DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, U., J., P., Wati, D.A., Adzikra, T., Wijaya, A.M. and Panesha, T.D. (n.d.) 'Penggunaan komik sebagai media edukasi gizi dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia remaja putri Insan Mulia Boarding School', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (Abdi ke Ungu)*. Availableat:http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi (Accessed: 5 June 2026).

Arza, P.A. and Sari, L.N. (n.d.) 'Hubungan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi pada remaja di SMP di Kabupaten Pesisir Selatan', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 12(2).

Dora Wijaya, R., Putri Alifia, E. and STIKes Widya Dharma Husada Tangerang (2025) 'Pengaruh edukasi gizi dengan media komik terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang anemia', *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 9. Available at: http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma (Accessed: 5 June 2026).

Dwiyanty Pratiwi, L. and Fitriana, N. (2023) 'Pengaruh media komik digital berbasis platform Instagram terhadap minat dan hasil belajar IPA siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Tarakan', *Jurnal Pendidikan*, 5(1), pp. 37–48.

Fitri, F., Restusari, L. and Arsil, Y. (2023) 'Edukasi gizi pada remaja di SMP Negeri 11 Pekanbaru Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru', *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 2(3), pp. 238–246. doi:10.25311/jpkk.vol2.iss3.1384.

Ginting, I.S., Angkat, A.H., Pasaribu, S.F. and Lestari, W. (2023) 'Pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 2(1), pp. 180–198.

Hafiza, D., Utami, A. and Niriyah, S. (n.d.) 'Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru', *Jurnal Keperawatan*, 2(1).

Handayani, I., Lubis, Z. and Aritonang, E.Y. (2017) 'Pengaruh penyuluhan dengan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan tentang buah dan sayur pada siswa MTs-S Manar Kecamatan Hamparan Perak', *Jurnal Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, 3(1).

Hidayah, N.M., Mintarsih, S.N. and Ambarwati, R. (2022) 'Edukasi gizi seimbang dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri', *Scientific Journal of Nutrition and Public Health (SPNJ)*. Available at: https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/ (Accessed: 5 June 2026).

Hidayanti, H., Jafar, N. and Virani, D. (2020) 'Pengaruh edukasi gizi menggunakan leaflet Kemenkes terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja di SMA Negeri 10 Makassar', 9(1).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2024) *SKI 2023 dalam angka*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Komang, I., Putra, A.M., Angga, K. and Astina, D. (2019) 'Pemanfaatan media Instagram multiple post sebagai sarana edukasi berbasis visual bagi warganet', *Jurnal Nawala Visual*, 1(2). Available at: https://jurnal.std-bali.ac.id/index.php/nawalavisual (Accessed: 5 June 2026).

Lathifuddin, M., Nurhayati, A. and Patriasih, R. (2018) 'Pengetahuan buah dan sayur sebagai hasil penyuluhan gizi pada siswa SD yang mengalami obesitas di Kota Bandung', *Media Pendidikan, Gizi dan Kuliner*, 7(1).ew. 5(2)

Maslakhah, N.M. and Prameswari, G.N. (2022) 'Pengetahuan gizi makan dan kebiasaan olahraga dengan status gizi lebih remaja putri usia 16–18 tahun', *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), pp. 52–59

Nafala, N.M. (2022) 'Implementasi media komik dalam pembelajaran untuk meningkatkan motivasi belajar siswa', 3(1).

Narestuti, A.S., Sudiarti, D. and Nurjanah, U. (2021) 'Penerapan media pembelajaran komik digital untuk meningkatkan hasil belajar siswa', *Bioedusiana: Jurnal Pendidikan Biologi*, 6(2), pp. 305–317.

Nomiaji, D. (2020) *Pengaruh penggunaan media sosial Instagram sebagai Media edukasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Bengkulu*. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.

Nuraeni, I., Aprianty, D., Setiawati, D. and Herlani, R. (2021) 'Anjuran konsumsi sayur buah menggunakan komik "Gidza Jadi Suka Sayur dan Buah"', *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 2(1), pp. 25–30.

Puspita, D., Dewi, K. and Kusumaningati, W. (2025) 'Hubungan pengetahuan gizi dan faktor lainnya dengan pola konsumsi sayur dan buah pada remaja SMA Negeri 6 Depok', 17(1).

Rahmawati, L.A., Putri, A.N., Devanka, N.A., Patricia, W., Aulia, R.P. And Iskandar, S.J.S. (2025) 'Edukasi gizi meningkatka pengetahuan dan sikap terkait obesitas anak usia sekolah di Panti Asuhan Al Andalusia', *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)*, 4(1), p. 181.

Rusdi, F.Y. and Rahmy, H.A. (2021) 'Pengaruh edukasi gizi menggunakan Instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 2 Padang', *Jurnal Nutrition Care*, 10(2).

Safitri, Y.L., Sulistyowati, E. and Ambarwati, R. (2021) 'Pengaruh edukasi gizi dengan media puzzle terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar', *Jurnal Nutrition Care*, 10(2), pp. 100–104. Available at: http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/ (Accessed: 5 June 2026).

Salsabila, H. and Universitas Singaperbangsa Karawang (2024) 'Pentingnya konsumsi buah dan sayur pada remaja: literature review', 5(2).

Soleha, S.R. and Udjianto, A.N. (2020) 'Analisis unsur-unsur grafis dalam komik Si Juki', *Prosiding Konferensi Mahasiswa Desain Komunikasi Visua*

Lampiran 1 Informed consent

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Saya Adinda Putri Octavia Silaban, Mahasiswa Semester VII Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, bermaksud melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Komik Digital Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja di SMPN
1 Lubuk Pakam". Penelitian ini dilakukan sebagai bagian dari proses pembelajaran dalam penyesaian studi di jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Saya berharap kesediaan Saudara/Saudari menjadi responden dalam penelitian ini dimana akan dilakukan wawancara dan pemberian edukasi gizi.

Yang bertanda tangan
di bawah ini, Nama :
Tempat, tgl lahir :
Alamat :
Telp/Hp :

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya dan apabila dalam penelitian ini ada perubahan dan keberatan menjadi responden dapat mengajukan pengunduran diri. Atas perhatian dan kesediaan saudara/I menjadi responden dalam penelitian ini, saya ucapkan terima kasih

Lubuk Pakam, 2025

Peneliti	**Responden**	**Orangtua Siswa**
(Adinda Putri)	**( )**	**( )**

Lampiran 2 Satuan Acara Penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Topik : Pentingnya mengonsumsi sayur dan buah
Tempat : SMP Negeri 1 Lubuk Pakam
Sasaran : Siswa-siswi SMP Negeri 1
Lubuk Pakam Waktu : 09.00-10.00 WIB

A. Tujuan Instruksional umum

Setelah dilakukan pendidikan gizi diharapkan siswa-siswi mampu memahami pentingnya konsumsi sayur dan buah setiap hari.

