

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Anak Sekolah**

##### **1. Pengertian Anak Sekolah**

Anak-anak usia sekolah merupakan kelompok demografis yang perlu mengonsumsi nutrisi yang cukup karena mereka mulai aktif berpartisipasi dalam berbagai kegiatan. Anak-anak berusia antara 5 dan 14 tahun yang bersekolah sangat rentan terhadap masalah gizi. Anak-anak tumbuh pesat selama periode ini dalam hal perkembangan fisik, intelektual, mental, dan emosional. Untuk pertumbuhan dan perkembangan terbaik, seseorang harus mengonsumsi nutrisi yang cukup, baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Mengonsumsi makanan sehat secara teratur akan memengaruhi perkembangan anak, mendorong pertumbuhan yang sehat, memungkinkan mereka untuk unggul secara akademis, dan menjaga kebugaran mereka agar dapat terlibat dalam semua kegiatan, menjadikan mereka sumber daya manusia yang berharga (Jusriani and Zulfitriwati 2023).

Kebiasaan makan dan pilihan hidup sehat anak-anak sangat dipengaruhi oleh sekolah, yang merupakan lingkungan terpenting kedua setelah rumah. Sekolah dapat memperkenalkan berbagai makanan sehat, mempromosikan praktik makan sehat, dan memberikan pemahaman mendasar tentang pentingnya nutrisi melalui pendidikan nutrisi yang seimbang. Inisiatif pendidikan nutrisi berbasis sekolah dapat membantu anak-anak dalam membuat pilihan makanan yang lebih baik, yang dapat meningkatkan prestasi akademik dan kesehatan mereka secara keseluruhan (Jusriani and Zulfitriwati 2023).

##### **2. Kebutuhan Gizi Anak Sekolah**

Dengan memilih makanan berkualitas tinggi yang memenuhi kebutuhan nutrisi mereka, anak-anak sekolah dapat memenuhi kebutuhan nutrisi mereka. Hal ini dapat dicapai dengan mengonsumsi berbagai macam makanan, seperti buah-buahan, sayuran, makanan berbasis hewan dan tumbuhan, sumber karbohidrat, dan air yang cukup. Tubuh menggunakan nutrisi yang ditemukan dalam makanan untuk memperkuat kekebalan tubuh, biasanya dengan menyediakan nutrisi yang

meningkatkan pembentukan antibodi, seperti protein dengan aktivitas biologis tinggi yang ditemukan dalam makanan seperti telur, susu, dan ikan. Vitamin D3 dan senyawa lain yang ditemukan dalam susu dan telur diketahui dapat meningkatkan produksi sel-sel sistem kekebalan tubuh. Asam lemak omega-3, yang dapat membantu memperkuat kekebalan tubuh, juga ditemukan dalam ikan dan telur. Konsumsi makanan padat nutrisi secara teratur dapat membantu anak-anak tumbuh sehat, mencapai keberhasilan akademis, dan tetap sehat untuk terlibat dalam semua aktivitas (Gizi et al. 2022).

### **3. Gizi Seimbang Anak Sekolah**

Bagi anak usia sekolah, pola makan seimbang dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan terbaik, terutama di sekolah dasar. Untuk aktivitas sehari-hari, keberhasilan akademis, dan kesehatan umum, anak-anak membutuhkan pola makan yang cukup dan seimbang. Anak-anak sekolah dapat memperoleh nutrisi seimbang setiap hari dengan mengonsumsi berbagai macam makanan. Mengonsumsi berbagai macam makanan merupakan komponen mendasar dari pola makan seimbang (Jusriani and Zulfitriwati 2023).

## **B. Gizi Seimbang**

### **1. Pengertian Gizi Seimbang**

Mengingat masih banyak anak usia sekolah yang mengalami kelaparan, pemahaman tentang nutrisi seimbang sangat penting. Mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya di sekolah dasar, membutuhkan pola makan seimbang. Pola makan harian yang mencakup nutrisi dalam jenis dan jumlah yang dibutuhkan tubuh disebut pola makan seimbang (Siti Azizzah et al. 2024). Menjaga kesehatan fisik adalah tujuan dari pola makan seimbang. Anak-anak mengalami periode pertumbuhan fisik yang pesat, perkembangan kognitif yang signifikan, dan peningkatan aktivitas mental dan fisik. Agar anak-anak dapat berkembang sepenuhnya dalam hal kemampuan fisik, intelektual, dan emosional mereka, mereka harus mengonsumsi makanan yang cukup dan seimbang. Agar anak-anak dapat tumbuh dan berkembang hingga potensi penuh mereka, terutama ketika mereka berada di sekolah dasar, pola makan seimbang sangat penting. Untuk

aktivitas sehari-hari, keberhasilan akademis, dan kesehatan umum, anak-anak membutuhkan makanan yang cukup dan seimbang (Jusriani and Zulfitriawati 2023).

