

LAMPIRAN 1

NASKAH PENJELASAN PENELITIAN

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK SEKOLAH MENGENAI SAYUR DAN BUAH

Saya Dera Cahya Ramadhani mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung Program Diploma IV akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Mengenai Sayur Dan Buah”. Tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap anak sekolah dalam konsumsi sayur dan buah setelah diberikan intervensi.

Sasaran dalam penelitian ini adalah anak sekolah yang terpilih sesuai persyaratan. Penelitian ini dilaksanakan dengan cara responden mendengarkan materi Edukasi gizi mengenai sayur dan buah, melakukan tanya jawab, *post test* dan *pre-test* untuk melihat peningkatan pengetahuan dan perilaku mengenai konsumsi sayur dan buah. Sampel yang akan mengikuti penelitian ini minimal sebanyak 36 orang.

Penelitian ini memiliki manfaat secara umum, yaitu dapat mengetahui tingkat pengetahuan dan perilaku anak sekolah terkait konsumsi sayur dan buah, menambah wawasan anak agar memiliki pola makan yang beragam dan seimbang. Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan mengikuti seluruh rangkaian penelitian dapat menolak.

Semua informasi yang berkaitan dengan responden akan dijaga kerahasiannya. Semua data tidak akan dihubungkan dengan identitas

responden. Apabila memerlukan penjelasan lebih lanjut mengenai penelitian ini, silakan hubungi peneliti.

LAMPIRAN 2
PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)
INFORMED CONSENT

Saya telah mendapat penjelasan mengenai penelitian “Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Mengenai Sayur Dan Buah pada anak sekolah di SD Kartika XIX-4 dan Kartika XIX-5 Oleh karena itu saya:

Nama : _____

Kelas : _____

Alamat : _____

No.Tlp : _____

Memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Cimahi, 2021

Responden

Saksi

() ()

LAMPIRAN 3

KUESIONER PENELITIAN

“PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK SEKOLAH MENGENAI SAYUR DAN BUAH”

A. Identitas Responden

1. No. Sampel :
2. Nama :
3. Umur :
4. Tanggal Lahir :
5. No. Tlp :
6. Tanggal Pengambilan data :

B. Pengetahuan Anak Sekolah

Jawablah pertanyaan berikut ini dengan memberi tanda silang (X) pada jawaban yang tepat menurut anda.

1. Apa manfaat sayur dan buah?
 - a. Sebagai sumber tenaga
 - b. Sebagai zat pembangun
 - c. **Sebagai zat pengatur**
 - d. Mengenyangkan perut
2. Apakah zat gizi yang terkandung dalam buah dan sayur?
 - a. Karbohidrat
 - b. **Serat, vitamin dan mineral**
 - c. Lemak
 - d. Cairan
3. Apakah kegunaan dari vitamin, serat dan mineral dalam buah dan sayur?
 - a. Pelengkap makanan
 - b. **Mencegah terjadinya penyakit**

- c. Menaikan berat badan
 - d. Mencegah kehausan
4. Apa akibat jika seseorang kurang mengonsumsi buah dan sayur?
- a. Meningkatkan kesehatan
 - b. Terserang penyakit kanker**
 - c. Mudah lapar
 - d. Mudah haus
5. Apakah manfaat dari vitamin C?
- a. Mencegah terjadinya penyakit**
 - b. Membantu mengatasi anemia
 - c. Mencegah sakit mata
 - d. Membantu pertumbuhan otot
6. Apakah manfaat dari vitamin D?
- a. Mencegah pengerosan tulang**
 - b. Menambah energi
 - c. Mencegah kekurangan darah
 - d. Menyembuhkan sariawan
7. Vitamin A terdapat dalam sumber makanan apa?
- a. Brokoli**
 - b. Jeruk
 - c. Sawi
 - d. Salak
8. Terganggunya kesehatan mata merupakan salah satu penyebab kurangnya konsumsi vitamin?
- a. Vitamin K
 - b. Vitamin A**
 - c. Vitamin C
 - d. Vitamin B
9. Berapa porsi konsumsi sayur dan buah dalam sehari?
- a. 0-2 porsi

- b. 1-2 porsi
- c. 2-3 porsi**
- d. 4-5 porsi

10. Manakah yang tidak terkandung dalam sayur dan buah?

- a. Protein
- b. Serat
- c. Mineral
- d. Vitamin

11. Sayur dan buah yang mengandung vitamin C, yaitu?

- a. Tauge
- b. Jambu biji**
- c. Jamur
- d. Timun

12. Di bawah ini sumber makanan yang mengandung zat besi, yaitu?

- a. Bayam**
- b. Salak
- c. Semangka
- d. Jamur kuping

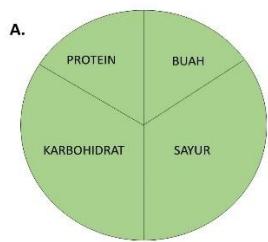
13. Apakah dampak yang terjadi jika kurang mengonsumsi zat besi?