B. Tujuan khusus :

1. Siswa-siswi dapat mengerti pentingnya konsumsi sayur dan buah
2. Siswa-siswi dapat mengerti anjuran konsumsi sayur dan buah
3. Siswa-siswi dapat mengerti manfaat dan dampak tidak mengonsumsi sayur dan buah

C. Pokok bahasan : 1. Pentingnya konsumsi sayur dan buah

1. Anjuran konsumsi sayur dan buah
2. Manfaat dan dampak konsumsi sayur dan buah4

D. Metode : Ceramah dan Tanya jawab

E. Media : Komik digital berbasis instagram

F. Materi/ Judul series komik : 1. Misi hijau di piringku

1. 5 warna dipiringku setiap hari
2. Superpower sayur dan buah

Jadwal edukasi	Materi atau judul series komik	Sasaran	Durasi edukasi	Lokasi	Metode edukasi
Edukasi 1	Misi hijau di piringku	Siswa-Siswi	60 menit	SMP Negeri 1 Lubuk Pakam	Edukasi menggunakan media komik digital

					berbasis instagram dengan 3 series judul komik yang berbeda yang sudah dibaca siswa di rumah dan akan dibahas pada setiap pertemuan
Edusi 2	5 warna di piringku setiap hari	Siswa-Siswi	60 menit	SMP Negeri 1 Lubuk Pakam	Edukasi menggunakan media komik digital berbasis instagram dengan 3 series judul komik yang berbeda yang sudah dibaca siswa di rumah dan akan dibahas pada setiap pertemuan

Edukasi 3	Superpoer dari sayu r dan buah	Sisw a- Siswi	60 menit	SMP Negeri 1 Lubuk Pakam	Edukasi menggunakan media komi k digital Berbasis instagram dengan 3 series judul komik yang berbeda yang sudah dibaca siswa di rumah dan akan dibahas pad a setiap pertemuan

Lampiran 3 Kuesioner Pengetahuan Mengenai Sayur dan Buah

LEMBAR KUESIONER PENGETAHUAN

MENGENAI SAYUR DAN BUAH

Nama : Sudah mempunyai IG sejak:

Kelas : Durasi IG:

Usia :

Jenis kelamin : 1. Laki-laki 2.Perempuan Alamat :

Petunjuk: Pilihlah satu jawaban yang paling benar!

1. Mengapa remaja dianjurkan mengonsumsi sayur dan buah setiap hari?
   A. Agar tidak bosan dengan makanan
   B. Sebagai pelengkap warna makanan
   C. Karena kaya vitamin dan mineral penting
   D. Karena mudah didapat
2. Risiko yang dapat terjadi jika kurang serat dari sayur dan buah adalah:
   A. Flu
   B. Sembelit
   C. Gatal
   D. Cacingan
3. Sayur dan buah membantu mencegah penyakit, kecuali:
   A. Anemia
   B. Diabetes
   C. Sariawan
   D. Malaria

4. Zat gizi dari buah jeruk dan stroberi yang baik untuk daya tahan tubuh adalah:
   A. Vitamin A
   B. Vitamin B12
   C. Vitamin C
   D. Kalsium
5. Warna makanan alami menunjukkan:
   A. Asal tanaman
   B. Kadar pestisida
   C. Kandungan nutrisi tertentu
   D. Umur makanan
6. Konsumsi buah dan sayur yang dianjurkan menurut WHO dan Kemenkes RI adalah:
   A. 200 gram/hari
   B. 400 gram/hari
   C. 600 gram/hari
   D. 100 gram/hari
7. Jika seorang remaja hanya makan nasi dan ayam setiap hari tanpa sayur, maka risiko utamanya adalah:
   A. Demam berdarah
   B. Sembelit dan lemas
   C. Hepatitis
   D. Cacingan
8. Salah satu cara mudah menambahkan sayur ke makanan harian adalah:
   A. Makan kerupuk
   B. Minum kopi
   C. Tambahkan lalapan
   D. Minum soda

9. Salah satu tanda kurang vitamin A adalah:
    A. Batuk
    B. Mata rabun
    C. Gusi berdarah
    D. Diare
10. Remaja yang cukup konsumsi sayur dan buah cenderung:
    A. Lebih cepat lapar
    B. Memiliki kulit kusam
    C. Memiliki sistem imun yang kuat
    D. Tidak suka olahraga
11. Buah berwarna merah, seperti semangka dan tomat, bermanfaat untuk:
    A. Mata
    B. Pencernaan
    C. Jantung
    D. Gigi
12. Manfaat dari konsumsi serat yang cukup adalah:
    A. Tidur nyenyak
    B. BAB lancar
    C. Tidak berkeringat
    D. Kuku cepat panjang
13. Jika seseorang kekurangan zat besi, maka kemungkinan akan mengalami:
    A. Alergi
    B. Anemia
    C. Hipertensi
    D. Disentri

14. Apa manfaat jangka panjang dari kebiasaan makan sayur dan buah sejak remaja?
    A. Menjaga berat badan ideal
    B. Menambah tinggi badan
    C. Membentuk otot
    D. Menurunkan IQ
15. Tantangan dalam“5 Warna Sehari” bertujuan untuk:
    A. Mewarnai makanan
    B. Membuat sayur lebih mahal
    C. Mendorong konsumsi sayur dan buah beraneka warna
    D. Membuat makanan viral

Lampiran 4 Kuesioner Sikap Mnegenai Sayur dan Buah

LEMBAR KUESIONER SIKAP MENGENAI SAYUR DAN BUAH

Nama :

Kelas :

Usia :

Jenis kelamin : 1. Laki-laki 2. Perempuan

Pilihlah jawaban di bawah ini dengan memberikan tanda (√) Keterangan: SS=sangat setuju, S=setuju, R=ragu-ragu, TS= tidak setuju, STS= sangat tidak setuju

No	Pernyataan sikap	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya percaya bahwa makan sayur dan buah penting untuk menjaga kesehatan.					
2.	Saya merasa konsumsi sayur dan buah setiap hari itu sulit dilakukan.					
3.	Saya berusaha membawa bekal yang mengandung sayur dan/atau buah ke sekolah.					
4.	Saya malu makan sayur di depan teman-teman.					
5.	Saya menyukai tantangan makan 5 warna sayur dan buah setiap hari.					
6.	Saya tertarik mencoba resep sayur dan buah yang menarik.					
7.	Saya berpikir bahwa buah dan sayur hanya untuk orang yang sedang diet.					
8.	Saya siap mengurangi makanan tidak sehat dan menggantinya dengan buah					
9.	Saya merasa tubuh saya lebih sehat jika rutin makan sayur dan buah.					
10.	Saya percaya bahwa sayur dan buah bisa mencegah penyakit sejak dini.					

Lampiran 6. Bukti Bimbingan Skripsi

Bukti Bimbingan Skripsi

Nama : Adinda Putri Octavia Silaban

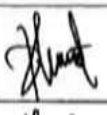
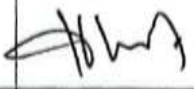
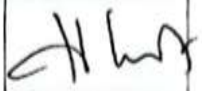
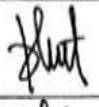
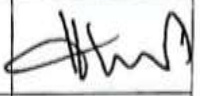
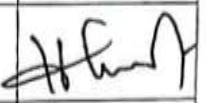
Nim : P01031222002

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Judul : Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Komik Diigital Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan buah Pada Remaja SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

Dosen Pembimbing : Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan mahasiswa	T. Tangan Pembimbing
1	20 Februari 2025	Memberikan surat permintaan sebagai dosen pembimbing		
2	25 Februari 2025	Membahas topik yang akan diteliti		
3.	Selasa, 4 Maret 2024	Mengajukan Judul		
4	06 Maret 2025	ACC judul		
5	12 Maret 2025	Meminta tanda tangan untuk survey pendahuluan ke sekolah		
6	14 Maret 2025	Mengajukan BAB 1		
7	24 Maret 2025	Revisi BAB 1		
8	19 April 2025	Mengajukan BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik Digital.		
9	21 April 2025	Revisi BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik		