## **2. Komponen Gizi Seimbang**

Karbohidrat, protein, lipid, vitamin, mineral, air, dan serat membentuk diet seimbang yang menyediakan energi, membangun sel, mengontrol proses tubuh, dan menjaga kesehatan secara umum. Delapan gelas air, tiga hingga delapan porsi karbohidrat, tiga hingga lima porsi sayuran, dua hingga tiga porsi buah, dua hingga tiga porsi protein nabati, dua hingga tiga porsi protein hewani, dan konsumsi minyak, gula, dan garam dalam jumlah sedang adalah komponen yang direkomendasikan untuk diet seimbang. Untuk memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral tubuh, mengoptimalkan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak, serta menciptakan hormon dan enzim yang dibutuhkan tubuh, konsumsi dilakukan tiga kali sehari. Oleh karena itu, buah dan sayuran harus dikonsumsi setiap hari (Suminar et al. 2024).

## **3. Pentingnya Gizi Seimbang Bagi Anak Usia Sekolah**

Agar anak-anak, khususnya yang berada di sekolah dasar, dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, pola makan seimbang sangat penting. Anak-anak tumbuh pesat secara fisik pada usia ini. Asupan makanan yang cukup, baik dari segi kuantitas maupun kualitas, diperlukan untuk memenuhi kebutuhan energi bagi perkembangan kognitif yang signifikan serta pertumbuhan dan perkembangan yang tepat. Namun, kelaparan dan kelebihan gizi masih menjadi masalah bagi sejumlah besar anak usia sekolah dasar di Indonesia. Untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang pentingnya pola makan sehat, sekolah dasar harus memberikan pengajaran tentang nutrisi seimbang (Jusriani and Zulfitriawati 2023).

## **C. Edukasi**

### **1. Pengertian Edukasi**

Pendidikan adalah proses menggunakan pengajaran dan pelatihan untuk mengubah sikap dan perilaku seseorang atau sekelompok orang dalam upaya mematangkan mereka. Pendidikan adalah transfer pengetahuan dan keterampilan

melalui pembelajaran, yang memungkinkan orang atau kelompok yang terdidik untuk berperilaku seperti yang diharapkan oleh pendidik, berkembang dari ketidaktahuan menuju pengetahuan dan dari ketidakmampuan untuk menjaga kesehatan mereka sendiri menuju kemandirian (Teesen et al. 2024).

Menurut Notoatmodjo (2018), pendidikan gizi adalah strategi pengajaran untuk menumbuhkan kebiasaan pribadi atau masyarakat yang diperlukan untuk meningkatkan atau mempertahankan pola makan sehat. Selain itu, tujuan pendidikan gizi adalah untuk memodifikasi pengetahuan, sikap, kemampuan, dan kebiasaan makan populasi sasaran (Sugirah Nour Rahman et al. 2024).

## **2. Pentingnya Edukasi Bagi Anak Sekolah**

Penting untuk memberikan pendidikan kepada anak-anak sekolah agar mereka dapat memperoleh pengetahuan yang dapat membantu mereka mengembangkan potensi dan kemampuannya. Pendidikan juga dapat membantu anak membentuk karakter, keterampilan, dan Pengetahuan mereka tentang nutrisi seimbang sehingga mereka dapat menggunakannya saat memilih dan mengonsumsi makanan. Dalam hal ini, siswa sekolah dasar berpartisipasi dalam kegiatan pendidikan mengenai pola makan seimbang (Suminar et al. 2024).