- a. Darah tinggi
- b. Kekurangan darah (Anemia)**
- c. Sulit buang air besar (BAB)
- d. Mencegah penyakit kanker

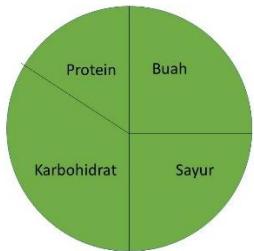
14. Apa manfaat serat bagi tubuh?

- a. Gangguan pencernaan**
- b. Meningkatkan kadar kolesterol
- c. Membantu menaikan berat badan
- d. Menurunkan kekebalan tubuh

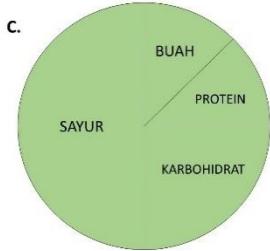
15. Manakah proporsi sayur dan buah yang sesuai dengan isi piringku dengan pedoman gizi seimbang?



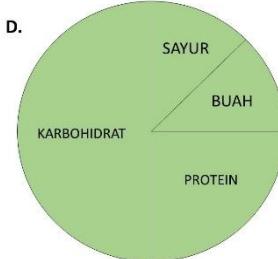
a.



b.



c.



d.

C. Kuesioner Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah

Form Kuesioner FFQ Semi kuantitatif

Nama:

Kelas:

Umur:

Tanggal Wawancara:

Jenis Kelamin:

Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi			Jumlah Per Hari	Keterangan
	Hari	Minggu	Bulan		
Sayuran					
Bayam					
Wortel					
Buncis					
Brokoli					

Kembang kol					
Kangkung					
Kacang Panjang					
Buah					
Jambu Biji					
Jeruk					
Apel					
Mangga					
Melon					
Pepaya					

LAMPIRAN 4

Media Power Point



GIZI SEIMBANG

Selain mengonsumsi karbohidrat dan protein, dianjurkan untuk mengonsumsi sayur dan buah



Zat Pengatur

Mengatur organ tubuh agar metabolisme dapat bekerja dengan baik





Sayur merupakan bagian dari tumbuhan yang dapat dimakan termasuk batang, akar, daun, bunga dan buahnya. Biasanya dimakan mentah atau matang.

Buah merupakan bagian dari tumbuhan yang dapat dimakan terdiri dari biji dan daging buah yang memiliki rasa asam dan manis.

MARI BERKENALAN DENGAN SAYUR DAN BUAH

Apa itu sayur dan buah?

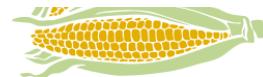
Jenis-Jenis Sayur

1. Sayur Daun
2. Sayur Akar/ Umbi
3. Sayur Buah
4. Sayur Bunga

Mengapa Konsumsi Buah itu Penting?



Mengkonsumsi sayur dan buah dengan porsi yang cukup setiap hari dapat membuat tubuh menjadi lebih sehat, aktif dan terhindari dari berbagai macam penyakit, seperti mencegah penyakit jantung, kanker, mencegah kegemukan (obesitas), bahkan dapat mengurangi risiko terkena COVID-19.



Kaya akan kalium yang sangat bermanfaat untuk mencegah stroke dan jantung koroner.

Contoh: Belimbing, nanas, pisang, labu kuning, paprika, dll.



Mengandung betakaroten yang berfungsi untuk menghambat proses penuaan dan meremajakan sel-sel tubuh. Selain itu, dapat membantu meningkatkan kekebalan tubuh.

Contoh: Labu kuning, wortel, pepaya, mangga, dan jeruk.



Kandungan Zat Gizi Buah dan Sayur



- 1 Vitamin
- 2 Mineral
- 3 Serat



Mengandung asam alegat yang membantu menormalkan tekanan darah, sedangkan sayuran hijau banyak mengandung vitamin C, vitamin B kompleks, zat besi, kalsium, magnesium, fosfor, betakaroten, dan serat.