		Digital		
10	24 April 2025	Mengajukan BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik Digital		
11	28 April 2025	Revisi BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik Digital		
12	30 April 2025	Mengajukan BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik Digital		
13	07 Mei 2025	Revisi BAB 2, BAB 3, Kuesioner, dan Media Komik Digital		
14	19 Mei 2025	ACC Proposal Skripsi		
15	03 June 2025	Seminar Proposal		
16	04 July 2025	Revisi Proposal,kuesoner dan media komik Bersama Dosen Pembimbing		
17	07 July 2025	Revisi Proposal,kuesoner dan media komik Bersama Dosen Pembimbing		
18	09 July 2025	Revisi Proposal,kuesoner dan media komik Bersama Dosen Pembimbing		
19	11 July 2025	ACC Proposal Bersama Dosen Pembimbing		
20	16 July 2025	Revisi Proposal bersama dosen penguji I		
21	17 July 2025	ACC Proposal Bersama Dosen Penguji I		

22	18 July 2025	Revisi Proposal bersama dosen penguji II		
23	02 February 2026	Bimbingan Bab IV dan V		
24	09 February 2026	Bimbingan Bab IV dan V		
25	21 April 2026	ACC Seminar Hasil		
26	05 Mei 2026	Seminar Hasil		
27	08 Juni 2026	Revisi Skripsi dengan Pembimbing		
28	17 Juni 2026	ACC Skripsi Bersama Dosen Pembimbing		
29	19 Juni 2026	Revisi Skripsi Bersama Dosen Penguji I		
30	22 Juni 2026	Revisi Skripsi Bersama Dosen Penguji II		

Lampiran 6 Komik Berbasis Instagram










Seri 1 – 'Misi Hijau di Piringku!'
"Kalau terus-terusan kurang vitamin dan mineral, kamu bisa anemia, gampang infeksi, bahkan risiko diabetes jangka panjang."
"Hah? Serius sampe gitu?! Gua pikir paling kentut cuma sesak BAB."
(Keesokan harinya di kantin)


Seri 1 – "Misi Hijau di Piringku!"
Faktor yang menyebabkan kurang konsumsi sayur dan buah yaitu :
1. Kurang serat → sembelit
2. Kurang zat besi → anemia
3.Kurang vitamin A → mata rabun
4. Kurang vitamin C → gampang serlawan, infeksi"


Seri 1 – 'Misi Hijau di Piringku!'
"Oh ya, Aku pernah baca di buku, remaja yang kurang buah & sayur lebih berisiko obesitas, jerawat, dan imunnya lemah."
"Exactly!
Jadi sayur dan buah itu bukan buat 'diet' doang ya, tapi buat cegah penyakit?"
Bener. Vitamin C dari buah kayak jeruk, stroberi itu penting buat daya tahan tubuh."


Seri 1 – 'Misi Hijau di Piringku!'
"Noted! Mulai hari ini, gua gak cuma makan nasi. Gua butuh pelangi di piring gua!"
"#Seluiz, Selamat datang di dunia real food, Vin !"


Seri 1 – 'Misi Hijau di Piringku!'
Tahukah kamu?
Remaja yang kekurangan sayur & buah berisiko mengalami:
Sembelit kronis
Anemia remaja
Imunitas lemah
Jerawat & kulit kusam
Gangguan pertumbuhan
Risiko penyakit tidak menular di usia muda
Yuk, makan sayur dan buah setiap hari! Mulai dari sekarang.
Follow @gizi_genz buat tips sehat kekinian lainnya!
#PiringPelangi
#GenZSehat
#SayurBuahEveryday
#MisiHijauDiPiringku


5
Seri 2 – "5 Warna di Piringku Setiap Hari" (Lanjutan)


Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari' (Lanjutan)
"Anak-anak, ada yang tahu kenapa kita harus makan buah dan sayur setiap hari?"
"Biar sehat, Bu!"
"Benar. Tapi berapa banyak yang harus dikonsumsi?"
[Di kelas, suasana pelajaran gizi - LCD menampilkan grafik piramida makanan]
"Menurut WHO dan Kemenkes RI, kita butuh minimal 400 gram sayur dan buah per hari."
"Itu setara apa, Bu? Gak kebayang deh 400 gram kayak gimana."


• Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari' (Lanjutan)
"Kalau dibagi kayak gitu sih gak berat ya, Bu."
Narasi visual:
Contoh 400 gram/hari:
- Pagi: 1 pisang (100 g)
- Siang: 1 porsi sop sayur (150 g)
- Sore: 1 apel (100 g)
- Malam: tumis bayam (50 g)


• Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari' (Lanjutan)
[Di kantin, mereka diskusi sambil buka bekal]
[Reko buka kotak bekal berwarna-warni]
Canteen
"Bekel gua hari ini nasi + ayam + sayur wortel buncis. Sama buah naga buat camilan."
"Berasa kayak ngoleksi kekuatan superhero ya!"
"Warna makanan = kode alami nutrisi. Merah bagus buat jantung, oranye buat mata, hijau buat pencernaan, ungu buat antioksidan."
"Gua mulai buat challenge piring pelangi. Gak nyangka, makanan jadi kelatan lebih rame dan seru."


[Flashcard edukatif dalam komik]
Anjuran Konsumsi Sayur & Buah (Kemenkes RI):
Sayur: ≥ 3 porsi/ hari
Buah: ≥ 2 porsi/ hari
Tip praktis:
– Bawa buah potong ke sekolah
– Tambahkan lalapan/ sayur sop ke nasi
– Smoothie tanpa gula tambahan
24/7
Selingi di tiap waktu makan
Total: ≥ 400 gram/hari


• Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari' (Lanjutan)
Scene berganti ke rumah Adit]
"Kamu sekarang doyan brokoli? Tumben..."
"Bagus! Mumpung masih muda, biasain makan sehat dari sekarang."
"Katanya 3 porsi sayur sehari itu wajib. Jadi ya... dicoba lah."


Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari' (Lanjutan)
"Bekel gua ada serunya, wortel rebus, dan nasi merah. Gaya hidup sehat gak bikin ketinggalan zaman, kok."
"Serius. Sekarang gaya hidup sehat tuh keren. Kayak #HealthyGlowChallenge!"
[Scene besok pagi di sekolah, anak-anak saling pamer bekal sehat]


• Seri 2 – '5 Warna di Piring, Sehat Setiap Hari'
(Lanjutan)
"Ayo coba mulai dari satu warna baru per hari. Hari ini tambah hijau, besok oranye, minggu depan lengkap 5 warna!"
Manfaat ikuti anjuran konsumsi sayur & buah:
Lebih bertenaga
Imunitas meningkat
Mood lebih stabil
Jaga berat badan ideal
Cegah risiko penyakit
Mulai dari bekal sekolahmu hari ini!
#5WarnaSehari
#PiringPelangi
#GiziGen2


Seri 3 – 'Superpower dari Alam: Sayur dan Buah!'
[Adit lagi scroll media sosial, muncul iklan "skin glow" dan vitamin mahal]
"Iklan skin booster mulu... mahal banget. Gua pengen glowing juga tapi dompet gak glowing."


Seri 3 – "Superpower dari Sayur dan Buah!"


Seri 3 – 'Superpower dari Alam: Sayur dan Buah!'
[Kakaknya lewat sambil makan potongan pepaya]
"Coba deh mulai dari pepaya, tomat, dan wortel. Makanan alami, murah, tapi manfaatnya gak kalah dari suplemen."
"Iklan skin booster mulu... mahal banget. Gua pengen glowing juga tapi dompet gak glowing."
"Emang ngaruh?"