## **3. Tujuan Edukasi Terhadap Gizi Seimbang**

Tujuan pendidikan gizi seimbang adalah untuk menyebarkan informasi dan pengetahuan tentang pentingnya pola makan yang beragam dan seimbang bagi kesehatan dan kesejahteraan individu, membantu individu atau kelompok dalam memahami konsep gizi mendasar, mengadopsi gaya hidup yang mendukung kesehatan, dan mempraktikkan kebiasaan makan sehat. Berbagai strategi, seperti seminar, konseling gizi, program sekolah, kampanye publik, media sosial, dan sumber daya pengajaran lainnya, dapat digunakan untuk menyampaikan pendidikan gizi. Sangat penting untuk memastikan bahwa informasi tersebut jelas, faktual, dan relevan dengan kebutuhan dan pola makan komunitas sasaran (Suminar et al. 2024).

## **D. Pengetahuan**

### **1. Pengertian Pengetahuan**

Masalah gizi secara tidak langsung disebabkan oleh kurangnya kesadaran gizi. Kurangnya pendidikan gizi merupakan akar penyebab masalah gizi dan sikap negatif, terutama di kalangan siswa sekolah dasar. Pendidikan gizi dapat membantu anak-anak mengembangkan sikap sehat terhadap gizi dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang gizi. Meningkatkan kesadaran melalui pendidikan gizi dapat membantu orang menghindari masalah gizi dan mengubah kebiasaan makan mereka agar lebih sesuai dengan kebutuhan mereka. Anak-anak berada pada tahap intelektual di usia ini di mana mereka mulai memahami dan cukup dewasa untuk menerima informasi (Kusbandiyah et al. 2022).

Informasi mengenai makanan, nutrisi, dan pentingnya pola makan seimbang bagi tubuh dikenal sebagai pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi mencakup pentingnya nutrisi dalam kesehatan, yang memberikan detail tentang bagaimana nutrisi dan kesehatan saling berkaitan dan dapat membantu mencegah kondisi jangka panjang termasuk diabetes, penyakit jantung, dan obesitas. Pembentukan kebiasaan sehat dapat mengajarkan keterampilan yang bermanfaat seperti memasak makanan bergizi dan mendorong pengembangan kebiasaan makan sehat dan gaya hidup aktif. Kesadaran gizi mendidik masyarakat tentang isu-isu gizi penting seperti keamanan pangan, keberlanjutan lingkungan, dan nutrisi yang memadai (Suminar et al. 2024).

### **2. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Kurangnya pengetahuan tentang nutrisi seimbang, yang dapat digunakan untuk meningkatkan status gizi seseorang, merupakan salah satu faktor yang memengaruhi nutrisi seseorang. Perilaku seseorang dapat dibentuk oleh pengetahuan, yang berfungsi sebagai dasar untuk mengubah perilaku tersebut (Yuningsih and Kurniasari 2021). Pantaleon (2019) mendefinisikan pengetahuan sebagai pemahaman individu tentang ilmu gizi, nutrisi, dan hubungan antara nutrisi dengan kesehatan dan status gizi. Kebiasaan makan seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya, yang memengaruhi bagaimana mereka memilih makanan dan porsi yang tepat (Jauziyah et al., 2021).

Notoatmodjo (2018) menyatakan bahwa pengetahuan seseorang terhubung dengan objek melalui lima indera. Sumber informasi adalah elemen yang memiliki kekuatan untuk memengaruhi pengetahuan. Seseorang akan lebih mudah mempelajari hal-hal baru jika mereka memiliki akses mudah ke informasi (Darsini dkk., 2019). Pengetahuan merupakan komponen dari faktor latar belakang, yaitu faktor informasi, menurut Ajzen (2005). Kebiasaan makan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan mereka sebagai faktor informasi (Contento, 2011) (Valentin Valling and Mahmudiono Trias 2024).

## **E. Sikap**

### **1. Pengertian Sikap**

Reaksi seseorang terhadap aktivitas spesifik yang mereka saksikan dan alami untuk pertama kalinya, terlepas dari kemampuan mereka untuk beradaptasi, dikenal sebagai sikap. Respons tertutup seseorang terhadap suatu rangsangan atau hal dikenal sebagai sikap. Hingga saat ini, sikap lebih merupakan kecenderungan terhadap suatu perilaku daripada tindakan atau aktivitas. Pengetahuan, keyakinan, dan kepercayaan semuanya memiliki peran penting dalam mendefinisikan sikap seseorang (Tasya and Sunarti 2020).

