

@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

**PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU TENTANG KONSUMSI  
SAYUR DAN BUAH SERTA FAKTOR-FAKTOR YANG  
BERHUBUNGAN PADA SISWA SD INPRES 26 DI  
KABUPATEN SORONG**

Oleh  
Mitsla Chusnica Aulia As'ar



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PAPUA  
SORONG  
2019**

@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

**PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU TENTANG KONSUMSI  
SAYUR DAN BUAH SERTA FAKTOR-FAKTOR YANG  
BERHUBUNGAN PADA SISWA SD INPRES 26 DI  
KABUPATEN SORONG**

Oleh  
Mitsla Chusnica Aulia As'ar



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PAPUA  
SORONG  
2019**



**PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU TENTANG KONSUMSI  
SAYUR DAN BUAH SERTA FAKTOR-FAKTOR YANG  
BERHUBUNGAN PADA SISWA SD INPRES 26 DI  
KABUPATEN SORONG**

Oleh

**Mitsla Chusnica Aulia As'ar  
201470024**

**Skripsi**

**Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran  
Pada  
Fakultas Kedokteran Universitas Papua**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PAPUA  
SORONG  
2019**



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

**Skripsi ini adalah hasil karya sendiri,  
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk  
telah saya nyatakan dengan benar**

**Nama : Mitsla Chusnica Aulia As'Ar**

**NIM : 201470024**

**Tanda Tangan :**

**Tanggal : 25 September 2019**



## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh

Nama

: Mitsla Chusnica Aulia As'ar

NIM

: 201470024

Program Studi

: Pendidikan Dokter

Judul Skripsi

: Pengetahuan, Sikap Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan Buah serta Faktor-Faktor yang Berhubungan pada siswa SD Inpres 26 di Kabupaten Sorong

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Papua

## DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

: Prof. Dr. dr. Saptawati Bardosono, M.Sc.

(.....)

Pembimbing II

: dr. Hamidah, Sp.GK

(.....)

Penguji

: dr. Ari Prayitno, Sp.A (K)

(.....)

Ditetapkan di : Sorong

Tanggal : 25 September 2019

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas berkat dan rahmat serta karunia-Nya. Penulisan skripsi ini dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran Jurusan Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Papua, dengan niat ikhlas dan kesabaran serta perjuangan yang tidak mengenal lelah, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, oleh karena itu saya mengucapkan terimakasih kepada:

- 1) Dr. dr. Siti Farida, M.Kes, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Papua yang telah memberikan kesempatan kepada penulis.
- 2) Prof. Dr. dr. Saptawati Bardosono M.Sc dan dr. Hamidah, Sp.GK selaku dosen pembimbing penulisan skripsi ini, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan masukan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
- 3) dr. Linda Meidy Kaseger, MKK, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dorongan semangat kepada penulis.
- 4) Kepala sekolah serta guru SD Inpres 26 Kabupaten Sorong yang telah memberikan izin untuk menjadi tempat penelitian dalam penulisan skripsi ini.
- 5) Orang tua tercinta (Drs Arbangi, M.SI dan Asmunah S.Ag) dan adik (Rozana Nafsa Nasyitha As'Ar) yang telah memberikan motivasi dan bantuan dukungan baik material maupun moral.
- 6) Teman satu Tim (Devi dan Nurwahidah) yang senantiasa berjuang dan merasakan lika-liku bersama dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 7) Sahabat (Ade, Nurwahidah, Syahril dan Tiwi), terimakasih atas segala waktu dan selalu memberikan masukan kepada penulis, serta teman-teman lainnya tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu saya dalam usaha memperoleh data yang diperlukan.

Akhirnya, penulis berharap semoga tulisan ini, kiranya dapat bermanfaat kepada diri pribadi penulis dan bagi pengembangan ilmu.

Sorong, 25 September 2019

Penulis

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**  
**TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Papua, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mitsla Chusnica Aulia As'Ar  
NIM : 201470024  
Program studi : Pendidikan Dokter  
Fakultas : Kedokteran  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Papua dan Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

PENGETAHUAN, SIKAP, PERILAKU TENTANG KONSUMSI SAYUR DAN BUAH SERTA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN PADA SISWA SD INPRES 26 DI KABUPATEN SORONG

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Papua berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sorong, 25 September 2019



Yang menyatakan

(Mitsla Chusnica Aulia As'Ar)

## ABSTRAK

Nama : Mitsla Chusnica Aulia As'Ar  
Program Studi : Pendidikan Dokter  
Judul skripsi : Pengetahuan, Sikap, Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan Buah serta Faktor-Faktor yang Berhubungan pada Siswa SD Inpres 26 di Kabupaten Sorong

Data UNICEF tahun 2018 didapatkan 3,1 juta anak meninggal dunia setiap tahun karena kekurangan gizi. Kekurangan zat gizi dapat terjadi karena zat gizi makro atau mikro. Pada *Nutrition Guide For Balanced Diet*, konsumsi sayur dan buah termasuk bagian mewujudkan pencegahan kekurangan gizi mikro. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan metode *total sampling* pada siswa kelas 3-6 di SD Inpres 26 Kabupaten Sorong pada bulan Februari 2019. Data diolah dengan SPSS versi 20 kemudian dianalisis dengan uji *Chi-Square* dan uji *Spearman*. Proporsi usia terbanyak pada kelompok usia  $\geq 10$  tahun (55,7%), siswa berjenis kelamin perempuan (57,7%) dengan keterwakilan kelas sekitar 3,1-44,3%. Proporsi terbanyak didapatkan siswa yang memiliki ibu dengan pendidikan yang tinggi (63,9%) dan ibu yang bekerja (52,6%). Semua siswa pernah mendapatkan edukasi dan yang terbanyak melalui media edukasi ceramah (52,6%), dengan pilihan media edukasi menarik terbanyak adalah media elektronik (41,2%). Proporsi anak SD yang memiliki pengetahuan kurang adalah sebesar 43,3%, sikap kurang 7,2 % dan perilaku kurang 0%. Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan sikap konsumsi sayur dan buah adalah pendidikan ibu ( $p=0,043$ ). Instansi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan promosi dan sosialisasi sebagai pendidikan tambahan mengenai manfaat sayur dan buah kepada masyarakat terutama ibu. Diharapkan guru memberikan edukasi tentang manfaat konsumsi sayur dan buah melalui media elektronik seperti pemutaran video animasi.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Anak Sekolah, Konsumsi Sayur dan Buah

## ABSTRACT

Name : Mitsla Chusnica Aulia As'Ar  
Study Program : Medical Education  
Title : Knowledge, Attitudes, Behavior about Vegetables and Fruits Consumption and Related Factors in Student of SD Inpres 26 in Sorong Regency

Data from the UNICEF 2018 found 3.1 million children die every year due to malnutrition. Nutritional deficiencies can occur due to macro or micro nutrients. In the Nutrition Guide For Balanced Diet, consumption of vegetables and fruit is part of realizing prevention of micronutrient deficiencies. This study aims to determine the factors associated with knowledge, attitudes and behavior of vegetables and fruits consumption in elementary school children. This study used a cross sectional design with a total sampling method in class 3-6 students at SD Inpres 26 Sorong Regency in February 2019. Data were processed with SPSS version 20 then analyzed with Chi-Square test and Spearman test. The highest age proportion in the age group  $\geq 10$  years (55.7%), girls (57.7%) with class representation 3.1-44.3%. The highest proportion was obtained by students who had mothers with high education (63.9%) and working mothers (52.6%). All students have received education, mostly through lecture education media (52.6%), with the most interesting educational media is electronic media (41.2%). The proportion of elementary school children with less knowledge 43.3%, less attitude 7,2% and less behavior 0%. The results show that the factors associated with the attitude of vegetables and fruit consumption are maternal education ( $p = 0.043$ ). Health agencies are expected to increase promotion and socialization as additional education regarding the benefits of vegetables and fruit to the community, especially mothers. It is expected that the teacher provides education about the benefits of consuming vegetables and fruits through electronic media such as the screening of animated videos.

Keywords: Knowledge, Attitude, Behavior, School Children, Vegetables and Fruits Consumption



## DAFTAR ISI

SAMPUL	
LEMBAR JUDUL .....	i
LEMBAR PERNYATAAN SYARAT SARJANA .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
ABSTRAK	
B. INDONESIA .....	vii
B. INGGRIS .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
1. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	2
1.3. Pertanyaan Penelitian .....	3
1.4. Hipotesis .....	3
1.5. Tujuan Penelitian.....	4
1.6. Manfaat Penelitian .....	4
2. TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1. Sayur dan Buah.....	6
2.2. Pengetahuan.....	9
2.3. Sikap .....	12
2.4. Perilaku.....	13
2.5. Kerangka Teori.....	16
2.6. Kerangka konsep .....	17
3. METODE PENELITIAN .....	18
3.1. Desain penelitian .....	18
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian.....	18





3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
3.4.	Estimasi Besar Sampel .....	19
3.5.	Metode Pengambilan Sampel .....	19
3.6.	Cara Kerja.....	20
3.7.	Identifikasi variabel .....	20
3.8.	Definisi Operasional .....	20
3.9.	Instrumen Penelitian .....	23
3.10.	Pengolahan Data .....	23
3.11.	Analisis Data.....	26
3.12.	Etik Penelitian.....	26
<b>4.</b>	<b>HASIL .....</b>	<b>27</b>
4.1.	Pelaksanaan Pengambilan Data .....	27
4.2.	Karakteristik Responden.....	27
4.3.	Sebaran Subjek Berdasarkan Status Pengetahuan, Sikap dan Perilaku serta hubungan antar variabel .....	29
4.4.	Hubungan antara Tingkat Pengetahuan, Tingkat Sikap, Tingkat Perilaku dengan Faktor-Faktor Internal dan Eksternal.....	31
<b>5.</b>	<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
5.1.	Hubungan antara Faktor Internal (Usia, Jenis Kelamin, Tingkatan Kelas) dan Faktor Eksternal (Pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, Keterpaparan Media) dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah .....	34
5.2.	Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan buah .....	41
5.3.	Faktor-Faktor Lain yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah .....	44
<b>6.</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>46</b>
6.1.	Kesimpulan.....	46
6.2.	Saran .....	46
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>48</b>



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rekomendasi Ukuran Porsi pada Anak .....	8
Tabel 2. Definisi Operasional .....	20
Tabel 3. Profil Sekolah .....	27
Tabel 4. Karakteristik Responden Penelitian .....	28
Tabel 5. Sebaran Subjek Berdasarkan Status Pengetahun, Sikap dan Perilaku .....	29
Tabel 6. Hubungan antar Pengetahuan, Sikap dan Perilaku .....	30
Tabel 7. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan, Tingkat Sikap, Tingkat Perilaku dengan Faktor-Faktor Internal dan Eksternal .....	31



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Komponen Belajar .....	12
Gambar 2. Kerangka Teori .....	16
Gambar 3. Kerangka Konsep .....	17



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kaji Etik .....	xv
Lampiran 2. Perizinan Melakukan Penelitian .....	xvi
Lampiran 3. <i>Informed consent</i> .....	xviii
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian .....	xx
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	xxvi



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

## DAFTAR SINGKATAN

FAO	: <i>Food and Agriculture Organization</i>
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TV	: Televisi
UNICEF	: <i>United Nations Children's Fund</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pada masa anak-anak, zat gizi memiliki peranan yang penting pada proses tumbuh kembangnya, bahkan sejak di dalam kandungan.<sup>1</sup> Menurut data UNICEF 2018 didapatkan sekitar 3,1 juta anak meninggal dunia setiap tahun karena kekurangan gizi.<sup>2</sup>

Pada anak usia sekolah pertumbuhan fisik relatif lambat, sehingga untuk deteksi dini penyimpangan pertumbuhan agak sulit dilakukan.<sup>3</sup> Asupan zat gizi yang optimal sangat penting, sehingga harus mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai berdasarkan kebutuhan setiap orang atau kelompok umur. Kekurangan zat gizi dapat terjadi karena zat gizi makro atau mikro. Hasil kesepakatan konferensi pangan sedunia tercipta prinsip *Nutrition Guide For Balanced Diet* atau dikenal dengan Pedoman Gizi Seimbang. Di antaranya, sayur dan buah merupakan salah satu bagian dalam mewujudkan gizi seimbang dan mencegah kekurangan zat gizi mikro.<sup>4</sup>

Konsumsi sayur dan buah yang cukup memiliki banyak konsumsi serta menurunkan risiko penyakit kronik. Survei yang dilakukan pada anak umur 11 tahun di Eropa mendapatkan bahwa frekuensi konsumsi sayur dan buah dalam sehari tidak tercapai sasaran WHO atau rekomendasi nasional di Indonesia.<sup>5</sup> Menurut WHO kekurangan sayur dan buah dapat menyebabkan penyakit jantung sistemik sebesar 31%, penyakit gastrointestinal 19% dan stroke 11% serta kanker paru 12,2%. Selain itu diperkirakan sebanyak 2,7 juta warga dunia meninggal karena kurangnya konsumsi sayur dan buah. Data penelitian Universitas *College London* mendapatkan hasil bahwa mengkonsumsi sayur dan buah 7 porsi atau lebih setiap harinya akan mengurangi risiko kematian.<sup>6</sup> Menurut data RISKESDAS tahun 2018 tingkat konsumsi sayur dan buah pada



anak lebih dari 5 tahun di provinsi Papua Barat terendah dibandingkan provinsi lainnya.<sup>4</sup>

Penelitian yang dilakukan di Yayasan Elos kabupaten Malang menunjukkan bahwa gambaran pengetahuan anak cenderung kurang tentang konsumsi sayur. Pada penelitian lainnya ditemukan jika pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah yang diberikan pada anak sejak dini berdampak pada konsumsi sayur dan buah tanpa paksaan orangtua. Anak akan bersedia mengonsumsi sayur dan buah apabila paham dengan konsumsinya walaupun ilmu yang dimilikinya sangat terbatas.<sup>7</sup> Penelitian anak sekolah di Taiwan menunjukkan jika pengetahuan dengan sendirinya akan membuat perubahan sikap dan perilaku.<sup>8</sup>

Pengetahuan, sikap dan perilaku dipengaruhi oleh faktor yang berbeda-beda. Faktor-faktor yang memengaruhi seseorang mendapat pengetahuan terbagi menjadi 2 faktor yaitu faktor internal, yaitu jenis kelamin, umur, motivasi, perhatian, mengingat dan faktor eksternal pekerjaan, pendidikan, lingkungan, informasi dari orangtua, media massa, sosial dan budaya.<sup>9</sup> Menurut *Theory of Planned Behavior* menyatakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh niat. Niat dalam perilaku dipengaruhi oleh variabel teori perilaku terencana (sikap, norma subjektif, kontrol terhadap perilaku).<sup>10</sup> Menurut Gagne dan Briggs sikap dipengaruhi oleh 2 kondisi yaitu kondisi internal, yaitu motivasi, perhatian, mengingat, dan kondisi eksternal yaitu penataan lingkungan.<sup>11</sup>

Berdasarkan uraian diatas, maka dibutuhkan untuk dilakukan penelitian tentang pengetahuan, sikap, perilaku tentang konsumsi sayur dan buah serta faktor-faktor yang berhubungan pada siswa SD kelas 3 sampai 6 di Kabupaten Sorong, karena belum adanya penelitian mengenai hal tersebut di Papua Barat, khususnya di kabupaten/kota Sorong.

