

Hubungan Frekuensi Konsumsi Buah Dan Sayur Dengan IMT Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Siti Nurkholisah¹, Muhamat Nofiyanto²
Email: Sitinurkholisah44@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Pola konsumsi makanan pada remaja banyak yang menyukai makanan cepat saji. Prevalensi *overweight* dan obesitas menurut Riskesdas dari tahun ke tahun mengalami kenaikan. Konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa keperawatan dalam kategori kurang karena aktivitas padat mereka di kampus karena waktu pembelajaran dalam sehari juga memakan waktu yang lama sehingga asupan makanan yang dikonsumsi adalah makanan cepat saji dan kurangnya makanan yang mengandung sayur dan buah.

Tujuan Penelitian: Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi buah dan sayur dengan imt pada mahasiswa keperawatan.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan angkatan 2016-2019 dengan total 371 mahasiswa. Sampel dari penelitian ini sebanyak 77 responden.

Hasil: Hasil uji *Spearman Rank* terhadap hubungan frekuensi konsumsi buah dengan imt mahasiswa diperoleh nilai korelasi ($r = -0,253$) dan nilai ($p = 0,026$) dengan keeratan hubungan lemah. Sedangkan untuk hubungan frekuensi konsumsi sayur dengan imt mahasiswa diperoleh nilai korelasi ($r = -0,172$) dan nilai ($p = 0,134$) dengan keeratan hubungan sangat lemah.

Kesimpulan: Ada hubungan antara frekuensi konsumsi buah dengan imt mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, dan tidak ada hubungan antara frekuensi konsumsi sayur dengan imt mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Kata Kunci: *Frekuensi Konsumsi Buah, Frekuensi Konsumsi Sayur, IMT, Mahasiswa Keperawatan.*

The Relationship of the Frequency of Fruit and Vegetable Consumption with BMI of Nursing Students of the Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

Siti Nurkholisah¹, Muhamat Nofiyanto²
Email: Sitinurkholisah44@gmail.com

ABSTRACT

Background: Many adolescent food consumption patterns like fast food. The prevalence of overweight and obesity according to Riskesdas has increased from year to year. The nursing students consumption of fruits and vegetables is in the low category due to their busy activities on campus because the learning time in a day also takes a long time so that the food intake consumed is fast food and the lack of foods contain vegetable and fruit.

Research purpose: The purpose of this study was to determine the relationship between the frequency of fruit and vegetable consumption and BMI among nursing students.

Research method: This research uses quantitative research with cross sectional approach method. The population of this research is nursing students class 2016-2019 with a total of 371 students. The sample of this study were 77 respondents.

Result: The results of the Spearman Rank test on the relationship between the frequency of fruit consumption with BMI students obtained a correlation value ($r = -0.253$) and a value ($p = 0.026$) with a weak closeness of relationship. Whereas for the relationship between the frequency of vegetable consumption with the BMI students the correlation value ($r = -0.172$) and the value ($p = 0.134$) were obtained with a very weak closeness of relationship.

Conclusion: There is a relationship between the frequency of fruit consumption with BMI of nursing students of the Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta, and there is no relationship between the frequency of vegetable consumption with BMI of nursing students of the Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta.

Keywords: Frequency of Fruit Consumption, Frequency of Vegetable Consumption, BMI, Nursing Students.