### **2. Faktor yang Mempengaruhi Sikap**

Salah satu faktor yang memengaruhi sikap adalah bagaimana seseorang merespons tindakan tertentu yang mereka lihat dan alami untuk pertama kalinya, termasuk apakah mereka dapat menyesuaikan diri dengan aktivitas tersebut atau tidak. Notoatmodjo (2012) mendefinisikan sikap sebagai perilaku, seperti reaksi tertutup seseorang terhadap keadaan tertentu. Mengonsumsi makanan sehat secara teratur akan berdampak pada pertumbuhan anak, memungkinkan mereka untuk memenuhi persyaratan akademik yang tinggi, bugar secara fisik untuk berpartisipasi dalam semua aktivitas, dan tumbuh menjadi sumber daya manusia yang penting. Diet seimbang dan kaya nutrisi yang memenuhi kebutuhan dan pemilihan makanan yang tepat akan berdampak pada status gizi yang baik. Mengonsumsi lebih dari yang dibutuhkan tubuh menyebabkan obesitas dan penyakit lainnya. Malnutrisi, di sisi lain, disebabkan oleh asupan makanan yang

tidak memadai dan berdampak pada beberapa penyakit (Febriyani, Siregar, and Bohari 2024).

## **F. Perilaku**

### **1. Pengertian Perilaku**

Kebiasaan makan, frekuensi makan, pola makan, preferensi makanan, dan pilihan makanan semuanya disebut sebagai perilaku makan. Anak-anak terlibat dalam perilaku makan, yang merupakan respons yang terlihat dan jelas terhadap rangsangan internal dan eksternal, untuk memenuhi kebutuhan fisiologis dasar mereka untuk makan. Dalam upaya meningkatkan nutrisi, perilaku nutrisi yang seimbang dapat memengaruhi penyediaan makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh dalam konsumsi sehari-hari. Selain itu, pilihan makanan berkualitas tinggi dapat dipengaruhi oleh sikap seseorang terhadap makan (Naqli and Rizkiriani 2024).

### **2. Perilaku Gizi Seimbang**

Tindakan yang diambil sebagai respons untuk memenuhi kebutuhan nutrisi seimbang guna mendapatkan nutrisi optimal dikenal sebagai perilaku nutrisi seimbang. Pengetahuan, sikap, dan perilaku sehari-hari seperti mengonsumsi makanan seimbang dan menjalani gaya hidup bersih dan sehat semuanya terkait dengan hal ini (Alistina et al, 2021).

### **3. Factor Yang Mempengaruhi Perilaku Anak Terhadap Gizi Seimbang**

Perilaku makan anak usia sekolah dapat dilihat dari berbagai indikator, seperti frekuensi makan dalam sehari, jenis makanan yang dikonsumsi, serta kecenderungan memilih makanan instan atau jajanan dibandingkan dengan makanan buatan rumah. Anak-anak yang terbiasa melewati sarapan atau mengonsumsi camilan yang tinggi lemak jenuh dan gula cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan gizi, baik berupa gizi kurang maupun gizi lebih. Kondisi ini diperparah apabila tidak terdapat pendampingan atau Kebiasaan orang tua dan pendidikan tentang pemilihan dan konsumsi makanan yang sesuai dengan prinsip-prinsip nutrisi seimbang (Namira, Nadila Siti 2020).

Perilaku makan dipengaruhi oleh kombinasi antara pengetahuan dan sikap. Pengetahuan dasar mengenai pentingnya makan sayur, buah, dan protein hewani

dalam kehidupan sehari-hari. Dalam jangka panjang, pembiasaan perilaku makan sehat yang konsisten akan membentuk kebiasaan jangka panjang yang berkontribusi terhadap pertumbuhan optimal, peningkatan konsentrasi belajar, serta menghindari penyakit tidak menular pada orang dewasa seperti diabetes, obesitas, dan tekanan darah tinggi. Strategi peningkatan gizi anak sekolah tidak hanya dapat difokuskan pada intervensi gizi secara langsung, namun juga perlu diarahkan untuk memodifikasi perilaku dan lingkungan yang memengaruhi keputusan makan anak (Indriati 2020).

