

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA LEAFLET TENTANG SAYUR
DAN BUAH TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA
UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI**

SKRIPSI



**RETTA ANGELA
P01031220113**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA LEAFLET TENTANG SAYUR
DAN BUAH TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA
UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI**

**Skripsi Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Program studi
Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Di Jurusan Gizi Politeknik
kesehatan Kemenkes Medan**



**RETTA ANGELA
P01031220113**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIE TETIKA
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Leaflet
Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan
Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 06741 Medan
Denai

Nama Mahasiswa : Retta Angela

Nomor Induk Mahasiswa : P01031220113

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

Mengesahkan :

Retta Angela, S.Pd, M.Kes

Mahasiswa

Berlin Samudra, S.Pd, M.Kes

Anggota Penguji I

Rini Daryanti Situmorang, SKM, M.Kes

Anggota Penguji II

Mengesahkan :



Rini Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

Nip : 196906231990032001

Tanggal Lulus : 7 Juni 2024

ABSTRAK

RETTA ANGELA “(PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA LEAFLET TENTANG SAYUR DAN BUAH TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI)”
(DIBAWAH BIMBINGAN RIRIS OPPUSUNGGU)

Sayur dan buah merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayur. Pada anak usia sekolah, tubuh memerlukan zat gizi tidak hanya untuk proses kehidupan, tetapi lebih dari itu juga untuk pertumbuhan dan perkembangan kognitif. Salah satu untuk meningkatkan pengetahuan siswi adalah dengan penyuluhan menggunakan media leaflet.

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan dan sikap siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Metode penelitian yang digunakan yaitu quasi eksperiment dengan desain one group pretest – post-test, Lokasi penelitian di SD Negeri 06741 medan denai, sampel penelitian 26 orang. Uji statistik yang digunakan adalah uji T-dependent.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan siswa tentang sayur dan buah ($p= 0,001<0,005$). Selain itu juga diketahui bahwa pengaruh penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap sikap siswa tentang sayur dan buah ($p= 0,001<0,005$)

Kata kunci : Edukasi, Pengetahuan, Sikap, Leaflet.

ABSTRACT

RETTA ANGELA "(THE EFFECT OF EDUCATION WITH LEAFLET MEDIA ABOUT VEGETABLES AND FRUIT ON STUDENTS' KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI)"
(CONSULTANT: RIRIS OPPUSUNGGU)

Vegetables and fruits are sources of various vitamins, minerals, and dietary fiber. Vitamins and minerals contained in vegetables. In school-age children, the body requires nutrients not only for the life process but more than that also for cognitive growth and development. One way to improve students' knowledge is through counseling using leaflet media.

The purpose of the study was to determine the effect of nutrition education with leaflet media about vegetables and fruit on students' knowledge and attitudes of SD Negeri 06741 Medan Denai.

The research method used was quasi-experimental with one group pretest-post-test design, the research location was at SDN 06741 Medan Denai, and the research sample was 26 people. The statistical test used was the T-dependent test. The results showed that there was an effect of nutrition counseling with leaflet media on students' knowledge of vegetables and fruits ($p = 0.001 < 0.005$). In addition, it was also known that the effect of nutrition counseling with leaflet media on students' attitudes about vegetables and fruits ($p = 0.001 < 0.005$).

Keywords: Education, Knowledge, Attitude, Leaflet.



KATA PENGANTAR

Puji syukur Tuhan Yang Maha atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.**

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti dapat banyak dukungan dari berbagai macam pihak-pihak, maka dari itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Riris Oppungsunggu S.Pd., M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan dan sekaligus Dosen Pembimbing.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Berlin Sitanggang, SST, M.Kes selaku penguji I
4. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku penguji II
5. Dona Irmayani, S.Pd selaku kepala sekolah UPT SD Negeri 06741 Medan Denai
6. Siswa/I kelas V UPT SD Negeri 06741 Medan Denai
7. Rikson Siahaan dan Ibu Sardiana Limbong kedua orang tua
8. Marulitua Hasibuan selaku teman

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dari semua pihak dalam penyempurnaan skripsi ini sehingga penelitian ini dapat menambah wawasan bagi pembaca. Atas perhatiannya, penulis ucapkan terima kasih.

Retta Angela

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Anak Usia Sekolah	5
B. Konsumsi Buah Dan Sayur.....	6
C. Edukasi Gizi.....	10
D. Pengetahuan	11
E. Sikap.....	13
F. Praktik atau Tindakan	14
G. Leaflet.....	15
H. Kerangka Teori	16
I. Kerangka Konsep.....	16
J. Definisi Operasional	17
K. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	19

B.	Jenis dan Rancangan Penelitian	19
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	19
D.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
E.	Cara Pengumpulan Data	20
F.	Prosedur Penelitian	20
G.	Pengolahan dan Anaisis Data.....	22
H.	Analisis Data.....	22
BAB IV		24
A.	Hasil	24
B.	Pembahasan.....	28
KESIMPULAN DAN SARAN		31
A.	Kesimpulan	31
B.	Saran	31
DAFTAR PUSTAKA.....		32
LAMPIRAN.....		34

DAFTAR TABEL

tabel 1 Definisi Operasional	17
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	24
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan.....	25
Tabel 5 Distribusi Rata-Rata Nilai Sikap Sebelum Dan Sesudah	26
Tabel 6 Analisis Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Intervensi	27
Tabel 7 Analisis Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Intervensi	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	16
Gambar 2 Kerangka konsep	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Bimbingan	34
Lampiran 2 Surat Pernyataan	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Daftar Riwayat Hidup	37
Lampiran 4 Jadwal Penelitian	38
Lampiran 5 Pernyataan Setuju.....	39
Lampiran 6 Satuan Acara Penyuluhan (SAP).....	40
Lampiran 7 Pengetahuan.....	47
Lampiran 8 Kuesoner Sikap.....	49
Lampiran 9 Karakteristik Responden	50
Lampiran 10 Master Data Penelitian.....	52
Lampiran 11 Frekuensi Tabel	54
Lampiran 12 Descriptive Statistics	55
Lampiran 13 T-Test.....	57
Lampiran 14 Dokumentasi	58
Lampiran 15 Sayur Dan Buah.....	60
Lampiran 16 Surat Survei Pendahuluan	61
Lampiran 17 Surat Izin Penelitian	62
Lampiran 18 Surat Balasan Penelitian.....	63
Lampiran 19 Etichal Clearence	64

B A B I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan yang bergizi adalah makanan yang berisi semua zat gizi yang penting dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Sayur dan buah merupakan sumber berbagai vitamin, Makanan yang bergizi adalah makanan yang berisi semua zat gizi yang penting dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Sayur dan buah merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayur. Pada anak usia sekolah, tubuh memerlukan zat gizi tidak hanya untuk proses kehidupan, tetapi lebih dari itu juga untuk pertumbuhan dan perkembangan kognitif. Oleh sebab itu anak memerlukan zat gizi makro seperti karbohidrat, lemak, dan protein; dan juga zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral (Briawan, 2017).

Bagi masyarakat Indonesia khususnya balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengonsumsi sayur dan buah 300 – 400 gram per hari dan bagi remaja dan orang dewasa sebanyak 400 – 600 gram per orang per hari. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi tersebut adalah porsi sayur (Kemenkes, 2014).

Konsumsi sayur dan buah pada anak masih sangat minim dan masih belum sesuai dengan rekomendasi, oleh sebab itu sekarang ini tengah berjalan kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) oleh Pemerintah yang salah satu bentuk kegiatannya adalah konsumsi sayur dan buah setiap hari. Menurut data Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) dalam Profil Kesehatan Indonesia tahun 2015, konsumsi kelompok sayur dan olahannya pada penduduk Indonesia masih rendah yaitu 57,1 gram/orang/hari, dan juga pada kelompok buah serta olahannya yaitu 33,5 gram/orang/hari. Kondisi ini sejalan dengan temuan hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) dalam Studi Diet Total (SDT) 2014 bahwa konsumsi penduduk terhadap sayur dan buah serta segala olahannya masih rendah (Balitbangkes, 2014).

Data Riskesdas 2013 menyebutkan sebanyak 93,5% penduduk usia >10 tahun mengonsumsi sayur dan buah dibawah anjuran. Pada Provinsi Sumatera Utara, persentase kurang mengonsumsi sayur dan buah berada >90%. Sementara itu menurut data Riskesdas Sumut 2007, pada Kabupaten Deli Serdang persentase penduduk ≥ 10 tahun yang kurang makan sayur dan buah ada pada angka 95,2%.

Kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat memberikan dampakburuk pada mata, juga dapat menyebabkan anemia dengan gejala seperti lemah, letih, lesu, kurang konsentrasi dan malas pada anak. Konstipasi juga akan menjadi penyakit yang akan dialami bila anak kurang mengonsumsi sayur dan buah (Yuliarti, 2008).

Salah satu upaya untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak adalah dengan pendidikan gizi. Menurut Gill (2002) dalam Muslihah (2017), pendidikan gizi adalah aktivitas pendidikan yang terencana pada sekelompok orang tertentu dan bertujuan untuk meningkatkan perilaku gizi yang sehat. Pendidikan gizi dapat membantu setiap individu dan masyarakat dalam praktik dan perilaku hidup sehat dengan cara memberikan informasi bagaimana mengatasi pengaruh faktor individu, lingkungan, dan kebijakan dalam pilihan makanan dan perilaku makan. Pendidikan gizi sangat penting dalam upaya meningkatkan kebiasaan makan dan pemilihan makanan yang tepat (Muslihah, 2017).

Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya dengan penyuluhan tentang gizi. Penyuluhan adalah proses aktif yang memerlukan interaksi antara penyuluh dan yang disuluh agar terbangun proses perubahan perilaku, yang merupakan perwujudan dari pengetahuan, sikap, dan keterampilan seseorang yang diamati oleh orang lain, baik secara langsung ataupun tidak langsung (Maulana, 2009). Media atau alat peraga merupakan salah satu sarana penting dalam proses pendidikan gizi. Salah satu alat atau peraga sederhana dalam pendidikan gizi adalah leaflet.

