ABSTRAK

Konsumsi sayur dan buah di Indonesia masih rendah. Remaja merupakan kelompok usia yang paling rentan dalam hal konsumsi sayur dan buah. Kebiasaan makan semasa remaja akan memberikan dampak pada kesehatan dalam masa depannya. Mahasiswa merupakan kelompok usia transisi dari masa remaja akhir menjadi dewasa awal. Penelitian ini dilakukan untuk melihat perilaku makan sayur dan buah pada mahasiswa asrama berdasarkan *Theory of Planned Behavior*.

Penelitian ini menggunakan rancang bangun *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuisioner dengan sampel berjumlah 79 orang. Pengambilan sampel menggunkan metode *simple random sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, uang saku, pengetahuan, sikap terhadap perilaku, norma subyektif, kontrol perilaku, niat dan perilaku makan sayur dan buah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan dengan sikap terhadap perilaku (p= 0,014). Variabel yang memiliki pengaruh terhadap niat makan sayur dan buah adalah jenis kelamin (p= 0,043) dan sikap terhadap perilaku (p= 0,001). Variabel sikap terhadap perilaku (B= 16,785) memberikan kontribusi yang lebih besar dibanding jenis kelamin (B= 3,014) terhadap niat makan sayur dan buah. Variabel yang berpengaruh terhadap perilaku adalah niat untuk makan sayur dan buah (p=0,009). Niat sendiri memiliki nilai Exp B sebesar 3,958 terhadap perilaku makan sayur dan buah.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengetahuan memiliki hubungan terhadap sikap. Jenis kelamin dan sikap berpengaruh terhadap niat makan sayur dan buah, sedangkan uang saku, pengetahuan, norma subyektif, dan kontrol perilaku tidak berpengaruh. Niat berpengaruh terhadap perilaku makan sayur dan buah sedangkan jenis kelamin, uang saku, pengetahuan, sikap, norma subyektif dan kontrol perilaku tidak berpengaruh terhadap perilaku makan sayur dan buah.

Kata Kunci: *Theory of Planned Behavior*, perilaku makan, sayur dan buah