## 1.2. Identifikasi Masalah

1. Menurut data UNICEF 2018 sekitar 3,1 juta anak meninggal dunia setiap tahun karena kekurangan gizi.



2. Survei yang dilakukan pada anak umur 11 tahun di Eropa, frekuensi konsumsi sayur dan buah dalam sehari tidak tercapai sasaran WHO atau rekomendasi nasional di Indonesia.
3. Menurut data Riskesdas tahun 2018 tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak lebih dari 5 tahun di provinsi Papua Barat terendah dibandingkan provinsi lainnya.
4. Belum adanya penelitian tentang pengetahuan, sikap dan perilaku kurang mengenai konsumsi sayur dan buah.
5. Belum adanya penelitian yang meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang konsumsi sayur dan buah.
6. Belum adanya penelitian yang meneliti tentang pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah di Kabupaten Sorong.

### 1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Berapa proporsi anak SD yang memiliki pengetahuan, sikap, perilaku yang kurang tentang konsumsi sayur dan buah ?
2. Faktor-faktor apa saja yang berhubungan terhadap pengetahuan anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah?

### 1.4. Hipotesis

1. Terdapat hubungan antara pengetahuan anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah dengan berbagai faktor internal (usia, jenis kelamin, tingkatan di SD) dan eksternal (pendidikan ibu, pekerjaan ibu, paparan terhadap media edukasi).
2. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah.

3. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah.

## **1.5. Tujuan Penelitian**

### **1.5.1. Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan, sikap dan perilaku anak sekolah konsumsi sayur dan buah.

### **1.5.2. Tujuan Khusus**

1. Diketuainya sebaran subjek sebagai faktor internal (usia, jenis kelamin, tingkatan di SD) dan faktor eksternal (pendidikan ibu, pekerjaan ibu, paparan terhadap media edukasi).
2. Diketuainya sebaran subjek berdasarkan status pengetahuan, sikap dan perilaku tentang konsumsi sayur dan buah.
3. Diketuainya hubungan antara pengetahuan, sikap dan perilaku dengan faktor-faktor internal dan eksternal.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

### **1.6.1. Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi faktor-faktor apa saja yang berhubungan agar dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah.

### **1.6.2. Bagi Pemerintah**

Memberikan pertimbangan dan masukan untuk menanggulangi permasalahan gizi terutama tentang sayur dan buah.

### **1.6.3. Bagi Institusi Pendidikan**

1. Menambah referensi di perpustakaan agar dapat berguna bagi siapa saja yang membutuhkan informasi didalamnya.



@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

2. Sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya terkait pengetahuan, sikap dan perilaku anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah.

#### 1.6.4. Bagi peneliti

1. Sebagai sarana untuk menambah pengetahuan dan penerapan teori-teori yang telah diperoleh sebelumnya.
2. Membantu mahasiswa dalam hal merancang dan melaksanakan tugas akhir.

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA KONSEP

#### 2.1. Sayur dan Buah

Sayur dan buah merupakan salah satu bagian dari empat pilar prinsip gizi seimbang yang saat ini sedang digencarkan oleh pemerintah. Kandungan gizi secara umum terdiri dari vitamin, mineral dan serat.<sup>4</sup> Sayur dan buah memiliki fitokimia dan fitonutrien yang berhubungan dengan berbagai konsumsi bagi kesehatan. Perannya bagi kesehatan mulai dari pencegahan penyakit, pengobatan hingga penyembuhan. Selain fitokimia (senyawa kimia yang terdapat secara alami dalam tanaman) seperti antikanker, juga berperan sebagai sumber serat, anti oksidan, vitamin dan mineral.<sup>12</sup>

##### 2.1.1. Definisi Sayur dan Buah

Sayur merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuhan dan memiliki berbagai konsumsi bagi proses tumbuh kembang anak. Hampir semua bagian tumbuhan dapat dibuat sayur. Menurut Astawan<sup>13</sup> sayur dapat dikelompokkan sebagai beberapa kelompok seperti jenis sayuran daun, sayuran buah, sayuran bunga, sayuran kacang muda dan sayuran tunas.

Buah adalah sumber mineral serta vitamin yang dibutuhkan bagi anak. Anak cenderung menyukai buah yang matang karena memiliki cita rasa yang manis. Buah-buahan memiliki kandungan vitamin B kompleks, vitamin C, serta mineral seperti kalsium, kalium, dan lainnya. Setiap buah memiliki kandungan yang berbeda-beda. Misalnya belimbing, jeruk, sirsak, pepaya mengandung kadar vitamin c yang cukup tinggi dari buah lainnya.<sup>14,15</sup>

##### 2.1.2. Konsumsi Sayur dan Buah

Konsumsi sayur dan buah memiliki banyak keuntungan antara lain terpenuhinya kebutuhan vitamin dan mineral, namun penelitian yang



dilakukan Aswatini<sup>16</sup> bahwa anak cenderung kurang menyukai sayur. Banyak manfaat yang akan diperoleh dari konsumsi sayur dan buah yakni:<sup>17</sup>

- a. Membantu mengaktifkan fungsi usus dan melancarkan hasil ekskresi;
- b. Menurunkan insiden penyakit kronik;
- c. Sebagai antioksidan;
- d. Memiliki kesehatan mental yang baik
- e. Menurunkan insiden depresi dan cemas;
- f. Mengaktifkan kelenjar ludah, pankreas, dan hati;
- g. Merangsang pengeluaran cairan lambung.

### 2.1.3. Dampak Kurang Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan WHO<sup>6</sup> dan beberapa studi lainnya banyak dampak yang diakibatkan karena kurangnya mengkonsumsi sayur dan buah. Penyakit tersering adalah penyakit jantung sistemik. Temuan dari studi Harvard<sup>18</sup> dengan beberapa studi jangka panjang lainnya di AS dan Eropa, menemukan jika individu yang makan lebih dari 5 porsi buah dan sayuran per hari memiliki sekitar 20% lebih rendah risiko penyakit jantung koroner dan sebaliknya. Penyakit tersering lainnya seperti penyakit gastrointestinal, stroke, kanker paru, gangguan penglihatan dan lainnya.

### 2.1.4. Rekomendasi Kebutuhan Sayur dan Buah

Rekomendasi konsumsi sayuran dan buah untuk hidup sehat menurut *World Health Organisation (WHO)*<sup>19</sup> sejumlah 400 g per-orang perhari, yang terdiri dari 250 g sayur yang setara dengan 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> porsi atau 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> gelas sayur setelah dimasak. Sedangkan untuk buah terdiri dari 150 g buah yang setara dengan tiga buah pisang ambon ukuran sedang atau satu setengah potong pepaya ukuran sedang atau tiga buah jeruk ukuran sedang. Menurut WHO/FAO 2003 ukuran porsi standar diasumsikan 80 gram.

Di Indonesia, menurut Pedoman Gizi Seimbang Kemenkes RI tahun 2014<sup>4</sup> rekomendasi konsumsi sayuran dan buah-buahan bagi anak balita dan usia sekolah sekitar 300-400 gram perorang perhari, sedangkan bagi remaja dan orang dewasa sekitar 400-600 gram perorang perhari. Ukuran satu porsi diasumsikan satu mangkuk yang beratnya sekitar 75 gram.

Kapasitas perut yang kecil pada anak dan berubah-ubahnya selera makan, menyebabkan perlu penyesuaian dalam pemberian asupan. Pada anak, asupan perlu diberikan sesuai porsi yang kecil sebanyak empat kali sehari. Berikut panduan ukuran porsi yang direkomendasikan untuk anak-anak.<sup>18</sup>

**Tabel 2.1. Rekomendasi Ukuran Porsi pada Anak<sup>20</sup>**

	1–3 Tahun	4–6 Tahun	7–12 Tahun	Keterangan
Sayuran	Dimasak atau dihaluskan : 2-4 sendok makan	Dimasak atau dihaluskan : 3-4 sendok makan	Dimasak atau dihaluskan : ½ cangkir	Sertakan satu sayuran hijau atau kuning untuk vitamin
	Mentah : beberapa potong, jika anak bisa mengunyah dengan baik	Mentah : beberapa potong	Mentah : ½ hingga 1 cangkir	A, seperti bayam, wortel, atau brokoli.
Buah	Mentah (apel, pisang, dll.) : ½ hingga 1 ukuran kecil, jika anak dapat mengunyah dengan baik	Mentah (apel, pisang, dll.): ½ hingga 1 ukuran kecil, jika anak dapat mengunyah	Mentah (apel, pisang, dll.) : 1	Sertakan satu buah kaya vitamin C, sayuran, atau jus, seperti jus jeruk, stroberi, melon, tomat, atau brokoli.
	Kaleng: 2-4 sendok makan	Kaleng: 4-8 sendok makan	Kaleng : ¾ cangkir	
	Jus: 85-113 gram	Jus: 113 gram	Jus: 142 gram	





## 2.2. Pengetahuan

Pengetahuan menurut Drs. Sidi Gazalb<sup>21</sup> adalah apa yang diketahui atau hasil pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu maksudnya merupakan hasil dari kenal, sadar, insaf, mengerti dan pandai. Dengan demikian pengetahuan adalah hasil proses dari seseorang untuk tahu.<sup>22</sup> Di dalam kamus filsafat pengetahuan adalah proses kehidupan yang diketahui manusia secara langsung dari kesadaran sendiri.<sup>24</sup> Pengetahuan manusia dibedakan menjadi tiga yaitu pengetahuan inderawi, pengetahuan naluri dan pengetahuan rasional.<sup>24</sup> Faktor-faktor yang memengaruhi seseorang mendapat pengetahuan terbagi menjadi dua faktor, yaitu faktor internal (umur, jenis kelamin, motivasi, perhatian, mengingat dan pengalaman) dan faktor eksternal (lingkungan, pendidikan, pekerjaan, media massa, peran orang tua, serta sosial dan budaya).<sup>10</sup>

Usia menurut Hurclok,<sup>25</sup> semakin cukup umur seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Hal ini berkaitan dengan pengalaman dan kematangan jiwa. Karakteristik perkembangan setiap usia berbeda-beda. Pada anak usia sekolah karakteristik perkembangan terdiri dari perkembangan fisik motorik, perkembangan intelektual atau kognitif, perkembangan bahasa, perkembangan emosi, perkembangan sosial, dan perkembangan kesadaran beragama. Aspek kognitif dipengaruhi oleh perkembangan sel-sel syaraf pusat di otak. Teori Jean Piaget tahap perkembangan kognitif dapat menerangkan keterampilan makan menurut periode usia pada anak sebagai berikut:<sup>1</sup>

### 2.1.1. Sensori-motori, usia 0-2 tahun

Perkembangan kognitif: perkembangan dari refleks oramotor ke interaksi yang erat dengan lingkungan serta penggunaan simbol-simbol.

Perkembangan makan: diawali dengan refleks menghisap serta refleks mencari menghasilkan kemampuan makan sendiri. Pada periode ini makanan hanya digunakan untuk menghilangkan rasa lapar, media mengenal lingkungan dan mempraktekkan gerak motorik halus.



### 2.1.2. Pra-operational, usia 2-7 tahun

Perkembangan kognitif: pengertian berdasarkan penampilan dan kejadian yang dilihat pada lingkungan sekitar. Penggunaan simbol meningkat dari sebelumnya. Perkembangan makan: pada periode ini anak makan berdasarkan warna, bentuk atau jumlah. Anak hanya mengerti makan baik namun belum mengetahui alasannya.

### 2.1.3. Operational konkrit, usia 7-12 tahun

Perkembangan kognitif: telah mengerti sebab dan akibat dengan rasional dan secara sistematis anak mampu mengelompokkan.

Perkembangan makan: anak mengerti bahwa makanan yang berguna untuk kesehatan dan pertumbuhannya adalah makanan yang bergizi. Kontak sosial tepat dilakukan waktu makan. Luasnya lingkungan anak memengaruhi jenis makanan serta cenderung mengikuti teman sebaya.

### 2.1.4. Operational formal, usia diatas 12 tahun

Perkembangan kognitif: pada periode ini pengertian ilmu pengetahuan dan teorinya lebih mendalam serta mampu berfikir dan imajinasi.

Perkembangan makan: memahami konsep zat makanan namun terdapat konflik antara pemilihan jenis makanan dengan makanan kesukaan.

Jenis kelamin menentukan besar kecilnya kebutuhan gizi bagi seseorang.<sup>26</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Baker dan Wardley<sup>27</sup> menunjukkan pria lebih sedikit mengonsumsi sayur dan buah dibanding wanita walaupun dengan porsi yang lebih kecil.

Pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan untuk perkembangan orang lain menuju cita-cita tertentu. Melalui pendidikan seseorang mendapatkan informasi sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.<sup>9</sup> Menurut Notoadmodjo<sup>28</sup> pendidikan dapat memengaruhi perilaku terutama memberi motivasi untuk bersikap. Umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah untuk menerima informasi.

Orang tua merupakan model bagi anak terhadap apapun termasuk mengenai makanan.<sup>1</sup> Hasil penelitian didapatkan ibu memiliki peranan penting terutama sebagai edukator. Peran ibu sebagai edukator ditunjukkan dengan dukungan yang ditunjukkan melalui upaya pengenalan jenis sayur dan buah, memberi informasi mengenai konsumsi sayur dan buah serta upaya membujuk saat terjadi penolakan.<sup>29</sup> Sejalan dengan penelitian yang di lakukan di Pesantren Al-Madaniyah Malang didapatkan bahwa, 69,4% tidak menjawab saat ditanya dampak kurangnya konsumsi sayur, 55,1 % anak mempunyai pengetahuan kurang tentang konsumsi sayur. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan (gizi) yang salah satunya didapat dari orang tua.<sup>30</sup>

Media memiliki pengaruh terhadap asupan makanan pada anak. Anak usia sekolah sudah berfikir yang lebih kritis, namun masih rawan terhadap pengaruh iklan tersebut.<sup>1</sup> Penelitian yang dikukan oleh Rachman<sup>31</sup> terdapat hubungan signifikan keterpaparan media terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada siswa SMP di Denpasar.