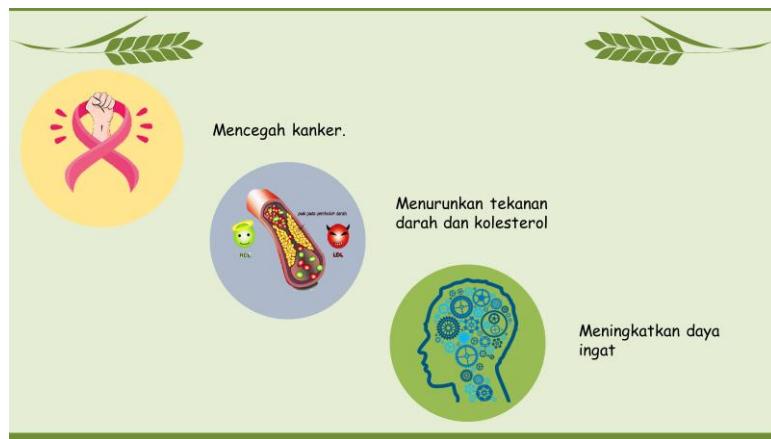
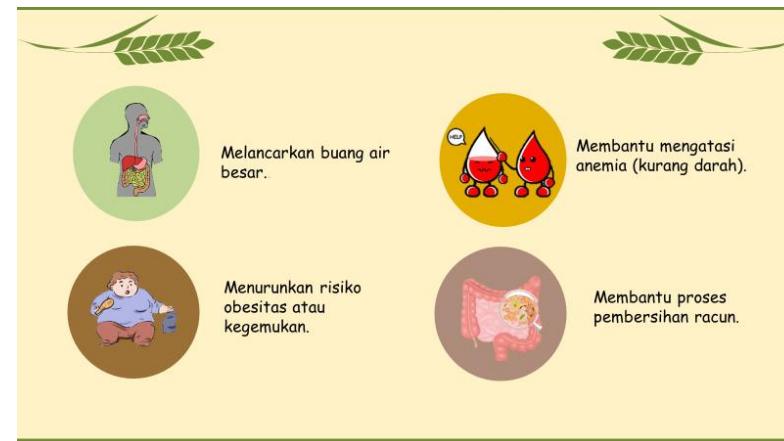
Contoh: Alpukat, melon, anggur hijau, bayam, sawi hijau, brokoli, dan kangkung



Mengandung serat dan vitamin C yang tinggi. Sayur dan buah berwarna putih dapat menjaga kesehatan sistem pencernaan serta meningkatkan ketahanan tubuh.

Contoh: Toge, kol, kembang kol, sawi putih, jamur, sirsak, duku, kelengkeng, dan leci.







Terganggunya Kesehatan Mata

Hal ini biasanya terjadi karena kekurangan vitamin A. Salah satu dampak yang paling umum adalah:

- Degenerasi macula: Kerusakan macula di dekat retina.
- Mata kering
- Penurunan fungsi penglihatan
- Xerophthalmia



xerophthalmia



Meningkatkan Risiko Kegemukan

Kandungan serat dalam sayuran dan buah dapat membuat rasa kenyang lebih lama. Konsumsi sayur dapat membantu mencegah *ngemil* berlebihan.



Menurunnya Kekebalan Tubuh

Akibat kurang makan sayur dan buah dapat menurunnya daya tahan tubuh yang dibutuhkan untuk memerangi radikal bebas, virus, bakteri, dan kuman penyakit lainnya.



Gangguan Pencernaan

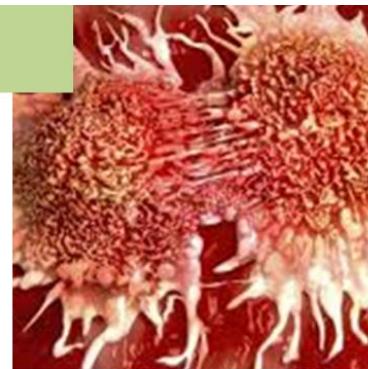
Serat mempunyai fungsi untuk membantu mencerna makanan yang masuk ke dalam perut dan juga membantu merangsang gerakan usus, sehingga sisa makanan yang telah dicerna dapat dikeluarkan dengan cepat oleh tubuh.

Ketika kandungan serat dalam tubuh berkurang, kemampuan usus dalam menyerap air, serta membuat sisa makanan lebih mudah dikeluarkan oleh tubuh akan terganggu.



Berisiko Terkena Kanker

Antioksidan dalam buah dan sayur dapat melindungi sel dari radikal bebas penyebab pertumbuhan sel kanker.





Mudah Stress



Asam pantotenat dan vitamin B6 yang kurang menjadi penyebab utama depresi pada orang yang kurang makan sayur dan buah.

Penelitian di Spanyol menunjukkan bahwa orang yang banyak makan buah-buahan dan sayur lebih rendah terkena stress.



Zat Gizi Mikro dalam Sayur dan Buah



Vit. A

Berfungsi untuk penglihatan/kesehatan mata, kekebalan, perkembangan tulang dan gigi, dll.
Sumber : Wortel, pepaya, daun singkong, bayam, mangga.

Vit. E

Berfungsi untuk merangsang reaksi kekebalan, mencegah penyakit jantung koroner, berguna juga sebagai antioksidan.
Sumber: biji-bijian, sayuran dan buah-buahan.



Anjuran Konsumsi Sayur dan Buah dalam Sehari

Dalam Pedoman Gizi Seimbang dianjurkan mengonsumsi sayur sebanyak 300-400 gram per hari.



Zat Gizi Mikro dalam Sayur dan Buah

Vit. B

Berfungsi untuk menambah energi, membantu proses metabolisme, meningkatkan fungsi otak, mencegah penilaian dini.
Sumber: Roti, pasta, buah, sayur, daging.