Seri 3 – 'Superpower dari Alam: Sayur dan Buah!
[Scene di sekolah, Salsa cerita tentang perubahan setelah rajin makan sayur dan buah]
"Sejak gua rutin makan buah tiap pagi, badan gua lebih ringan, gak gampang capek, dan udah jarang jerawatan."
[Jaka cerita pengalaman pribadi]
"Gua dulu sering sembelit. Ternyata gara-gara kurang serat. Setelah rajin makan bayam, timun, dan pepaya, sekarang tiap pagi lancar!"
"Nih, gua print dari internet. Efek kekurangan sayur & buah bisa serius:
[Guru masuk dan melanjutkan edukasi di kelas]
"Sayur dan buah bukan hanya penting untuk sekarang, tapi juga mencegah penyakit tidak menular saat kalian dewasa."
"Remaja yang makan sayur-buah cukup punya risiko lebih rendah terkena obesitas, diabetes, bahkan kanker."


Seri 3 – 'Superpower dari Alam: Sayur dan Buah!'
"Yuk, kita lanjutin challenge #5WarnaSehari Tapi sekarang ditambah: #SuperpowerSayurBuah!"
"Setuju! Gaya hidup sehat = gaya hidup keren."
"Awalnya gua kira ribet, ternyata enak juga. Dan jujur, gua ngerasa lebih 'fresh' sekarang."
[Adit mulai rutin bawa bekal buah potong dan sayuran rebus ke sekolah]


Seri 3 – 'Superpower dari Alam: Sayur dan Buah!'
"Sayur dan buah bukan cuma sehat, tapi juga powerful! Yuk, hidup sehat bareng-bareng!"
Manfaat Konsumsi Sayur & Buah Secara Rutin
Kulit sehat dan bersih
Berat badan ideal
BAB lancar
Fokus belajar meningkat
Mood lebih stabil
Imunitas kuat
Cegah penyakit kronis

Lampiran 7 Ethical Clearance



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.01.26.3873/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Adinda Putri Octavia Silaban
Principal In Investigator

Nama Institusi : poltekkes kemenkes medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Menggunakan Media Komik Digital Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam"

"The Effect of Nutrition Education Using Digital Comic Media on the Knowledge and Attitudes of Adolescents at SMP Negeri 1 Lubuk Pakam"

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 setiap standar.

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 Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 September 2026 sampai dengan tanggal 11 September 2027.

This declaration of ethics applies during the period September 11, 2026 until September 11, 2027.

September 11, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Medan

Lubuk Pakam, 25 Agustus 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/1649/2025
Lampiran : -
Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMPN 1 Lubuk Pakam
di_
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Bapak Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes, RD untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMPN 1 Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1.	Adinda Putri Octavia Silaban	P01031222002	Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Komik Digital Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja Di SMPN 1 Lubuk Pakam

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan,

Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

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.

BLU

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 9 Surat Balasan Izin Penelitian

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS PENDIDIKAN
UPT SPF SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM
Jalan Kartini No. 4 Lubuk Pakam 20516
Telepon (061) 7951023 Pos-el: smpn1_pakam@yahoo.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 400.3/111/SMPN1LP/IV/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini

nama : Nelly Gajah Manik, S.Pd
jabatan : Plt. Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa

nama	:	Adinda Putri Octavia Silaban
NIM	:	P01031222002
program studi	:	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
maksud	:	Benar telah melaksanakan penelitian di UPT SPF SMP Negeri 1 Lubuk Pakam yang digunakan untuk keperluan penyusunan Skripsi yang berjudul "*Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Komik Digital Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja SMPN 1 Lubuk Pakam* " yang dilaksanakan dari tanggal 25 Agustus 2025

Demikian disampaikan untuk dipergunakan.

28 April 2026
Plt. Kepala Sekolah

Nelly Gajah Manik, S.Pd
NIP. 198506102011012017

Lampiran 10 Lampiran 10. Master Tabel Identitas

No	Nama	Kelas	Usia	Jenis kelamin	Skor pretest Pengetahuan	Skor postest Pengetahuan	Skor pretest Sikap	Skor Postest Sikap
1.	R1	VIII-1	12	P	11	15	41	39
2.	R2	VIII-1	12	L	11	14	33	36
3.	R3	VIII-1	12	P	6	15	37	38
4.	R4	VIII-1	13	P	8	11	41	35
5.	R5	VIII-1	12	P	9	15	37	35
6.	R6	VIII-1	12	L	8	15	33	31
7.	R7	VIII-1	12	L	9	13	39	33
8.	R8	VIII-1	12	L	8	12	30	41
9.	R9	VIII-2	12	P	8	13	35	32
10	R10	VIII-2	12	P	12	15	36	37
11	R11	VIII-2	13	P	9	15	31	37
12	R12	VIII-2	12	P	8	13	33	44
13	R13	VIII-2	12	P	6	13	39	40
14	R14	VIII-2	12	P	11	15	30	39
15	R15	VIII-2	13	P	9	15	37	39
16	R16	VIII-2	12	L	11	15	44	37
17	R17	VIII-3	12	L	6	15	33	34
18	R18	VIII-3	12	L	7	14	35	35
19	R19	VIII-3	13	P	11	15	41	41
20	R20	VIII-3	12	P	10	12	37	36
21	R21	VIII-3	13	L	7	15	28	32
22	R22	VIII-3	13	L	6	15	39	37
23	R23	VIII-3	12	L	8	14	38	36
25	R25	VIII-3	12	P	8	13	35	35
26	R26	VIII-4	12	L	11	14	36	35
27	R27	VIII-4	12	P	11	15	36	42
28	R28	VIII-4	13	P	9	15	41	36
29	R29	VIII-4	12	P	10	15	33	34
30	R30	VIII-4	12	P	9	13	36	39
31	R31	VIII-4	12	P	13	15	40	33
32	R32	VIII-4	13	L	11	14	35	37

33	R33	VIII-4	13	L	11	14	36	38
34	R34	VIII-5	12	P	11	12	40	44
35	R35	VIII-5	12	P	13	11	36	42
36	R36	VIII-5	11	P	12	12	40	38
37	R37	VIII-5	12	P	11	10	38	47
38	R38	VIII-5	12	P	7	12	32	37
39	R39	VIII-5	12	L	6	11	34	38
40	R40	VIII-5	13	L	9	11	33	36
41	R41	VIII-5	12	P	8	12	35	30
42	R42	VIII-6	12	P	11	14	31	50
43	R43	VIII-6	12	P	12	15	40	44
44	R44	VIII-6	13	L	9	12	35	36
45	R45	VIII-6	12	P	9	12	35	39
46	R46	VIII-6	11	P	8	15	35	35
47	R47	VIII-6	12	P	5	10	35	38
48	R48	VIII-6	12	L	12	12	34	39
49	R49	VIII-6	12	L	8	11	45	48
50	R50	VIII-7	12	P	8	13	35	45
51	R51	VIII-7	13	L	8	11	36	48
52	R52	VIII-7	12	L	10	12	45	36
53	R53	VIII-7	12	L	8	14	37	36
54	R54	VIII-7	12	L	9	12	33	39
55	R55	VIII-7	12	L	13	14	38	34
56	R56	VIII-7	12	L	7	12	39	40
57	R57	VIII-7	14	L	10	13	39	35
58	R58	VIII-8	12	L	7	11	50	36
59	R59	VIII-8	12	L	8	12	36	39
60	R60	VIII-8	12	P	7	11	32	39
61	R61	VIII-8	13	P	12	13	31	41
62	R62	VIII-8	12	L	9	12	39	39
63	R63	VIII-8	12	L	7	14	38	36
64	R64	VIII-8	12	P	8	14	31	33
65	R65	VIII-8	12	L	10	12	34	30
66	R66	VIII-9	12	L	13	15	39	35
67	R67	VIII-9	12	P	6	14	33	34
68	R68	VIII-9	13	L	9	14	27	36