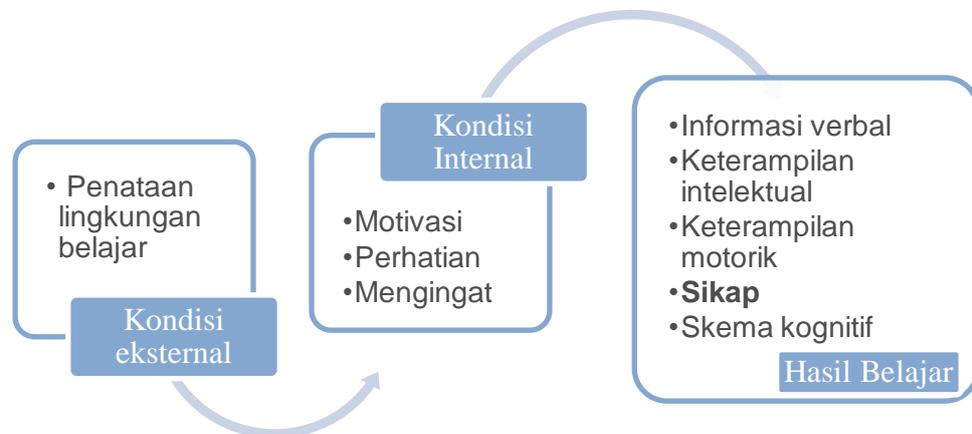
Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui dua cara yakni dengan wawancara atau angket/kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur sehingga dapat mengetahui kedalam pengetahuan responden.<sup>32</sup> Pertanyaan yang dapat digunakan umumnya dapat dikelompokkan menjadi pertanyaan subyektif dan pertanyaan pilihan ganda. Menurut Arikunto pengetahuan dapat diketahui serta diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu :<sup>9</sup>

- 1) Kategori baik : hasil presentase 76%-100%.
- 2) Kategori cukup : hasil presentase 56%-75%.
- 3) Kategori kurang : hasil presentase < 56%.



### 2.3. Sikap

Sikap adalah kecenderungan seseorang untuk berperilaku dengan cara tertentu. Sikap memiliki peranan yang sangat walaupun sulit untuk didefinisikan, diuji atau diajarkan.<sup>33</sup> Di dalam buku belajar dan pengajaran mendefinisikan sikap merupakan keadaan internal yang terbentuk dan memengaruhi pilihan tindakan pribadi terhadap kelompok benda, orang ataupun peristiwa.<sup>33</sup> Sikap adalah salah satu hasil belajar. Menurut Gagne dan Briggs<sup>34</sup> untuk mencapai hasil belajar terdapat 2 komponen penting yaitu kondisi eksternal dan kondisi internal.



**Gambar 2.1. Komponen Belajar**

Diolah dari Gagne RM dan Briggs J<sup>11</sup>

Lingkungan yang memengaruhi salah satunya adalah kebudayaan. Kebudayaan tanpa disadari memengaruhi sikap karena mewarnai serta memberi corak pengalaman setiap individu.<sup>9</sup> Berbagai kebudayaan memberikan nilai dan peranan yang beda-beda terhadap makanan bahkan kadang bertentangan dengan prinsip dasar ilmu gizi. Makanan tertentu oleh budaya tertentu dianggap tabu, sehingga tidak diperkenalkan dan dikonsumsi oleh sebagian orang yang akan berpengaruh juga pada perilakunya.<sup>35</sup>

Menurut *Theory of Planned Behavior*, sikap memengaruhi perilaku, yang ditentukan oleh kepercayaan-kepercayaan yang berkaitan dengan dampak perilaku yang dimunculkan oleh individu yang bersangkutan (*behavioral*

*beliefs*) dan ditimbang berdasarkan hasil evaluasi individu terhadap akibat yang ditimbulkan dari perilaku yang akan dilakukan (*outcome evaluation*). Seseorang memiliki sikap positif apabila mempunyai keyakinan atau memandang bahwa sayur dan buah merupakan makan yang menyehatkan dan memiliki cita rasa lezat. Sebaliknya jika memiliki sikap negatif maka akan memiliki keyakinan atau pandangan yang buruk pada sayur dan buah, sehingga beranggapan makanan tersebut membosankan dan memiliki rasa yang pahit.<sup>10</sup>

#### 2.4. Perilaku

Perilaku menurut KBBI adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.<sup>36</sup> Perilaku manusia dipengaruhi oleh rangsangan dari luar, dapat disengaja ataupun tidak disengaja. Skinner<sup>37</sup> mendefinisikan belajar sebagai proses perubahan perilaku. Perubahan perilaku dicapai sebagai hasil belajar tersebut melalui proses penguatan perilaku baru yang muncul, yakni *operant conditioning* (kondisioning operan). *Operant conditioning* atau pengkondisian suatu dapat mengakibatkan perilaku tersebut terulang kembali atau menghilang sesuai dengan keinginan. Guru memiliki peran yang penting di kelas, dengan mengontrol langsung kegiatan belajar siswa, yang harus dilakukan pertama adalah menentukan logika yang penting agar menyampaikan materi pelajaran dengan langkah-langkah yang pendekatan kemudian mencoba untuk memberikan penguatan (*reinforcement*) segera setelah siswa memberikan respon. Penguat sering kali berbentuk penghargaan non-fisik, seperti pujian dan rangsangan yang memperkuat atau mendorong suatu tindak balas.

Menurut *Theory of Planned Behavior*<sup>11</sup> menyatakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh niat. Niat dalam perilaku dipengaruhi oleh variabel teori perilaku terencana (sikap, norma subjektif, kontrol terhadap perilaku).



#### 2.4.1 Niat

Niat merupakan faktor utama dalam teori perilaku terencana yang dapat memprediksi seseorang akan melakukan perilaku tertentu atau tidak. Niat diasumsikan sebagai faktor motivasi yang memengaruhi perilaku, semakin besar upaya untuk melakukan, untuk melakukan perilaku. Sebagaimana umumnya, semakin kuat niat yang terlibat dalam perilaku, semakin besar kemungkinan kinerjanya.

#### 2.4.2 Sikap

Sikap mengevaluasi mengenai seberapa positif atau negatif konsekuensi melakukan sesuatu perilaku tertentu. Didalam sikap terdapat keyakinan yang berhubungan dengan perilaku seperti berkonsumsi, menyenangkan, dan lain-lain. Menggambarkan keyakinan berhubungan dengan perilaku dengan mengevaluasi konsumsi serta rasa sayuran dan buah, ini sebagai faktor penting yang menentukan apakah sayur dan buah dimakan atau tidak.

#### 2.4.3 Kontrol perilaku

Kontrol perilaku merupakan persepsi seseorang tentang mudah atau sulitnya seseorang berperilaku.

#### 2.4.4 Norma Subjektif

Norma subjektif merupakan persetujuan atau ketidaksetujuan seseorang mendukung atau tidak terwujudnya tindakan tersebut. Selain itu dapat diartikan sebagai hasil kepercayaan seseorang tentang apa yang orang lain atau kelompok sosial pikirkan tentang perilakunya, yang dikombinasi dengan motivasi untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial. Orang lain tersebut bisa orang tua, pasangan, sahabat, dan lain-lain.

Pengukuran perilaku dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu secara langsung melalui wawancara dan tidak langsung dengan mengobservasi. Mengukur perilaku salah satunya dengan menggunakan teknik skala Guttman.<sup>32</sup> Skala Guttman konsisten dan memberikan jawaban yang tegas

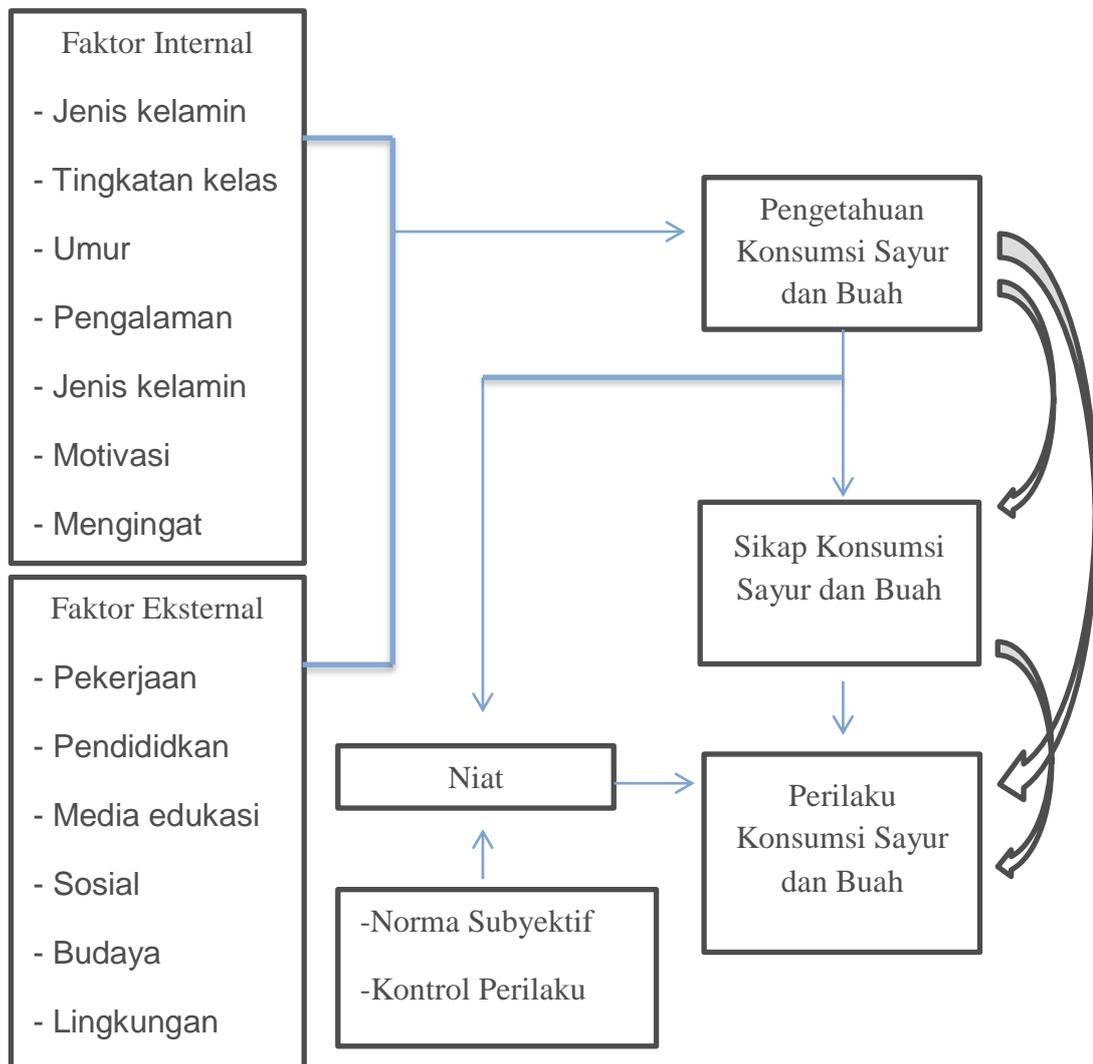
seperti ya atau tidak, setuju atau tidak setuju, benar atau salah. Interpretasi penilaian, apabila jawaban salah/negatif mendapat skor 0 dan apabila jawaban benar/positif mendapat skor 1.<sup>40</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Cherrlle Lewis tentang evaluasi pengetahuan, sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah yang dilakukan dengan kuesioner diperoleh penilaian tentang pengetahuan umumnya sebanyak 40% menjawab pertanyaan dengan benar, sedangkan penilaian sikap hanya 30,4% yang sangat setuju dengan pernyataan menyukai sayur dan buah, 28,4% tidak yakin dan sebanyak 42,2% tidak menngis saat mengkonsumsi sayur dan buah. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah jenis kelamin dan etnik sedangkan variabel terikatnya pengetahuan dan sikap. Hasil dari penelitian tersebut bahwa skor pengetahuan yang rendah berhubungan dengan sikap negatif.<sup>41</sup>

Penelitian lain yang dilakukan oleh Carissa dan Anwar tentang gambaran pengetahuan, sikap dan praktik dalam konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar di Bogor tahun 2012. Pada penelitian tersebut pengukuran variabel dependen dan independen menggunakan kuesioner yang telah tervalidasi. Prevalensi konsumsi buah yang baik 56,9% dan sayur 60%. Sedangkan prevalensi pengetahuan yang tinggi 55,4% dan yang rendah 44,6%. Variabel bebas yang dinilai pada penelitian tersebut adalah umur, jenis kelamin, etnis ibu, etnis ayah, pendidikan ibu, pendidikan ayah dan uang saku. Hasil penelitian terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan pola konsumsi sayur dan buah dengan nilai  $p$  0,036, sedangkan untuk hubungan antara sikap dan pola konsumsi tidak terdapat hubungan yang signifikan.<sup>42</sup>



