

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG
BUAH, JUMLAH UANG SAKU DAN GAYA HIDUP
DENGAN PERILAKU MENGGUNAKAN BUAH
PADA MAHASISWA KEPERAWATAN
SEMESTER VIII STIKES 'AISYIYAH
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
DIANIE PARAMITHA PUTRI
080201014**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2012**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG
BUAH, JUMLAH UANG SAKU DAN GAYA HIDUP
DENGAN PERILAKU MENGGONSUMSI BUAH
PADA MAHASISWA KEPERAWATAN
SEMESTER VIII STIKES 'AISYIYAH
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:
DIANIE PARAMITHA PUTRI
080201014

Telah Disetujui Oleh Pembimbing:



Pada Tanggal:
18 Juli 2012

Pembimbing

Yuli Isnaeni S, Kp., M.Kep., Sp.Kom.

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG BUAH, JUMLAH UANG SAKU DAN GAYA HIDUP DENGAN PERILAKU MENGGONSUMSI BUAH PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER VIII STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA'¹

Dianie Paramitha Putri², Yuli Isnaeni³

INTISARI

Latar Belakang: Dewasa muda merupakan masa transisi dari tahap remaja menuju dewasa. Aktifitas yang dimiliki sangat beragam, sehingga menyebabkan dewasa muda lupa untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh (vitamin) yang terdapat pada buah. Kurangnya pengetahuan dan gaya hidup makan yang kurang tepat membuat dewasa muda mudah terserang berbagai penyakit. Untuk itu, peningkatan pengetahuan dan gaya hidup makan pada dewasa muda sangat penting agar nantinya dapat terhindar dari penyakit degeneratif.

Tujuan: Untuk mengetahui adanya hubungan antara pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah pada mahasiswa keperawatan semester VIII STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta..

Metodologi Penelitian: Metode penelitian yang digunakan adalah *survei analitik non eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 34 responden, studi desain yang digunakan adalah metode *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku, gaya hidup dan perilaku mengkonsumsi buah. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *Product Moment* dan rumus *Alpha Cronbach*. Analisa data menggunakan *Kendall Tau* dengan taraf signifikansi 5%.

Hasil dan Kesimpulan: Hasil *Matrix Correlations* dengan uji statistik analisis *Kendal Tau* (τ), dengan hasil: pengetahuan tentang buah sebesar 1,0 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), jumlah uang saku sebesar 0,106 dan taraf signifikansi 0,523 ($p > 0,05$), gaya hidup sebesar 0,418 dan taraf signifikansi 0,014 ($p < 0,05$), perilaku mengkonsumsi buah sebesar 0,302 dan taraf signifikansi 0,070 ($p > 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang berarti antara pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi pada mahasiswa keperawatan.

Saran: Menambah materi perkuliahan mengenai buah, yaitu: jumlah porsi, cara memilih dan mengkonsumsi buah yang tepat. Mengadakan seminar mengenai buah, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesehatan.

Kata Kunci : Pengetahuan Tentang Buah, Jumlah Uang Saku, Gaya hidup, dan Perilaku Mengkonsumsi Buah

Daftar Pustaka : 14 Buku (2002-2011); 6 Hasil Penelitian; 11 Internet

Halaman : xiii; 70 Halaman; 11 Tabel; 2 Gambar; 14 Lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE RELATION BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT FRUITS, THE
AMOUNT OF ALLOWANCE, AND LIFESTYLE AND FRUIT
CONSUMPTION BEHAVIOR OF THE STUDENTS OF 8TH
SEMESTER NURSING STUDY PROGRAM OF
STIKES 'AISYIYAH YOGYAKARTA'¹**

Dianie Paramitha Putri², Yuli Isnaeni³

ABSTRACT

Background: Young adult is the transition age from teenage hood to adult hood. There are various activities, so that the young adults might forget to fulfill the need of body nutrition (vitamin) contained in fruits. The lack of knowledge and inaccurate diet cause the young adults suffer from many diseases easily. Therefore, the increase of knowledge and diet lifestyle of the young adults is very important so that they can avoid degenerative diseases.