69	R69	VIII-9	12	L	8	10	28	50
70	R70	VIII-9	12	P	5	11	38	35
71	R71	VIII-9	12	P	14	14	29	38
72	R72	VIII-9	13	L	8	10	38	50
73	R73	VIII-9	13	P	9	12	28	37
74	R74	VIII- 10	12	P	9	11	30	29
75	R75	VIII- 10	12	P	5	10	34	32

Lampiran 11 Master Tabel sebelum dan sesudah pengetahuan sikap

ID	PRETEST PENGETAHUAN																POSTEST PENGETAHUAN															
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	Total skor	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	SKOR
1.	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
2.	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	14
3.	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
4.	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	8	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	11
5.	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
6.	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
7.	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	9	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	13
8.	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	8	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	12
9.	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	13
10.	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
11.	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
12.	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	8	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	13
13.	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	6	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
14.	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
15.	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
16.	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15

17.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**6**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
18.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**7**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**14**
19.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
20.	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**10**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
21.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**7**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
22.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**6**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
23.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**8**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
24.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**8**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**13**
25.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
26.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
27.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
28.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**10**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
29.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**13**
30.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**13**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
31.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
32.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
33	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**12**	

.																																
34.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**13**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**
35.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**12**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
36.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**10**
37.	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**7**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**12**
38.	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**6**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**11**
39.	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**
40.	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**8**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
41.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
42.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
43.	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**12**
44.	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
45.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**8**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
46.	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**5**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**10**
47.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
48.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**8**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**13**
49.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**8**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**

50.	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**10**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
51.	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**8**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
52.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**12**
53.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**13**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
54.	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**7**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
55.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**10**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**13**
56.	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**7**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**
57.	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**8**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**12**
58.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**7**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**
59.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**13**
60.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**9**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
61.	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**7**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
62.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**8**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
63.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**10**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**12**
64.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**13**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**15**
65.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**6**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
66	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**

.																																
67.	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**5**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**
68.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**14**
69.	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**8**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**10**
70.	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**12**
71.	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**11**
72.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**5**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**10**
73.	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**9**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**1**	**1**	**12**
74.	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**11**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**11**
75.	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**	**1**	**1**	**0**	**0**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**0**	**1**	**1**	**1**	**1**	**11**
%	**100%**	**48%**	**23%**	**77%**	**64%**	**29%**	**61%**	**93%**	**49%**	**84%**	**28%**	**73%**	**29%**	**67%**	**91%**	**913%**	**97%**	**89%**	**63%**	**84%**	**88%**	**73%**	**91%**	**96%**	**80%**	**96%**	**76%**	**93%**	**84%**	**95%**	**95%**	**1304%**
TOTAL	75	36	17	58	48	22	46	70	37	63	21	55	22	50	68	685	73	67	47	63	66	55	68	72	60	72	57	70	63	71	71	978

ID	PRETEST SIKAP										POSTEST SIKAP										
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	Total skor	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	SKOR
1.	5	2	5	1	5	5	3	5	5	5	41	5	2	5	2	5	5	2	3	5	5	39
2.	5	1	4	1	4	3	2	5	4	4	33	5	4	2	1	4	5	2	4	5	4	36
3.	5	2	5	1	5	5	4	4	5	1	37	5	2	5	1	5	4	1	5	5	5	38
4.	5	3	5	2	5	5	3	3	5	5	41	4	3	4	1	4	4	3	3	4	5	35
5.	5	2	4	1	4	4	3	4	5	5	37	5	3	4	1	5	5	1	5	5	1	35
6.	5	3	3	1	3	3	2	3	5	5	33	5	3	3	1	3	4	3	3	5	1	31
7.	5	2	3	4	5	3	5	5	5	2	39	4	1	4	1	4	4	4	3	4	4	33
8.	5	2	4	1	4	3	2	3	5	1	30	5	4	4	4	5	2	2	5	5	5	41
9.	5	4	5	1	3	3	1	3	5	5	35	5	5	1	1	1	5	1	3	5	5	32
10.	5	3	4	2	4	5	2	5	5	1	36	5	2	4	2	4	5	1	5	5	4	37
11.	5	2	4	1	3	4	2	4	5	1	31	5	2	5	1	4	5	2	3	5	5	37
12.	5	3	4	1	3	5	1	1	5	5	33	5	5	4	3	5	4	5	3	5	5	44
13.	5	4	5	1	4	3	5	5	4	5	39	4	3	4	1	5	5	5	5	4	4	40
14.	5	1	5	3	2	4	3	1	3	5	30	5	3	4	3	4	5	3	5	4	3	39
15.	5	2	4	1	4	4	3	4	5	5	37	5	2	4	2	5	5	2	5	5	4	39
16.	5	4	5	3	5	5	5	2	5	5	44	5	3	4	2	5	5	2	1	5	5	37
17.	5	2	4	1	3	3	1	5	5	4	33	5	2	4	1	4	3	2	5	4	4	34
18.	5	2	4	1	3	5	2	4	4	5	35	5	3	4	3	1	4	2	4	4	5	35
19.	5	4	5	2	4	4	2	5	5	5	41	5	2	5	2	5	5	2	5	5	5	41
20.	5	2	4	1	4	4	2	5	5	5	37	5	2	5	1	4	4	3	4	4	4	36
21.	5	2	3	2	1	5	2	1	5	2	28	4	5	5	1	4	5	1	1	4	2	32
22.	5	1	5	2	5	4	2	5	5	5	39	5	2	5	1	5	5	2	2	5	5	37
23.	5	2	4	2	5	4	2	5	5	5	38	5	2	4	4	3	4	2	3	4	5	36
24.	5	3	5	1	4	4	4	2	5	4	36	4	3	4	1	4	3	2	5	5	4	35
25.	5	1	5	1	2	5	2	5	5	5	36	5	3	4	1	5	5	1	5	5	1	35
26.	5	2	5	3	4	5	2	5	5	5	41	5	3	4	2	5	4	4	5	5	5	42
27.	5	3	5	1	3	2	2	5	5	2	33	4	2	4	2	4	4	3	4	4	5	36
28.	5	2	4	1	4	4	2	5	5	4	36	5	2	5	2	4	4	2	2	4	4	34
29.	5	3	4	2	5	4	2	5	5	4	40	5	3	4	2	5	4	2	5	5	4	39