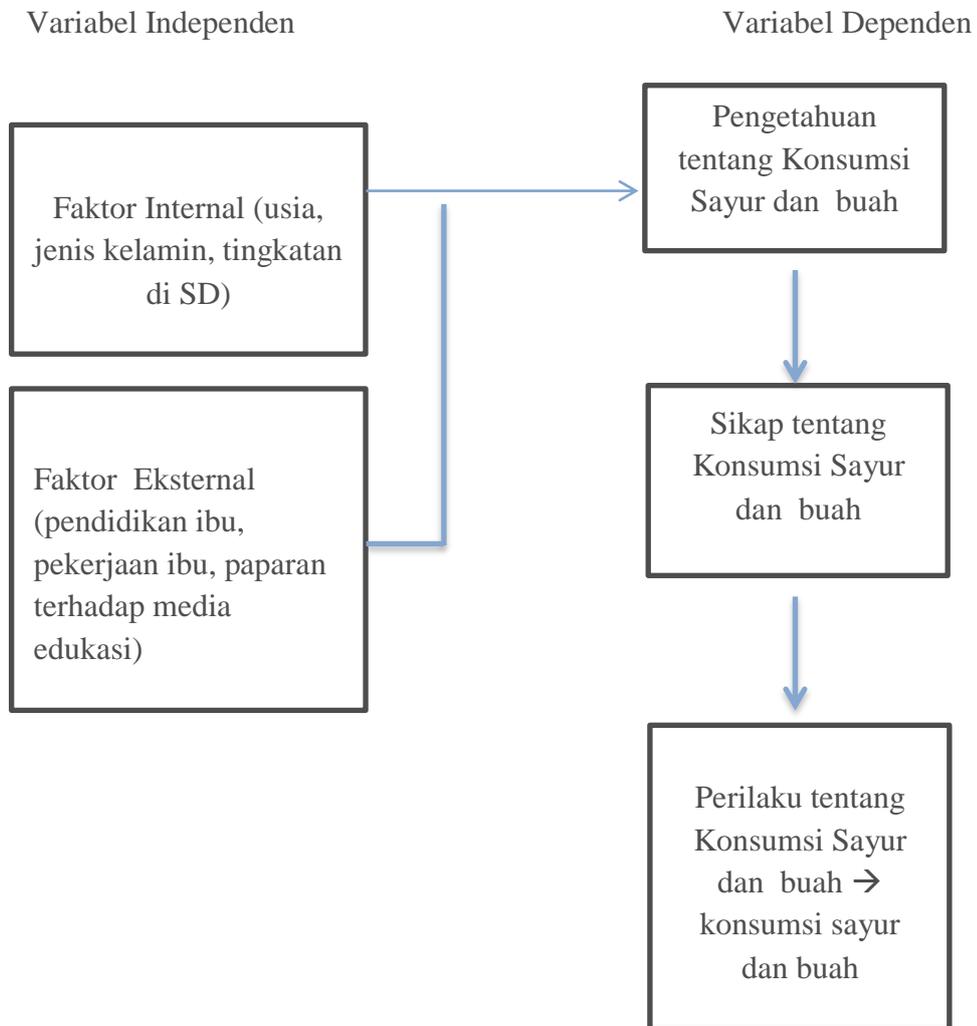
## 2.5 Kerangka Teori



**Gambar 2.2 Kerangka Teori Faktor yang berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Sayur dan Buah**

## 2.6 Kerangka Konsep

Mengingat keterbatasan waktu dan tenaga maka penelitian ini akan melihat faktor sebagai berikut :



**Gambar 2.3 Kerangka Konsep Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan Buah**

## BAB 3 METODE PENELITIAN

### 3.1. Desain

Penelitian ini menggunakan metode observasi *cross sectional*, yaitu suatu metode pengumpulan data yang diambil pada satu waktu. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah serta variabel independen yang terdiri dari faktor internal (umur, jenis kelamin, tingkatan di SD) dan faktor eksternal (pendidikan dan pekerjaan ibu, serta paparan terhadap media informasi).

### 3.2. Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di SD Inpres 26 Kabupaten Sorong yang terletak di Distrik Klamono pada bulan November 2018–Agustus 2019. Pengambilan data dilakukan pada bulan Februari 2019.

### 3.3. Populasi dan Sampel

Populasi target penelitian ini adalah semua siswa dan siswi kelas III, IV, V, dan VI SD di Kabupaten Sorong.

Populasi terjangkau penelitian ini adalah semua siswa dan siswi kelas III, IV, V, dan VI SD Inpres 26 pada tahun ajaran 2018/2019, sedangkan yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di SD Inpres 26 yang memenuhi kriteria inklusi dan lolos dari kriteria eksklusi.

#### 3.3.1 Kriteria Inklusi:

1. Siswa dan siswi kelas III, IV, V, dan VI di SD Inpres 26
2. Telah mendapat ijin dari orang tua dan guru kelas (saksi) dengan menandatangani *inform consent*.

### 3.3.2 Kriteria Eksklusi:

Siswa dan siswi kelas III, IV, V, dan VI yang tidak mampu mengisi kuesioner (sakit, belum bisa membaca).

### 3.3.3 Kriteria Drop-out:

Siswa dan siswi kelas III, IV, V, dan VI mengisi data kuesioner tidak lengkap.

### 3.4. Besar Sampel

Besar sampel penelitian yang digunakan ditentukan dengan menggunakan rumus berikut :

$$n1 = \frac{(z\alpha)^2 \cdot P \cdot Q}{d^2}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,1^2}$$

$$n = 97$$

Keterangan :

- $n$  : Jumlah sampel minimal yang diperlukan  
 $z\alpha$  : Derajat kepercayaan  
 $P$  : Proporsi perilaku yang kurang  
 $Q$  : 1-p  
 $d$  : Limit dari *error* atau presisi absolut

Untuk menjaga kemungkinan adanya subjek yang drop out, maka dihitung :

$$n1 = n + (10\% \times n)$$

$$n1 = 97 + (10\% \times 97)$$

$$n1 = 107$$

Jadi, total sampel pada SD Inpres 26 adalah 107 siswa.

### 3.5. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah *total sampling*. Sampel yang diambil adalah siswa-siswi kelas III, IV, V, VI.



### 3.6. Cara Kerja

#### 3.6.1. Persiapan Penelitian

1. Menyiapkan kuesioner penelitian dan hal-hal yang dibutuhkan saat penelitian.
2. Mengajukan izin etik penelitian ke FKUI melalui tim modul riset.
3. Mengajukan perizinan kepada pihak SD Inpres 26 Kabupaten Sorong yang terletak di Distrik Klamono untuk melakukan penelitian.

#### 3.6.2. Pelaksanaan Penelitian

Data sekunder diperoleh dari SD Inpres 26 yang meliputi data jumlah, nama siswa dan siswi serta data yang berhubungan dengan penelitian.

Memperoleh data primer yang meliputi faktor internal (usia, tingkat pendidikan SD dan jenis kelamin), faktor eksternal (pekerjaan ibu, pendidikan ibu dan media edukasi) dilakukan dengan cara *self administrative* atau responden mengisi sendiri kuesioner yang diberikan. Selanjutnya subyek secara *self administrative* akan mengisi kuesioner PSP. Pengambilan data akan dilakukan selama 2 hari.

### 3.7. Identifikasi Variabel

Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah serta variabel independen yang terdiri dari faktor internal (umur, jenis kelamin, tingkatan di SD) dan faktor eksternal (pendidikan dan pekerjaan ibu, serta paparan terhadap media informasi).

### 3.8. Definisi Operasional

**Tabel 3.1. Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur
Pengetahuan	Suatu	Kuesioner	Kuesioner	1. Pengetahuan



Tabel 3.1. Definisi Operasional (lanjutan)

Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur
tentang konsumsi sayur dan buah	pemahaman anak tentang konsumsi sayur dan buah	disebarkan kemudian responden mengisi sendiri	(Windi 2016)	baik jika total skor 76-100% 2. Pengetahuan cukup jika total skor 60-75% 3. Pengetahuan kurang jika total skor < 60% (Arikunto 2006)
Sikap tentang konsumsi sayur dan buah	Tanggapan anak tentang konsumsi sayur dan buah	Sama seperti diatas	Kuesioner (Windi 2016)	1. Baik jika total nilai skor 60-100% 2. Cukup jika total nilai skor 40-59,99% 3. Kurang jika total nilai skor 0-39,99% (Skala Likert)
Perilaku tentang konsumsi sayur dan buah	Tindakan anak tentang konsumsi sayur dan buah	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. Baik jika nilai skor $\geq 7$ 2. Kurang jika nilai skor $\leq 6$ (Skala Guttman)

Tabel 3.1. Definisi Operasional (lanjutan)

Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur
Usia	Masa hidup responden yang dihitung sejak lahir sampai dengan ulang tahun terakhir	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. 7-9 tahun 2. 10-12 tahun 3. > 12 tahun (AKG 2014)
Jenis Kelamin	Perbedaan kelamin yang disapat sejak lahir, terdiri dari laki-laki dan perempuan	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. Laki-laki 2. Perempuan
Tingkat Pendidikan SD	Tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. Kelas 3 SD 2. Kelas 4 SD 3. Kelas 5 SD 4. Kelas 6 SD
Pendidikan Ibu	Tingkat pendidikan formal tertinggi yang telah dicapai	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. Rendah jika tamat < SMA 2. Tinggi jika tamat $\geq$ SMA (Diknas,2003)
Pekerjaan Ibu	Jenis kegiatan yang berpenghasilan	Sama seperti diatas	Kuesioner	1. Bekerja 2. Tidak Bekerja (Depkes,200)



**Tabel 3.1. Definisi Operasional (lanjutan)**

Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur
Media Edukasi	Informasi yang didapatkan responden dari media mengenai gizi	Sama seperti diatas	Kuesioner (Bahria 2009)	1. Pernah 2. Tidak pernah Jika “Pernah” jenis media edukasi (Cetak/ Elektronik (radio dan TV)/Ceramah)
Anak Sekolah	Anak berusia 7-12 tahun (Depkes 2011)			

### 3.9. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mengisi pertanyaan mengenai variabel yang akan diteliti. Kuesioner pengetahuan menggunakan angket yang berjumlah 12 pertanyaan dari penelitian Windi 2016<sup>40</sup> dengan Cronbach's Alpha > 0,7. Penilaian sikap dan perilaku masing-masing berjumlah 12 dan 10 pernyataan menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti dengan menyesuaikan kuesioner pengetahuan.

Kuesioner selanjutnya akan dilakukan uji pada 10 anak yang terdiri dari kelas III, IV, V, dan IV. Uji bertujuan untuk mengevaluasi apakah konten angket dapat dimengerti dan dipahami oleh responden atau tidak.

### 3.10. Pengolahan Data

Data yang telah dikumpul akan diolah dengan berbagai tahapan, antara lain:



### 3.10.1. Pengkodean data

Pengkodean data dilakukan dengan merubah data awalnya berbentuk berbentuk huruf menjadi angka atau bilangan. Tujuannya untuk memudahkan proses mengolah dan menganalisis data. Kode yang digunakan dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut :

#### a. Variabel Dependen

- Pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah terdiri dari 3 kategori yaitu baik diberi kode “1”, cukup diberi kode “2”, kurang diberi kode “3”. Dikatakan baik jika total skor 76-100%, dikatakan cukup jika total skor 60-75% dan dikatakan kurang jika total skor < 60%. Jawaban yang benar akan diberikan poin 1.
- Sikap tentang konsumsi sayur dan buah terdiri dari 3 kategori yaitu baik diberi kode “1”, cukup diberi kode “2” dan kurang diberi kode “3”. Baik jika total nilai skor 60-100%, cukup jika total nilai skor 40-59,99% dan Kurang jika total nilai skor 0-39,99%. Terdapat 2 jenis pernyataan yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Pernyataan positif terdapat 4 pilihan sangat setuju poin 4, setuju poin 3, tidak setuju poin 2, dan sangat tidak setuju poin 1. Pada pernyataan negatif sebaliknya. Penentuan skor nilai menggunakan rumus:  $\text{index \%} = \frac{\text{total skor}}{Y} (\text{skor tertinggi Likert} \times \text{jumlah responden}) \times 100$ .
- Perilaku tentang konsumsi sayur dan buah terdiri dari 2 kategori yaitu baik diberi kode “1” dan kurang diberi kode “2”. Baik jika total nilai skor  $\geq 7$  dan kurang jika total nilai skor  $\leq 6$ . Terdapat 4 pilihan yaitu ya, tidak, tidak tau dan lupa. Pilihan ya akan mendapatkan poin 1 dan yang lain poin 0.

#### b. Variabel Independen

- Usia terdiri dari 3 kode. Kode “1” jika usia 7-9 tahun, diberi kode “2” jika usia 10-12 tahun dan diberi kode 3 jika usia > 12 tahun.
- Jenis kelamin laki-laki akan diberikan kode “1” sedangkan perempuan diberi kode “2”.

- Tingkatan pendidikan SD diberi kode “1” untuk kelas 3, “2” untuk kelas 4 kode “3” untuk kelas 5 dan kode “4” untuk kelas 6.
- Pendidikan ibu terdiri dari 2 kategori yaitu rendah diberi kode “1” dan tinggi diberi kode “2”. Dikatakan pendidikan rendah rendah jika tamat < SMA dan dikatakan pendidikan tinggi jika tamat  $\geq$  SMA.
- Pekerjaan ibu terdiri dari 2 kategori yaitu bekerja diberi kode “1” dan tidak bekerja diberi kode “2”.
- Paparan media edukasi terdiri dari 2 kategori yaitu pernah diberi kode “1” dan tidak pernah diberi kode “2”.

### 3.10.2. Pengeditan data

Data yang telah dikumpulkan melalui lembar kuesioner, dikoreksi, diperiksa dan diseleksi kelengkapannya terlebih dahulu. Kemudian data diolah dengan pemberian skor atau langsung diberi kode bagian data yang bersifat kategorik.

### 3.10.3. Pemindahan data

Data yang telah diperoleh dalam penelitian ini selanjutnya diolah menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 20.

### 3.10.4. Pembersihan data

Dilakukan pengecekan kembali data yang telah dimasukkan untuk memastikan data tidak ada yang salah baik dalam memberi kode atau kesalahan penetikkan serta kemungkinan kesalahan lainnya, sehingga data dapat dianalisis.

### 3.10.5. Penyajian data

Data akan disajikan dalam laporan berbentuk narasi, tabel dan gambar.





### 3.11. Analisis Data

#### 3.11.1. Analisis Univariat

Analisis univariat untuk melihat distribusi setiap variabel independen dan dependen. Analisis ini digunakan untuk memperoleh gambaran pada masing-masing variabel, baik variabel dependen maupun independen yang meliputi pengetahuan, sikap dan perilaku tentang konsumsi sayur dan buah, usia, jenis kelamin, tingkatan pendidikan SD, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan media edukasi. Untuk variabel dengan skala data numerik, akan diuji normalitas datanya dengan uji Kolmogorov-Smirnov. Data yang berdistribusi normal akan disajikan sebagai nilai mean dengan simpang bakunya (sd), sedangkan data yang tidak berdistribusi normal akan disajikan dengan nilai median dan nilai minimum maksimumnya. Untuk variabel dengan skala data kategorik akan disajikan sebaran frekuensinya (n,%).

#### 3.11.2. Analisis bivariat

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Metode uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi-Square* dalam penelitian yang bersifat kategorik.

### 3.12. Etika Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan surat lolos kaji etik dari komite etik FKUI melalui tim modul riset.

## BAB 4 HASIL

### 4.1 Pelaksanaan Pengambilan Data

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan, Sikap, Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan Buah serta Faktor-Faktor yang Berhubungan pada Siswa SD di Kabupaten Sorong. Surat keterangan kaji etik diterbitkan pada akhir Januari 2019 dan pengambilan data dilakukan pada bulan Februari 2019. Total sampel pada penelitian ini sebanyak 107 siswa dengan sampel minimal 97 siswa. Siswa yang memenuhi kriteria inklusi-eksklusi dan menyetujui mengisi kuesioner sebanyak 97 siswa.