## **G. Media Pop-Up Book**

### **1. Pengertian Media Pop-Up Book**

Media, termasuk media tertulis, visual, dan digital, adalah alat untuk menyebarkan informasi. Media berisi informasi yang dapat memperluas pengetahuan masyarakat dan membantu mereka memahami informasi, seperti teori Edgar Dale bahwa media membantu transmisi informasi. Media Pop-Up Book adalah alat pendidikan tiga dimensi yang dapat memicu imajinasi anak-anak dan memperluas pengetahuan mereka, sehingga memudahkan mereka untuk memahami bagaimana suatu objek ditampilkan, memperluas kosakata mereka, dan meningkatkan pemahaman mereka (Setiyanigrum 2020). Infrastruktur dan fasilitas membantu anak-anak belajar dengan cara yang memajukan pengetahuan dan pemahaman mereka dari ketidaktahuan menuju pengetahuan. Anak-anak sangat antusias untuk membalik halaman dan membaca *pop-up book* yang berisi informasi tentang diet seimbang, menurut pengamatan yang dilakukan di sekolah-sekolah tanpa bahan pembelajaran *pop-up book*. *Pop-up book* merupakan alat yang berguna untuk menyebarkan informasi terkait kesehatan. Media *pop-up book* dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak sekolah dasar, klaim (Tasya and Sunarti 2020).

### **2. Keunggulan dan Kelebihan Pop-Up Book**

Dzuanda (Rahmawati, 2011) mengklaim bahwa media *pop-up book* menawarkan sejumlah manfaat yang sangat membantu, termasuk:

- 1) jarkan anak-anak untuk memperlakukan buku dengan hati-hati dan lebih menghargainya.

- 2) *pop-up book* berisi bagian-bagian yang lembut, orang tua dapat duduk bersama anak-anak mereka dan menikmati cerita, yang memperkuat ikatan antara orang tua dan anak.
- 3) Dorong anak-anak untuk berkreasi.
- 4) Dorong kreativitas anak-anak.
- 5) Perluas pengetahuan dengan mendeskripsikan bentuk suatu objek (pengenalan objek).
- 6) Menumbuhkan rasa cinta anak untuk membaca

Keunggulan *pop-up book* yaitu:

- 1) *Pop-up book* meningkatkan keterlibatan anak-anak dengan konten karena strukturnya yang tiga dimensi.
- 2) Keindahan buku meningkat dan anak-anak merasa lebih tertarik untuk membacanya ketika gambar, warna, dan pola disertakan.
- 3) bersifat nyata, anak-anak dapat melihat kontennya.

Menurut Ningtiyas, Setyosari, dan Praherdiono (2019), *pop-up book* adalah kartu atau buku yang, ketika dibuka, dapat menampilkan struktur timbul atau tiga dimensi. Menurut Solichah & Mariana (2018), media *pop-up book* adalah jenis media tiga dimensi yang dapat menghasilkan efek yang menarik karena setiap halaman yang dibuka akan menampilkan gambar timbul, dan isi *pop-up book* dapat dimodifikasi agar sesuai dengan rencana pembelajaran (Setiyanigrum 2020). Penjelasan ini mengarah pada kesimpulan bahwa media *pop-up book* adalah buku tiga dimensi dengan fitur tiga dimensi yang bergerak yang meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pelajaran. Sementara itu, Bluemel dan Taylor membahas aplikasi media *pop-up book* sebagai berikut:

- 1) Mendorong anak-anak untuk menikmati buku dan kegiatan membaca,
- 2) Mendorong kreativitas siswa dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis mereka,
- 3) Dapat menginspirasi keinginan dan insentif untuk membaca dengan menyoroti makna melalui gambar yang menarik.

Manfaat media Pop-Up Book, menurut Safri, Sari, dan Marlina (2017), adalah dapat berbagi pengalaman unik dengan siswa melalui aktivitas yang memungkinkan mereka untuk menggeser, membuka, atau melipat isi *pop-up book*

tersebut. Anggraini, Nurwahidah, Asyhari, Reftyawati, & Haka (2019) juga mencantumkan manfaat media Pop-Up Book sebagai berikut:

