	Mendukung	39	66.1
2	Tidak Mendukung	20	33.9
Jumlah		59	100

(Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2025)

D. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 59 Responden untuk mengetahui “Hubungan Kepercayaan, Media Informasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2025” yang dilakukan pada tanggal 03 sampai dengan 24 Juli 2025 dapat disimpulkan bahwa: Terdapat Hubungan Kepercayaan Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara dengan nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$). sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Kepercayaan Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara, Terdapat Hubungan Media Informasi Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara dengan nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$). sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Media Informasi Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara, Terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara dengan nilai P Value 0,000 ($P \leq 0,05$). sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SD Negeri 14 Silih Nara.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhidayati, A., Natassa, J., Purba, C. V. G., & Dewi, M. (2023). *Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak Wilayah Kerja Puskesmas Ri Sidomulyo*. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 12(1), 41-56.
- Astutik, D., Widodo, Y., & Hidayati, L. N. (2024). *Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Anak Indonesia*, 3(2), 101-108.
- Atikah Proverawati. (2021). *Hubungan antara Pengetahuan, Dukungan Keluarga, dan Sikap terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur anak SDN jakarta*. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(10), 947-953.
- Damayanti, R., Hasanah, N., & Fitria, S. (2023). *Peran Dukungan Orang Tua Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar*. *Jurnal Gizi dan Pangan Anak*, 5(1), 66–73.
- Dewi, R. (2021). *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku Konsumsi buah dan sayur*. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10), 3441-3446.
- Dinas Kesehatan Aceh Tengah (2022) program "Aksi Bergizi", yang dilaksanakan secara serentak di 12 sekolah dasar. Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Tengah
- Dinas Kesehatan Aceh Tengah (2024) kegiatan bakti sosial sekaligus meluncurkan inovasi penguatan program pencegahan stunting di lingkungan sekolah dasar. Dinas Kesehatan Kabupaten Aceh Tengah
- Fauziah, I., & Sari, D. P. (2024). *Media Informasi dan Konsumsi Buah Sayur Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur*. *Media Gizi Indonesia*, 9(2), 45-52.
- Fitria, M. K., & Mahmud, N. U. (2024). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur*. *Window of Public Health Journal*, 547-558.
- Hasibuan, N., Sari, F. D. N., Tamara, C. V., & Nurlani, S. (2024). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa Kelas V SDN 101866 Kecamatan Batang Kuis*. *Jurnal Biogenerasi*, 10(1), 295-303.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan survei kesehatan.
- Kementrian Kesehatan RI 2024. Pedoman Gizi Seimbang [Internet]. [dikutip 1 Maret 2024]. 3–39 hlm. Tersedia pada: <https://pergizi.org/pedoman-giziseimbang-2024-terbaru/>

Lestari, A., Putri, F. M., & Wahyuni, S. (2021). Efektivitas Media Visual dalam Meningkatkan Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia 9–12 Tahun. *Jurnal Pendidikan Gizi dan Kesehatan*, 2(4), 88-95.

Mandagie, V. P., Adam, H., & Ratag, B. T. (2023). Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Konsumsi Buah dan Sayur pada Peserta Didik SMA Katolik Rex Mundi Manado. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 12(1), 86-89.

Mindo Lupiana, J. D., Smith, K., & Taylor, L. (2021). Hubungan Kepercayaan, Sikap, Dan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur. *Journal of Adolescent Research*, 38(2), 120-135.

Muna, & Mardiana. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Pascasarjana Hukum Keluarga).

Muflihatin, N., & Sari, K. P. (2022). Pola Asuh dan Perilaku Makan Sehat Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Keluarga*, 6(3), 112-118.

Nadia Yulia Putri. (2022). Hubungan Media Informasi, Sikap, Dan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Nelista, Y., Fembi, P. N., & Elfi, T. (2023). Penerapan Model Peers Modeling Motivation Terhadap Motivasi dan Perilaku Makan Sayur pada Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 99-105.

Nuraeni, I., Proverawati, A., & Ulfa, A. (2021). Characteristics of tamarillo jelly drink using various sugar concentration and the proportion of papayas as a healthy drink for school children. *Ann Trop and Public Health*, 22(11), S356C.

Nurwahidah, N., Karjoso, T. K., Devis, Y., Mahyuddin, M., & Mitra, M. (2023). Pengaruh Modifikasi Buah dan Sayur Terhadap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar Pangkalan Kerinci. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 9(2), 275-282.