Vit. D

Berfungsi untuk membantu pengerasan tulang bersama vit. A , Vit C, Kalsium dan fosfor.
Sumber: Sinar matahari, makanan yang berasal dari sumber hewani seperti kuning telur, hati, minyak ikan, jamur, jeruk, dsb.

Zat Gizi Mikro dalam Sayur dan Buah

Vit. C

Berfungsi untuk mencegah infeksi, mencegah kanker, mencegah penuaan dini,dll.

Sumber: Jeruk, jambu biji, tomat, bayam, kol.

Vit. K

Berfungsi untuk pembekuan darah, membantu pertumbuhan tulang dan mencegah osteoporosis.

Sumber: Sayur dan buah.



Kandungan Zat Gizi Mikro dalam Sayur dan Buah

Kalium

Berfungsi mengontrol tekanan darah normal.

Sumber:
Sayuran hijau, pisang, belimbing.

Kalsium

Berfungsi untuk pembentukan tulang dan gigi .

Sumber:
Sayuran hijau.

Zat Besi (Fe)

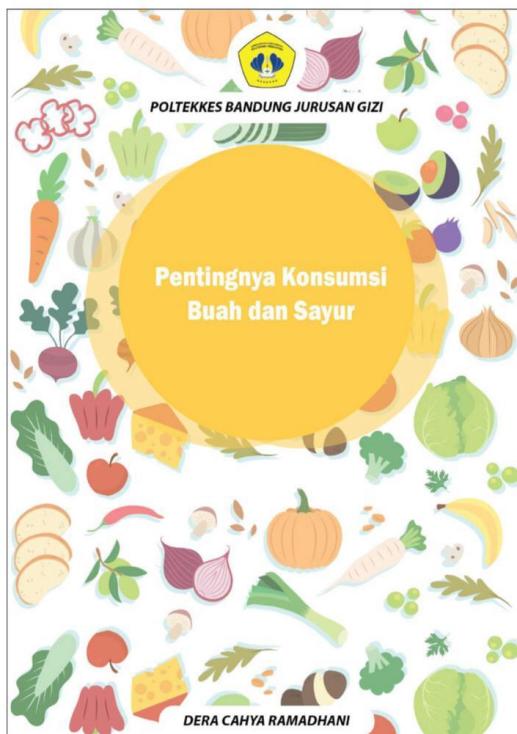
Berfungsi untuk sistem kekebalan, mencegah anemia.

Sumber:
Bayam, sawi, daun katuk, daun singkong.



LAMPIRAN 5

MEDIA BOOKLET



Kata Pengantar

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan petunjuk-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Booklet Sayur dan Buah ini dapat terselesaikan. Booklet ini merupakan dalam penyampaian materi mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah untuk dapat lebih dipahami dan diterapkan dengan baik dan benar.

Terimakasih penulis sampaikan kepada Mamat Rahmat, SKM, M.Kes selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan dalam pembuatan booklet ini. Terimakasih juga kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan booklet ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam booklet ini. Untuk itu penulis sangat menerima adanya kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan booklet ini. Semoga booklet ini dapat berguna bagi para pembaca khususnya untuk anak sekolah dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah.

APA ITU SAYUR DAN BUAH?

BUAH

Buah merupakan bagian dari tumbuhan yang dapat dimakan terdiri dari biji dan daging buah yang memiliki rasa asam dan manis.

SAYUR

Sayur merupakan bagian dari tumbuhan yang dapat dimakan termasuk batang, akar, daun, bunga dan buahnya. Biasanya dimakan mentah atau matang.



APA SAJA JENIS SAYUR DAN BUAH?