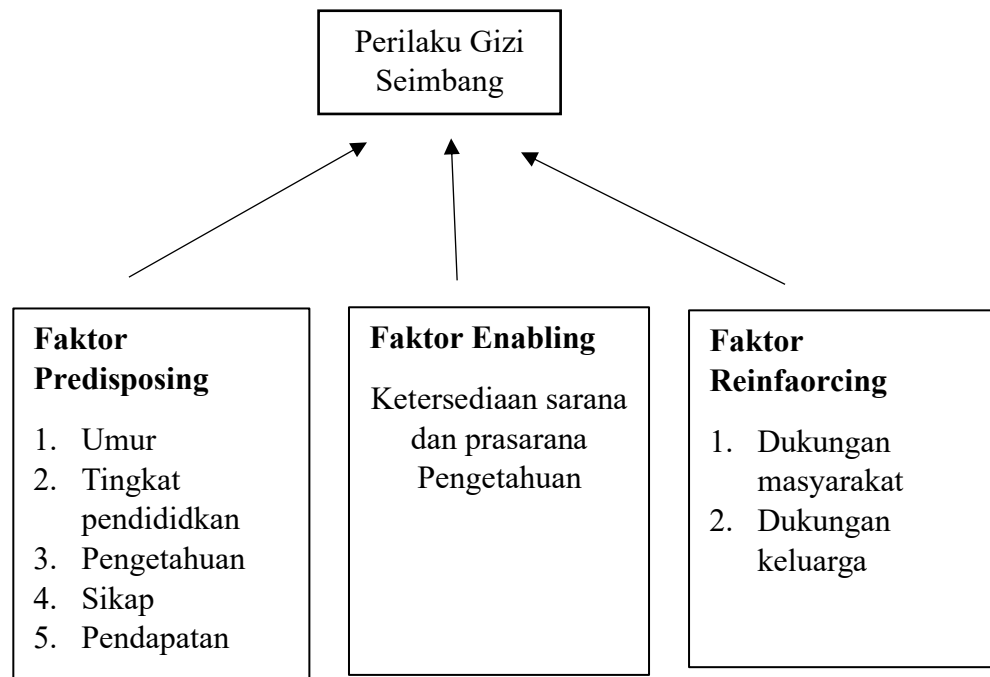
- 1) Untuk mencegah robek, kertas tebal digunakan untuk membuat *pop-up book*.
- 2) Gambar-gambar menarik di setiap halaman *pop-up book* mendorong siswa untuk berpartisipasi lebih aktif dan antusias dalam kegiatan pendidikan.
- 3) Anda dapat menggunakan *pop-up book* sendiri atau bersama orang lain.

Kemampuan siswa untuk terlibat dengan konten atau alur cerita dalam buku pop-up berdampak pada pembelajaran mereka. Selain itu, daripada hanya membaca narasi atau konten dalam buku pop-up, siswa dapat berperan sebagai aktor melalui sentuhan atau pengamatan. Menurut Safitri (2014), Buku Pop-Up dapat digunakan untuk menyajikan visual konkret dari objek yang terkait dengan materi pelajaran yang diajarkan sekaligus mengkomunikasikan konsep abstrak (Setiyanigrum 2020).

### **3. Pop-Up Book Sebagai Media Pembelajaran Anak**

Buku pop-up adalah jenis media yang menawarkan sumber daya pendidikan, memberikan informasi, memperjelas prosedur, mengajarkan keterampilan kepada siswa melalui gambar, dan meningkatkan pengalaman belajar. Perhatian dan minat belajar siswa akan lebih terbantu oleh alat pembelajaran buku pop-up ini, yang dapat menyampaikan ide dengan cepat dan autentik. Bagian-bagian penting dari media buku pop-up ini terlihat oleh siswa. Materi pembelajaran buku pop-up memungkinkan siswa untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran tambahan serta kegiatan lain seperti melakukan, menonton, mendemonstrasikan, dan memamerkan, yang akan meningkatkan kemampuan proses mereka (Khadijah, Hasan, and Passinggi 2021).