Nuraeni, R., & Sari, H. (2022). Hubungan Kepercayaan dan Niat Konsumsi Buah Sayur Berdasarkan Theory of Planned Behavior. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 3(1), 29–35.

Prasetyo, A., & Sari, A. P. (2023). Peran Keluarga dalam Meningkatkan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 21–28.

Pratama, Y., & Lestari, R. (2023). Persepsi Manfaat Buah dan Sayur dan Kaitannya Dengan Perilaku Konsumsi Anak. *Jurnal Ilmu Gizi dan Pangan*, 7(2), 134-140.

Profil Kesehatan Aceh. (2021). Pedoman Gizi Seimbang [Internet]. [dikutip 1 Maret 2021]. 3–39 hlm. Tersedia pada: <https://pergizi.org/pedoman-giziseimbang-2021-terbaru/>

Profil Kesehatan Indonesia. (2023). Laporan kesehatan nasional.

Putri, N. Y., Darwis, D., Ismiati, I., Ningsih, L., & Simanjuntak, B. Y. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Anak SDN 08 Kota Bengkulu (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).

Putri, L. F., & Yuniarti, D. (2023). Peran Media Edukasi dalam Perubahan Perilaku Konsumsi Sehat Anak Usia Sekolah. *Jurnal Media Promosi Kesehatan*, 5(1), 55–63.

Rachmawati, H., & Nugroho, T. (2024). Sikap dan Kepercayaan Anak dalam Meningkatkan Konsumsi Sayur dan Buah di Sekolah. *Indonesian Journal of Child Nutrition*, 4(2), 102-109.

Rahmawati, D., & Nurhayati, S. (2023). Efektivitas Media Informasi terhadap Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Anak. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 5(3), 78-85.

Ramadhani, S., & Suryani, L. (2022). Pengaruh Media Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Konsumsi Buah dan Sayur Siswa SD. *Jurnal Promosi Kesehatan Sekolah*, 4(1), 49-56.

Rachman, dkk. (2021). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur anak SD. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(1), 56-61.

Rafsanjani, dkk. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur anak SD Negeri 12 Kabupaten Bangli. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora*, 7(2), 291-299.

Resie Yantika, & Sarah Mardiyah. (2022). Analisis Kualitatif Faktor Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur anak SD Negeri Kota Tasikmalaya). *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 19(2), 75-92.

Rofiqoh, A. N. A. (2023). Pengaruh Promosi Peningkatan Konsumsi Sayur Dan Buah Melalui Media Kartu Kuartet Terhadap Perbaikan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 004 Samarinda ULU. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 2290-2301.

Santoso, R., & Rahayu, F. (2024). Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Sehat Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Anak dan Lingkungan*, 2(3), 72–80.

Santoso, & Ranti. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur anak SD “X” Curup Kabupaten Rejang Lebong. *Journal of Nursing and Public Health*, 7(2), 56-61.

Saputri, A. F., Widya, R., & Indriyani, Y. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dan Ketersediaan Buah Sayur dengan Konsumsi Buah Sayur Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Peduli Anak*, 6(2), 98–106.

Setyowati, S. N. C., Widajanti, L., & Suyatno, S. (2023). Faktor-faktor sosial budaya gizi yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di Jawa Tengah, Indonesia. *Ilmu Gizi Indonesia*, 6(2), 125-134.

Utami, P., Kartika, S., & Dewi, M. A. (2024). Intervensi Edukasi Gizi Melalui Keluarga Terhadap Perilaku Konsumsi Anak. *Jurnal Gizi Komunitas Indonesia*, 8(1), 43-51.

World Health Organization [Internet]. 2023. Increasing Fruit and Vegetable Consumption to Reduce the Risk of Noncommunicable Diseases. Available from: <https://www.who.int/tools/elena/interventions/fruit-vegetables-ncds>

World Health Organization [Internet]. 2024. Adolescent Health. Available from: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Wulandari, D. A., & Lestari, N. P. (2023). Hubungan Media Informasi Kesehatan dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Sekolah. *Jurnal Gizi dan Pendidikan Kesehatan Anak*, 5(2), 125-132.

Wulandari, Y., & Ningsih, T. (2023). Kepercayaan dan Konsumsi Buah Sayur pada Anak Sekolah Dasar. *Open Access Indonesian Journal of Health Research*, 4(1), 89-95.