Media promosi leaflet adalah suatu informasi yang di cetak berlipat 2-3 halaman pada selebaran kertas tujuan dari media promosi leaflet ialah

untuk menyebarluaskan suatu informasi dan leaflet ini biasanya di cetak banyak agar di bagikan kepada orang yang menjadi sampel.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian lanjut tentang “Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Upt Sd Negri 06741 Medan Denai”.

B. Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Upt Sd Negri 06741 Medan Denai?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan dan sikap siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan siswa-siswi SDN 06741 Medan Denai tentang sayur dan buah sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media leaflet.
- b. Menilai sikap siswa-siswi SDN 06741 Medan Denai terhadap sayur dan buah sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media leaflet.
- c. Menganalisa pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet terhadap perubahan pengetahuan siswa-siswi tentang sayur dan buah.
- d. Menganalisa pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet terhadap perubahan sikap siswa-siswi tentang sayur dan buah.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sampel

Sebagai informasi tentang pentingnya sayur dan buah dan bagaimana pengaruhnya terhadap anak sekolah.

2. Bagi Peneliti

- a. Pengembangan kemampuan peneliti untuk melakukan riset atau penelitian tentang gizi.

- b. Menambah wawasan terkait konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah.
 - c. Serta sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan bidang keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.
3. Bagi Instansi Terkait
- a. Sebagai masukan atau informasi mengenai masalah gizi yang dihadapi anak sekolah.
 - b. Sebagai acuan untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak Usia Sekolah

1. Definisi Anak Sekolah

Anak usia Sekolah Dasar menurut (Kemenkes, 2021), adalah anak-anak yang berusia 7-12 tahun. Anak usia Sekolah Dasar (SD) merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Karakteristik anak usia Sekolah Dasar (SD) adalah menghabiskan waktu di luar rumah. Pada usia ini, aktivitas fisik yang dilakukan anak semakin tinggi dan mereka mulai mengalami pencarian jati diri. Selain itu, semakin berkembangnya kemampuan kognitif menjadikan anak lebih mudah menyerap informasi dan pengetahuan baru (Damavanti et al., 2019)

2. Fase Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Jumal (Khaulani Fatma et al., 2019) berikut adalah fase perkembangan anak Sekolah Dasar dapat dilihat dari beberapa aspek utama kepribadian individu anak

1) Fisik-motorik

Pertumbuhan fisik pada usia SD ditandai dengan struktur tubuh anak yaitu tinggi, berat badan, dan kuat dibandingkan pada saat anak berada di PAUD TK. Perubahan sistem tulang, otot dan keterampilan gerak juga menjadi lebih aktif dan kuat saat melakukan kegiatan fisik. Kegiatan fisik yang dilakukan oleh anak merupakan upaya melatih koordinasi, motorik, kestabilan tubuh maupun penyaluran energi yang tertumpuk (Izzaty, 2008). Perkembangan fisik anak SD laki-laki dan perempuan berbeda. Anak perempuan umumnya lebih ringan dan lebih pendek dari anak laki-laki. (Slavin, 2011). Perbedaan itulah yang akan mempengaruhi rasa kepercayaan diri anak. Rasa kepercayaan tersebut berkaitan dengan emosi, kepribadian, dan sosial anak (Latifa, 2017).

2) Kognisi

Aspek kognisi dengan kemampuan kognitif yang dimiliki oleh anak, yakni kemampuan untuk berpikir dan memecahkan masalah. Anak usia SD akan

mengalami perkembangan kognitif yang pesat. Sebab itu, Guru hendaknya dapat membangun suasana belajar untuk memudahkan anak dalam berpikir logis serta dapat

3) Perkembangan Sosio-Emosional

Ciri dari fase ini yaitu meningkatnya intensitas hubungan anak dengan teman-teman sebayanya yang menjadikan ketergantungan anak terhadap keluarga menjadi berkurang. Pada fase ini kontak sosial anak lebih baik dari sebelumnya, sehingga anak lebih senang berinteraksi dalam lingkungan sosialnya. Dalam fase ini anak mulai muncul ketidakpercayaan diri ketika tidak mampu mengerjakan tugas seperti temannya.

4) Perkembangan Bahasa

Bahasa adalah salah satu alat komunikasi untuk melakukan interaksi. Anak mengalami perkembangan bahasa yang sangat pesat. Anak telah memahami tata bahasa, walau tak jarang mengalami kesulitan dan kesalahan. Anak sudah mampu menyimak cerita yang didengarnya, dan anak juga mampu mengungkapkan kembali dengan urutan dan susunan yang logis.

B. Konsumsi Buah Dan Sayur

1) Definisi Buah Dan Sayur

Buah dan sayur merupakan sumber zat gizi mikro yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Kandungan dalam buah dan sayur seperti vitamin mineral, serat, dan antioksidan. Anak yang sudah dibiasakan mengonsumsi buah dan sayur dengan rutin sejak dini akan lebih rendah memiliki risiko terkena penyakit tidak menular saat dewasa (Ayu Indira, 2015)

2) Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur

Menurut (Rachman et al ., 2017) faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur diantaranya ketersediaan pangan dalam rumah tangga, pengetahuan, sikap, edukasi gizi, dan media edukasi. Pola konsumsi makan dan pemilihan makan umumnya bergantung pada ketersediaan pangan. Karena jika ketersediaan pangan rendah, maka seseorang akan kesulitan memperoleh makanan. Dalam hal ini pengetahuan gizi juga menjadi faktor yang berpengaruh dalam perilaku

pemilihan makan. Pengetahuan yang rendah maka dapat mengakibatkan seseorang salah dalam memilih makanan. Sehingga konsumsi buah dan sayur menurun, dan muncul masalah gizi. Selain pengetahuan, sikap juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi buah dan sayur. Karena sikap yang baik mengenai pemilihan buah dan sayur menimbulkan adanya perilaku yang baik dalam mengonsumsi buah dan sayur. Edukasi gizi merupakan pemberian informasi yang dapat menimbulkan sikap positif dalam pemilihan makanan dan berpengaruh terhadap konsumsi buah dan sayur.

3) Jenis Buah Dan Sayur

Menurut Astawan (2008) sayuran dapat dibedakan berdasarkan jenis, antara lain:

- Jenis sayuran daun, yang termasuk jenis tersebut antara lain kangkung, katuk, sawi, bayam, selada air dan lain-lain.
- Jenis sayuran bunga, yang termasuk jenis tersebut antara lain kembang turi, brokoli atau kembang kol dan lain-lain
- Jenis sayuran buah, yang termasuk jenis tersebut antara lain: tomat, ketimun, paprika, terong dan lain-lain.
- Jenis sayuran batang muda, yang termasuk jenis tersebut antara lain: asparagus, rebung, jamur dan lain-lain.
- Jenis sayuran akar, yang termasuk jenis tersebut antara lain: lobak, wortel dll
- Jenis sayuran umbi, yang termasuk jenis tersebut antara lain: kentang, bawang bombai, bawang merah dll.

Adapun buah yang umum ditemukan antara lain: Pisang, mangga, nanas, pepaya, kelapa, jambu air, rambutan, salak, duku, stroberi, anggur, jeruk, lemon, jeruk nipis, jeruk bali, apel. Pear, alpukat, Nangka, durian, dan lain-lain.

4) Kandungan gizi dan manfaat dalam buah dan sayur

Kandungan utama pada buah dan sayur adalah vitamin, mineral, dan serat. (Ayu Indira, 2015)

- Vitamin

Vitamin merupakan zat gizi yang tidak dapat diproduksi oleh tubuh. Kebutuhan vitamin dalam tubuh memang dalam jumlah sedikit, namun memiliki peran penting bagi tubuh. Adapun beberapa vitamin yang paling banyak diteliti untuk melawan kanker seperti vitamin A, C dan E.

- Mineral

Mineral berperan untuk memelihara fungsi tubuh mulai dari tingkat sel, jaringan, organ, sampai fungsi tubuh secara menyeluruh. Semakin banyak konsumsi sayuran dan buah-buahan yang bervariasi maka vitamin dan mineral yang didapat juga beragam

- Serat

Serat pada buah dan sayur dampak positif dalam menurunkan tekanan darah, kadar kolesterol, risiko obesitas atau kegemukan, dan meningkatkan daya kekebalan tubuh.

Adapun antioksidan yang terkandung dalam buah dan sayur untuk menangkal radikal bebas. Semakin tinggi konsumsi buah dan sayur akan meningkatkan konsentrasi antioksidan dalam darah dan jaringan tubuh, yang berfungsi untuk melindungi dari kerusakan oksidatif pada sel dan jaringan. Seperti polifenol yang terdapat pada anggur, buah-buahan dan sayuran. Senyawa seperti karotenoid, polifenol, senyawa fenolik yang terkandung dalam buah dan sayur dapat menekan perkembangan karsinogenesis. Banyak komponen fitokimia yang terdapat pada buah dan sayuran berwarna karena memiliki pigmen yang berbeda. Adapun beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa senyawa fenolik terdapat pada buah delima, apel, anggur dan berry, kacang-kacangan.

1) Dampak kurang mengonsumsi buah dan sayur pada anak sekolah

- Kurang vitamin

Kurangnya buah dan sayur bisa menyebabkan penyakit rakitis dan scurvy (ditandai dengan rasa lemas, kurang darah, radang gusi, perdarahan pada kulit, misalnya sariawan). Pada buah dan sayuran mengandung vitamin dan mineral untuk menjaga tulang dan jaringan, serta menjaga pembentukan sel darah merah dan sistem saraf pusat.

Pada anak Sekolah Dasar membaca merupakan kegiatan penting dalam proses belajar. Kekurangan vitamin terutama vitamin A juga menyebabkan gangguan pada mata. Karena tubuh kekurangan gizi yang berupa betakaroten. Gangguan mata, utamanya kelelahan mata bisa diatasi dengan banyak mengonsumsi wortel, selada air, dan buah-buahan lainnya (Sibagariang 2016).

Usia anak: Sekolah Dasar juga tak jarang menghabiskan waktu untuk bermain diluar rumah, maka dari itu Vitamin K sangat berperan dalam kesehatan tulang dan mengatur pembekuan darah saat anak terluka. Ketika anak: sekolah mengalami sariawan juga dapat mengganggu proses belajar karena merasakan perih pada daerah yang terkena sariawan, maka dari itu vitamin C diperlukan untuk mempercepat penyembuhan dan mencegah terjadinya sariawan.