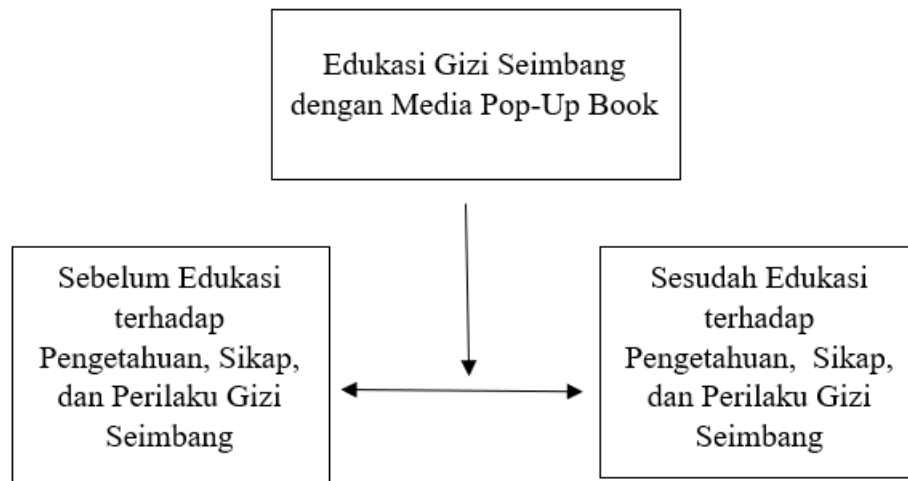
## H. Kerangka Teori



**Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian**

Sumber: Di modifikasi dari teori Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2020).

## I. Kerangka Konsep



**Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian**

Defenisi konsep: Penggunaan media buku pop-up untuk mengedukasi masyarakat tentang pola makan seimbang memiliki pengaruh terhadap sikap dan pengetahuan, dan perilaku anak sekolah, hal ini dapat terlihat dari sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

## J. Definisi Operasional

**Tabel 1. Definisi Operasional**

| No | Variabel                        | Defenisi Operasional                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Alat Ukur                                                                                      | Skala                                                 |
|----|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1. | Edukasi menggunakan Pop-Up Book | Pemberian materi Penelitian ini menggunakan media buku pop-up untuk mengajarkan tentang gizi seimbang kepada siswa kelas empat dan lima di SD Negeri 105382 Galang. Selama tiga minggu, pengajaran gizi diadakan tiga kali, dengan jarak tiga hari. Setiap sesi berlangsung sekitar 20 menit.                                                                   | -                                                                                              | -                                                     |
| 2. | Pengetahuan                     | Segala hal yang diketahui responden gizi seimbang melalui indera yang dimiliki. Untuk mengukur pengetahuan anak sekolah, meliputi pengertian gizi seimbang, prinsip gizi seimbang, 10 pesan gizi seimbang, 4 pilar gizi seimbang, makanan pokok beserta pengertiannya, lauk hewani dan lauk nabati beserta pengertiannya, sayur dan buah beserta pengertiannya. | Lembar Kuesioner<br>Memiliki pilihan jawaban: a,b,c,d.<br>Dengan skor:<br>Benar: 1<br>Salah: 0 | Rasio<br>Pengetahuan awal....<br>Pengetahuan akhir... |
| 3. | Sikap                           | Respon dari responden tentang gizi seimbang pada anak sekolah. Untuk mengukur sikap anak sekolah yaitu sikap positif dan sikap negative.                                                                                                                                                                                                                        | Lembar Kuesioner                                                                               | Rasio<br>Sikap awal....<br>Sikap akhir....            |

|    |          |                                                                              |                                                                                                                              |       |
|----|----------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|    |          |                                                                              | Memiliki<br>pilihan<br>jawaban<br>(1) Sangat<br>Setuju<br>(2) Setuju<br>(3) Tidak<br>Setuju<br>(4) Sangat<br>Tidak<br>Setuju |       |
| 4. | Perilaku | Tindakan yang dilakukan oleh<br>responden tentang Perilaku gizi<br>seimbang. | Lembar<br>Kuesioner                                                                                                          | Rasio |
|    |          |                                                                              | Memiliki<br>pilihan<br>jawaban<br>(1) Iya<br>(2) Tidak<br>Dengan<br>Skor :<br>Iya: 1<br>Tidak: 0                             |       |

**K. Hipotesis**

Ha<sub>1</sub>: SD Negeri 105382 Galang, pendidikan gizi seimbang memberikan dampak pada pengetahuan anak sekolah melalui media buku pop-up.

Ha<sub>2</sub>: SD Negeri 105382 Galang, pendidikan gizi seimbang memberikan dampak pada pandangan anak-anak sekolah melalui media buku pop-up.

Ha<sub>3</sub>: SD Negeri 105382 Galang, pendidikan gizi seimbang memberikan dampak pada perilaku anak sekolah melalui media buku pop-up.