

## ABSTRAK

Konsumsi sayur dikategorikan cukup apabila makan sayur minimal lima porsi per hari selama tujuh hari dalam seminggu. Salah satu penyebab rendahnya konsumsi sayur pada anak karena kurangnya pengetahuan dan sikap mengabaikan pentingnya makan sayur. Tidak efektifnya pendidikan gizi pada anak semenjak usia dini berdampak pada pengetahuan yang kurang tentang pola konsumsi makanan yang sehat dan seimbang saat dewasa, sehingga menyebabkan perilaku yang salah. Masalah tersebut dapat berakibat buruk bagi tumbuh kembang anak. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan nutrisinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran konsumsi sayur pada anak kelas 3-4 SDN Menanggal kec.Mojosari Kab.Mojokerto. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif*. Populasi seluruh anak kelas 3-4 SDN Menanggal yang berjumlah 83. Sampling yang digunakan penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh anak kelas 3-4 SDN Menanggal. Hasil penelitian ini menunjukkan Hasil penelitian menunjukkan diperoleh data bahwa sebagian besar Karakteristik responden berdasarkan Konsumsi Sayur sebanyak 19 responden (52,8). Menurut pendapat peneliti Konsumsi sayur dan buah pada anak masih sangat minim dan masih banyak yang belum sesuai dengan rekomendasi. Suatu kebiasaan makan sayur teratur akan membentuk kebiasaan yang baik bagi anak-anak. Semakin memiliki pengetahuan gizi yang baik, seorang anak sekolah akan semakin mempertimbangkan jenis dan kualitas makanan yang akan dipilih untuk dikonsumsi seperti sayuran yang sangat bermanfaat untuk pertumbuhan dan pencegahan penyakit.

**Kata Kunci : Konsumsi Sayur , Anak Sekolah Dasar**

## **ABSTRACT**

Vegetable consumption is categorized as sufficient if you eat at least five servings of vegetables per day for seven days a week. One of the causes of the low consumption of vegetables in children is due to a lack of knowledge and an attitude of ignoring the importance of eating vegetables. Ineffective nutrition education for children from an early age has an impact on lack of knowledge about healthy and balanced food consumption patterns as adults, causing wrong behavior. These problems can be bad for the growth and development of children. Children can have a great opportunity to suffer from malnutrition because the food consumed in small quantities does not meet their nutritional needs. The purpose of this study was to find out the description of vegetable consumption in grade 3-4 children at SDN Menanggal sub-district Mojosari Kab. Mojokerto. The design used in this research is descriptive. The population of all students in grades 3-4 at SDN Menggal is 83. The sampling used in this study was purposive sampling. The sample in this study were all students in grades 3-4 at SDN Menanggal. The results of this study indicate that the results of the study show that most of the respondents' characteristics are based on vegetable consumption as many as 19 respondents (52.8). In the opinion of researchers, consumption of vegetables and fruit in children is still very minimal and there are still many that are not in accordance with the recommendations. A habit of eating vegetables regularly will form good habits for children. The more knowledgeable about nutrition, the more a school child will consider the type and quality of food that will be chosen for consumption, such as vegetables which are very beneficial for growth and disease prevention.

**Keywords:** Vegetable Consumption, Elementary School Children