1. SAYUR DAUN

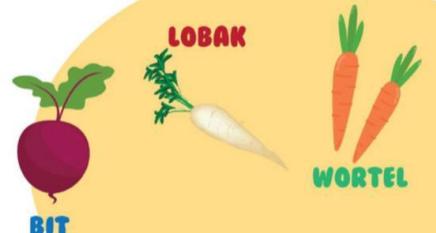


BAYAM

SAWI

KANGKUNG

2. SAYUR AKAR/UMBIA



BIT

LOBAK

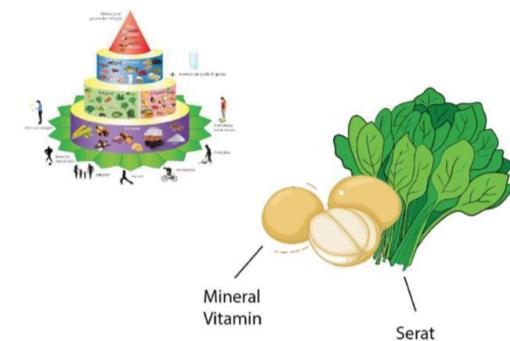
WORTEL

4

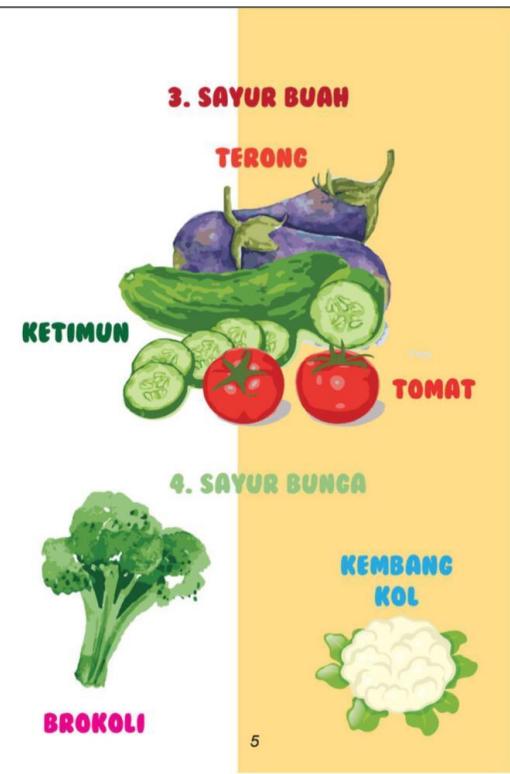
FUNGSI MAKANAN BERGIZI

1. Zat Tenaga (karbohidrat): Nasi, Singkong, Roti
2. Zat Pembangun (protein dan lemak): Lauk pauk
3. Zat Pengatur (Vitamin, mineral, serat): Sayur-sayuran dan buah-buahan.

Sayur dan buah memiliki kandungan vitamin, mineral dan serat yang



2



**Jingga**

Buah berwarna jingga mengandung betakaroten yang berfungsi untuk menghambat proses penuaan dan meremajakan sel-sel tubuh. Selain itu, dapat membantu meningkatkan kekebalan tubuh.

Contoh: Labu kuning, wortel, pepaya, mangga, dan jeruk.

Hijau

Buah berwarna hijau mengandung asam alegat yang membantu menormalkan tekanan darah, sedangkan sayuran hijau banyak mengandung vitamin C, vitamin B kompleks, zat besi, kalsium, magnesium, fosfor, betakaroten, dan serat.

Contoh: Alpukat, melon, angur hijau, bayam, sawi hijau, brokoli, dan kangkung.

**Putih**

Sayur dan buah berwarna putih mengandung serat dan vitamin C yang tinggi. Sayur dan buah berwarna putih dapat menjaga kesehatan sistem pencernaan serta meningkatkan ketahanan tubuh.

Contoh: Toge, kol, kembang kol, sawi putih, jamur, sirsak, duku, kelengkeng, dan leci.



MENGENAI KONSEP BUAH ITU PENTING?

Karena, mengkonsumsi sayur dan buah dengan Porsi yang cukup setiap hari dapat membuat tubuh menjadi lebih sehat,aktif dan terhindari dari berbagai macam penyakit, seperti mencegah penyakit jantung,kanker,mencegah kegemukan(obesitas) dll.

KAH SAWAH DAN BUAH

Walaupun buah dan sayur memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, namun masih banyak orang yang belum mengetahui manfaatnya. Berikut ini adalah beberapa manfaat buah dan sayur yang perlu diketahui.



Buah dan sayur memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Selain memberikan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh, mereka juga membantu dalam menjaga keseimbangan diet dan menghindari berbagai penyakit.

Contoh: Semangka, Stawberry, tomat, dan jambu biji.

Buah dan sayur memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Selain memberikan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh, mereka juga membantu dalam menjaga keseimbangan diet dan menghindari berbagai penyakit.

Contoh: Belimbing, pisang, sirsak, jambu, dan buah-buahan lainnya.

Manfaat

Manfaat

Manfaat

Jingga



Buah berwarna jingga mengandung betakaroten yang berfungsi untuk menghambat proses penuaan dan meremajakan sel-sel tubuh. Selain itu, dapat membantu meningkatkan kekebalan tubuh.

Contoh: Labu kuning, wortel, pepaya, mangga, dan jeruk.



Hijau

Buah berwarna hijau mengandung asam alegat yang membantu menormalkan tekanan darah, sedangkan sayuran hijau banyak mengandung vitamin C, vitamin B kompleks, zat besi, kalsium, magnesium, fosfor, betakaroten, dan serat.

Contoh: Alpukat, melon, anggur hijau, bayam, sawi hijau, brokoli, dan kangkung.



Putih

Sayur dan buah berwarna putih mengandung serat dan vitamin C yang tinggi. Sayur dan buah berwarna putih dapat menjaga kesehatan sistem pencernaan serta meningkatkan ketahanan tubuh.

Contoh: Toge, kol, kembang kol, sawi putih, jamur, sirsak, duku, kelengkeng, dan leci.