**Tabel 4.1 Profil Sekolah**

	Profil Sekolah
Nama Sekolah	SD Inpres 26 Kabupaten Sorong
Kepsek	Simon Lobat
Alamat	Jl. Tut Wuri, Klamono, Kec. Klamono, Kab. Sorong, Prop. Papua Barat
Tanggal SK Pendirian	1982-02-08
Akreditasi	B
Jumlah Siswa	184
Jumlah siswa kelas 3	43
Jumlah siswa kelas 4	23
Jumlah siswa kelas 5	28
Jumlah siswa kelas 6	24

### 4.2 Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 4.2 menunjukkan distribusi frekuensi siswa SD Inpres 26 Kabupaten Sorong berdasarkan kelas, usia, jenis kelamin, pendidikan ibu, pekerjaan ibu dan paparan terhadap media edukasi dapat dilihat pada tabel berikut ini :



**Tabel 4.2 Sebaran Karakteristik Responden (n = 97)**

Karakteristik	n	%
<b>Faktor Internal</b>		
Usia :		
7-9 tahun	43	42,3
≥ 10 tahun	57	57,7
Jenis Kelamin :		
Laki-laki	41	42,3
Perempuan	56	57,7
Tingkatan Kelas di SD		
Kelas 3	43	44,3
Kelas 4	23	23,7
Kelas 5	28	28,9
Kelas 6	3	3,1
<b>Faktor Eksternal</b>		
Pendidikan Ibu		
Rendah (tamat < SMA)	35	36,1
Tinggi (tamat ≥ SMA)	62	63,9
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	51	52,6
Tidak bekerja	46	47,4
Keterpaparan Media edukasi		
Pernah	97	100
Tidak pernah		
Keterpaparan melalui Media Melalui		
Ceramah	51	52,6
Media cetak	6	6,2
Media elektronik	35	36,1
Lainnya	5	5,2

**Tabel 4.2 Sebaran Karakteristik Responden (n = 97) (lanjutan)**

Media Edukasi Menarik	n	%
Ceramah	35	36,1
Media cetak	17	17,5
Media elektronik	40	41,2
Lainnya	5	5,2

Usia terbanyak pada penelitian ini adalah lebih atau sama dengan 10 tahun (55,7%), lebih banyak siswa berjenis kelamin perempuan (57,7%) dengan keterwakilan kelas sekitar (3,1–44,3%). Lebih banyak siswa yang memiliki ibu dengan pendidikan tinggi (63,9%) dan ibu yang bekerja (52,6%). Semua siswa terpapar media edukasi dan terbanyak melalui ceramah (52,6%), serta media edukasi menarik terbanyak adalah media elektronik (41,2%).

#### 4.3. Sebaran Subyek Berdasarkan Status Pengetahuan, Sikap dan Perilaku serta hubungan antar variabel

Tabel 4.3 Menunjukkan distribusi frekuensi siswa SD Inpres 26 Kabupaten Sorong berdasarkan status pengetahuan, sikap dan perilaku serta Tabel 4.4 yang menunjukkan hubungan antar variabel dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 4.3 Sebaran Subjek Berdasarkan Status Pengetahuan, Sikap dan Perilaku (n = 97)**

	N	%
Pengetahuan		
Baik	13	13,4
Cukup	42	43,3
Kurang	42	43,3
Sikap		
Baik	90	92,8
Cukup	7	7,2
Kurang	0	0

**Tabel 4.3 Sebaran Subjek Berdasarkan Status Pengetahuan, Sikap dan Perilaku (n = 97) (lanjutan)**

	N	%
Perilaku		
Baik	97	100
Kurang	0	0

Proporsi anak SD yang memiliki pengetahuan kurang adalah sebesar 43,3%, sikap kurang 7,2 % dan perilaku kurang 0%.

**Tabel 4.4 Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku**

Uji <i>Chi-Square</i>	Sikap			<i>P</i>
	Baik (n)	Cukup (n)	Kurang (n)	
Pengetahuan				
Baik	12	41	37	0,241
Kurang	1	1	5	
Uji <i>Spearman</i>				
	R		0,126	
Pengetahuan	<i>P</i>		0,218	
	n		97	

Hasil uji *Chi Square* memperoleh nilai *P* 0,241 yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap, kemudian dilakukan analisis tambahan uji lain yaitu uji *Spearman* untuk melihat korelasi skor pengetahuan dan skor sikap. Variabel pengetahuan dengan perilaku dan sikap dengan perilaku tidak dilakukan analisis karena semua responden (n=97) memiliki perilaku baik .

Dari hasil Uji *Spearman* pada Tabel 3, nilai *significancy* 0,218 yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dengan sikap. Nilai korelasi Spearman sebesar 0,126 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang lemah. Variabel pengetahuan dengan perilaku dan sikap dengan perilaku tidak dilakukan analisis karena semua responden (n=97) memiliki perilaku baik.

#### 4.4 Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Tingkat Sikap, Tingkat Perilaku Dengan Faktor-Faktor Internal Dan Eksternal

Pada Tabel 4.5 menunjukkan Hubungan antara tingkat pengetahuan, tingkat sikap, tingkat perilaku dengan faktor-faktor internal dan eksternal, dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 4.5 Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dengan Faktor-Faktor Internal dan Eksternal**

		Pengetahuan			<i>p</i> <i>Uji Chi-Square</i>
		Baik	Cukup	Kurang	
Kelas	Rendah	2	19	22	0,063
	Tinggi	11	23	20	
Jenis Kelamin	Laki-laki	5	16	20	0,647
	Perempuan	8	26	22	
Usia	7-9 tahun	3	19	21	0,230
	≥ 10 tahun	10	23	21	
Pendidikan Ibu	Rendah	4	16	15	0,889
	Tinggi	9	26	27	
Pekerjaan Ibu	Bekerja	6	20	25	0,486
	Tidak bekerja	7	22	17	
	Pernah	13	42	43	
Keterpaparan Media	Tidak Pernah	0	0	0	.

**Tabel 4.5 Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dengan Faktor-Faktor Internal dan Eksternal (lanjutan)**

		Sikap			<i>P</i> <i>Uji Chi-Square</i>
		Baik	Cukup	Kurang	
Faktor Internal					
Kelas	Rendah	25	0		0,570
	Tinggi	68	4		
Jenis Kelamin	Laki-laki	41	1		0,631
	Perempuan	52	3		
Usia	7-9 tahun	26	0		0,571
	≥ 10 tahun	67	4		
Faktor Eksternal					
Pendidikan Ibu	Rendah	30	5		<b>0,043</b>
	Tinggi	60	2		
Pekerjaan Ibu	Bekerja	46	5		0,300
	Tidak bekerja	44	12		
Keterpaparan Media	Pernah	90	7		.
	Tidak	0	0		

Hasil analisis bivariat antara faktor-faktor internal dengan pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dapat dilihat pada Tabel 2, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara faktor internal dan eksternal dengan pengetahuan tentang sayur dan buah ( $P > 0.05$ ). Terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan sikap tentang konsumsi sayur dan buah ( $P = 0.043$ ).

Hasil analisis bivariat antara faktor-faktor eksternal dengan pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dan status pekerjaan ibu dengan pengetahuan tentang

@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

sayur dan buah ( $P>0.05$ ). Sementara hubungan antara keterpaparan media tidak dilakukan analisis karena semua responden (100%) terpapar media.

Hasil analisis bivariat antara faktor-faktor internal dan eksternal dengan sikap konsumsi sayur dan buah dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan ( $P>0.05$ ). Sementara hubungan antara keterpaparan media tidak dilakukan analisis karena semua responden (100%) terpapar media.

## BAB 5 PEMBAHASAN

### 5.1 Hubungan antara Faktor Internal (Usia, Jenis Kelamin, Tingkatan Kelas) dan Faktor Eksternal (Pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, Keterpaparan Media) dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

#### 5.1.1 Hubungan antara Usia dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan nilai  $p > 0,05$  dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara usia dengan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah.

Pada teori perkembangan kognitif menurut Piaget, semakin tinggi usia perkembangan kognitifnya berbeda-beda. Perkembangan ini dipengaruhi oleh sel-sel saraf pusat di otak.<sup>1</sup> Usia 6 – 12 tahun disebut juga periode latensi yang mengembangkan kemampuan metakognitif tentang memahami sesuatu tentang apa yang mereka tahu dan bagaimana mereka belajar.<sup>43</sup> Usia mempengaruhi seseorang menangkap dan memproses informasi. Semakin bertambahnya usia akan berkembang pola pikir sehingga pengetahuan yang diterima semakin banyak. Piaget percaya bahwa setelah usia 11 tahun merupakan percepatan terakhir pertumbuhan lobus frontal.<sup>1,43</sup> Penelitian ini sejalan dengan penelitian Spronk I<sup>44</sup> yang menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara usia dengan pengetahuan gizi. Penelitian pada siswa AS Kemungkinan peran pengetahuan yang relevan terkait usia kurang mempengaruhi, kemungkinan perbedaan antara tahapan usia tersebut mengalami beberapa perubahan gaya hidup dan pengaruh sosial sehingga mempengaruhi konsumsi makan dan perilaku sehat. Selain itu faktor demografis dan



sosial budaya juga sebagai faktor penentu.<sup>45</sup> Asumsi ini dikonfirmasi oleh beberapa studi yang menghasilkan hubungan antara peningkatan pengetahuan dan konsumsi makanan yang lebih sehat atau kebiasaan gaya hidup.<sup>46</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Grosso<sup>46</sup> menunjukkan ada hubungan signifikan antara usia dengan pengetahuan gizi. Hal tersebut dikarenakan menjadi lebih tua tingkat pengetahuan gizi menjadi lebih tinggi mengakibatkan kebiasaan makan dan gaya hidup menjadi lebih sehat.

### 5.1.2 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan nilai  $p > 0,05$  dapat dikatakan tidak ada hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah.

Dalam penelitian Lipowska<sup>47</sup> mengamati bahwa perempuan menunjukkan memiliki kecenderungan kebiasaan makan yang lebih sehat dari pada laki-laki. Namun laki-laki yang terlalu banyak makan memiliki pengetahuan gizi yang lebih baik. Hal tersebut dikarenakan orang tua dari anak perempuan, cenderung mengatur berat badan dan kebiasaan makan anak perempuan. Namun, dalam penelitian Fibrihirzani<sup>48</sup> ditemukan bahwa perempuan memiliki kecenderungan mengonsumsi buah dan sayur lebih besar dari laki-laki karena lebih memiliki pengetahuan tinggi, faktor psikologi dan rasa suka terhadap sayur dan buah, dibandingkan laki-laki.

Pola dan preferensi makan anak-anak adalah hasil dari interaksi faktor bawaan dan faktor-faktor terpelajar yang tertanam antara interaksi orangtua-anak.<sup>49</sup> Dengan demikian, orang tua adalah agen penting dari pengembangan preferensi makanan anak dan pola asupan.<sup>50</sup> Terdapat 3 kategori upaya orang tua untuk mempromosikan pengembangan preferensi dan kebiasaan makan anak yakni: (a) kapan waktu untuk memperkenalkan



berbagai jenis makanan, (b) apa komposisi, rasa dan tekstur dari makanan tersebut, (c) bagaimana pendekatan pemberian makan. Orang tua adalah model paling penting yang memperkenalkan anak-anak mereka makanan sehat seperti sayuran dan buah-buahan.<sup>51</sup> Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Grosso<sup>46</sup> menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan skor pengetahuan gizi. Pada penelitian ini, ternyata setelah dilakukan analisis lebih lanjut diketahui bahwa baik laki-laki maupun perempuan tingkat pendidikan dan pekerjaan orangtua, sosial budaya terbukti memiliki pengaruh dalam pengetahuan terkait dengan nutrisi.

Berbeda dengan penelitian Lipowska<sup>47</sup> yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan pada anak laki-laki berkembang merupakan hasil dari upaya orang tua untuk mencegah penambahan berat badan dengan meningkatkan kesadaran mereka tentang nilai gizi makanan.

### 5.1.3 Hubungan antara Tingkatan Kelas dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan nilai  $p > 0,05$  dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara hubungan usia dengan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah.

Semakin tinggi tingkat pendidikan/kelas maka pengetahuan juga akan meningkat. Peningkatan pengetahuan dapat meningkatkan frekuensi konsumsi sayur dan buah agar berperilaku sehat.<sup>46</sup> Tingkatan tersebut mempengaruhi persepsi untuk menerima ide serta teknologi baru. Menurut Notoadmodjo tingkat pendidikan mengembangkan, meningkatkan dan menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan. Penelitian yang dilakukan oleh Asakura K<sup>52</sup> menunjukkan ada hubungan signifikan antara tingkatan kelas dengan pengetahuan gizi. Demikian juga penelitian Sari RE<sup>53</sup> yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan pengetahuan.



Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lukman<sup>53</sup> terdapat banyak faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan diantaranya adalah media informasi. Menurut Wied Hary<sup>53</sup> informasi memberikan pengaruh pada pengetahuan. Seseorang yang pendidikannya rendah namun mendapatkan informasi dari berbagai media akan dapat meningkatkan pengetahuan.

#### 5.1.4 Hubungan antara Pendidikan Ibu dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian ini, yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* antara pendidikan ibu dan pengetahuan didapatkan nilai  $p > 0,05$  dan hubungan antara pendidikan ibu dengan sikap didapatkan nilai  $p 0,043 > 0,05$  dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pendidikan ibu dengan pengetahuan tapi terdapat hubungan signifikan antara pendidikan ibu dengan sikap konsumsi sayur dan buah pada SD Inpres 26 Kabupaten Sorong.

Stunting merupakan bentuk umum dari gizi buruk karena asupan yang tidak sesuai salah satunya sayur dan buah.<sup>54</sup> Guevara dan Subramanian<sup>55</sup> mengidentifikasi tiga faktor utama terkait dengan stunting, salah satunya adalah pendidikan ibu. Pendidikan ibu yang rendah akan berimplementasi pada rendahnya kualitas jumlah makanan yang tersedia. Kristjansdottir<sup>56</sup> mengatakan bahwa pengetahuan tentang sayur dan buah dapat meningkatkan kesadaran dan keterampilan dalam mempersiapkan serta konsumsinya. Menurut Notoadmodjo semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan juga akan meningkat, karena semakin mudah untuk menerima informasi.<sup>28</sup> Menurut Sunil<sup>57</sup> pendidikan ibu dapat memberikan efek pada rumah tangga kerana ibu dapat melarang maupun mempromosikan asupan makan anak. Hal ini didukung dengan pendapat Fost<sup>57</sup> ibu yang mempunyai pendidikan tinggi dan pengetahuan anak yang memadai telah mencegah kekurangan gizi serta peningkatan status kesehatan. Dampak dari situasi tersebut akan mengarah pada peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi.



