

HUBUNGAN KONSUMSI GIZI BUAH DAN SAYUR DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA REMAJA DI SMP  
NEGERI 1 SELOGIRI KABUPATEN WONOGIRI TAHUN 2015

NUR EKA ADIYATMA RACHMAWATI – 25010111130190

(2015 - Skripsi)

Konsumsi gizi adalah susunan makanan mencakup jenis, jumlah dan frekuensi makan rata-rata per orang, per hari yang umum dikonsumsi penduduk dan diketahui rata-rata asupan zat gizi harian beserta kecukupannya dalam jangka waktu tertentu. Remaja yang kurang mengonsumsi buah dan sayur, akan kekurangan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh. sehingga mempengaruhi status gizi, aktivitas remaja dan penurunan prestasi belajar di sekolah. Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisis hubungan konsumsi buah dan sayur dengan prestasi belajar remaja di SMP Negeri 1 Selogiri Kabupaten Wonogiri tahun 2015. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pendekatan waktucross sectional. Pengumpulan data melalui wawancara dengan Food Frequency Questionnaire (FFQ) semi kuantitatif, pengisian kuisisioner dan pengukuran antropometri dengan jumlah sampel 82 remaja yang ditentukan dengan teknik Stratified random sampling. Analisis data menggunakan uji statistik chi-square dan uji korelasi Rank Spearman. Sebanyak 57,3% remaja mengonsumsi buah dan sayur kategori baik, 84,1% memiliki status gizi normal, 69,5% tidak mengalami penyakit infeksi dan 54,9% memiliki prestasi belajar yang kurang baik. Tidak ada hubungan konsumsi gizi buah dan sayur, status gizi dan riwayat penyakit infeksi dengan prestasi belajar remaja di SMP Negeri 1 Selogiri, dengan nilai ( $p=0,588, p=0,856, p=0,892$ ). Pihak sekolah dan dinas-dinas terkait sebaiknya mengadakan penyebaran informasi tentang “Pesan Gizi Seimbang” terbaru dan piring makanku

**Kata Kunci:** Konsumsi Gizi, Buah dan Sayur, Prestasi Belajar, Remaja