

ABSTRAK
KONSUMSI SAYUR PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR
DI KECAMATAN PARONGPONG

Konsumsi sayur anak usia sekolah dasar di Indonesia kurang sesuai dengan anjuran yang ditentukan yaitu 300-400 gram perorang per hari. Hasil survei konsumsi sayur yang dilakukan pada anak usia sekolah dasar di beberapa daerah di Indonesia juga menunjukkan angka yang masih kurang dari anjuran. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui konsumsi sayur anak usia sekolah dasar yang tinggal di daerah produksi sayur seperti di Kecamatan Parongpong. Tujuan khusus penelitian ini yaitu untuk menganalisa jenis sayur yang dikonsumsi, jumlah konsumsi sayur, frekuensi konsumsi sayur dan tingkat pemenuhan konsumsi sayur. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Tempat penelitian yaitu di SDN Mekar Rahayu, SDN Tutugan Rahayu, SDN Cihanjuang 2 dan SDN Cihanjuang 4. Jumlah populasi penelitian yaitu sebanyak 413 anak yang terdiri dari anak kelas 4-6. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling* sehingga didapatkan banyak sampel yaitu 85 anak. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *Food Recall 2x24 jam* dan *Food Frequency* dengan teknik wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi sayur seluruh responden adalah 83 ± 97 gram/orang/hari. Konsumsi sayur tersebut hanya memenuhi 28% saja dari angka yang dianjurkan. Kurangnya konsumsi sayur secara terus menerus dapat menyebabkan kurangnya asupan vitamin, mineral dan serat dari sayur. Penyuluhan terhadap orang tua perlu dilakukan mengenai pentingnya pemenuhan kecukupan konsumsi sayur anak.

Kata Kunci : Anak Sekolah, Konsumsi, Sayur

VEGETABLE CONSUMPTION BY ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN IN KECAMATAN PARONGPONG

Ananda Resza Puspita, Ai Nurhayati¹, Cica Yulia²

*Pendidikan Tata Boga, Departemen Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas
Pendidikan Teknologi dan Kejuruan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung*
reszaananda@gmail.com

ABSTRACT

Vegetable consumption by elementary school children in Indonesia have not met the suggested amount which is 300-400 grams/day. Survey on that matter in certain region have produced the same result too. General purpose of this research is to acquire information on vegetable consumption in vegetable-producing region. Specific purpose of this research is to analyze the type, amount, rate, and fulfillment of vegetable that is consumed by school age children. Research method used in this paper is descriptive research designed to be cross-sectional. This research took place in SDN Mekar Rahayu, SDN Tutugan Rahayu, SDN Cihanjuang 4, and SDN Cihanjuang 2. Population of the study was 413 children from class 4 to 6. Sample-taking method used in this research is proportionate stratified random sampling. Total sample is 85 children. The data is collected with Food Frequency Questioner (FFQ) and 2x24 hour food recall. This research reveals that average vegetable consumption is 83±97 grams/day. It only fulfills 28% of suggested amount. If this continues for extended time period, it will cause deficiency of vitamin, fiber, mineral acquired from vegetables. Parent counseling is required to provide knowledge of its importance.

Keyword: Consumption, School Children, Vegetable

¹ Penulis Penanggung Jawab

² Penulis Penanggung Jawab