Pemelitian ini sejalan dengan penelitian Al-Shookri A<sup>58</sup> yang menunjukkan bahwa status pendidikan ibu berhubungan dengan sikap konsumsi makan yang sehat. Asupan makanan yang sehat paling tinggi ditemukan pada ibu dengan tingkat pendidikan tinggi. Begitu juga dengan penelitian Yabanci<sup>58</sup> terdapat hubungan positif antara status pendidikan ibu dengan skor sikap. Menurut McGuigan<sup>29</sup>, peran ibu sangat penting dalam aspek kesehatan keluarga termasuk pengaturan makan keluarga. Ibu dengan pendidikan rendah menurut Linnemayr dapat menyebabkan kekurangan gizi pada anak-anaknya. Sikap menggambarkan persepsi yang akan menghasilkan interpretasi terhadap sesuatu.<sup>57</sup> Menurut Lewis dan Green<sup>59</sup> dalam teori *The Health Belief Model*, pendidikan merupakan salah satu komponen yang mempengaruhi sikap. Pada teori tersebut menjelaskan ketika terdapat faktor yang memicu, dalam hal ini pendidikan akan menyebabkan perubahan pada dua aspek yaitu persepsi ancaman dan evaluasi tindakan. Persepsi ancaman akan menyebabkan dua bagian yaitu persepsi keparahan dan pencegahan. Evaluasi tindakan pun terdiri dari dua bagian persepsi yaitu manfaat dari tindakan dan hambatan yang dirasakan. Ketika keyakinan sudah tepat maka muncul isyarat untuk bertindak dan kemudian membentuk perilaku. Isyarat bertindak ini dapat berupa kampanye kesehatan untuk anggota keluarga. Dalam keluarga ibu sebagai edukator serta penyedia sayur dan buah dirumah, sehingga ibu yang memiliki pendidikan tinggi akan cenderung mendorong serta mendukung anaknya untuk mengonsumsi sayur dan buah. Keadaan didalam keluarga yang seperti ini akan mengarah pada perubahan sikap dan peningkatan perilaku gizi pada anak.<sup>57</sup>

Penelitian ini berbeda dengan penelitian Mardani RA<sup>57</sup> yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pendidikan ibu dengan pengetahuan. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi akan memiliki pemahaman yang lebih baik sehingga dapat memberikan informasi kepada anak untuk mengonsumsi sayur dan buah.

### 5.1.5 Hubungan antara Pekerjaan Ibu dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Berdasarkan hasil penelitian ini, yang telah dilakukan dengan menggunakan uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan nilai  $p > 0,05$  dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara hubungan pekerjaan ibu dengan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah pada SD Inpres 26 Kabupaten Sorong.

Menurut Thomas yang dikutip oleh Nursalam<sup>60</sup>, pekerjaan merupakan upaya yang harus dilakukan seseorang untuk menunjang kehidupannya dan keluarga. Kegiatan ini umumnya menyita waktu. Bekerja bagi seorang ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarganya. Beberapa ibu yang harus bekerja dari pagi hingga sore, pemilihan makanan diserahkan kepada anak tertua atau suami. Padahal pada masa pertumbuhan anak dukungan ibu sangat berperan salah satunya mengenalkan anak pada beragam jenis buah dan sayuran, memberikan informasi mengenai konsumsinya sebagai upaya agar anak tidak menolak mengkonsumsi sayur dan buah.<sup>56</sup> Menurut hasil penelitian Mardani RA<sup>56</sup> yang menunjukkan bahwa tidak hubungan bermakna antara pekerjaan ibu dengan pengetahuan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Shaili V<sup>61</sup> menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki anak yang kurang gizi dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja, namun secara statistik tidak ditemukan hubungan yang bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja tidak mampu merawat anaknya dibandingkan ibu rumah tangga yang dapat menghabiskan waktu maksimum dengan anak-anaknya. Namun, jenis pekerjaan ibu dan lamanya waktu kerja mempengaruhi pengetahuan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Fam MJ<sup>29</sup> menunjukkan bahwa memiliki seorang ibu yang bekerja lebih lama, memiliki kecenderungan pengetahuan anak rendah dibandingkan. Peran ibu sebagai edukator merupakan suatu wujud dukungan kepada anak dalam memperkenalkan beragam jenis sayur dan buah. Ibu yang bekerja lama  $> 9$

jam dapat mengurangi dan menghilangkan waktu untuk mengawasi dan memantau perkembangan anaknya.

### 5.1.6 Hubungan antara Keterpaparan Media dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Pada penelitian ini hubungan antara keterpaparan media tidak dilakukan analisis karena semua responden (100%) terpapar media. Media menarik terbanyak yang dipilih oleh responden adalah media elektronik.

Media merupakan wadah dan penyalur pesan dari sumber pesan kepada penerima pesan.<sup>62</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Oktira<sup>63</sup>, media audio-visual berhasil membangkitkan ketertarikan siswa untuk mempelajari sesuatu. Ketertarikan tersebut akan membangkitkan kemandirian sehingga dapat berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku dapat mempengaruhi pemilihan berbagai jenis maupun jumlah makanan yang dikonsumsi. Pada penelitian Meidiana dan Saputra<sup>60</sup> dengan menggunakan audio-visual serta video menunjukkan perbedaan pengetahuan siswa tentang sayur, buah dan obesitas meningkat sebelum dan setelah diberikan edukasi tersebut. Sedangkan, penelitian Meidiana dalam proses pemberian pengetahuan dengan menggunakan media edukasi berupa *leaflet* menunjukkan, bahwa pengetahuan dan sikap siswa meningkat.

Menurut Notoadmodjo<sup>64</sup> upaya untuk mewujudkan pengetahuan, maka individu harus diberikan stimulus dengan pendidikan kesehatan. Machfoedz<sup>60</sup> menjelaskan pemberian informasi baik secara formal maupun non- formal dapat meningkatkan pengetahuan. Sebagai media informasi, gambar atau foto haruslah sesuai dengan tujuan agar dapat membangkitkan motivasi dan minat untuk membantu berfikir dalam menafsirkan serta mengingat pesan yang berkenaan.

## 5.2 Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Konsumsi Sayur dan buah

Pada penelitian ini berdasarkan uji statistik nilai *significancy* 0,937 yang menunjukkan bahwa korelasi antara pengetahuan dengan sikap adalah tidak bermakna dengan nilai korelasi sebesar 0,008 yang menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang lemah. Variabel pengetahuan dengan sikap dan sikap dengan perilaku tidak dilakukan analisis karena semua responden (n=97) memiliki perilaku baik.

Menurut Teori Empirisme yang dikemukakan oleh John Locke, juga sering dikenal dengan teori Tabularasa mengatakan bahwa perkembangan individu ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang diperoleh melalui pendidikan yang diterima oleh individu selama masa perkembangannya. Pendidikan yang menentukan keadannya dimasa depan. Teori ini juga memandang bahwa keturunan tidak mempunyai peranan. Berbeda dengan teori Ronvergenst bahwa perkembangan individu ditentukan oleh faktor bawaan dan faktor endogen atau eksogen.<sup>9</sup>

Sikap merupakan suatu reaksi atau respon dari seseorang namun masih tertutup terhadap suatu objek serta belum ditampilkan. Menurut Rosenberg<sup>9</sup> komponen afektif akan selalu berhubungan dengan komponen pengetahuan. Ini berarti apabila seorang individu mempunyai sikap yang positif maka indeks pengetahuannya terhadap sesuatu harus tinggi dan sebaliknya. Menurut Secord dan Beckman<sup>1</sup> berubahnya komponen afektif menyebabkan perubahan juga pada sikapnya. Selanjutnya, Teori Fistinge<sup>9</sup> mengemukakan bahwa sikap individu biasanya konsisten konsisten terhadap satu dengan yang lainnya begitu juga perilakunya.

Menurut Rogers<sup>10</sup> perilaku merupakan kegiatan yang dapat diamanti langsung maupun tidak langsung. Pengadopsian perilaku didasari oleh pengetahuan dan kesadarann. Perilaku manusia dapat dilihat dari 3 aspek yakni, fisik, psikis dan sosial yang merupakan refleksi dari pengetahuan, motivasi, persepsi, sikap yang ditentukan dan dipengaruhi oleh faktor

pengalaman, keyakinan, sarana fisik dan sosial budaya.<sup>54</sup> Dalam *Theory of Planned Behavior* terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi individu, yakni: niat, sikap, norma subyektif dan kontrol perilaku. Perubahan perilaku memerlukan usaha yang konkrit dan positif. Terdapat beberapa strategi perubahan perilaku yang dikelompokkan WHO menjadi tiga, salah satunya adalah *Education*.<sup>10</sup> Awal perubahan perilaku melalui pendidikan dengan pemberian informasi-informasi kesehatan. Dengan memberikan informasi akan meningkatkan pengetahuan tentang hal tersebut. Selanjutnya pengetahuan akan menimbulkan kesadaran yang menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Pengetahuan merupakan bagian yang sangat penting dalam terbentuknya tindakan seseorang. Pada penelitian didapatkan ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.<sup>54</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Haines AC<sup>54</sup> yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya sumber informasi tentang gizi sebagai metode komunikasi pengetahuan kesehatan sehingga menimbulkan sikap negatif. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Mamonto<sup>64</sup> antara pengetahuan dan sikap berhubungan signifikan dilihat dari nilai peningkatan skor rata-rata sikap sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Penelitian yang dilakuakn oleh Grosso G<sup>46</sup> menunjukkan hasil pengetahuan gizi secara independen terkait dengan perilaku makan. Analisis lebih lanjut pada penelitian ini secara multivariat mengungkapkan bahwa usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan dikaitkan secara independen dengan beberapa perilaku gizi. Pengetahuan, sikap dan tindakan merupakan tahapan perubahan perilaku atau pembentukan perilaku. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku ia harus tahu terlebih dahulu apa konsumsi bagi dirinya. Perubahan tersebut dapat



mempengaruhi pemilihan berbagai jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.<sup>60</sup>

Pada penelitian ini proporsi anak SD yang memiliki pengetahuan baik (13,4%), sikap baik (92,8%) dan perilaku baik sebanyak (100%). Pengetahuan terbanyak siswa adalah kategori cukup dan rendah.

Terdapat perbedaan antara teori Scrates dan Plato dengan teori Aristoteles. Menurut teori Scrates dan Plato<sup>65</sup>, orang yang berpengetahuan akan sendirinya akan melakukan tindakan baik, sedangkan menurut teori Aristoteles<sup>65</sup> semua hal utama tidak cukup hanya diketahui tapi harus melatih dan mengerjakan tindakan tersebut. Konsumsi merupakan suatu tindakan (perilaku). Sedangkan pengetahuan merupakan upaya menciptakan sikap dan perilaku, sehingga dalam terbentuknya sikap dan perilaku tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan.<sup>66</sup>

Teori tentang hubungan antara sikap dan perilaku disebut dengan Teori perilaku terencana (*Theory of Planned Behavior*). Teori tersebut menekankan pentingnya peran “niat” sebagai faktor penentu. Niat sebagai suatu rasa percaya yang akan menampilkan perilaku positif. Niat dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu sikap, norma subjektif dan pengendalian perilaku. Sikap adalah faktor pertama yang mempengaruhi niat, ditentukan oleh kepercayaan yang berkaitan dengan akibat atas perilaku yang akan dilakukan. Norma subjektif ialah persepsi individu tentang apakah orang lain mendukung atau tidak terhadap tindakan yang akan dilakukan. Sedangkan pengendalian perilaku, merupakan persepsi mudah atau sulitnya seseorang melakukan suatu tindakan.<sup>9-10</sup> Menurut teori Blumer sikap-perilaku bertumpu pada tiga aspek utama:<sup>67</sup>

- a. Tindakan manusia terhadap sesuatu berdasarkan makna-makna yang ada pada sesuatu itu tersebut.
- b. Selanjutnya makna akan diperoleh dari suatu hasil interaksi sosial yang dilakukan dengan orang lain.

- c. Aspek terakhir makna tersebut disempurnakan saat proses interaksi sosial sedang berlangsung.

Tindakan manusia adalah hasil dari interpretasi, bukan semata-mata diakibat dari stimulus – respons. Aksi akan timbul setelah melalui proses interpretasi atau penghayatan terhadap suatu simbol. Sebagaimana juga dijelaskan dalam teori, perubahan-perubahan yang terjadi pada individu dalam masyarakat bukan atas kendali kekuatan dari luar diri seperti kultur, norma dan peranan-peranan sosial. Proses interpretasi menjadi penengah antara stimulus – respons.<sup>68</sup> Sehingga berdasarkan teori-teori tersebut dapat disimpulkan proses intrepretasi (sikap) menjadi hal penting karena sebaik apapun rangsangan dari luar namun apabila interpretasinya negatif seseorang tidak akan melakukan tindakan.

### 5.3 Faktor-Faktor Lain yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah

Pada penelitian ini tidak semua faktor internal dan eksternal berhubungan dengan pengetahuan, sikap dan perilaku. Berdasarkan beberapa teori<sup>45-46,53,56,61,69</sup>, dapat diambil kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah dapat dikelompokkan menjadi 4, yakni: biologi (usia, jenis kelamin, kelas, ras, preferensi, niat, dan norma subyektif ), Kultur (pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, gaya hidup di keluarga), *Nature*/lingkungan (demografi, teman sebaya, media edukasi) dan Finansial (ketersedian sayur dan buah).

Pada penelitian ini terdapat beberapa fakor lain yang tidak diteliti namun kemungkinan mempengaruhi variabel tersebut seperti ras, preferensi, niat, dan norma subyektif, gaya hidup dikeluarga, demografi, teman sebaya, media edukasi, ketersediaan sayur dan buah.

Sebagaimana telah dijelaskan diatas bahwa faktor demografi dan sosial budaya merupakan salah satu faktor penentu terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah. Kondisi wilayah pada penelitian

@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

ini adalah area sumber minyak dan kegiatan pertambangan, sehingga memiliki tanah yang sulit ditumbuhi oleh serta sayur dan buah. Menurut Balkema<sup>70</sup> kegiatan pertambangan akan menyebabkan terjadinya pemadatan tanah, penurunan unsur hara, toksisitas lahan dan kemasaman lahan. Limbah kegiatan pertambangan bersifat toksid bagi kesuburan tanah dan sulit tergantikan meskipun dilakukan upaya penanaman kembali. Wilayah tersebut juga dikelilingi oleh sungai sehingga ikan, udang dan kerang-kerangan merupakan makanan yang mudah dan sering dikonsumsi oleh orang sekitar, sehingga masyarakat sekitar cenderung mengonsumsi makanan bukan berdasarkan nilai gizi tapi yang penting mengenyangkan dan tersedia, sehingga makanan yang dikonsumsi tinggi karbohidrat dan protein.