- Masalah pencernaan

Kekurangan serat, bisa menyebabkan masalah pencernaan seperti konstipasi atau sembelit, juga meningkatkan kadar kolesterol (Asy'ariyah, 2015). Selain itu, serat juga dapat mencegah rasa lapar yang lebih lama, jika kekurangan vitamin dan mineral sering disebut menyebabkan hidden hunger (kelaparan yang tersembunyi), dimana rasa lapar tersebut akan mengganggu konsentrasi anak dalam proses belajar

- Meningkatkan risiko konstipasi

Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai macam vitamin, mineral, dan serat. Serat dibutuhkan oleh sistem pencernaan pada tubuh karena dapat mencegah sulit buang air besar atau sembelit. Kondisi ini dapat membuat rasa tidak nyaman pada perut yang menyebabkan aktivitas siswa dalam proses belajar menjadi terganggu. Selain itu, di dalam buah dan sayur juga terkandung berbagai vitamin dan mineral. Kurang konsumsi serat mengakibatkan feses lebih keras, kontraksi otot lebih besar, perlu mengejan lebih kuat, dan menyebabkan konstipasi. Serat tak larut yang terdapat pada buah dan sayur akan menghasilkan feses yang lunak, sehingga meminimalkan kontraksi otot dalam mengeluarkan feses dan mengurangi konstipasi (Putra, n.d 2016)

- Meningkatkan Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM)

Penyakit tidak menular umumnya memiliki waktu yang Panjang. Berdasarkan profil WHO ada lima penyakit tidak menular tertinggi di Asia Tenggara Yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, diabetes mellitus (Warganegara & Nur, 2016). Dengan berkembangnya kemajuan zaman dan maraknya makanan cepat saji, akan membuat anak-anak lebih memilih makanan tersebut tanpa tanpa mengerti akibat yang ditimbulkan jika terus menerus dikonsumsi Banyak studi menyatakan bahwa orang yang menghindari buah dan sayur atau mengonsumsi dalam porsi yang sangat sedikit, memang beresiko lebih tinggi terkena penyakit PTM. Maka dari itu, edukasi mengenai buah dan sayur sangat dibutuhkan, agar anak-anak mengetahui manfaat yang ada dalam buah dan sayur untuk Kesehatan mereka.

C. Edukasi Gizi

1. Definisi

Edukasi gizi adalah proses pemberian informasi untuk mengubah perilaku masyarakat hingga menerapkan nutrisi yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi gizi difokuskan pada pemberian perubahan positif dalam perilaku terkait pangan dan gizi (Sukraniti DP 2018).

2. Metode Edukasi

Menurut Notoatmodjo (2014). Metode edukasi dibedakan menjadi 3 bentuk, yaitu:

- Metode Individual (Perorangan)

Metode yang digunakan berdasarkan atas perbedaan masalah dan alasan setiap orang berkaitan dengan penerimaan atau perilaku baru. Bentuk metode individu, meliputi bimbingan, penyuluhan, dan wawancara.

- Metode Kelompok

Metode digunakan untuk kelompok sasaran dengan karakteristik yang sama. Metode kelompok dibagi menjadi 2 yaitu kelompok besar dan kelompok kecil. Dalam kelompok besar, metode ini dapat digunakan dalam bentuk ceramah dan seminar. Sedangkan untuk kelompok kecil, metode

yang sesuai adalah diskusi kelompok, brainstorming, permainan, peran, dan lain sebagainya.

- Metode massa

Sasaran dari metode ini adalah masyarakat umum tanpa memandang jenis kelamin, usia, pekerjaan, status ekonomi, tingkat pendidikan, dan lain sebagainya. Contoh penerapan metode ini antara lain public speaking, talk show, simulasi, majalah atau surat kabar, dan baliho.

D. Pengetahuan

1. Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012).

1. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan mempunyai enam tingkatan (Notoatmodjo, 2012) antara lain :

a. Tahu (know)

Merupakan tingkat pengetahuan terendah, pada tingkat ini didefinisikan sebagai mengingat apa yang telah dipelajari.

b. Memahami (compehension)

Pada tahap ini, seseorang dapat memahami dan menafsirkan materi dengan benar.

c. Aplikasi (application)

Pada tingkat aplikasi ini, seseorang dapat menerapkan materi yang dipelajari dalam pemecahan masalah.

d. Analisis (analysis)

Mampu membedakan, memisahkan, atau mendeskripsikan materi yang diperoleh dan menghubungkannya satu sama lain.

e. Sintesis (syntesis)

Menunjukkan tingkat kemampuan menghubungkan bagian untuk membentuk bentuk baru.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut(Sari MHN 2020) Faktor yang mempengaruhi pengetahuan dibedakan menjadi 2 yaitu:

a. Faktor internal

- Pendidikan

Seseorang dengan pendidikan tinggi cenderung lebih mudah untuk menerima informasi yang dapat menambah pengetahuan.

- Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu usaha seseorang mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan keluarga. Pekerjaan mempengaruhi penerimaan informasi dan perilaku setiap orang.

- Umur

Umur dapat mempengaruhi kematangan berpikir seseorang, semakin dewasa seseorang maka kematangan berpikirnya akan semakin meningkat.

b. Faktor eksternal

- Faktor lingkungan

Lingkungan yang positif akan mendorong seseorang untuk berkembang mencari informasi yang positif untuk menambah pengetahuan.

- Sosial budaya

Sosial budaya yang ada di masyarakat mempengaruhi informasi yang diperoleh masyarakat.

9. Cara Pengukuran Pengetahuan

Pengumpulan data pengetahuan dapat dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang isinya merupakan pertanyaan berkaitan dengan materi yang telah dibaca oleh responden (Sugiyono, 2018). Pertanyaan dalam kuesioner berupa pertanyaan tertutup yang terdiri dari dichotomous choice dan multiple choice (Notoatmodjo, 2010).

Menurut Arikunto (2013), kategori tingkat pengetahuan seseorang menjadi 3 tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut :

- a. Tingkat pengetahuan kategori baik jika nilainya 76-100%.
- b. Tingkat pengetahuan kategori cukup jika nilainya 60-75%.
- c. Tingkat pengetahuan kategori kurang jika nilainya <60%.

E. Sikap

1. Pengertian

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi emosional terhadap stimulus sosial (Notoatmodjo, 2012).

2. Tingkatan Sikap

a. Menerima (receiving)

Menerima diartikan bahwa orang mau dan memperhatikan stimulus yang diberi. Misalnya sikap orang terhadap gizi dapat dilihat dari ketersediaan dan perhatian orang itu terhadap ceramah-ceramah tentang gizi.

b. Merespons (responding)

Merespons berarti memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, berarti bahwa orang menerima ide tersebut.

c. Menghargai (valuing)

Menghargai berarti mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah.

d. Bertanggung jawab (responsible)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi.

Dalam bagian lain Allport (1954) dalam Notoatmodjo (2003), menjelaskan bahwa sikap mempunyai 3 komponen pokok, yakni :

- a. Kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu objek.
- b. Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek.
- c. Kecenderungan untuk bertindak (trend to behave).

Ketiga komponen ini secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (total attitude). Dalam penentuan sikap yang utuh ini, pengetahuan, berpikir, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting.

3. Cara Pengukuran Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan sampel terhadap suatu objek (Notoatmodjo, 2003). Skala pengukuran sikap dapat menggunakan skala Likert. Adapun penggunaan skala 1 – 2 untuk setiap sampel dibagi kedalam 2 pilihan skor jawaban yakni, Setuju (S) dan Tidak Setuju (TS) (Sudaryono, 2017).

F. Praktik atau Tindakan

1. Pengertian

Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan. Untuk terwujudnya sikap menjadi suatu perbuatan nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas. Disamping faktor fasilitas, juga diperlukan faktor dukungan dari pihak lain (Notoatmodjo, 2003).

2. Tingkatan Praktik atau Tindakan

a. Persepsi (perception)

Mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil adalah merupakan praktik tingkat pertama.

b. Respon terpimpin (guided respons)

Dapat melakukan sesuatu dengan urutan yang benar sesuai dengan contoh adalah merupakan indikator praktik tingkat kedua.

c. Mekanisme (mecanism)

Apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan maka ia sudah mencapai praktik tingkat tiga.

d. Adaptasi (adaptation)

Adaptasi adalah suatu praktik atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik. Artinya tindakan itu sudah dimodifikasi sendiri tanpa mengurangi kebenaran tindakannya tersebut (Notoatmodjo, 2003).

3. Cara pengukuran Praktik atau Tindakan

Pengukuran praktik dapat dilakukan secara tidak langsung, yakni dengan wawancara terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan beberapa jam, hari, atau bulan yang lalu (recall). Selain itu Pengukuran juga dapat dilakukan secara langsung, yakni dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan sampel (Notoatmodjo, 2003). Pengukuran praktik konsumsi sayur dan buah didapatkan dari hasil recall makan 3 x 24 jam tidak berurut.

G. Leaflet

Leaflet adalah salah satu bentuk media komunikasi yang digunakan untuk menyampaikan informasi dan himbauan kepada khalayak. Biasanya, leaflet terdiri dari kertas cetak yang dilipat menjadi 2 atau 3 halaman. Leaflet dapat digunakan untuk mempromosikan perusahaan, produk, organisasi, jasa, atau menyediakan informasi umum (Sugiarti et al., 2020).