TAHUKAH KAMU, APA MANFAAT DARI SAYUR DAN BUAH?



1. Meningkatkan Daya Ingat

Antioksidan yang terkandung dalam buah dan sayur dapat meningkatkan sel-sel otak dan membantu meningkatkan daya ingat.



2. Tubuh Lebih Segar

Buah dan sayur memiliki kandungan serat dan mineral yang tinggi. Vitamin dan enzim bereaksi memproduksi energi.



3. Melancarkan buang air besar

Buah dan sayur memiliki serat yang tinggi untuk melancarkan metabolisme tubuh.



4. Sistem kekebalan tubuh meningkat

Buah dan sayur yang kaya Vitamin C dapat meningkatkan kekebalan tubuh.

5. Menjaga kesehatan tulang dan gigi
Buah dan sayur seperti lobak, bayam dan jeruk mengandung kalsium yang baik untuk menjaga kesehatan tulang dan gigi.



6. Membantu mengatasi obesitas
Buah dan sayur yang kaya akan serat dapat memberikan rasa kenyang yang lebih lama dan dapat mengurangi porsi makan yang berlebih.



7. Mencegah dan mengobati kanker
Buah dan sayur kaya akan mineral, vitamin, serta, dan antioksidan. Nutrisi tersebut memperkuat tubuh serta melawan berbagai jenis penyakit termasuk kanker.



8. Membuat lebih bahagia
Antioksidan dalam sayur terbukti mengurangi peradangan tubuh dan mampu melindungi seseorang dari depresi.

16

9. Menurunkan tekanan darah dan kadar kolesterol
Buah dan sayur memiliki serat larut yang dapat menurunkan kadar kolesterol serta kandungan antioksidan, kalium, kalsium, hingga magnesium yang dapat mengontrol tekanan darah.



10. Mengoptimalkan pertumbuhan
Buah dan sayur kaya akan gizi, seperti serat, kalsium, zat besi, seng, asam folat, dan berbagai vitamin yang berperan penting dalam tumbuh kembang anak.



11. Memelihara usus
Sayur dan buah seperti semangka, apel, dan pisang merupakan contoh prebiotic yang dapat membantu pertumbuhan bakteri baik dalam usus.



17

APA YANG TERJADI JIKA KITA KURANG MENCONSUMSI SAYUR DAN BUAH?

- A. Terganggunya kesehatan mata.
- B. Meningkatkan risiko kekurangan sel darah merah (anemia), sehingga tubuh jadi terasa lelah, lesu, mudah mengantuk dan kurang konsentrasi.
- C. Meningkatkan kolesterol darah.
- D. Menurunkan kekebalan tubuh.
- E. Meningkatkan risiko kegemukan.
- F. Meningkatkan risiko kanker kolon.
- G. Gangguan pencernaan.



18

BERAPA BANYAK SAYUR DAN BUAH YANG HARUS DINONSUMSI DALAM SENARAI?

Dalam Rekaan Gizi Seimbang, anak sebaiknya akan mengonsumsi buah dan sayur setiap hari dengan jumlah setidak-tidaknya 500g.

TIKALI
sempena hari ini
mengonsumsi 500g



- Makan sayur dan buah setiap hari
- Minum air putih yang cukup
- Konsumsi sayur dan buah secara berterusan agar kandungan zat-zat yang dibutuhkan bersifat berulang.

Selain itu, anda juga mungkin akan sezar dengan buah yang cukup sehat dengan memperhatikan point pada Pinting Makarun seperti contoh berikut ini.



Konsumsi buah dan sayur setiap hari
Terdapat 1 mangkuk sayur segeran atau ½ mangkuk sayur sejuk
Setiap hari konsumsi buah 2-3 kali dalam sehari.

11



VITAMIN A

Berfungsi untuk membantu berkembangnya mata, telinga dan kulit, pernapasan dan kesejahteraan. Sumber: Kacang, kelapa, daun singkong, bayam, mangga.

VITAMIN E

Berfungsi untuk menjaga sistem imunitas dan menjaga sel-sel tubuh agar tetap sehat. Sumber: Kacang, kelapa, biji-bijian, buah-buahan.

VITAMIN C

Berfungsi untuk mencegah infeksi, mencegah kanker, mencegah penuaan dini,dll. Sumber: Jeruk, jambu biji, tomat, bayam, kol.

VITAMIN C

Berfungsi untuk membantu pengerasan tulang bersama vit. A , Vit C, Kalsium dan fosfor. Sumber: Sinar matahari, makanan yang berasal dari sumber hewani seperti kuning telur, hati, minyak ikan,dsb.

VITAMIN D

Berfungsi untuk menambah energi, membantu proses metabolisme, meningkatkan fungsi otak, mencegah penuaan dini.Sumber: Roti, pasta, buah, sayur, daging.

B KOMPLEKS

Berfungsi untuk menambah energi, membantu proses metabolisme, meningkatkan fungsi otak, mencegah penuaan dini.Sumber: Roti, pasta, buah, sayur, daging.