## BAB 6

### KESIMPULAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengetahuan, Sikap, Perilaku Tentang Konsumsi Sayur dan Buah serta Faktor-Faktor Yang Berhubungan Pada Siswa SD Di Kabupaten Sorong dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Proporsi usia terbanyak pada penelitian ini adalah lebih atau sama dengan 10 tahun (55,7%), lebih banyak siswa berjenis kelamin perempuan (57,7%) dengan keterwakilan kelas sekitar (3,1–44,3%). Lebih banyak siswa yang memiliki ibu dengan pendidikan tinggi (63,9%) dan ibu yang bekerja (52,6%). Semua siswa terpapar media edukasi dan terbanyak melalui ceramah (52,6%), serta media edukasi menarik terbanyak adalah media elektronik (41,2%).
2. Proporsi anak SD yang memiliki pengetahuan kurang adalah sebesar 43,3%, sikap kurang 7,2 % dan perilaku kurang 0%.
3. Faktor yang memengaruhi sikap dengan konsumsi sayur dan buah adalah faktor eksternal yaitu pendidikan ibu ( $p \text{ value} = 0,043$ )

#### 6.2 Saran

##### 6.2.1 Bagi Instansi Kesehatan dan Pertanian, Sekolah dan Masyarakat

1. Diharapkan bagi instansi kesehatan yang membina wilayah tersebut agar dapat lebih meningkatkan promosi dan sosialisasi mengenai manfaat sayur dan buah serta sebagai upaya pendidikan tambahan untuk ibu. Bagi instansi pertanian diharapkan melakukan promosi mengenai tanaman hidroponik, mengingat wilayah tersebut sulit ditanami sayur dan buah.
2. Diharapkan guru memberikan edukasi tentang manfaat konsumsi sayur dan buah melalui media elektronik seperti pemutaran video animasi.

@Hak cipta pada UNIPA



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.  
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

3. Bagi ibu diharapkan dapat lebih paham betapa pentingnya manfaat sayur dan buah bagi pertumbuhan dan perkembangan anak untuk kedepannya.

### 6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Meneliti dan mempelajari lebih dalam tentang faktor-faktor lainnya yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah.

### Daftar Pustaka

1. Narendra MB, Sularyo TS, Soetjningsih, Suyitno H, Ranuh IN, Waradisuria. Buku ajar tumbuh kembang anak dan remaja. 1<sup>th</sup> Ed. Jakarta: Sagung Seto;2005 p.22–39.
2. UNICEF. *Malnutrition rates remain alarming: stunting is declining too slowly while wasting still impacts the lives of far too many young children.* [place unknown: UNICEF];2018 May. [cited 2018 Nov 28]. Available from: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
3. Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat. Buku saku pemantauan status gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2017. Available from: [http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Buku-Saku-Nasiobal-PSG-2017\\_975.pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Buku-Saku-Nasiobal-PSG-2017_975.pdf).
4. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2014. p. 16-8.
5. Yngve A, Wolf A, Poortvliet E, Elmadfa I, Brug J, Ehrenblad B et al. Fruit and Vegetabel Intake in a Sample of 11-Year-Old Children in 9 European Countries : The Pro Children Cross-Sectional Survey. *Annals of Nutrition & Matabolism.*2005;49:236-45.
6. Lock K, Pomerleun J, Causer L, Mckee M. Low fruit and vegetabel consumption in Comparative Quatification of health risk. Bern: WHO.2004.p. 597-8.
7. Putri RM, Susmini, Hadi HS. Gambaran Pengetahuan Sayur Anak Usia 5-12 Tahun Di Yayasan Eleos Indonesia Desa Sukodadi Kecamatan Wagir Kabupaten Malang. *E-Journal UMM.*2017;5(1):p.74–80.
8. Wei L, Yang H, Hang CM, Pan WH. Nutrition knowledge, attitude and behavior of Taiwanese elementary school children. *Asia Pac J Clin Nutr;*2007:16(82).p.534-46.
9. Wawan A, Dewi M. Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia. Yogyakarta: Nuha Medika;2014. p.16-9.

10. Priyoto. Teori sikap dan perilaku dalam kesehatan dilengkapi contoh kuesioner. Yogyakarta: Nuha Mediaka;2014. p.41-9.
11. Gagne RM, Briggs J. Principle of instructional design. New York: Holt Rienhart and Winston Ins;1974. p. 50.
12. Dalimartha S, Adrian F. Fakta ilmiah buah dan sayur. Jakarta: Penebar Plus;2013.p. 1-2.
13. Astawan, Made. Sehat dengan sayuran : panduan lengkap menjaga kesehatan dengan sayuran. Jakarta: Dian Rakyat;2008.
14. Soediatama AD. Ilmu gizi untuk profesi dan mahasiswa. Jakarta: Dian Rakya;2004.
15. Khuril ML, Indrawati V. faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi ikan, sayur, dan buah pada anak usia prasekolah di TK LPII desa sawotratap kec gendang kabupaten sidoharjo. E- Journal Boga;2015:04(2).p.41-6.
16. Aswatini, Noveria M, Fitranita. Konsumsi sayur dan buah di masyarakat dalam konteks pemenuhan gizi seimbang.PPK-LIPI;2008:3(2).p.114.
17. Onner TS, Brookie KL, Carr AC, Mainvin LA, Vissers M. let them eat fruit! The effect of fruit and vegetabel consumption on psychological well-being un young: a randomized controlled trial. Plos one;2017:12(2).p.1-19.
18. Vegetabels and fruit [internet]. Boston: Harvard TH Chan school of public health;[cited : 30 November 2018: update unknown]. Available from: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/vegetabels-and-fruits/>
19. Fruit and vegetabels for health. Report of a joint FAO/WHO workshop.Kobe:WHO/FAO;2004.p.1-46
20. Mahan LK, Raymond JL. Nutrition in Childhood in Krauses food and the nutrition care proses.14 ed. Missouri: Elsevier;2017.p. 314-24.
21. Sidi Gazalba. Sistematika filsafat. 1 ed. Jakarta: Bulan Bintang;1992. p. 4.
22. Bakhtiar A. Filsafat ilmu. 1 ed. Jakarta: Rajawali Pers;2013. p. 85.
23. Loren Bagus. Kamus filsafat. 1 ed. Jakarta: Gramedia;1996. p. 803.
24. Bakker A, Zubair AC. Metodologi penelitian filsafat. Yogyakarta: Kanisius;1990. p. 21-3.



25. Hurlock EB. Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. 5 ed. Jakarta: Erlangga;1994.
26. Farisa S. Hubungan sikap, pengetahuan, ketersediaan dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMPN 8 Depok tahun 2012 [skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.
27. Baker, Wardle. Sex differences in fruit and vegetable intake in older adults. *Appetite*;2003;40.p.269-75.
28. Notoatmodjo S. Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta;2014.p. 7.
29. Afif PA, Sumarmi S. Peran ibu sebagai educator dan konsumsi sayur buah pada anak. *Open Access Under CC*;2017;1(3).p.236-42.
30. Putri RM, Maemunah N. Peran pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan anak tentang pentingnya sayur. *E-Journal UMM.*;2017;8(1).p.54–64.
31. Rachman BN, Mustika IG, Kusumawati IG. Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur siswa SMP di Denpasar. *Jurnal gizi Indonesia*;2017;6(1).p9-16.
32. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rhineka Cipta;2007.p. 142.
33. Muksi AG. Pengajaran yang efektif: pedoman bagi Pembina kesehatan masyarakat. Santasa H, Chandranata L, editor. 2 ed. Jakarta: EGC. p.62-9.
34. Gasong D. Belajar dan pembelajaran. 1 ed. Yogyakarta: Deepublish;2018. p.164-5.
35. Gagne RM, Briggs J. Principle of instructional design. New York: Holt Rienhart and Winston Ins;1974. p. 50.
36. Suharjo. Mengenal pendidikan sekolah dasar teori dan praktek. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi;2006.p. 30-8.
37. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Perilaku.
38. Skinner B.F. Ilmu pengetahuan dan perilaku manusia. Yogyakarta: Pustaka pelajar;2013. p.94-169.
39. Putra WK. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar [skripsi]. Semarang: Majoring of public health; 2016 Ags.



40. Hidayat A, Aziz. Metode penelitian kebidanan teknik analisa data. Jakarta: Salemba; 2007.p.103.
41. Lewis C. An evaluation of knowledge, attitude and fruit and vegetabel consumption in school aged 10-12 years old. [place unknown]: University of the west Indies; 2011.
42. Susantya CD, Hassan A. Gambaran tentang pengetahuan, sikap, dan praktik dalam konsumsi buah dan sayur pada siswa kelas 4 di SDN 04 Cingsana Kab. Bogor 2012. Jakarta: FKUI; 2013.
43. Hurley KM, Yousafzal AK, Boo FL. Early child development and nutrition: a review of the benefits and challenges of implementing integrated interventions. American society for nutrition:2016;7.p.357-63.
44. Spronk I., Kullen C., Burdon C., O'Connor H. Relationship between nutrition knowledge and dietary intake.Br J Nutr. 2014;111.p.1713-26.
45. Pirouznia M. The Correlation Between Nutrition Knowledge and Eating Behavior in an American School: The Role of Ethnicity: SAGE:2000;14.p. 89-107.
46. Grosso G, Mistratta A, Turconi G, Cena H, Roggi C, Galvano F. Nutrition knowledge and other determinants of food intake and lifestyle habits in children and young adolescents living in a rural area of sicily, south Italy. Health Nutrition;2012:16(10).p.1827-36.
47. Lipowska M, Lipowski M, Jurek P, Jankowska AM, Pawlic. Gender and body-fat as predictors of parental feeding styles and children's nutritional knowledge, eating habits and behaviours .Int J Environmental Research and Public Health;2018:15(5).p. 1-8.
48. Fibrihizani, Hafsa. Hubungan sikap, pengetahuan, ketersediaan dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur siswa SMPN 8 Depon tahun 2012 [Skripsi]. FKM UI;2012.
49. Scaglioni S., Salvioni M., Galimberti C. Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. Br. J. Nutr. 2008; 99.p.1-4.



50. Anzman SL, Rollins BY, Birch LL. Parental influence on children's early eating environments and obesity risk: implications for prevention. *Int. J. Obes*;2010;34.p.1116–1124
51. Butte N., Cobb K., Dwyer J., Graney L., Heird W., Rickard K. The Start Healthy Feeding Guidelines for Infants and Toddlers. *Diet Assoc*;2004;104.p.442–454.
52. Asakura K, Todoriki H, Sasaki S. Relationship between nutrition knowledge and dietary intake among primary school children in japan: combined effect of children's and their guardian's knowledge. *Journal of Epidemiologi*;2017;27(10).p. 483-91.
53. Sari RE. Hubungan antara tingkat pendidikan dengan pengetahuan wanita tentang faktor risiko kanker payudara di rw 02 kompleks taman rempo indah [Skripsi]. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta ; 2010.
54. De Onis M, Branca F. Childhood stunting: a global perspective. *Maternal & child nutrition*;2016;16.p.12-26.
55. Haines A, Jones AC, Kriser H, Dunn EL, Graff T, Bennett C, et al. Analysis of rural Indonesian mothers' knowledge, attitudes, and beliefs regarding stunting. *KEI Journals*;2018;6(11).p.1-13.
56. Nurlidyawati. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa kelas VIII dan IX SMP Negeri 127 Jakarta barat tahun 2015 [Skripsi]. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta ; 2015.
57. Mardani RA, Wetasin K, Suwanwaiphatthana W. Faktor Prediksi yang mempengaruhi terjadinya stunting pada anak usia di bawah lima tahun. *Kemas*;2015;11(1).p. 1-7.
58. Yabancı N, Kisac I, Karakus SS. The effects of mother's nutritional knowledge on attitudes and behaviors of children about nutrition. *Elsevier*;2013;p. 1-4.
59. Abraham C, Sheeran P. The health belief model. Cambridge: Cambridge University Press.2018.p.97-102.



60. Vyas S, Kandpal D, Senwal J. Rple of maternal education & occupation in the nutritional of under three children. *Indian Hournal of Community Health*;2011;22(2).p.35-7.
61. West J, Syafiq A, Crookston B, Bennett C, Hasan MR, Dearden K, et al. Stunting- related knowledge: exploring sources of and factors associated with accessing stunting- related knowledgw among mothers in rural Indonesia. *Scientific Research Publishing*;2018;10.1250-60
62. Meidiana R, Simbolon D, Wahyudi A. Pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. *Jurnal Kesehatan*;2018;9(3).p.1-7
63. Oktira, Y. S., Ardipal, A., & Toruan, J. L. Penggunaan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Kemandirian Siswa Belajar Seni Budaya. *Jurnal Sendratasik*;2013;2(1).p.63- 72.
64. Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan Dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta: pt. Rineka cipta.2012
65. Arbangi. *Al-Islam konsep dan ajaran*. Interpena:Yogyakarta.2017.p.145.
66. Mamonto, S. F., Rompas, S., & Karundeng, M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Penyakit Menular Seksual Di Smk Fajar Bolaang Mongondow Timur. *Jurnal keperawatan*;2014;2(2).p.1-9.
67. Soeprapto R. *Interaksionisme simbolik*. Yogyakarta: Averroes press;2002.p.120-21.
68. Ritzer, George. *Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda*, Terj. Alimandan, Jakarta: Rajawali Press;1992.p.61-63.
69. Ramussen M, Krolner R, Klepp KL, Lytle L, Brug J, Bere E et al. Determinants of fruits and vegetable consumption among children and adplescents: A review of the literature. Part II: Qualitative studies. *Internasional of behavioral nutrition and physical activity*: 2006;3(22).
70. Allo MK. Kondisi sifat fisik dan kimia tanah pada bekas tambang nickel serta pengaruh terhadap pertumbuhan trengguli dan mahoni. *Jurnal Hutan Tropis*;2016;4(2).p.208.