Research Purpose: This research aims at finding the relation between the knowledge about fruits, the amount of allowance and lifestyle and fruit consumption behavior of the students of 8th semester of Nursing study program of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

Research Methodology: The research method used is *non experimental analytical survey* with *cross sectional* approach. The sample of the research is 34 respondents, and the study design used is *simple random sampling* method. The instrument of the research used questionnaire about knowledge of fruits, the amount of allowance, and lifestyle and fruit consumption behavior. The validity and reliability test used *Product Moment* and *Alpha Cronbach* method. The data analysis used *Kendal Tau* with significance of 5%.

Research Finding and Conclusion: The result of *Matrix Correlations* with analytical statistic test of *Kendal Tau* (τ) is that the knowledge about fruits is 1.0 with significance level of 0.000 ($p < 0.05$). The amount of allowance is 0.106 with significance level of 0.523 ($p > 0.05$). Meanwhile, the lifestyle is 0.418 with significance level of 0.014 ($p < 0.05$) and the fruit consumption behavior is 0.302 with significance level of 0.070 ($p > 0.05$). It can be concluded that there is no significant relation between the knowledge about fruits, the amount of allowance and lifestyle and fruit consumption behavior of the students of 8th semester of Nursing study program.

Suggestion: It is suggested that there is an additional material about fruit, i.e. the portion, how to choose and how to consume fruit accurately. Besides, there should be a seminar about fruit so that it can increase the knowledge and health of the students.

Keywords : Knowledge About Fruits, The Amount of Allowance,
Lifestyle and Fruit Consumption Behavior.
References : 14 Books (2002-2011); 6 Thesis; 11 Website
Number of Pages : xiii; 70 Pages; 11 Tables; 2 Pictures; 14 Appendixes

¹ Thesis title

² Student of School of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

³ Lecturer of School of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Dewasa muda atau disebut *young adulthood*, *Adult* berasal dari bahasa latin yang berarti tumbuh menjadi kedewasaan. Dewasa muda merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola kehidupan baru dan harapan sosial yang baru (Melisa, 2007). Melisa (2007) mengatakan, bahwa masa dewasa muda merupakan masa transisi dari tahap remaja menuju dewasa dan tahap ini dibagi menjadi 3 yaitu: dewasa muda atau *young adulthood* (20-40 tahun), dewasa tengah atau *middle adulthood* (40-65 tahun), dewasa akhir atau *late adulthood* (> 65 tahun). Di usia yang masih tergolong muda, kekuatan tubuh yang dimiliki baik dan aktifitasnya pun beragam. Terkadang, kegiatan yang banyak menyebabkan lupa pada diri sendiri, seperti: kurang istirahat, lupa mandi bahkan lupa makan. Apabila, kurang memperhatikan kesehatan khususnya yang berkaitan dengan tubuh (makan) maka akan merugikan diri sendiri dan akan mudah terkena berbagai penyakit (Dariyo, 2004).

Seharusnya, orang dewasa muda harus lebih memperhatikan kesehatan mereka khususnya pada masalah kebutuhan nutrisi (vitamin pada buah) karena apabila tubuh tidak atau kurang vitamin (buah) maka akan timbul dampak seperti: kuku mudah patah, mata terasa kering, sariawan, bibir pecah-pecah, rambut rontok dan menjadi tipis, distribusi rambut tidak merata, rambut berketombe, daya tahan tubuh menurun, konsentrasi menurun dan luka lambat sembuh (Handriani, 2010). Dampak yang lebih membahayakan, apabila masalah ini tidak segera diatasi akan timbul penyakit degeneratif (Ruwaitah, 2009).

Menurut Survei Depkes (2004) mengenai konsumsi buah pada remaja Indonesia perharinya yaitu: konsumsi < 1 porsi 9,44%, 1 porsi 51,19%, 2-4 porsi 36,50%, > 5 porsi 2,68%, tidak tahu 0,19%. Usia >10 tahun konsumsi buah di Yogyakarta sebanyak 86,1% menurut kelompok umur 10-14 93,6% , 15-24 93,8% , 25-34 93,4% , 35-44 93,3% , 45-54 93,5% , 55-64 93,7% , 66-74 94,7% , 75+ 95,3% (Depkes RI, 2007). Konsumsi buah yang baik, 3-5 atau 5 buah perhari dengan jenis yang sama atau jenis buah yang berbeda selama 7 hari dalam seminggu (Depkes, 2004).