30.	**5**	**1**	**4**	**1**	**5**	**4**	**2**	**4**	**3**	**4**	**35**	**5**	**1**	**4**	**1**	**5**	**4**	**2**	**4**	**3**	**4**	**33**
31.	**5**	**2**	**4**	**2**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**36**	**5**	**2**	**4**	**2**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**37**
32.	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**4**	**2**	**5**	**5**	**4**	**40**	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**4**	**2**	**5**	**5**	**4**	**38**
33.	**5**	**4**	**4**	**4**	**5**	**5**	**3**	**5**	**5**	**4**	**36**	**5**	**4**	**4**	**4**	**5**	**5**	**3**	**5**	**5**	**4**	**44**
34.	**5**	**2**	**4**	**4**	**5**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**40**	**5**	**2**	**4**	**4**	**5**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**42**
35.	**5**	**1**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**38**	**5**	**1**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**38**
36.	**5**	**4**	**5**	**4**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**4**	**32**	**5**	**4**	**5**	**4**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**4**	**47**
37.	**5**	**3**	**2**	**2**	**4**	**5**	**2**	**5**	**4**	**5**	**34**	**5**	**3**	**2**	**2**	**4**	**5**	**2**	**5**	**4**	**5**	**37**
38.	**5**	**3**	**4**	**2**	**4**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**33**	**4**	**3**	**4**	**2**	**4**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**38**
39.	**5**	**3**	**4**	**2**	**5**	**4**	**2**	**3**	**4**	**4**	**35**	**5**	**3**	**4**	**2**	**5**	**4**	**2**	**3**	**4**	**4**	**36**
40.	**5**	**3**	**3**	**1**	**3**	**3**	**1**	**1**	**5**	**5**	**31**	**5**	**3**	**3**	**1**	**3**	**3**	**1**	**1**	**5**	**5**	**30**
41.	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**40**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**5**	**50**
42.	**5**	**5**	**4**	**2**	**5**	**5**	**4**	**4**	**5**	**5**	**35**	**5**	**5**	**4**	**2**	**5**	**5**	**4**	**4**	**5**	**5**	**44**
43.	**5**	**1**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**5**	**4**	**35**	**5**	**1**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**5**	**4**	**36**
44.	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**35**	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**39**
45.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**4**	**4**	**35**	**4**	**2**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**4**	**4**	**35**
46.	**5**	**2**	**5**	**2**	**5**	**4**	**2**	**3**	**5**	**5**	**34**	**5**	**2**	**5**	**2**	**5**	**4**	**2**	**3**	**5**	**5**	**38**
47.	**5**	**2**	**4**	**2**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**35**	**5**	**2**	**4**	**2**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**39**
48.	**5**	**5**	**4**	**3**	**5**	**5**	**3**	**5**	**5**	**5**	**36**	**5**	**5**	**4**	**3**	**5**	**5**	**3**	**5**	**5**	**5**	**45**
49.	**5**	**5**	**5**	**4**	**5**	**5**	**4**	**5**	**5**	**5**	**45**	**5**	**5**	**5**	**4**	**5**	**5**	**4**	**5**	**5**	**5**	**48**
50.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**4**	**4**	**5**	**37**	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**4**	**4**	**5**	**36**
51.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**3**	**4**	**4**	**4**	**33**	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**3**	**4**	**4**	**4**	**36**
52.	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**38**	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**39**
53.	**5**	**3**	**4**	**1**	**4**	**4**	**1**	**4**	**4**	**4**	**39**	**5**	**3**	**4**	**1**	**4**	**4**	**1**	**4**	**4**	**4**	**34**
54.	**5**	**2**	**4**	**1**	**4**	**5**	**5**	**5**	**5**	**4**	**39**	**5**	**2**	**4**	**1**	**4**	**5**	**5**	**5**	**5**	**4**	**40**
55.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**4**	**4**	**50**	**4**	**2**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**4**	**4**	**4**	**35**
56.	**5**	**4**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**5**	**5**	**1**	**36**	**5**	**4**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**5**	**5**	**1**	**36**
57.	**5**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**4**	**5**	**5**	**32**	**5**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**4**	**5**	**5**	**39**
58.	**5**	**2**	**4**	**2**	**5**	**5**	**2**	**5**	**4**	**5**	**31**	**5**	**2**	**4**	**2**	**5**	**5**	**2**	**5**	**4**	**5**	**39**
59.	**5**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**39**	**5**	**3**	**5**	**1**	**5**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**41**
60.	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**38**	**5**	**2**	**5**	**1**	**5**	**5**	**1**	**5**	**5**	**5**	**39**
61.	**5**	**2**	**4**	**2**	**3**	**5**	**1**	**5**	**4**	**1**	**31**	**4**	**2**	**4**	**2**	**3**	**5**	**1**	**5**	**4**	**1**	**36**
62.	**5**	**4**	**3**	**1**	**5**	**4**	**2**	**3**	**2**	**5**	**34**	**5**	**4**	**3**	**1**	**5**	**4**	**2**	**3**	**2**	**5**	**33**

63.	**5**	**4**	**5**	**1**	**3**	**4**	**2**	**5**	**5**	**5**	**39**	**5**	**4**	**5**	**1**	**3**	**4**	**2**	**5**	**5**	**5**	**30**
64.	**5**	**3**	**3**	**1**	**3**	**4**	**1**	**3**	**5**	**5**	**33**	**5**	**3**	**3**	**1**	**3**	**4**	**1**	**3**	**5**	**5**	**35**
65.	**5**	**4**	**3**	**3**	**2**	**2**	**1**	**1**	**2**	**4**	**27**	**5**	**4**	**3**	**3**	**2**	**2**	**1**	**1**	**2**	**4**	**34**
66.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**5**	**5**	**5**	**38**	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**5**	**5**	**5**	**36**
67.	**5**	**2**	**1**	**3**	**4**	**2**	**1**	**5**	**4**	**2**	**29**	**5**	**2**	**1**	**3**	**4**	**2**	**1**	**5**	**4**	**2**	**35**
68.	**5**	**1**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**38**	**5**	**1**	**4**	**2**	**4**	**5**	**2**	**5**	**5**	**5**	**38**
69.	**5**	**4**	**2**	**4**	**4**	**3**	**1**	**2**	**1**	**2**	**28**	**5**	**4**	**2**	**4**	**4**	**3**	**1**	**2**	**1**	**2**	**50**
70.	**5**	**2**	**4**	**2**	**2**	**4**	**2**	**2**	**4**	**4**	**30**	**4**	**2**	**4**	**2**	**2**	**4**	**2**	**2**	**4**	**4**	**37**
71.	**5**	**2**	**4**	**2**	**3**	**3**	**2**	**3**	**5**	**5**	**34**	**5**	**2**	**4**	**2**	**3**	**3**	**2**	**3**	**5**	**5**	**29**
72.	**5**	**2**	**3**	**1**	**4**	**4**	**2**	**5**	**4**	**4**	**33**	**4**	**2**	**3**	**1**	**4**	**4**	**2**	**5**	**4**	**4**	**32**
73.	**5**	**4**	**3**	**1**	**4**	**4**	**2**	**3**	**4**	**4**	**34**	**5**	**4**	**3**	**1**	**4**	**4**	**2**	**3**	**4**	**4**	**37**
74.	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**4**	**5**	**4**	**36**	**5**	**2**	**4**	**2**	**4**	**4**	**2**	**4**	**5**	**4**	**37**
75.	**5**	**3**	**4**	**3**	**4**	**5**	**3**	**3**	**4**	**5**	**39**	**5**	**3**	**4**	**3**	**4**	**5**	**3**	**3**	**4**	**5**	**34**
%	**100,00 %**	**51,73 %**	**82,40 %**	**36,80 %**	**81,07%**	**85,07%**	**44,53%**	**81,60%**	**91,73%**	**84,00%**	**715,73%**	**96,80%**	**54,93%**	**80,27%**	**38,13%**	**84,00%**	**87,47 %**	**42,93 %**	**80,80 %**	**90,13%**	**84,80 %**	**748,27 %**
TOTAL	375	194	309	138	304	319	167	306	344	315	2684	363	206	301	143	315	328	161	303	338	318	2806