## LAMPIRAN

### Lampiran 1

 **UNIVERSITAS INDONESIA**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**

Gedung Fakultas Kedokteran UI  
Jl. Salemba Raya No.8, Jakarta 10430  
PO Box 1359  
T. 62 21 3912477, 31933371, 31933373,  
3923977, 3927343, 3153236  
F. 62 21 3912477, 31933372, 3157288  
E. humas@fk.ui.ac.id, office@fk.ui.ac.id  
fkui@ui.ac.id

NOMOR : 057/UN2.F1.D1/KBK/POP.01/2019

**KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK**

Pengelola Modul Riset Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kedokteran, telah mengkaji dengan teliti proposal berjudul:

"Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Makan Sayur dan Buah pada Anak Sekolah Dasar Inpres 26 Kabupaten Sorong"

Peneliti : Mitsia Chusnica Aulia As'ar  
NPM : 201470024  
Institusi : Fakultas Kedokteran Universitas Papua

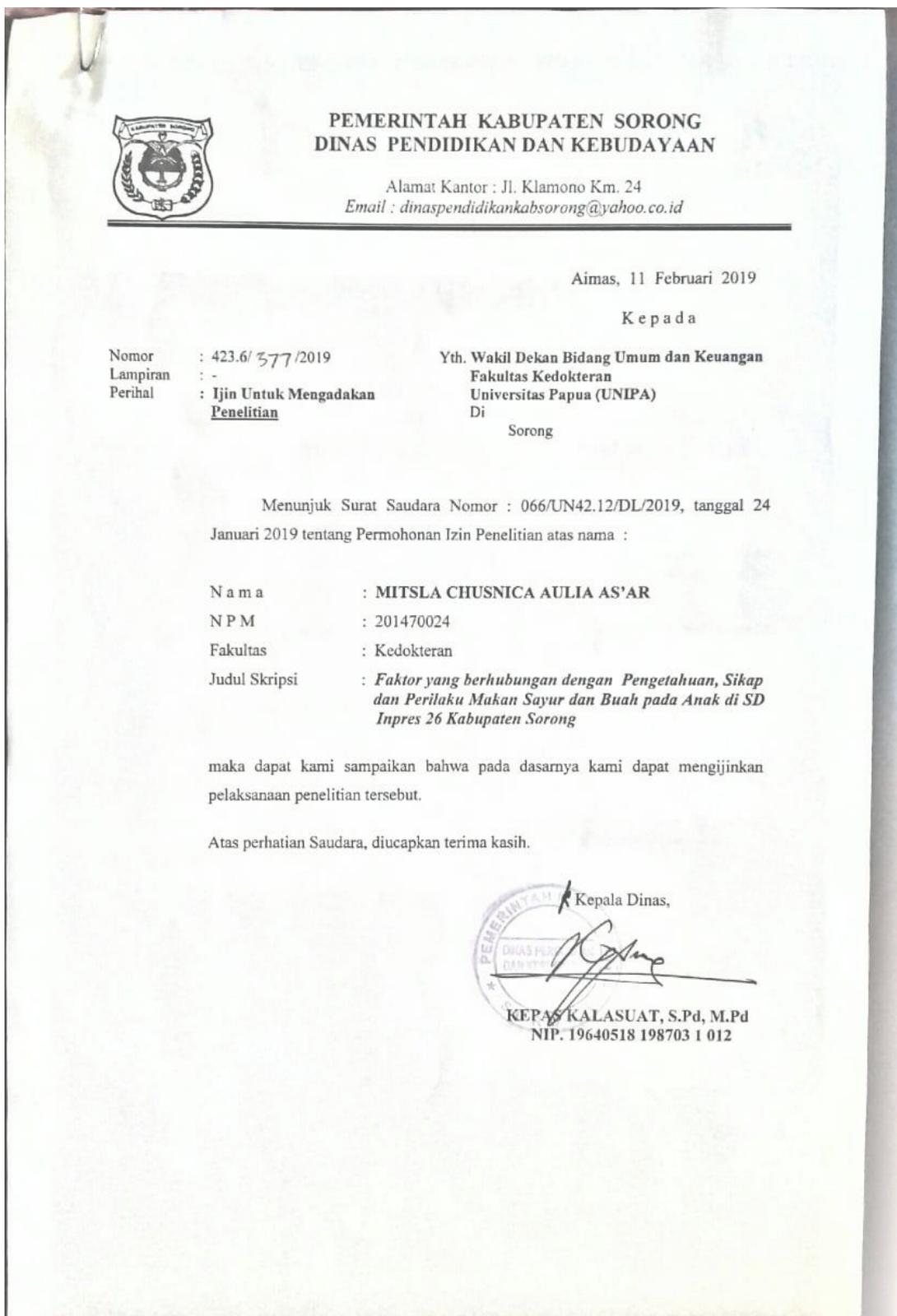
dan telah menyetujui proposal tersebut diatas.

Jakarta, 18 Januari 2019  
Ketua Modul Riset FKUI  
  
Dr. Dewi Friska, MKK  
NIP 197804132009122002

\*\* Peneliti berkewajiban:

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan informed consent

Lampiran 2





@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.



**PEMERINTAH KABUPATEN SORONG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

Alamat Kantor : Jl. Klamono Km. 24  
Email : [dinaspendidikankabsorong@yahoo.co.id](mailto:dinaspendidikankabsorong@yahoo.co.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 423.6/ 320 /2019

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sorong menerangkan bahwa :

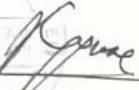
N a m a : MITSLA CHUSNICA AULIA AS'AR  
N P M : 201470024  
Fakultas : Kedokteran  
Judul Skripsi : *Faktor yang berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Makan Sayur dan Buah pada Anak di SD Inpres 26 Kabupaten Sorong*

Benar-benar telah melaksanakan penelitian pada Instansi kami (SD Inpres 26 Kabupaten Sorong).

Demikian surat keterangan ini diberikan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Aimas, 11 Februari 2019

Kepala Dinas,

  
KEPAS KALASUAT, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19640518 198703 1 012

Lampiran 3



Tanggal: \_\_/\_\_/2019

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

*(Informed Consent)*

Kepada Yth. Responden

Dengan Hormat,

Saya mahasiswa program studi pendidikan dokter Universitas Papua, bermaksud akan melaksanakan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Anak Sekolah Tentang Konsumsi Sayur dan Buah”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan pengetahuan, sikap dan perilaku anak sekolah tentang konsumsi sayur dan buah. Sehubungan dengan kegiatan penelitian ini, saya akan meminta kesediaan anak Bapak/Ibu untuk menjawab beberapa pertanyaan yang tidak memakan waktu lebih dari lima belas menit. Adapun segala informasi yang anak Bapak/Ibu berikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan dalam penelitian ini.

Sehubungan dengan hal tersebut peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada anaknya berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini bersifat sukarela dan tidak akan memberikan dampak negatif dan membahayakan. Bila bersedia anak Bapak/Ibu ikut dalam penelitian ini, maka kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar pertanyaan ini dengan menandatangani lembar persetujuan dibawah ini. Dalam hal ini jika masih ada hal yang belum jelas, Bapak/Ibu dapat menanyakannya kembali pada kami (Mitsla Chusnica Aulia As’Ar/ 081247747062).

Demikian informasi ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu. Atas perhatian dan waktu yang telah diluangkan untuk menerima kedatangan kami, diucapkan terima kasih.



Tanggal: \_\_/\_\_/2019

LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN  
(*Informed Consent*)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : \_\_\_\_\_  
Hubungan Kel : Ibu dari .....  
Pekerjaan Ibu : \_\_\_\_\_  
Pendidikan Ibu : \_\_\_\_\_  
Alamat : \_\_\_\_\_  
No.Telepon/HP : \_\_\_\_\_

Telah mendapat keterangan dan penjelasan secara lengkap mengenai penelitian yang berjudul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Anak Sekolah Tentang Konsumsi Sayur dan Buah”. Saya juga telah diberi kesempatan untuk bertanya serta memahaminya, maka dengan ini saya menyatakan BERSEDIA/TIDAK\* (\*coret yang tidak perlu) ikut dalam penelitian ini.

Tim Peneliti  
Sorong, \_\_\_\_\_ 2019  
Yang membuat pernyataan

(MITSLA CHUSNICA AULIA AS'AR) (.....)  
081247747062

Saksi (Guru)  
(.....)



Lampiran 4

Kuesioner Penelitian

Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Makan Sayur dan Buah pada Anak Sekolah

(Windi 2016)

- Tanggal Pengambilan data :  
No Sampel :  
Nama :  
Jenis Kelamin : P / L  
Tanggal Lahir :  
Kelas :  
Pekerjaan Ibu :  Bekerja  Tidak Bekerja  
Pendidikan Terakhir Ibu :  Tidak Tamat SD  
 SD  
 SMP/Sederajat  
 SMA/Sederajat  
 D3/Akademik  
 S1  
 S2

## I. Pengetahuan Gizi

Pilihlah jawaban dan berikan tanda (x) pada jawaban pilihan Anda.

1. Apa kegunaan makanan bagi tubuh kita....
  - a. Membuat perut terasa kenyang, tidak mudah lapar dan merasa senang
  - b. Untuk pertumbuhan tubuh, menyembuhkan luka dan terhindar dari segala penyakit
  - c. Sebagai penambah tenaga, sumber vitamin dan mineral, zat pertumbuhan.
  - d. Tidak tahu
2. Bayam, kangkung, melon, jeruk adalah makanan sumber....
  - a. Vitamin dan mineral
  - b. Lemak
  - c. Protein
  - d. Tidak tahu
3. Buah banyak mengandung.....
  - a. Vitamin
  - b. Karbohidrat
  - c. Lemak
  - d. Tidak tahu
4. Manakah yang termasuk kelompok buah-buahan...
  - a. Timun, wortel, tomat
  - b. Jeruk, apel, melon
  - c. Bayam, seledri, sawi
  - d. Tidak tahu
5. Buah apa yang mengandung vitamin C....
  - a. Jeruk
  - b. Semangka
  - c. Anggur
  - d. Tidak tahu
6. Menurut kamu, sayur sebaiknya dikonsumsi berapa sering....

- a. Seminggu sekali
  - b. Sebulan sekali
  - c. Setiap hari
  - d. Tidak tahu
7. Manakah yang termasuk kelompok sayuran...
- a. Jeruk, apel, melon
  - b. Bayam, seledri, sawi
  - c. Anggur, leci, nanas
  - d. Tidak tahu
8. Sayur apa yang mengandung vitamin A...
- a. Wortel
  - b. Sawi
  - c. Kol
  - d. Tidak tahu
9. Diantara sayur berwarna hijau dan putih, manakah yang lebih berkonsumsi bagi tubuh...
- a. Sayur berwarna hijau saja
  - b. Sayur berwarna putih saja
  - c. Keduanya berkonsumsi
  - d. Tidak tahu
10. Kekurangan vitamin A dapat mengakibatkan...
- a. Gangguan penglihatan
  - b. Pengkroposan tulang
  - c. Daya tahan tubuh menurun
  - d. Tidak tahu
11. Kekurangan vitamin D dapat mengakibatkan...
- a. Gangguan penglihatan
  - b. Pengkroposan tulang
  - c. Daya tahan tubuh menurun
  - d. Tidak tahu
12. Kekurangan Vitamin C dapat mengakibatkan...

- a. Gangguan penglihatan
- b. Pengkroposan tulang
- c. Daya tahan tubuh menurun
- d. Tidak tahu

Keterpaparan Media

1. Apakah kamu pernah mendapatkan informasi mengenai konsumsi sayur dan buah ?
  - a. Pernah
  - b. Tidak pernah
2. Bila pernah dari mana kamu mendapatkan informasi mengenai konsumsi sayur dan buah tersebut :
  - a. Ceramah
  - b. Media cetak
  - c. Media elektronik (televisi, radio)
  - d. Lainnya, sebutkan .....
3. Menurut pendapat kamu media mana yang paling menarik mendapat informasi mengenai konsumsi sayur dan buah :
  - a. Ceramah
  - b. Media cetak
  - c. Media elektronik (televisi, radio)
  - d. Lainnya, sebutkan ...

II. Sikap

Pilihlah jawaban dan berikan tanda (√) pada jawaban pilihan Anda.

SS : Sangat setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan Sikap	SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya buah dan sayur dapat membuat saya menjadi tetap sehat				





2.	Saya yakin bayam, kangkung, melon, jeruk sebagai sumber vitamin, mineral dan serat				
3.	Saya suka makan buah karena mengandung vitamin				
4.	Saya tidak yakin jeruk, apel dan melon merupakan kelompok buah				
5.	Saya tidak yakin jeruk mengandung vitamin C				
6.	Saya kurang setuju untuk memakan buah dan sayur setiap hari				
7.	Saya yakin bayam, seledri dan sawi merupakan kelompok sayuran				
8.	Saya suka makan wortel karena mengandung vitamin A				
9.	Saya lebih memilih sayur berwarna putih, contohnya kol				
10.	Saya tidak yakin konsumsi makanan yang mengandung vitamin A dapat mencegah gangguan penglihatan				
11.	Saya suka konsumsi makanan yang mengandung vitamin D karena dapat mencegah pengeroposan tulang				
12.	Saya yakin konsumsi makanan yang mengandung vitamin C karena dapat meningkatkan daya tahan tubuh				

### III. Perilaku

Pilihlah jawaban dan berikan tanda (√) pada jawaban pilihan Anda.

No.	Pernyataan	Ya	Tidak	Tidak Tau	Lupa
1.	Apakah kamu makan sayur dalam satu minggu				



@Hak cipta pada UNIPA

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi karya tulis ini tanpa menyebutkan sumbernya.
2. Memperbanyak sebagian atau seluruh isi karya tulis ini merupakan pelanggaran Undang-undang.

	ini ?				
2.	Apakah kamu makan sayur satu minggu ini sarapan ?				
3.	Apakah kamu makan sayur saat makan siang ?				
4.	Apakah kamu makan sayur saat makan malam ?				
5.	Apakah hari ini kamu makan sayur ?				
6.	Apakah kamu makan buah dalam satu minggu ini ?				
7.	Apakah kamu makan buah satu minggu ini saat sarapan ?				
8.	Apakah kamu makan buah saat makan siang ?				
9.	Apakah kamu makan buah saat makan malam ?				
10.	Apakah hari ini kamu makan buah ?				

Lampiran 5

**Dokumentasi Penelitian**

1. Foto saat Pengambilan Data



Proses Pengambilan Data di SD Inpres 26 Kabupaten Sorong

(Sumber: Dokumen Pribadi Peneliti)

2. Foto Kondisi di Wilayah Penelitian



Makanan yang Paling Mudah Didapatkan Masyarakat Bersumber dari Sungai

(Sumber: Dokumen Pribadi Peneliti)



Salah satu Sumber Minyak Mentah

(Sumber: Dokumen Pribadi Peneliti)