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif non-eksperimen dengan menggunakan jenis penelitian survei analitik. Pendekatan waktu menggunakan

cross sectional. Populasi penelitian ini adalah 137 dan sampel 34 mahasiswa semester VIII yang sedang menjalani kuliah di kampus STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta. Jenis penelitian ini menggunakan *probability sampling* yaitu dengan simple random sampling (*lottery technique*). Alat untuk mengumpulkan data pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku, gaya hidup dan perilaku mengkonsumsi buah menggunakan kuesioner tertutup yang terdiri dari 10 item pengetahuan tentang buah, 1 item jumlah uang saku, 11 item gaya hidup dan perilaku mengkonsumsi buah yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji statistik nonparametrik *Korelasi Kendal Tau* (τ) dan untuk uji signifikan koefisien menggunakan rumus z karena distribusinya normal.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di kampus STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta Jl.Munir 267 Serangan, Ngampilan. Jumlah keseluruhan sebanyak 1500 mahasiswa yang sedang menjalani proses pendidikan. Karakteristik responden di kampus STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin, Umur, Kelas, dan Jumlah Porsi Buah STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	%
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	5	14,71
	Perempuan	29	85,29
	Jumlah	34	100
2.	Umur		
	20 tahun	3	8,9
	21 tahun	19	55,9
	22 tahun	10	29,4
	23 tahun	2	5,8
	Jumlah	34	100
3.	Kelas		
	VIII A	18	53
	VIII B	16	47
	Jumlah	34	100
4.	Jumlah Porsi Buah		
	≥ 3	2	5,9
	2-3	10	29,4
	≤ 2	22	64,7
	Jumlah	34	100

Sumber: data primer 2012

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan beberapa karakteristik. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin perempuan didapatkan 29 responden (85,29%). Distribusi responden berdasarkan umur didapatkan dalam rentang 21 tahun sebanyak 19 responden (55,9%). Distribusi responden berdasarkan kelas didapatkan pada kelas VIII A sebanyak 18 responden (53%), dan distribusi responden untuk jumlah porsi buah sebanyak 22 responden (64,7%).

Tabel 2

Tabulasi Silang Pengetahuan Tentang Buah Dengan Perilaku Mengkonsumsi Buah Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

No	Perilaku Mengkonsumsi Buah	Baik		Cukup		Kurang		Total	
		F	%	F	%	F	%	F	%
	Pengetahuan Tentang Buah								
1.	Baik	2	5,9%	0	0%	0	0%	2	5,9%
2.	Cukup	1	2,9%	3	8,8%	1	2,9%	5	14,7%
3.	Kurang	0	0%	11	32,4%	16	47,1%	27	79,4%
	Total	3	8,8%	14	41,2%	17	50,0%	34	100%

Sumber: Data Primer 2012

Tabel 2 menunjukkan, bahwa sebagian besar responden mendapatkan pengetahuan tentang buah dalam kategori kurang dan perilaku mengkonsumsi buah kurang sebanyak 16 responden (47,1%). Sedangkan data yang paling sedikit adalah pengetahuan tentang buah cukup dan perilaku mengkonsumsi buah baik sebanyak 1 responden (2,9%)

Tabel 3

Tabulasi Silang Jumlah Uang Saku Dengan Perilaku Mengkonsumsi Buah Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

No	Perilaku Mengkonsumsi Buah	Baik		Cukup		Kurang		Total	
		F	%	F	%	F	%	F	%
	Jumlah Uang Saku								
1.	Baik	3	8,8%	0	0%	1	2,9%	4	11,8%
2.	Cukup	0	0%	8	23,5%	2	5,9%	10	29,4%
3.	Kurang	0	0%	6	17,6%	14	41,2%	20	58,8%
	Total	3	8,8%	14	41,2%	17	50,0%	34	100%

Sumber: Data Primer 2012

Tabel 3 menunjukkan, bahwa sebagian besar responden memiliki jumlah uang saku kurang dan perilaku mengkonsumsi buah kurang sebanyak 14 responden

(41,2%). Sedangkan data yang paling sedikit adalah jumlah uang saku baik dan perilaku mengkonsumsi buah kurang sebanyak 1 responden (2,9%).