Lampiran 12 Master Tabel Pre-test & Post-test Pengetahuan

No	Pertanyaan Pengetahua n	Pengetahuan							
		Pre-test				Post-test			
		Benar	Salah			Benar		Salah	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Mengapa remaja dianjurkan mengonsumsisayur dan buah setiap hari?	75	100	-	-	73	97,3	2	2,7
2.	jika kurang serat dari sayur dan buah adalah	39	52,0	36	48,0	67	89,3	8	10,7
3.	Sayur dan buah membantu mencegah penyakir, kecuali	58	77,3	17	22,7	47	62,7	28	37,3
4.	Zat gizi dari buah jeruk dan stroberi yang baik untuk daya tahan tubuh adalah	17	22,7	58	77,3	63	84,0	12	16,0

5.	Warna makanan alami menunjukkan	27	36,0	48	64,0	66	88,0	9	12,0
6.	Konsumsi buah dan Sayur yang dianjurkan menurut WHO dan kemenkes RI adalah	53	70,0	22	29,3	55	73,3	20	26,7
7.	Jika seorang remaja hanya makan nasi dan ayam setiap hari tanpa sayur, maka risiko utamanya adalah	29	38,7	46	61,3	68	90.7	7	9,3
8.	Salah satu cara mudah menambahkan sayur ke makanan harian adalah	5	6,7	70	93,3	72	96,0	3	4,0

9.	Salah satu tanda kurang vitamin A adalah	38	50,7	37	49,3	60	80,0	15	20,0
10.	Remaja yang cukup konsumsi sayur dan buah cenderung	12	16,0	63	84,0	72	96,0	3	4,0
11.	Buah berwarna merah, seperti semangka dan tomat, Bermanfaat untuk	54	72,0	21	28,0	57	76,0	18	24,0
12.	Manfaat dari konsumsi serat yang cukup adalah	53	70,7	22	29,3	70	93,3	5	6,7
13.	Jika seseorang kekurangan zat besi, maka kemungkinan akan mengalami	53	70,7	22	29,3	63	84,0	12	16,0

14.	Apa manfaat jangka panjang dari kebiasaan makan sayur dan buah sejak remaja	25	33,3	50	66,7	71	94,7	4	5,3
15.	Tantangan dalam 5 warna sehari bertujuan untuk	7	9,3	68	90.7	71	94,7	4	5.3

Lampiran 13 Master Tabel Pre-test sikap

No	Pertanyaan sikap	Pretest									
		SS		S		RR		TS		STS	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Saya percaya bahwa makan sayur dan buah penting untuk menjaga kesehatan	75	100	-	-	-	-	-	-	-	-
2.	Saya merasa konsumsi sayur dan buah setiap hari itu dilakukan	4	5,3	12	16,0	16	21,3	35	46,7	8	10,7
3.	Saya berusaha membawa bekal yang mengandung sayur dan buah ke sekolah	25	33,3	38	50,7	9	12,0	2	2,7	1	1,3
4.	Saya malu makan sayur di depan teman-Teman	1	1,3	6	8,0	7	9,3	27	36,0	34	45,3
.5.	Saya menyukai Tantanganmaka 5 warna sayur dan buah setiap hari	28	37,3	29	38,7	13	17,3	4	5,3	1	1,3

6.	Saya tertarik mencoba resep sayur dan buah yang menarik	35	46,7	27	36,0	10	13,3	3	4,0	-	-
7.	Saya berpikir bahwa buah dan sayur hanya untuk orang yang sedang diet	6	8,0	4	5,3	9	12,0	38	50,7	18	24,0
8.	Saya siap mengurangi makanan	40	53,3	15	20,0	11	14,7	4	5,3	5	6,7
9.	Saya merasa tubuh saya lebih sehat jika rutin makan sayur dan buah	53	70,0	17	22,7	2	2,7	2	2,7	1	1,3
10.	Saya percaya bahwa sayur dan buah bisa mencegah penyakit sejak dini	43	57,3	21	28,0	-	-	5	6,7	6	8,0

Lampiran 14 Master Tabel Post-test sikap

No	Pertanyaan sikap	Postest									
		SS		S		RR		TS		STS	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Saya percaya bahwa makan sayur dan buah penting untuk menjaga kesehatan	75	100	-	-	-	-	-	-	-	-
2.	Saya merasa konsumsi sayur dan Buah setiap Hari tu dilakukan	4	5,3	12	16,0	16	21,3	35	46,7	8	10,7
3.	Saya berusaha membawa bekal ang mengandung sayur dan Buah ke sekola h	25	33.3	38	50,7	9	12,0	2	2,7	1	1,3
4.	Saya malu makan sayur di depan teman-Teman	1	1,3	6	8,0	7	9,3	27	36,0	34	45,3

5.	menyukai tantangan makan 5 warna sayur dan buah setiap hari	28	37,3	29	38,7	13	17,3	4	5,3	1	1,3
6.	Saya tertarik mencoba resep sayur dan buah yang menarik	35	46,7	27	36,0	10	13,3	3	4,0	-	-
7.	Saya berpikir bahwa buah dan sayur hanya untuk orang yang sedang diet	6	8,0	4	5,3	9	12,0	38	50,7	18	24,0
8.	Saya siap mengurangi makanan	40	53,3	15	20,0	11	14,7	4	5,3	5	6,7
9.	Saya merasa tubuh saya lebih sehat jika rutin makan sayur dan buah	53	70,7	17	22,7	2	2,7	2	2,7	1	1,3
10.	Saya percaya bahwa sayur dan buah bisa mencegah penyakit sejak dini	39	52,0	26	34,7	1	1,3	4	5,3	5	6,7

Lampiran 15 Olah data SPSS

A. Analisis Univariat

JK

		Frequency	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	34	45.3	45.3
	Perempuan	41	54.7	100.0
	Total	75	100.0	
		94		
Total		169		

KLS

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	94	55.6	55.6	55.6
VIII-1	7	4.1	4.1	59.8
VIII-2	11	6.5	6.5	66.3
VIII-3	7	4.1	4.1	70.4
VIII-4	7	4.1	4.1	74.6
VIII-5	7	4.1	4.1	78.7
VIII-6	8	4.7	4.7	83.4
VIII-7	7	4.1	4.1	87.6
VIII-8	7	4.1	4.1	91.7
VIII-9	7	4.1	4.1	95.9
VIII-10	7	4.1	4.1	100.0
Total	169	100.0	100.0	

Usia

		Frequnecy	**Valid percent**	**Cumulative percebt**
Valid	**11**	**1**	**1.3**	**1.3**
	12	**2**	**2.7**	**4.0**
	13	**54**	**72.0**	**76.0**
	14	**16**	**.21.3**	**97.3**
	15	**2**	**2.7**	**100.00**
Total		**75**	**100.0**	

lama punya ig

		Frequency	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	≤ 1 tahun	12	16.0	16.0
	> 1–2 tahun	44	58.7	74.7
	> 2 tahun	19	25.3	100.0
	Total	75	100.0	
Total		170		

Rata-rata skor pretest dan postest

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
pre_p	75	5	14	9.13	2.139
post_p	75	10	15	13.04	1.606
preee_s	75	27	50	35.73	4.028
postt_s	75	29	50	37.41	4.243
Valid N (listwise)	75				

