

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI GIZI
2025**

ABSTRAK

FATIMAH FAUZIATUL HAQ

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBIASAAN
KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA REMAJA DI SMP NEGERI 7
TASIKMALAYA TAHUN 2025**

Kebiasaan konsumsi sayur dan buah yang kurang pada remaja dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMP Negeri 7 Tasikmalaya tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 179 siswa kelas 7 dan 8 yang diambil secara *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner untuk mengukur variabel peran orang tua, peran teman sebaya, preferensi, ketersediaan sayur dan buah di rumah dan sekolah, serta *self efficacy*. Data konsumsi sayur dan buah diukur menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQFFQ). Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara peran orang tua ($p= 0,014$) dan ketersediaan sayur dan buah di rumah ($p= 0,037$) dengan konsumsi sayur dan buah pada remaja. Sementara itu tidak ada hubungan antara peran teman sebaya ($p= 0,485$), preferensi sayur dan buah ($p= 0,520$), ketersediaan sayur dan buah di sekolah dan komunitas ($p= 0,272$) dan *self efficacy* ($p= 0,910$) dengan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja. Diperlukan peran aktif dari keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial dalam membentuk kebiasaan konsumsi yang sehat pada remaja.

Kata Kunci: buah, kebiasaan, ketersediaan, remaja, sayur

**FACULTY OF HEALTH SCIENCE
SILIWANGI UNIVERSITY
TASIKMALAYA
NUTRITION PROGRAM STUDY
2025**

ABSTRACT

FATIMAH FAUZIATUL HAQ

***FACTORS ASSOCIATED WITH VEGETABLE AND FRUIT CONSUMPTION
HABITS AMONG ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 7 TASIKMALAYA IN
2025***

Low consumption of vegetables and fruits among adolescents can negatively impact growth and development and increase the risk of degenerative diseases in the future. This study aims to analyze the factors associated with vegetable and fruit consumption habits among adolescents at SMP Negeri 7 Tasikmalaya in 2025. This research employs a quantitative method with a cross-sectional design. The sample consisted of 179 students from grades VII and VIII, selected using proportional random sampling. The instruments used were questionnaires to measure the variables of parental role, peer influence, preference, availability of vegetables and fruits at home and school, and self-efficacy. Vegetable and fruit consumption data were collected using a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQFFQ). Data analysis was conducted using the chi-square test. The results showed a significant relationship between parental role ($p = 0.014$) and the availability of fruits and vegetables at home ($p = 0.037$) with fruit and vegetable consumption among adolescents. Meanwhile, there was no significant relationship between peer influence ($p = 0.485$), fruit and vegetable preference ($p = 0.520$), availability of fruits and vegetables at school and in the community ($p = 0.272$), and self-efficacy ($p = 0.910$) with adolescents' fruit and vegetable consumption habits. Active involvement from families, schools, and the social environment is necessary to foster healthy consumption habits among adolescents.

Keywords: *adolescent, availability, fruits, habit, vegetables*