Tabel 4
Tabulasi Silang Gaya Hidup Dengan Perilaku Mengkonsumsi Buah Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Perilaku Mengkonsumsi No Buah	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Baik	1	2,9%	0	0%	0	0%	1	2,9%
2. Cukup	2	5,9%	6	17,6%	1	2,9%	9	26,5%
3. Kurang	0	0%	8	23,5%	16	47,1%	24	2,9%
Total	3	8,8%	14	41.2%	17	50%	34	100%

Sumber: Data Primer 2012

Tabel 4 menunjukkan, bahwa sebagian besar responden mendapatkan gaya hidup kurang dan perilaku mengkonsumsi kurang sebanyak 16 responden (47,1%). Sedangkan, data yang paling sedikit adalah gaya hidup baik dan perilaku mengkonsumsi buah baik sebanyak 1 responden (2,9%).

Tabel 5
Matrik Korelasi Pengetahuan Tentang Buah, Jumlah Uang Saku Dan Gaya Hidup Dengan Perilaku Mengkonsumsi Buah Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

NO		Pengetahuan Tentang Buah	Jumlah Uang Saku	Gaya Hidup	Perilaku Mengkonsumsi Buah
1	Pengetahuan Tentang Buah	0,000	0,523	0,014	0,070
2	Jumlah Uang Saku	0,523	0,000	0,097	0,325
3	Gaya Hidup	0,014	0,097	0,000	0,017
4	Perilaku Mengkonsumsi Buah	0,070	0,0325	0,017	0,000

Sumber: Data Primer 2012

Tabel 5 menunjukkan bahwa pengetahuan tentang buah berhubungan dengan gaya hidup yaitu 0,014. Gaya hidup berhubungan dengan pengetahuan tentang buah (0,014) dan perilaku mengkonsumsi buah (0,017). Perilaku mengkonsumsi buah berhubungan dengan gaya hidup (0,017).

Tabel 1 menunjukkan jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan sebanyak 29 responden (85,29%). Namun, walaupun jumlah perempuan

dalam penelitian ini lebih banyak dibandingkan dengan jumlah laki-laki tetapi perilaku mengkonsumsi buah antara laki-laki dan perempuan sama yaitu dalam kategori kurang berdasarkan penelitian peneliti. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Depkes RI (2007), mengungkapkan bahwa tidak terdapat perbedaan antar laki-laki dan perempuan dalam mengkonsumsi buah.

Tabel 1 menunjukkan usia responden sebagian besar 21 tahun sebanyak 19 responden (55,9%), namun usia 21 tahun bukan merupakan usia yang mengawali kurangnya mengkonsumsi buah seseorang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Depkes RI (2007), kurangnya konsumsi buah seseorang juga dialami oleh usia < 21 tahun dan seseorang yang kurang mengkonsumsi buah dapat dipengaruhi oleh lingkungan serta pendapatan. Menurut Eriko (2010), yang mempengaruhi perilaku mengkonsumsi seseorang adalah pribadi seseorang (pengetahuan, keadaan ekonomi, pola hidup), dan lingkungan. Tabel 1 menunjukkan jumlah porsi buah sebagian besar < 2 sebanyak 22 responden (64,7%) dan sebagian kecil > 3 porsi sebanyak 2 responden (5,9%). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Depkes RI (2007), jumlah porsi buah yang baik adalah 3-5 atau 5 porsi perhari selama 7 hari dalam seminggu.

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang buah kurang dengan perilaku mengkonsumsi buah yang kurang, sebanyak 16 responden (47,1%). Sebagian lagi memiliki pengetahuan tentang buah cukup dan perilaku mengkonsumsi buah yang baik, sebanyak 1 respon (2,9%) dan pengetahuan tentang buah cukup dengan perilaku mengkonsumsi buah kurang sebanyak 1 responden (2,9%). Hasil uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau* menunjukkan pengetahuan tentang buah dengan perilaku mengkonsumsi buah memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,491 dan taraf signifikansi 0,003 ($p < 0,05$). Dalam penelitian Emilia (2009), tingkat pengetahuan seseorang baik atau buruk terhadap mengkonsumsi buah tidak dilihat dari orang tersebut bersekolah atau tidak. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh seseorang. Perilaku seseorang berdasarkan beberapa proses: kesadaran (*Awareness*), merasa tertarik (*Interest*), mengevaluasi (*Evaluation*), mencoba perilaku baru (*Trial*), dan adaptasi (*Adaptation*) (Wawan dan Dewi, 2010).