1. Keuntungan leaflet

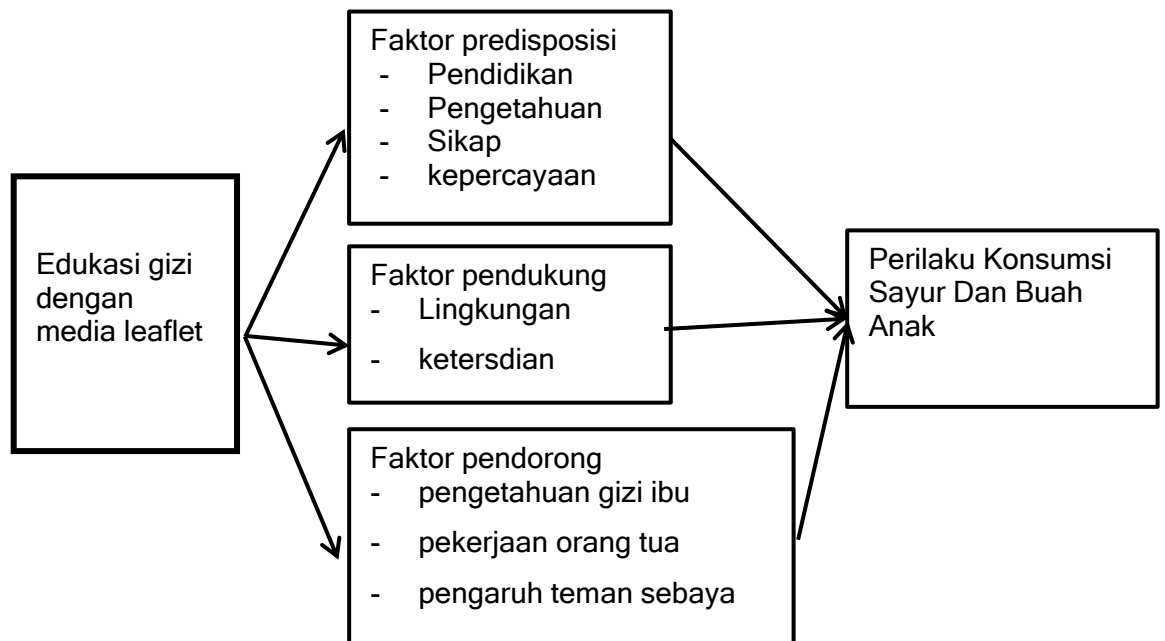
- a. Dapat disimpan dalam waktu yang lama.
- b. Lebih informatif dibanding dengan poster.
- c. Dapat dijadikan sumber pustaka/referensi.
- d. Dapat dipercaya, karena dicetak oleh lembaga resmi.
- e. Jangkauan dapat lebih luas, karena satu leaflet mungkin dibaca

2. Prosedur pembuatan leaflet

- a. Tentukan topik atau gagasan yang ingin disampaikan.
- b. Kenali ciri-ciri sasaran yang akan dituju, yaitu kepada siapa leaflet akan digunakan atau disebarkan.
- c. Rumuskan tujuan operasional yang ingin dicapai.

- d. Pertimbangkan dana dan fasilitas yang tersedia serta kemampuan petugas untuk membuatnya.
- e. Tuliskan pesan-pesan (kata-kata dan gambar) sebagai perwujudan gagasan yang ingin disampaikan, pedoman tentang pesan adalah 5W+1H yaitu *what* (apa), *why* (mengapa), *when* (kapan), *where* (dimana), *who* (siapa), dan *how* (bagaimana).
- f. Tentukan bentuk pesan. Pilih bentuk pesan yang efisien dan efektif.
- g. Susun pesan seefektif

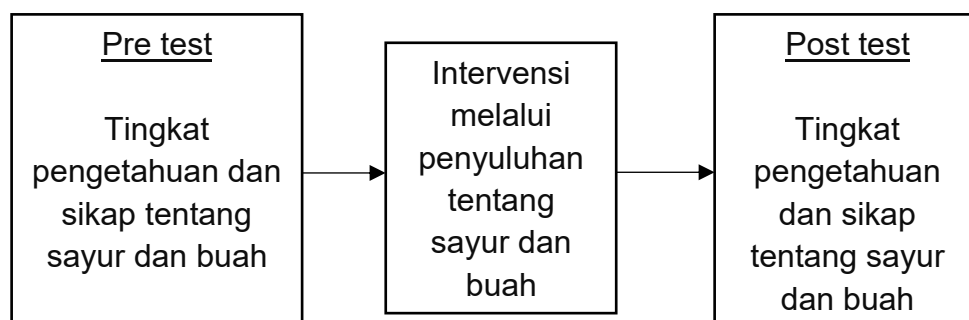
H. Kerangka Teori



Gambar 1 Kerangka Teori

(Sumber : Teori Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo, 2010)

I. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka konsep

Variable yang diteliti dalam penelitian ini yaitu pengetahuan dan sikap. Sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang sayur dan buah akan dilakukan pretest kepada siswa/i terlebih dahulu. Selanjutnya, akan diberikan penyuluhan kesehatan tentang sayur dan buah. Setelah diberikan

penyuluhan kesehatan akan diberikan post test kepada siswa/i. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa/i tentang sayur dan buah.

J. Definisi Operasional

Tabel 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Skala
Penyuluhan	Kegiatan Penyuluhan tentang sayur dan buah menggunakan media leaflet kepada responden. Penyuluhan dengan media leaflet diberikan dengan waktu 15 menit sebanyak 3 kali sesuai dengan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dengan jarak waktu edukasi ke- 1, ke-2 dan ke-3 masing-masing 1 minggu dengan topik meliputi : sayur dan buah	Nominal
Pengetahuan siswa tentang sayur dan buah	Kemampuan pemahaman pengetahuan siswa/i UPT SD Negeri 06741 Medan Denai tentang sayur dan buah diukur dengan menggunakan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan. Jika jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Skor pengetahuan siswa/i dikelompokkan menjadi : - baik = 76-100% - cukup = 60-75% - kurang = <60%	Rasio
Sikap siswa tentang sayur dan buah	Sikap atau reaksi siswa/i tentang sayur dan buah yang diukur menggunakan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan kemudian dilakukan penilain. Nilai 1 untuk jawaban	Rasio

	setuju dan 0 untuk jawaban tidak setuju. Skor penerapan dikelompok menjadi : - baik = 76-100% - cukup = 60-75% - kurang = <60%	
--	--	--

K. Hipotesis

- Ha Ada pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan tentang konsumsi buah dan sayur siswa sekolah dasar
- Ho Tidak ada pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet terhadap sikap tentang konsumsi buah dan sayur siswa sekolah dasar

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPT SD NEGRI 06741 Jl, Panglima Denai, Jermal 1, Kec. Medan Denai, Kota Medan, Sumatra Utara. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22-28 mei 2024.

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (quasi experiment) dengan Pre and Post Test (Notoatmodjo, 2010). Rancangan ini tidak menggunakan kelompok pre-test) yang memungkinkan untuk menguji perubahan - perubahan yang terjadi setelah adanya program (Notoadmojo, 2010). Pre test dilakukan sebelum intervensi dan post test dilakukan 10 hari setelah intervensi. Menurut Brigham dalam Azwar (2005), dengan konsep sleeper effect yang menyatakan bahwa orang akan masih mengingat isi pesan yang disampaikan dalam waktu 10-14 hari setelah pesan itu disampaikan. Desain penelitian digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

O1 adalah penilaian (pre-test) pada kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi berbasis media leaflet.

X adalah Intervensi berupa pemberian edukasi gizi berbasis media leaflet

O2 adalah penilaian (post-test) pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi gizi berbasis leaflet

C. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas V yang berjumlah 26 orang.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1) Jenis Data

a. Data Primer

Data identitas sampel (nama, tempat tanggal lahir, umur, kelas, nama orangtua, pekerjaan orangtua, dan pendidikan terakhir ibu) diperoleh dengan mengisi formulir identitas sampel.

- Data pengetahuan diperoleh dari hasil kuesioner pengetahuan yang diberikan dan langsung dijawab oleh sampel. Kuesioner akan diberikan sebanyak 3 kali yaitu sebelum pemberian leaflet (pre-test) dan sesudah pemberian leaflet tentang sayur dan buah (post-test).
- Data sikap diperoleh dari hasil kuesioner sikap yang diberikan dan langsung dijawab oleh sampel. Kuesioner akan diberikan sebanyak 3 kali yaitu sebelum pemberian leaflet (pre-test) dan sesudah pemberian leaflet tentang sayur dan buah (post-test).

Pada proses pengumpulan data, peneliti dibantu oleh dua orang enumerator yang telah diberikan pengarahan tentang penelitian ini.

b. Sekunder

Data umum sekolah meliputi lokasi penelitian dan jumlah siswa/i kelas V UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

E. Cara Pengumpulan Data

Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah : Formulir data identitas, Formulir Penelitian (Kuesioner pre dan post test).

F. Prosedur Penelitian

Alur dalam penelitian ini dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Pra Intervensi

- a. Datang ke sekolah Upt Sd Negeri 06741 Medan Denai.

- b. Melakukan pengurusan surat survey pendahuluan kepada pihak kampus untuk diajukan kepada kepala sekolah guna mendapatkan izin penelitian di Upt Sd Negri 06741 Medan Denai.
- c. Melakukan pengumpulan data awal dari siswa Upt Sd Negri 06741 Medan Denai. Setelah itu, peneliti melakukan koordinasi dengan kepala sekolah Upt Sd Negri 06741 Medan Denai untuk menentukan lokasi pelaksanaan pemberian Edukasi Gizi.
- d. Mempersiapkan materi edukasi sayur dan buah yang berisi tentang manfaat mengonsumsi sayur dan buah.
- e. Membuat kuesioner penelitian yang terdiri dari identitas responden, pengetahuan, dan sikap.

2. Tahap Intervensi

a. Pre-test

Pada tahap ini, responden diminta mengisi kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan sikap sebelum diberikan intervensi. Sebelum pelaksanaan pre-test, peneliti menjelaskan tujuan kegiatan, memperkenalkan identitas peneliti dan menjelaskan kembali tujuan penelitian. Kegiatan edukasi gizi media leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa-siswi tentang pencegahan sayur dan buah. Kemudian peserta dibagikan kuesioner (Pre test) untuk mengetahui pengetahuan dan sikap siswa. Waktu yang digunakan kurang lebih 15 menit

b. Intervensi

Setelah pemberian pre-test dilanjutkan dengan pemberian intervensi yaitu edukasi gizi media leaflet tentang sayur dan buah. Siswa diberikan intervensi dengan media leaflet dilakukan di kelas dan menjelaskan apa itu sayur dan buah, setelah penyuluhan memberikan pertanyaan kepada siswa yang terdapat didalam kelas tersebut.

c. Post-test

Setelah dilakukan intervensi melalui penyuluhan maka anak sekolah diberikan test akhir (post-test) dengan menggunakan kuesioner yang sama pada saat pre-test. Tujuannya untuk mengetahui rata-rata peningkatan

pengaruh penyuluhan dengan media lifleat sayur dan buah terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa.