1. **Kategori skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi**

kategori pengetahuan pre-test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	31	18.2	41.3	41.3
	cukup	34	20.0	45.3	86.7
	baik	10	5.9	13.3	100.0
	Total	75	44.1	100.0	
Total		170	100.0		

kategori pengetahuan post-test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	15	8.8	20.0	20.0
	baik	60	35.3	80.0	100.0
	Total	75	44.1	100.0	
Total		170	100.0		

2. **Kategori skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi**

kategori sikappretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sikap negatif	73	42.9	97.3	97.3
	sikap positif	2	1.2	2.7	100.0
	Total	75	44.1	100.0	
Total		170	100.0		

kategori sikappostest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sikap negatif	70	41.2	93.3	93.3
	sikap positif	5	2.9	6.7	100.0
	Total	75	44.1	100.0	
Total		170	100.0		

3. **Analisis Bivariat**

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pre_p	9.13	75	2.139	.247
	post_p	13.04	75	1.606	.185
Pair 2	preee_s	35.73	75	4.028	.465
	postt_s	37.41	75	4.243	.490

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pre_p & post_p	75	.234	.043
Pair 2	preee_s & postt_s	75	.084	.474

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pre_p - post_p	-3.907	2.355	.272	-4.448	-3.365	-14.367	74	.000
Pair 2	preee_s - postt_s	-1.680	5.600	.647	-2.968	-.392	-2.598	74	.011

Pengaruh edukasi gizi dengan media komik digital terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi dengan uji wilxocon

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_p - pre_p	Negative Ranks	2[a]	5.75	11.50
	Positive Ranks	68[b]	36.38	2473.50
	Ties	5[c]		
	Total	75		
postt_s - preee_s	Negative Ranks	27[d]	31.13	840.50
	Positive Ranks	43[e]	38.24	1644.50
	Ties	5[f]		
	Total	75		

Test Statistics[a]

	post_p - pre_p	postt_s - preee_s
Z	-7.226[b]	-2.358[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.018

Pengaruh edukasi gizi dengan media komik digital terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi dengan uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre_p	.138	75	.001	.965	75	.036
post_p	.178	75	.000	.891	75	.000
preee_s	.087	75	.200*	.973	75	.106
postt_s	.154	75	.000	.937	75	.001

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 16 Anggaran Biaya

No	Kegiatan	Satuan	Biaya	Jumlah
1.	Bahan habis dipakai: ◆ Print proposal ◆ Canva premium ◆ Transportasi	 3 set 1 bulan -	 Rp. 150.000 Rp. 15.000 Rp. 36.000	Rp.201.000
2.	◆ Snack ◆ Print kuesioner pretest dan postetst ◆ Bunga anggrek + ongkir	270 pcs 150 rangkap 1 set	Rp. 375.000 Rp. 180.000 Rp. 220.000	Rp. 775.000
Jumlah				Rp. 976.000

Lampiran 17 Rencana Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	2025							
		Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sept
1.	Penelusuran Pustaka								
2.	Penulisan proposal								
3.	Penyelesaian proposal								
4.	Ujian proposal								
5.	Perbaikan proposal								
6.	Persiapan penelitian								
7.	Penelitian								

No	Kegiatan	2025	2026				
		Desember	January	February	Maret	April	Mei
8.	Entry/olah data						
9.	Menulis bab 4 dan bab 5						
10.	Menulis bab 4 dan bab 5						
11.	Seminar hasil						

Lampiran 18 Dokumentasi Survei Pendahuluan





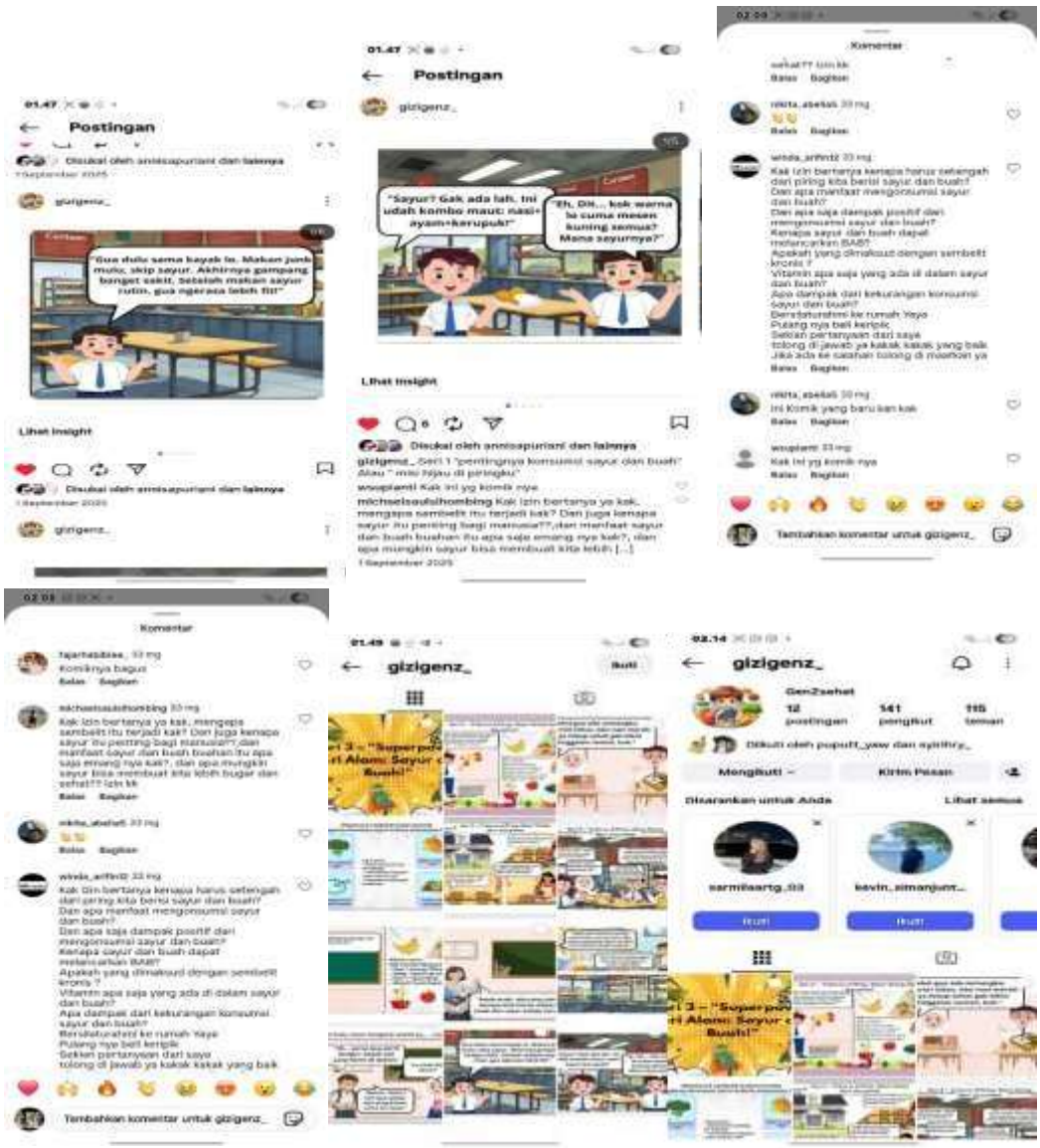




Lampiran 19 Dokumentasi pre-test



Lampiran 20 Dokumentasi komik Instagram



Lampiran 21 Dokumentasi Intervensi dan Postest