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden memiliki jumlah uang saku kurang dengan perilaku mengkonsumsi buah yang kurang, sebanyak 14 responden (41,2%). Sebagian lagi memiliki jumlah uang saku cukup dan perilaku mengkonsumsi buah kurang, sebanyak 2 respon (5,9%) dan jumlah uang saku baik

dengan perilaku mengkonsumsi buah kurang sebanyak 1 responden (2,9%). Hasil uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau* menunjukkan jumlah uang saku dengan perilaku mengkonsumsi buah memiliki hubungan yang signifikan, dengan hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,541 dan taraf signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan, bahwa semakin baik uang saku atau kiriman seseorang maka semakin baik pula perilaku mengkonsumsi buah dan sebaliknya.

Dalam penelitian Mustofa (2003), ekonomi atau jumlah uang saku yang dikirim orang tua berhubungan dengan frekuensi makan buah seseorang dengan hasil ($p < 0,005$). Hal ini disebabkan karena aktifitas, uang yang dikirim orang tua dan sesuai dengan kebutuhan. Pemberian uang saku kepada anak merupakan bagian dari pengalokasian pendapatan keluarga kepada anak untuk keperluan harian, mingguan atau bulanan, baik untuk keperluan jajan maupun keperluan lainnya oleh Thoha (2003, dalam Fatmalina 2006).

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden memiliki gaya hidup kurang dengan perilaku mengkonsumsi buah yang kurang, sebanyak 16 responden (47,1%). Sebagian lagi memiliki gaya hidup cukup dan perilaku mengkonsumsi buah yang kurang, sebanyak 1 respon (2,9%) dan gaya hidup baik dengan perilaku mengkonsumsi buah baik sebanyak 1 responden (2,9%). Hasil uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau* menunjukkan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah memiliki hubungan yang signifikan, dengan hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,582 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan, bahwa gaya hidup yang baik (makan) akan mempengaruhi perilaku seseorang untuk mengkonsumsi makanan sehat sehari-hari dan sebaliknya.

Dalam penelitian Muniroh (2002, dalam Emilia 2009), gaya hidup (makan) pada remaja termasuk dalam kategori rendah. Hal ini disebabkan karena remaja lebih menyukai makanan *fast food* (media masa) dan sudah menjadi kebiasaan. Gaya hidup (makan) yang berhubungan dengan buah juga dalam kategori rendah, hal ini disebabkan oleh remaja tidak mengkonsumsi semua makanan yang mengandung gizi seimbang dengan hasil uji t ($p < 0,05$). Amstrong dalam Nugrahani (2003), gaya hidup seseorang dapat dilihat dari perilaku yang dilakukan oleh individu seperti kegiatan-kegiatan untuk mendapatkan atau mempergunakan barang-barang dan jasa. Terdapat 2 faktor lain yang mempengaruhi gaya hidup seseorang yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar (eksternal).

Tabel 5 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang berarti antara pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah. Hal ini didasarkan pada hasil matrik korelasi, dengan uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau* (τ): pengetahuan tentang buah sebesar 1,0 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), jumlah uang saku sebesar 0,106 dan taraf signifikansi 0,523 ($p > 0,05$), gaya hidup sebesar 0,418 dan taraf signifikansi 0,014 ($p < 0,05$), perilaku mengkonsumsi buah sebesar 0,302 dan taraf signifikansi 0,070 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang berarti antara pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah. Hal ini didukung, karena sebelumnya belum ada yang melakukan penelitian ini.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Hubungan antara pengetahuan tentang buah dengan perilaku mengkonsumsi buah mahasiswa dalam kategori kurang sebanyak 16 responden (47,1%), jumlah uang saku dengan perilaku mengkonsumsi buah mahasiswa dalam kategori kurang sebanyak 14 responden (41,2%), dan untuk gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah mahasiswa dalam kategori sebanyak 16 responden (47,1%).
- b. Berdasarkan uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau*, disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang buah dengan perilaku mengkonsumsi buah, jumlah uang saku dengan perilaku mengkonsumsi buah, dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah dengan hasil: pengetahuan tentang buah dengan perilaku mengkonsumsi buah hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,491 dan taraf signifikansi 0,003 ($p < 0,05$). Jumlah uang saku dengan perilaku mengkonsumsi buah hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,541 dan taraf signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah hasil analisis *Kendal Tau* (τ) sebesar 0,582 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).
- c. Berdasarkan matrik korelasi, uji statistik koefisien korelasi *Kendal Tau* (τ) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang buah, jumlah uang saku dan gaya hidup dengan perilaku mengkonsumsi buah pada mahasiswa