G. Pengolahan dan Anaisis Data

3. Pengolahan Data

Teknik pengolahan data dilakukan sesuai dengan proses pengolahan data yang terdiri dari :

a. Editing

Setelah semua data dikumpulkan, kemudian dilakukan proses editing. Kegiatan yang dilakukan adalah memeriksa kembali data-data yang telah diperoleh untuk melihat kelengkapan data yang diinginkan. Kegiatan ini dilakukan pengecekan terhadap isian kuesioner pengetahuan dan sikap apakah sudah lengkap, jelas, relevan, dan konsistensi.

b. Coding

Coding merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berupa angka. Tujuan dari coding untuk mempermudah saat entry data.

c. Data Entery

Data identitas responden, pengetahuan dan sikap yang telah diperoleh kemudian dilakukan proses mengentry data atau menginput data ke dalam program komputer SPSS for window.

d. Cleaning

Cleaning yaitu proses pengecekan kembali data yang sudah di- entry apakah ada kesalahan atau tidak untuk kemudian dilakukan koreksi.

H. Analisis Data

Analisis data dilakukan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan program SPSS. Analisis Univariat

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing dari variabel yang diteliti. Antar lain: umur,

pendidikan terakhir, pekerjaan, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, tingkat sikap sebelum dan sesudah intervensi.

Dalam penelitian ini analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi program komputer SPSS dari karakteristik responden serta pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah edukasi. Hasil analisis tersebut akan disajikan dalam bentuk table.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesis. Dalam penelitian ini digunakan untuk membuktikan ada atau tidaknya pengaruh edukasi gizi media leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting.

Sebelum dilakukan analisis bivariat, dilakukan uji normalitas dengan uji normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov, dimana didapatkan hasil data ini berdistribusi normal dengan nilai $\text{sig} > 0,05$. Selain itu dapat juga dilihat berdasarkan nilai Skewness kesamaan dengan nilai Std. Mean Error yang dan apabila Median hasilnya serta membandingkan data berdistribusi normal. Uji statistik yang digunakan apabila < 3 maka normal adalah uji T-dependent, jika nilai $p > 0,05$ maka H_0 berdistribusi diterima, artinya tidak ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan gizi dan sikap sebelum dengan sesudah mendapat intervensi berupa edukasi gizi dengan media leaflet.

Uji statistik yang digunakan apabila tidak berdistribusi normal adalah uji Wilcoxon, jika nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan gizi dan sikap sebelum dengan sesudah mendapatkan intervensi berupa edukasi gizi dengan media leaflet.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi

Lokasi penelitian ini dilakukan di Jln. Jermal I, Denai, Kecamatan Medan Denai, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara yaitu UPT SD Negeri 067241. Identitas sekolah NPSN : 10210186 dengan status Negeri, bentuk pendidikan SD, Status kepemilikan yaitu pemerintah pusat, tanggal SK Pendirian : 118/akte 1983. Luas sekolah 1,458 M². Bentuk bangunan beton dengan lantai keramik. Jumlah ruang kelas ada 10 dan jumlah guru yang mengajar di sekolah ini ada 25 guru, dengan jumlah siswa 489 orang

2. Karakteristik sampel

a. Umur

Umur merupakan parameter yang diukur dalam tahun sejak manusia dilahirkan. Umur anak merupakan salah satu karakteristik dalam penentuan status gizi. Dari hasil penelitian diperoleh distribusi sampel berdasarkan umur sebagai berikut :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

Umur (Tahun)	N	%
11	18	69.2
12	8	30.8
Total	26	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa usia responden 11 tahun ditemukan sebanyak 69.2% (n=18) dan responden usia 12 tahun ditemukan hanya 30.8% (n=8).

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin menggambarkan perbedaan antara perempuan

dengan laki-laki secara biologis sejak lahir. Dari hasil penelitian diperoleh sebagai berikut.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	%
Laki-Laki	13	50.0
Perempuan	13	50.0
Total	26	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa laki-laki 50,0% (n=13), perempuan 50,0% (n=13).

3. Pengetahuan responden

Dalam penelitian ini pengetahuan diukur menggunakan kuisioner dengan 10 pertanyaan. Skor pengetahuan diukur sebelum dan sesudah intervensi. Rata - rata nilai pengetahuan ibu balita adalah sebagai berikut : distribusi rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan pengetahuan

Waktu pengukuran	rata-rat SD	Sdt. Deviasi	P value
Sebelum Intervensi	42.69	12.184	0,001
Sesudah intervensi	80.00	12.961	
Selisih	37,31		

Berdasarkan tabel 4 diatas didapat Pre-Test dengan nilai mean 42.69 dengan standar deviasi 12.184, sedangkan pada Post-Test mean 80.00 dengan standar deviasi 12.961 p value = 0,001 < 0,05. Hal ini menunjukan bahwa ada perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan dengan media leaflet kepada responden. Selisih rata-rata sebelum intervensi dan sesudah intervensi sebesar 37.31.

Tabel 5. Distribusi nilai pengetahuan siswa/i sebelum dan sesudah intervensi berdasarkan kategori

Kategori	Sebelum intervensi		Sesudah intervensi	
	n	%	n	%
Baik	0	0	21	80.8
Cukup	4	15,4	5	19.2
Kurang	22	84.6	0	0
Total	26	100.0	26	100.0

Tabel 5 menunjukan kategori pengetahuan siswa/i sebelum diberikan intervensi yang paling banyak adalah kategori kurang sebesar 84.6% sementara kategori baik hanya sebesar 0 %. Sedangkan setelah diberikan intervensi 80.8 % siswa/i yang memiliki dengan kategori baik dan 9.21% siswa/i yang memiliki dengan kategori Cukup.

4. Sikap Responden

Tabel 6 Distribusi rata-rata nilai sikap sebelum dan sesudah

Waktu pengukuran	rata-rat SD	Sdt. Deviasi	P value
Sebelum Intervensi	66.54	9.774	0,001
Sesudah intervensi	86.15	8.038	
Selisih	19,61		

Berdasarkan tabel 6 diatas didapat Pre-Test dengan nilai rmean 66.54 dengan standar deviasi 19.774, sedangkan pada Post- Test mean 86.15 dengan standar deviasi 8.038. p value =0,001 < 0,05. Hal ini menunjukan bahwa ada perbedaan rata-rata skor sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan dengan media video animasi kepada responden. Selisih rata-rata sebelum intervensi dan sesudah intervensi

sebesar 19,61.

Tabel 7. Distribusi nilai sikap siswa/i sebelum dan sesudah intervensi berdasarkan kategori

Kategori	Sebelum intervensi		Sesudah intervensi	
	n	%	n	%
Baik	4	15.4	24	92.3
Cukup	19	73.1	2	7.7
Kurang	3	11.5	0	0
Total	26	100.0	26	100.0

Tabel 7 menunjukkan kategori siswa/i sebelum diberikan intervensi yang paling banyak adalah kategori cukup sebesar 73.1% dengan kategori baik sebesar 15.4%. Sedangkan setelah diberikan intervensi 92.3% siswa/i yang memiliki dengan kategori baik dan 7.7% siswa/i yang memiliki dengan kategori Cukup.

5. pengaruh penyuluhan tentang sayur dan buah dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Tabel 8 Analisis pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Waktu pengukuran	rata-rat SD	Sdt. Deviasi	P value
Sebelum Intervensi	42.69	12.184	0,001
Sesudah intervensi	80.00	12.961	
Selisih	37,31		

Berdasarkan tabel 8 terlihat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja dilakukan uji statistic menggunakan uji T- Dependent diperoleh nilai $p = 0,001$ yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan media

leaflet terhadap pengetahuan sampel. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistic dengan syarat $p < 0,05$ maka H_a diterima.

6. Pengaruh Penyuluhan Tentang Sayur Dan Buah Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Sikap Siswa di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Tabel 8 Analisis pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Waktu pengukuran	Rata-rat SD	Sdt. Deviasi	P value
Sebelum Intervensi	66.54	9.774	0,001
Sesudah intervensi	86.15	8.038	
Selisih	19,61		

Berdasarkan tabel 8 terlihat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan sikap pada siswa dilakukan uji statistic menggunakan T-Dependent diperoleh nilai $p = 0,001$ yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap pengetahuan sampel. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistic dengan syarat $p < 0,05$ maka H_a diterima.

B. Pembahasan

1. Pengaruh Penyuluhan Tentang Sayur Dan Buah Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Menurut Notoatmodjo, 2012 Pengetahuan merupakan hasil dari tahudanini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusiadiperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakandominan yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuanumumnya datang dari pengalaman yang diperoleh dari informasi yangdisampaikan oleh guru,

orang tua, teman, buku dan surat kabar dan dapat ditelusuri kebenarannya dengan bertanya atau menggali informasi itu sendiri (WHO, 1988).

Pemberian informasi dengan metode ceramah dan dengan alat bantu slide dan poster ternyata mampu mempengaruhi pengetahuan siswa tentang konsumsi buah dan sayur. Dengan pendekatan edukasi dapat merubah perilaku seseorang termasuk pengetahuan, dimana intervensi yang diberikan merupakan proses pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang yang dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor masukan adalah metode yang diberikan pada waktu penyuluhan seperti ceramah dan dengan alat bantu slide dan poster serta tanya jawab sehingga siswa secara aktif mengikuti proses penyuluhan tersebut. Proses perubahan perilaku sendiri yang menyangkut aspek pengetahuan, keterampilan dan sikap mental, sehingga mereka tahu, mau dan mampu melaksanakan (secara sadar dan tanpa paksaan dari orang lain) perubahan-perubahan dalam usaha peningkatan kualitas kesehatan (Luice, 2005).

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan WHO yang dikemukakan dalam Notoadmodjo (2007), salah satu strategi untuk perubahan perilaku adalah pemberian informasi guna meningkatkan pengetahuan sehingga timbul kesadaran yang pada akhirnya orang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut.

Hasil analisa pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pada siswa adalah $p = 0,001$ ($p < 0,005$) maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, yang artinya ada pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Peningkatan pengetahuan pada siswa tentang sayur dan buah mengalami kenaikan disebabkan oleh penyuluhan menggunakan media leaflet sebanyak 3 materi dari rata-rata pengetahuan 42,69 dengan nilai terendah 22 dan nilai tertinggi 4 menjadi rata-rata pengetahuan 80,00 dengan nilai terendah 5 dan nilai tertinggi 21.