13

KALIUM

Berfungsi mengontrol tekanan darah normal. Sumber: Sayuran hijau, pisang, belimbing.

KALSIUM

Berfungsi untuk pembentukan tulang dan gigi. Sumber: Sayuran hijau.

ZAT BESI

Berfungsi untuk sistem kekebalan, mencegah anemia. Sumber: bayam, sawi, daun katuk, daun singkong.

14

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan RI. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta; 2014.
- Sandjaja. Gizi. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara; 2010.
- Yulianti N. 1001 Khasiat Buah-Buahan. 1st ed. Yogyakarta: Andi Offset; 2011.
- Ahmad Djaelani Sediacetama. Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jild II. Jakarta: Dan Rakyat; 2012.
- Agus Santoso. Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. Magistra. 2011;75 Th.XXII: 35–40.
- Rosidi A, Sulistyowati E. Peran Pendidikan Dan Pekerjaan Ibu dalam Konsumsi Sayur Anak Prasekolah. J Gizi. 2012;1(1):1–8.
- Farida I. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Sayur dan Bush pada Remaja di Indonesia Tahun 2007. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2010.
- WHO. Fruit and Vegetable Promotion Initiative. World Health Organization.



LAMPIRAN 6

HASIL OUTPUT ANALISIS DATA

A. Analisis Univariat

Jenis Kelamin Sampel

Jenis Kelamin Sampel Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	7	38,9	38,9	38,9
	Perempuan	11	61,1	61,1	100,0

Jenis Kelamin Sampel Kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	7	38,9	38,9	38,9
	Perempuan	11	61,1	61,1	100,0

Usia Sampel

Usia Sampel Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	7	38,9	38,9	38,9
	10	11	61,1	61,1	100,0

Usia Sampel Kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	9	50,0	50,0	50,0
	10	9	50,0	50,0	100,0

Nilai Pengetahuan
Kelompok Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	9	50,0	50,0	50,0
	10	9	50,0	50,0	100,0

Nilai Pengetahuan
Diberi Media Booklet

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Skor pengetahuan sebelum intervensi	18	40,0	80,0	65,178	12,2151
Skor Pengetahuan Setelah Intervensi	18	73,3	100,0	89,250	7,6283

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Skor pengetahuan sebelum intervensi	18	33,0	86,7	72,535	14,9498
Skor Pengetahuan Setelah Intervensi	18	40,0	93,3	76,071	15,9882

Frekuensi Konsumsi

Kelompok Perlakuan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Frekuensi Konsumsi Sebelum Intervensi	18	1.281	6.13	2.8778	1.41035
Frekuensi konsumsi Setelah Intervensi	18	1.36	6.58	3.71	1.48023

Kelompok Kontrol

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Frekuensi Konsumsi Sebelum Intervensi	18	1,36	6,58	3,7129	1,48045
Frekuensi konsumsi Setelah Intervensi	18	1,54	6,57	3,9829	1,78238

B. Analisis Bivariat

Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kelas	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor Pengetahuan sebelum diberikan intervensi	Diberi Media Booklet	.191	18	.080	.915	18	.107
	Diberi media PPT	.338	17	.000	.802	17	.002
Skor pengetahuan setelah diberikan intervensi	Diberi Media Booklet	.258	18	.003	.861	18	.013
	Diberi media PPT	.196	17	.082	.887	17	.041
Delta pengetahuan	Diberi Media Booklet	.210	18	.035	.948	18	.389
	Diberi media PPT	.141	17	.200*	.959	17	.614
Skor Frekuensi sebelum diberikan intervensi	Diberi Media Booklet	.189	18	.090	.865	18	.015
	Diberi media PPT	.204	17	.058	.939	17	.305
Skor Frekuensi setelah diberikan intervensi	Diberi Media Booklet	.150	18	.200*	.863	18	.014
	Diberi media PPT	.138	17	.200*	.920	17	.149
Delta Frekuensi	Diberi Media Booklet	.169	18	.190	.786	18	.001
	Diberi media PPT	.133	17	.200*	.955	17	.544

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

a. Lilliefors Significance Correction

Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah pada Kelompok Perlakuan

Wilcoxon Signed Rank Test

		Ranks	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor postest pengetahuan kel. perlakuan - Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00	.00
Skor postest pengetahuan kel. perlakuan - Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan	Positive Ranks	18 ^b	9.50	171.00	
Skor postest pengetahuan kel. perlakuan - Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan	Ties	0 ^c			
	Total	18			

- a. Skor postest pengetahuan kel. perlakuan < Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan
- b. Skor postest pengetahuan kel. perlakuan > Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan
- c. Skor postest pengetahuan kel. perlakuan = Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan

Test Statistics^a

Skor postest pengetahuan kel. perlakuan - Skor pretest pengetahuan kel. perlakuan	Z	-3.743 ^b
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) - Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)	Negative Ranks	2 ^a	7.00	14.00
Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) - Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)	Positive Ranks	16 ^b	9.81	157.00
Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) - Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)	Ties	0 ^c		
	Total	18		

- a. Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) < Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)
- b. Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) > Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)
- c. Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) = Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)

Test Statistics^a

Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Perlakuan) - Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Perlakuan)	
Z	-3.114 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi Sayur dan Buah pada Kelompok Kontrol

Wilcoxon Signed Rank Test**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor pretest pengetahuan	Negative Ranks	9 ^a	7.28
kel.kontrol - skor pretest	Positive Ranks	7 ^b	10.07
pengetahuan kel. kontrol	Ties	2 ^c	
	Total	18	

a. Skor pretest pengetahuan kel.kontrol < skor pretest pengetahuan kel. kontrol

b. Skor pretest pengetahuan kel.kontrol > skor pretest pengetahuan kel. kontrol

c. Skor pretest pengetahuan kel.kontrol = skor pretest pengetahuan kel. kontrol

Test Statistics^a

Skor pretest pengetahuan kel.kontrol - skor pretest pengetahuan kel. kontrol	
Z	-.130 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Kontrol)	3.667	18	1.4496	.3417
	Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Kontrol)	4.048	18	1.7692	.4170

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Kontrol) & Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Kontrol)	18	.343	.164

Paired Samples Test

						t	df	Sig. (2-tailed)
			Paired Differences					
			Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval		
Pair 1	Frekuensi konsumsi sebelum intervensi (Kontrol) - Frekuensi konsumsi setelah intervensi (Kontrol)	-.3817	1.8635	.4392	.4392	-1.3084	.5450	-.869

Perbedaan Perubahan Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi Buah dan Sayur Antara Kelompok Perlakuan dan Kontrol

T-Test

Group Statistics					
	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Delta pengetahuan	Diberi Media Booklet	18	24.072	10.2459	2.4150
	Diberi media PPT	18	2.228	26.6148	6.2732

Independent Samples Test										
	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								95% Confidence Interval of the Difference
						Sig. (2-tailed)		Mean	Std. Error	
		F	Sig.	t	df			Difference	Difference	Lower
Delta	Equal variances assumed	11.651	.002	3.250	34	.003	21.8444	6.7220	8.1838	35.5051
pengetahuan	Equal variances not assumed			3.250	21.931	.004	21.8444	6.7220	7.9014	35.7875

Mann-Whitney Test

Ranks			
	Kelas	N	Mean Rank
Delta Frekuensi	Diberi Media Booklet	18	20.50
	Diberi media PPT	18	16.50
	Total	36	

Test Statistics^a

Delta Frekuensi	
Mann-Whitney U	126.000
Wilcoxon W	297.000
Z	-1.139
Asymp. Sig. (2-tailed)	.255
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.265 ^b

a. Grouping Variable: Kelas

b. Not corrected for ties.

LAMPIRAN 9

DOKUMENTASI

The image consists of three vertically stacked screenshots from a Zoom video conference. Each screenshot shows a grid of participant video feeds.

Screenshot 1: A 4x4 grid of participant video feeds. The names of the participants are visible next to their respective video frames. The names include: Dewi hartati, itsmeesha, Dera, Devi, Aurel, Syifana Husnarrisa 4A, Putra Mahendra 4A, farrel Radityansyah, DIAS k, Adlyn 4A, Hana Qairisn, Athaar qayy, Kinara 4A, Renata, Deliana Rahmi, and Aliefa Rianita. The video feed for Aliefa Rianita is highlighted with a purple box.

Screenshot 2: A 5x5 grid of participant video feeds. The names of the participants are visible next to their respective video frames. The names include: Dera, Siti Zahra Zahirah, sriyekti andayani, Razah Aridi Alfianto, Adip Selvi, Faiza, Azka Billy Alindra Rct., anggia, favian wafa kls 4, Rahmania Dwi H, Melati putri Maulida, Latisha Nayra, Kaniawati Somantri, Kirana, Erran Dwi Rida, Khanza lathees, Aliya Ardiani, NAIR, A Tab, SAFIRA NUR AULIA, Adinda Nef Aliyya, Lingga, cheryl ireyna E., Farhan Kartika 5, and M.Alvino. The video feed for Dera is highlighted with a green box.

Screenshot 3: A screenshot showing a presentation slide titled "Mencegah kanker." (Preventing cancer). The slide features a yellow circle containing a pink ribbon logo, a blue circle containing a diagram of a blood vessel with red and white blood cells, and a green circle. The text on the slide includes: "Mencegah kanker.", "Menurunkan tekanan darah dan kolesterol", and "Meningkatkan daya ingat". On the right side of the slide, there is a vertical video feed column showing participants: Kirana, Lingga, cheryl ireyna E., Rahmania Dwi H, and Faiza. The status bar at the bottom of the slide indicates "You are viewing Dera's screen".