keperawatan. Dengan hasil: pengetahuan tentang buah sebesar 1,0 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), jumlah uang saku sebesar 0,106 dan taraf signifikansi 0,523 ($p > 0,05$), gaya hidup sebesar 0,418 dan taraf signifikansi 0,014 ($p < 0,05$), perilaku mengkonsumsi buah sebesar 0,302 dan taraf signifikansi 0,070 ($p > 0,05$)

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran. Pertama bagi STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta, agar kampus dapat memberikan materi atau menambah wawasan mahasiswa mengenai buah beserta dengan: jumlah porsi, cara memilih dan mengkonsumsi buah dengan benar sesuai dengan ketentuan. Mengadakan seminar atau *workshop* mengenai buah, sehingga gaya hidup sehat mahasiswa dapat meningkat. Kedua bagi peneliti selanjutnya yang sejalan, penelitian ini dapat dikembangkan lagi dengan meneliti aktifitas, informasi yang diperoleh dan makanan *fast food* berhubungan dengan perilaku mengkonsumsi buah. Hal ini disebabkan karena aktifitas dan informasi yang dimiliki serta didapat oleh seseorang berbeda-beda, dan makanan *fast food* yang dikonsumsi semakin banyak sehingga membuat seseorang menjadi lupa untuk mengkonsumsi makanan yang sehat bagi tubuh. Penelitian ini, dapat menggunakan metode *analitik survey* dan pengambilan sampel secara *cluster sampling*.

DAFTAR PUSTAKA

- Dariyo, A., 2004. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, Grasindo, Jakarta.
- Depkes. 2004. *Publikasi Kesehatan Indonesia* dalam depkes.go.id diakses 30 April 2011.
- Depkes RI. 2007. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional (Riskesdas Nasional) 2007 Riset Tidak Dipublikasikan*, Depkes RI, Jakarta.
- Emilia, E., 2009. *Pengetahuan Sikap Dan Praktek Gizi Pada Remaja Dan Implikasinya Pada Sosialisasi Perilaku Hidup Sehat 2009* Skripsi Tidak Dipublikasikan, Media Pendidikan Gizi Dan Kuliner, Universitas Negeri Medan, Sumatera Utara.
- Eriko. 2010. *Status Dan Kelas Sosial* dalam erikoblogs.blogspot.com diakses tanggal 30 Januari 2012.

- Fatmalina, F., 2006. *Penentuan Kombinasi Makanan Jajanan Tradisional Harapan Untuk Memenuhi Kecukupan Energi Dan Protein Anak Sekolah Dasar Di Kota Palembang* Skripsi Tidak Dipublikasikan, Universitas Diponegoro, Semarang.
- Handriani, K., 2010. *Penyakit Akibat Kelebihan Dan Kekurangan Vitamin Mineral*
- Melisa. 2007. *Dewasa Muda* dalam sribd.com diakses tanggal 25 Januari 2012.
- Mustofa, N., 2003. *Studi Tentang Gaya Hidup, Pola Konsumsi Pangan Dan Status Gizi Mahasiswa Pakuan* Skripsi Tidak Dipublikasikan, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Notoatmodjo, S., 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nugrahani. 2003. *Pengertian Gaya Hidup* dalam andreassetiadi.blogspot.com diakses tanggal 25 Januari 2012.
- Ruwaiyah. 2009. *Life Food* dalam healinsonesia.wordpress.com diakses tanggal 25 Oktober 2011.
- Wawan & Dewi., 2010. *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika, Yogyakarta.



Aisyiyah
YOGYAKARTA