2. Pengaruh Penyuluhan Tentang Sayur Dan Buah Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Sikap Siswa Di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap tidak dapat langsung dilihat tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari adalah merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Azwar (2005), bahwa sikap bukan dibawa sejak lahir melainkan dibentuk dan dipelajari sepanjang perkembangan orang tersebut dalam hubungan dengan objeknya. Dalam hal ini pengetahuan yang diberikan melalui penyuluhan kepada siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai berpengaruh terhadap pembentukan sikap siswa. Ini bisa dilihat dari hasil analisa penelitian di atas yang peningkatan sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan, hal ini membuktikan bahwa metode penyuluhan efektif digunakan untuk merubah sikap anak tentang mengkonsumsi buah dan sayur.

Hasil analisa pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pada siswa adalah $p = 0,001$ ($p < 0,005$) maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, yang artinya ada pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

Peningkatan pengetahuan pada remaja tentang sayur dan buah mengalami kenaikan disebabkan oleh penyuluhan menggunakan media leaflet sebanyak 3 materi dari rata-rata pengetahuan 66.54 dengan nilai terendah 3 dan nilai tertinggi 4 menjadi rata-rata pengetahuan 86.15 dengan nilai terendah 2 dan nilai tertinggi 24.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada peningkatan pengetahuan siswa/l kelas V sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang sayur dan buah dengan media leaflet
2. Ada peningkatan sikap siswa/l kelas V sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang sayur dan buah dengan media leaflet
3. Ada perbedaan antara skor pengetahuan sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Ha diterima yaitu ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswa di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.
4. Ada perbedaan antara skor sikap sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Ha diterima yaitu ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas menggunakan media leaflet terhadap peningkatan sikap siswa di UPT SD Negeri 06741 Medan Denai.

B. Saran

1. Perlunya diadakan penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan dan pendidikan dari pengajar bagi anak sekolah tentang sayur dan buah sehingga siswa siswi tahu akan pentingnya asupan zat gizi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan.
2. Perlunya dilakukan sosialisasi dan penyuluhan oleh tenaga kesehatan terhadap orang tua agar dapat menerapkan pedoman gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ladiba, A., Zulfaa, A., Djasmin, A., Mevya, A., Safitri, A., Akifah, A., & Purwanti, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupa sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 110. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i2.6250>
- Malik, N. A. (2015). Konsep Ekonomi Pangan dan Gizi. In *Academia.Edu* (Vol. 12, Issue 2, pp. 1–9).
- Sinaga, N., & Asfur, R. (2021). Penguatan dan Edukasi Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) di Sumatera Utara. *JURNAL PRODIKMAS Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6. <https://doi.org/10.30596/jp.v6i1.7194>
- (Malik, 2015)Ladiba, A., Zulfaa, A., Djasmin, A., Mevya, A., Safitri, A., Akifah, A., & Purwanti, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupa sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 110. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i2.6250>
- Malik, N. A. (2015). Konsep Ekonomi Pangan dan Gizi. In *Academia.Edu* (Vol. 12, Issue 2, pp. 1–9).
- Sinaga, N., & Asfur, R. (2021). Penguatan dan Edukasi Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) di Sumatera Utara. *JURNAL PRODIKMAS Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6. <https://doi.org/10.30596/jp.v6i1.7194>
- (Sinaga & Asfur, 2021)
- (Ladiba et al., 2021)Ladiba, A., Zulfaa, A., Djasmin, A., Mevya, A., Safitri, A., Akifah, A., & Purwanti, R. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupa sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(2), 110. <https://doi.org/10.21111/dnj.v5i2.6250>

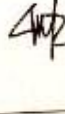
- Malik, N. A. (2015). Konsep Ekonomi Pangan dan Gizi. In *Academia.Edu* (Vol. 12, Issue 2, pp. 1–9).
- Sinaga, N., & Asfur, R. (2021). Penguatan dan Edukasi Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) di Sumatera Utara. *JURNAL PRODIKMAS Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6. <https://doi.org/10.30596/jp.v6i1.7194>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Bimbingan

BUKTI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Retta Angela
 NIM : P01031220113
 Judul : Pengaruh Edukasi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai
 Pembimbing : Riris Oppungsunggu S.Pd, M.Kes

No	Tanggal	Judul / Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1	01 Mei 2024	Bimbingan untuk penelitian		
2	06 Mei 2024	Mengurus surat ijin penelitian		
3	07 Mei 2024	Mengantar surat ijin penelitian se sekolah		
4	07 Mei 2024	Mempersiapkan alat dan bahan untuk penelitian		
5	22-28 Mei 2024	Melaksanakan penelitian		

6	30 Mei 2024	Mengajukan Bab IV sama V	4/4	(Signature)
7	1 Juni 2024	Revisi Bab IV dan V	4/4	(Signature)
8	3 Juni 2024	Revisi Keseluruhan	4/4	(Signature)
9	5 Juni 2024	Menandatangani persetujuan skripsi	4/4	(Signature)
10	20 Juli 2024	Revisi I	4/4	(Signature)
11	23 Juli 2024	Revisi II	4/4	(Signature)

Lampiran 2 Surat Pernyataan

PERNYATAAN

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Retta Angela

Nim : P01031220113

Menyatakan dibahwa data penelitian yang terdapat di skripsi saya adalah benar saya ambildan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan,


(Retta Angela)

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Retta Angela

Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 31 Januari 2000

Nama Orang Tua : - Ayah : Rikson Siahaan
- Ibu : Sardiana Limbong

Jumlah Saudara : 5 Bersaudara

Alamat Rumah : Komplek SPA PTPN V

No.Telp/Hp : 082288396859

Riwayat Pendidikan : - SD Negeri 004 Hangtuah
- SMP Negeri 1 Perhentian Raja
- SMA Negeri 1 Perhentian Raja
- Poltekkes Kemenkes RI Medan Jurusan
Gizi Lubuk Pakam

Hobbi : Memasak

Motto : Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari
esok. Karna hari esok punya kesusahannya
sendiri. Kesusahan sehari, cukuplah untuk
sehari.

Lampiran 2 Jadwal Penelitian

Jadwal Penelitian Maret 2023 - Mei 2024

No	Kegiatan	Maret-Juni 2023	Juli 2003	Agustus-Maret 2023-2024	April-Juni 2024
1	Penulusuran Pustaka				
2	Survey Pendahuluan				
3	Penyelesaian Proposal				
4	Seminar Proposal				
5	Perbaikan Proposal				
6	Pengijinan Penelitian				
7	Pelaksanaan Penelitian				
8	Seminar Hasil Skripsi				

Lampiran 3 Pernyataan Setuju

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :

Tempat Tgl Lahir :

Alamat :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian “Pengaruh Edukasi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai” yang akan dilakukan oleh :

Nama : Retta Angela

Alamat : Jl. Raya Medan, Perbarakan, Kec. Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatra Utara 20551.

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika

No. HP : 082288396859

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam, 2024

Peneliti

Responden

(Retta Angela)

(.)

Lampiran 4 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Tema : Sayur Dan Buah
Sub Tema : Mengenali Tentang Sayur Dan Buah
Tempat : Ruang kelas UPT SD Negeri 06741 Medan Denai
Waktu : 35 menit setiap pertemuan
Metode : Penyuluhan dengan media video animasi
Sasaran : Siswa kelas V di UPT SD Negeri 06741
Medan Denai sesuai dengan sampel
Penyuluh : Retta Angela

1. Tujuan

a. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan, sasaran mampu memahami mengenai tentang sayur dan buah.

b. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 30 menit, sasaran dapat :

1. Menjelaskan pengertian sayur
2. Menyebutkan pengertian buah
3. Menyebutkan manfaat kandungan gizi dalam buah dan sayur
4. Menyebutkan Fungsi buah dan sayur
5. Menyebutkan akibat bila kekurangan buah dan sayur

2. Metode

Diskusi dan Tanya Jawab

3. Media

Alat bantu dengan media leaflet

4. Kegiatan penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan	
			Penyuluh	Peserta
1.	Pendahuluan	5 menit	1. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Mengucapkan terimakasih atas waktu yang telah di berikan 4. Menjelaskan tujuan penyuluhan 5. Menyampaikan kontrak waktu 6. Memberikan sedikit gambaran mengenai informasi yang di berikan	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan materi
2.	Inti/Pengembangan materi	20 menit	1. Isi Penyampaian materi tentang: 1. Pengertian sayur 2. Pengertian buah 3. Manfaat kandungan gizi dalam buah dan sayur 4. Fungsi buah dan sayur 5. Akibat bila kekurangan buah dan sayur	1. Menyimak dan mencatat 2. Bertanya 3. Sama-sama menyimpulkan

			2. Memberikan kesempatan untuk bertanya 3. Mendiskusikan bersama dengan para peserta	
3.	Penutup	5 menit	1. Bersama-sama menyimpulkan 2. Menutup dengan salam	1. Menjawab salam

5. Materi Penyuluhan

A. Pengertian Sayur

Sayur-sayuran adalah berbagai bagian dari tumbuh-tumbuhan yang meliputi daun, Akar, batang, dan bunga, bahkan buanya yang biasanya merupakn sumber vitamin dan mineral.

B. Pengertian Buah

Buah-buahan adalah salah satu bahan pangan yang mudah diolah dan dimakan, mempunyai rasa dan aroma yang menggiurkan dan mengandung baynak gizi.

Contoh-contoh sayuran

1. Sayuran daun

Contohnya: Kol, Bayam, Kangkung, Sawi

2. Sayuran akar

Contohnya: Wortel, Kentang, Lobak

3. Sayuran buah

Contohnya: Tomat, Ketimun, Terongd.

4. Sayuran bunga Contohnya: Kembang kol, Jantungpisang, Kol

C. Manfaat Kandungan Gizi Dalam Buah Dan Sayur

Buah dan sayur melawan berbagai jenis penyakit. buah dan sayur mengandung fitokimia yaitu senyawa kimia seperti beta-karoten yang terjadi secara alami pada tanaman, dan sangat penting untuk melawan berbagai jenis penyakit.

1. Manfaat Vitamin A

Vitamin A bermanfaat untuk menjaga kesehatan mata maupun kulit.

Jenis buah : Buah alpukat, sirsak, apel, belimbing, jambu biji, kiwi, mangga, melon, pepaya, pisang, semangka.

Jenis sayur : Sayur ayam, brokoli, wortel, kangkung, ubi jalar merah, labu kuning, kacang panjang, seledri.

2. Manfaat Vitamin B1

Vitamin B1 bermanfaat membantu memperlancar sirkulasi darah, metabolisme, maupun fungsi otak.

Jenis buah : Buah kiwi, buah naga, kismis, semangka, pisang, timun.

Jenis sayur : Sayur kacang panjang, sayur kangkung.

3. Manfaat Vitamin B2

Manfaat vitamin B2 bagi tubuh manusia terutama dalam pembentukan sel darah merah serta meningkatkan aliran oksigen ke seluruh jaringan tubuh.

Jenis buah : Buah kiwi, apel, manggis, pisang, semangka, timun.

Jenis sayur : Sayur bayam, kacang panjang, serta jamur.

4. Manfaat Vitamin B6

Manfaat vitamin B6 bagi tubuh terutama ditemui dalam meningkatkan kekebalan tubuh, metabolisme, serta sistem syaraf.

Jenis buah : Buah semangka, pisang, alpukat.

Jenis sayur : Sayur kentang, seledri, serta ubi jalar.

5. Manfaat Vitamin C

Manfaat vitamin C terutama dalam membantu menjaga kesehatan gigi serta kesehatan gusi.

Jenis buah : Buah apel, jeruk, buah naga, belimbing, mangga, jambu biji, pepaya, pisang, sirsak, maupun buah stroberi.

Jenis sayur : Jagung, ubi jalar, kembang kol, serta kol.

6. Manfaat Vitamin E

Vitamin E selain baik untuk menjaga kelembaban kulit maupun perawatan rambut juga bermanfaat dalam meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu kesuburan alat kelamin, mengurangi stress, serta mencegah penyakit jantung maupun kanker.

Jenis buah : Buah alpukat, mangga, kiwi, pisang, tomat.

Jenis sayur : Sayur brokoli, bayam, paprika, asparagus, labu, kacang tanah.

7. Manfaat Vitamin K

Vitamin K bermanfaat bagi tubuh terutama dalam pembentukan tulang maupun pembekuan darah.

Jenis buah : Buah alpukat, buah kiwi.

Jenis sayur : Sayur kubis, brokoli, asparagus.

8. Manfaat Asam Folat

Manfaat asam folat bagi tubuh terutama untuk meningkatkan kekebalan tubuh, serta meningkatkan energi.

Jenis buah : Buah sirsak, kiwi, alpukat, pisang, jeruk, tomat, maupun bit.

Jenis sayur : Sayur terong, bayam, kangkung, brokoli, kentang, jagung, serta kacang kacangan.

9. Manfaat Zat Besi

Zat besi memiliki manfaat yang baik untuk pembentukan sel darah merah.

Jenis buah : Buah alpukat, sirsak, apel, buah naga, mangga.

Jenis sayur : Sayur bayam, kangkung, caisin, kacang panjang, kembang kol, kubis, timun.

10. Manfaat Potasium

Potasium juga bermanfaat bagi tubuh terutaman dalam membantu mengontrol detak jantung, menurunkan tekanan darah, maupun

mengontrol fungsi otak.

Jenis buah : Buah jeruk, kismis, pisang, tomat, semangka.

Jenis sayur : Sayur bayam, kentang, maupun buncis.

11. Manfaat Kalsium

Manfaat kalsium baik untuk pembentukan tulang, serta mencegah terjadinya osteoporosis.

Jenis buah : Buah sirsak, apel merah, stroberi, buah naga, pisang, jeruk, nanas, mangga, pepaya, alpukat, kiwi, jambu biji, anggur, pir, buah manggis.

Jenis sayur : Pare hijau, kubis, serta sayur kangkung.

D. Fungsi Buah Dan Sayur

Buah-buahan dan sayuran dikemas dengan vitamin, mineral, dan serat yang penting bagi tubuh.

Makan buah dan sayur setiap hari dapat memberi keuntungan :

1. Mengurangi risiko penyakit jantung
2. Mengurangi risiko tekanan darah tinggi
3. Mengurangi risiko diabetes tipe II
4. Mengurangi risiko kanker
5. Melancarkan sistem pencernaan
6. Sistem penglihatan yang sehat
7. Fungsi memori yang sehat
8. Meningkatkan sistem kekebalan tubuh
9. Tulang dan gigi yang sehat.

E. Akibat Bila Kekurangan Buah Dan Sayur

Seseorang yang jarang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan, tubuhnya menjadi sarang berbagai penyakit. Berikut ini dampak yang ditimbulkan apabila jarang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan.

1. Daya Tahan Fisik Lemah

Seseorang yang jarang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan akan lemah fisiknya. Hal ini disebabkan oleh kurangnya mengonsumsi vitamin

B, C, E, seng, zat besi, magnesium, dan protein. Agar fisik tetap sehat harus rajin mengkonsumsi makanan seperti wortel, jahe, bayam, selada air, buah apel, jeruk, leci, kiwi, dll.

2. Sterss dan Depresi

Disebabkan karena kurangnya vitamin B kompleks, vitamin c, besi, dan magnesium. solusinya dengan mengkonsumsi buah melon, anggur, bayam, dll.

3. Flu disebabkan karena kurangnya vitamin c, betakaroten, dan seng. solusinya banyak mengkonsumsi buah jeruk, jambu biji, jambu air, pepaya, dll.

4. Darah Tinggi

Disebabkan karena kurangnya potasium, kalsium, dan magnesium dalam tubuh. Solusinya dengan mengkonsumsi buah anggur, pir, ceri, dll.

5. Gangguan Pencernaan

Disebabkan karena kurangnya asam folat, dan betakaroten. Solusinya dengan mengkonsumsi wortel, lobak cina, seledri, buah apel, mentimun, buah sirsak, nanas, pepaya, dll.

Lampiran 5 Pengetahuan

Instrumen Pengetahuan

1. Kandungan utama di dalam sayur dan buah adalah...
 - a. Karbohidrat
 - b. Vitamin, mineral dan serat
 - c. Protein
 - d. Lemak
2. Secara karakteristiknya, serat terbagi menjadi dua yaitu...
 - a. Serat sayuran dan serat buah-buahan
 - b. Serat baik dan serat buruk
 - c. Serat makanan dan serat minuman
 - d. Serat larut air dan serat tidak larut air
3. Sumber serat larut air terdapat pada...
 - a. Apel
 - b. Tangkai sayuran
 - c. Inti wortel
 - d. Biji-bijian
4. Sumber serat tidak larut air terdapat pada...
 - a. anggur
 - b. apel
 - c. tangkai sayuran
 - d. pisang
5. Di bawah ini yang merupakan fungsi dari vitamin C adalah...
 - a. Pembentukan tulang dan gigi, mengatur pembekuan darah, sebagai kontasilator reaksi-reaksi biologik dan kontraksi otot.

- b. Metabolisme energi, meningkatkan kemampuan belajar dan meningkatkan sistem kekebalan.
 - c. Sintesis kolagen, absorpsi dan metabolisme besi. Mencegah infeksi, mencegah kanker.
 - d. Membantu penglihatan, diferensi sel, kekebalan, pertumbuhan dan perkembangan.
6. Apakah manfaat dari mengonsumsi buah dan sayuran?
- a. Sebagai sumber tenaga, pembangun dan pelindung
 - b. Untuk menjaga kesehatan
 - c. Dapat mengenyangkan perut
 - d. Untuk menghilangkan sakit kepala
7. Contoh makanan yang merupakan sumber vitamin C adalah...
- a. Jambu biji
 - b. Wortel
 - c. Bayam
 - d. Mangga
8. Contoh makanan yang merupakan sumber vitamin A...
- a. Jeruk
 - b. Jambu biji
 - c. Wortel
 - d. Bayam
9. Berapa porsi buah dimakan dalam sehari yang kamu ketahui?
- a. 3-4 porsi
 - b. 2-3 porsi
 - c. 1-2 porsi
 - d. 1 porsi

10. Di bawah ini merupakan manfaat mengonsumsi sayur dan buah adalah...

- a. Meningkatkan daya tahan tubuh
- b. Dapat meningkatkan resiko terkena penyakit kronis.
- c. Dapat menjadi sumber energi untuk aktivitas sehari-hari.
- d. Dapat menjadi sumber pembangun bagi tubuh

Lampiran 6 Kuesoner Sikap

Petunjuk pengisian diberikan tanda (V) pada jawaban yang sesuai dengan minat anda dengan ketentuan sebagai berikut:

S= Setuju TS= Tidak Setuju

NO	Keterangan	S	TS
1.	Konsumsi sayur dan buah sangat penting bagi kesehatan.		
2.	Sayur dan buah memiliki kandungan vitamin dan mineral yang tinggi.		
3.	Jika kurang konsumsi sayur dan buah akan mudah terkena penyakit.		
4.	Buah yang baik dan bergizi adalah buah yang enak dan mahal harganya.		
5.	Sayur dan buah mengandung serat tinggi untuk memperlancar pencernaan.		
6.	Jenis buah dan sayur yang dikonsumsi setiap hari haruslah beraneka ragam.		
7.	Sayur dan buah memiliki banyak manfaat bagi Kesehatan		
8.	Memakan buah dan sayur dapat membuat saya tetap sehat		
9.	Buah dan sayur merupakan bahan makanan yang banyak mengandung zat gizi yang tidak dibutuhkan tubuh.		
10.	Kekurangan vitamin C dapat menyebabkan sariawan		

Lampiran 7 Karakteristik Responden

NO ID	NAMA	KELAS	USIA	JENIS KELAMIN
1	A.P.S	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
2	A.R.S	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
3	C.L.Z	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
4	C.A	Kelas 5B	12 tahun	Perempuan
5	Fi.Z.K	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
6	F.O.S.H	Kelas 5 B	12 tahun	Laki-laki
7	G.F.H.R	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
8	J.S.L	Kelas 5 B	12 tahun	Perempuan
9	J.R.	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
10	K.A	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
11	L.A.S	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
12	M.A.H	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
13	M.R.A	Kelas 5 B	12 tahun	Laki-laki
14	M.A	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
15	M.A	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
16	M.F.A	Kelas 5 B	12 tahun	Laki-laki
17	N.I	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
18	R.W	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
19	R.J.M.T	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
20	R.A	Kelas 5 B	12 tahun	Perempuan
21	R.E	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki

22	R.S.M.M	Kelas 5 B	11 tahun	Laki-laki
23	R.S.R.	Kelas 5 B	12 tahun	Laki-laki
24	S.N.P	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan
25	S.K	Kelas 5 B	12 tahun	Perempuan
26	T.A	Kelas 5 B	11 tahun	Perempuan

Lampiran 8 Master Data Penelitian

NAMA	JK	TEMPAT LAHIR	USIA	KELAS	SKOR P PRETES	KATEGORI P PRITES	SKOR P POSTES	KATEGORI P. POSTES	skor pre	Kat_pre	Skor S post	Kat_S post
R1	L	Aek Loba	11	5 B	40	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK
R2	P	Tembung	11	5 B	30	KURANG	60	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R3	P	Medan	11	5 B	40	KURANG	90	BAIK	80	BAIK	90	BAIK
R4	P	Medan	12	5 B	40	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK
R5	L	Medan	11	5 B	20	KURANG	70	CUKUP	70	CUKUP	100	BAIK
R6	L	Medan	12	5 B	60	CUKUP	100	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R7	P	Medan	11	5 B	50	KURANG	80	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R8	P	Medan	12	5 B	70	CUKUP	100	CUKUP	60	CUKUP	70	CUKUP
R9	P	Medan	11	5 B	30	KURANG	70	BAIK	80	BAIK	100	BAIK
R10	P	Tembung	11	5 B	40	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK
R11	L	Medan	11	5 B	60	CUKUP	100	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R12	L	Medan	11	5 B	40	KURANG	80	KURANG	50	KURANG	70	CUKUP

R13	L	Medan	12	5 B	50	KURANG	100	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R14	P	Medan	11	5 B	40	KURANG	70	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK
R15	L	Medan	11	5 B	40	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	90	BAIK
R16	L	Langkat	12	5 B	20	KURANG	70	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R17	P	MEDAN	11	5 B	60	CUKUP	90	KURANG	50	KURANG	80	BAIK
R18	L	Tembung	11	5 B	40	KURANG	70	BAIK	80	BAIK	90	BAIK
R19	L	MEDAN	11	5 B	30	KURANG	60	BAIK	90	BAIK	100	BAIK
R20	P	Medan	12	5 B	50	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK
R21	L	Medan	11	5 B	40	KURANG	70	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R22	L	Medan	11	5 B	50	KURANG	100	KURANG	50	KURANG	80	BAIK
R23	L	Medan	12	5 B	40	KURANG	60	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R24	P	Tembung	11	5 B	30	KURANG	70	CUKUP	70	CUKUP	80	BAIK
R25	P	Medan	12	5 B	50	KURANG	90	CUKUP	70	CUKUP	90	BAIK
R26	P	Belawan	11	5 B	50	KURANG	80	CUKUP	60	CUKUP	80	BAIK

Lampiran 9 Frekuensi Tabel

		usia_anak			
		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	18	69.2	69.2	69.2
	12	8	30.8	30.8	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

		jk_anak			
		Frekuensi	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	13	50.0	50.0	50.0
	P	13	50.0	50.0	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Lampiran 10 Descriptive Statistics

ket_pre pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	CUKUP	4	15.4	15.4	15.4
	KURANG	22	84.6	84.6	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

ket_post pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	21	80.8	80.8	80.8
	CUKUP	5	19.2	19.2	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Descriptive Statistics pengetahuan sebelum

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
skor_pre	26	20	70	42.69	12.184
Valid N (listwise)	26				

Descriptive Statistics pengetahuan sesudah

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
skor_pos	26	60	100	80.00	12.961
Valid N (listwise)	26				

		ket_sikappre			
		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	4	15.4	15.4	15.4
	CUKUP	19	73.1	73.1	88.5
	KURAN G	3	11.5	11.5	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

		kat_sikappos			
		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	24	92.3	92.3	92.3
	CUKUP	2	7.7	7.7	100.0
	Total	26	100.0	100.0	

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
skor_sikappre	26	50	90	66.54	9.774
skor_sikappos	26	70	100	86.15	8.038
Valid N (listwise)	26				

Lampiran 11 T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	skor_pre	42.69	26	12.184	2.390
	skor_pos	80.00	26	12.961	2.542
Pair 2	skor_sikappre	66.54	26	9.774	1.917
	skor_sikappos	86.15	26	8.038	1.576

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Significance One-Sided p	Significance Two-Sided p
Pair 1	skor_pre & skor_pos	26	.785	<,001	<,001
Pair 2	skor_sikappre & skor_sikappos	26	.791	<,001	<,001

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower Upper
Pair 1	skor_pre - skor_pos	-37.308	8.274	1.623	-40.650 -33.966
Pair 2	skor_sikappre - skor_sikappos	-19.615	5.987	1.174	-22.034 -17.197

Lampiran 12 Dokumentasi





Lampiran 13 Sayur Dan Buah

AKIBAT TIDAK MAKAN SAYUR- SAYURAN DAN BUAH-BUAHAN

- Daya tahan tubuh kurang
- Sariawan
- Gusi berdarah
- Tidak lancar BAB
- Kulit bersisik dan kering, dll.



SERAT

Serat pada makanan dibedakan antara 2 jenis yaitu serat yang larut dalam air dan yang tidak larut dalam air. Serat yang larut dalam air bersifat mudah dicerna, contohnya: Pektin (misalnya buah-buahan apel, strawberry, jeruk), Musilase (agar-agar dari rumput laut), dan Gum (oat, biji-bijian, kacang-kacangan, psillyum dan rumput laut). Sedangkan serat yang tidak larut dalam air bersifat tidak mudah dicerna oleh tubuh, contohnya: Selulosa (misalnya wortel, bit, umbi-umbian, bekatul), Hemiselulosa (didapat pada kulit ari yang menutupi beras atau gandum) dan Lignin (terdapat pada batang kulit dan sayur-sayuran).



PENTINGNYA MENGONSUMSI SAYUR & BUAH



DI SUSUN OLEH :
RETTA ANGELA
NIM: P01031220113



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN GIZI
2023

SAYUR ?



Sayur-sayuran adalah berbagai bagian dari tumbuh-tumbuhan yang meliputi daun, akar, batang, dan bunga, bahkan buahnya yang biasanya masih muda yang merupakan sumber vitamin dan mineral.

BUAH ?



Buah-buahan adalah salah satu bahan pangan yang mudah diolah dan dimakan, mempunyai rasa dan aroma yang menggiurkan dan mengandung banyak zat gizi.

Sayuran Apa ?

- Sayuran daun
Contohnya: Kol, Bayam, Kangkung, Sawi
- Sayuran akar
Contohnya: Wortel, Kentang, Lobak
- Sayuran buah
Contohnya: Tomat, Ketimun, Terong
- Sayuran bunga
Contohnya: Kembang kol, Jantung pisang, Kol



Manfaat sayur-sayuran dan buah-buahan

- Meningkatkan daya tahan tubuh
- Membantu dalam proses penyembuhan penyakit
- Menghasilkan energi, seperti buah pisang, sawo, alpukat, dll
- Membantu memperlancar BAB
- Menjadikan tubuh tidak gemuk
- Menjadikan kulit tidak kering dan bersisik
- Awet muda, dll.



Lampiran 14 Surat Survei Pendahuluan



Lubuk Pakam, 12 Juli 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/ 1100 /2023
Lampiran : -
Perihal : Survey Pendahuluan

Kepada Yth:
Ibu Kepala Sekolah UPT SD Negeri 067241 Medan Denai

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Proposal Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes melakukan survey pendahuluan di Sekolah UPT SD Negeri 067241 Medan Denai. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	JUDUL
1	Adinda Nurul Pradani	P01031220003	Hubungan Pengetahuan Kebiasaan Makan, Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Anak Sekolah UPT SD Negeri 067241 Medan Denai.
2	Retta Angela	P01031220113	Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media booklet Terhadap Asupan Mikronutrien Pada Anak Stunting di Sekolah UPT SD Negeri 067241 Medan Denai.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Gizi

Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Lampiran 15 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 22 Mei 2024

Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/1449/2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SDN 06741

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VIII diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SDN 06741. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Retta Angela	P01031220113	Pengaruh Edukasi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 06741 Medan Denai

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi

Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian



**PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT SD NEGERI 067241**

Jl. Jermal 1 KEC. MEDAN DENAI KOTA MEDAN
NPSN : 103101861 - Mail : sekolahdasar241@gmail.com

Nomor : 422/26/SDN-241/V/2024
Hal : Balasan Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth,
Bapak/Ibu
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat permohonan izin penelitian nomor KH.03.03/F.XXII.13/1449/2024 tanggal 22 Mei 2024 perihal Permohonan Izin Penelitian pada mahasiswa bimbingan Ibu Riris Oppusunggu S.Pd., M.Kes. yang namanya tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIM
1.	Retta Angela	P01031220113

Diberikan izin dan telah melaksanakan penelitian dengan judul : **"Pengaruh Edukasi Dengan Media Leaflet Tentang Sayur Dan Buah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa UPT SD Negeri 067241 Medan Denai"** di UPT SD Negeri 067241 pada hari Senin s/d Selasa tanggal 27 s/d 28 Mei 2024.

Demikian surat ini diperbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Medan, 28 Mei 2024
Kepala UPT SD Negeri 067241

DR. RIMAYANI, S.Pd
NIP. 19700101 199203 2 012

Lampiran 17 Etichal Clearence



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL "
No: 01.25 891 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : RETTA ANGELA
Principil In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

**"PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA LEAFLET TENTANG SAYUR DAN BUAH TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA UPT SD NEGERI 06741 MEDAN DENAI"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values , 2)Scientific Values , 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 29 Mei 2024 sampai 29 Mei 2025

This declaration of ethics applies during the period 29 May 2024 until 29 May 2025

Medan, 29 May 2024
Ketua/chairperson

dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

