

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
MANFAAT MENGGUNAKAN SAYUR DAN BUAH BAGI
KESEHATAN DI SD NEGERI 071015 ALO'OA
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA
KOTA GUNUNGSITOLI**



MARSHELINA LAOLI

NIM. 18.022

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATANGUNUNGSITOLI
TAHUN 2021**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
MANFAAT MENGONSUMSI SAYUR DAN BUAH BAGI
KESEHATAN DI SD NEGERI 071015 ALO'OA
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA
KOTA GUNUNGSITOLI**

Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi

Diploma III Keperawatan



MARSHELINA LAOLI

NIM. 18.022

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATANGUNUNGSITOLI
TAHUN 2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
MANFAAT MENGKONSUMSI SAYUR DAN BUAH BAGI
KESEHATAN DI SD NEGERI 071015 ALO'OA KECAMATAN
GUNUNGSITOLI ALO'OA KOTA GUNUNGSITOLI

NAMA : MARSHELINA LAOLI

NIM : 18022

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Gunungsitoli, 25 Mei 2021

Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Lismawati P. Waruwu, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDN : 99015557



Evi Martalinda Harefa, SST.,M.Kes
NIP : 1984031920006052001

Ketua Program Studi D-III KeperawatanGunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemmenkes Medan



Ismed Krisman Amazihono,SKM.,MPH
NIP. 19720511 19903 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
MANFAAT MENGONSUMSI SAYUR DAN BUAH BAGI
KESEHATAN DI SD NEGERI 071015 ALO'OA KECAMATAN
GUNUNGSITOLI ALO'OA KOTA GUNUNGSITOLI

NAMA : MARSHELINA LAOLI

NIM : 18.022

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji Pada Sidang Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
2021

Penguji I

Evi Martalinda Harefa, SST., M.Kes
NIP : 1984031920006052001

Penguji II

Baziduhu Lase, SKM, M.M.Kes
NIDN : 3420105701

Ketua Penguji

Lismawati P. Waruwu, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN : 99015557

Ketua Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemmenkes Medan



Ismed Krisman Amazihono, SKM., MPH
NIP. 19720511 19903 1 003

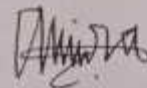
PERNYATAAN

GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
MANFAAT MENGONSUMSI SAYUR DAN BUAH BAGI
KESEHATAN DI SD NEGERI 071015 ALO'OA
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA
KOTA GUNUNGSITOLI

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Gunungsitoli, Mei 2021

Yang menyatakan



Marshelina Laoli
18.022

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODIG-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI TAHUN 2021
KTI, 25 MEI 2021**

Marshelina Laoli

Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur Dan Buah Bagi Kesehatan Di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli

V + 31 halaman, 3 tabel, 1 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral juga berfungsi sebagai antioksidan serta mencegah kerusakan sel. Dampak dari kurangnya mengonsumsi sayur dan buah adalah menyebabkan kurangnya asupan serat yang dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti penyakit flu, tekanan darah tinggi, gangguan pencernaan, gusi berdarah, sariawan, gangguan pada mata, osteoporosis, kurang darah (anemia) dan juga dapat menyebabkan kanker dan kematian. Manfaat yang terdapat pada buah dan sayur adalah mencegah penyakit kronis seperti jantung, kanker, diabetes, dan obesitas serta untuk pemberantasan kekurangan zat gizi mikro. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur Dan Buah Bagi Kesehatan Di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli. Jenis penelitian ini yang dilakukan deskriptif. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Random Sampling yaitu 63 Responden. Hasil pengetahuan penelitian ini menunjukkan pengetahuan Anak Usia Sekolah tentang Manfaat mengonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan dari 63 responden mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 25 orang (40%), berpengetahu cukup 21 orang (33%), dan minoritas berpengetahuan baik 17 orang (27%). Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan Anak usia sekolah tentang manfaat mengonsumsi sayur dan buah adalah Kurang sebanyak 25 orang (40%), Minoritas baik sebanyak 17 orang (27%). Peneliti menyarankan kepada pihak sekolah untuk tetap menginformasikan atau memberikan langsung pendidikan kepada siswa/i di SD Negeri 071015 Alo'oa tentang manfaat mengonsumsi sayur dan buah secara teratur agar setiap siswa/i dapat mengonsumsi sayur dan buah secara teratur.

Kata Kunci : Pengetahuan, Anak Usia Sekolah, Manfaat Mengkonsumsi Sayur dan Buah

Daftar Bacaan : 21 (2012 – 2018)

**HEALTH POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH MEDAN STUDY
PROGRAM D-III NURSING GUNUNGSITOLI IN 2021
KTI, 25 MAY 2021
Marshelina Laoli**

**Description of Knowledge of School-Age Children About the Benefits of
Consuming Vegetables and Fruits for Health at SD Negeri 071015
Gunungsitoli Alo'oa, Gunungsitoli Alo'oa District, Gunungsitoli City**

V + 31 pages, 3 tables, 1 figure, 11 attachments

Abstract

Vegetables and fruits are a source of various vitamins and minerals. vitamins and minerals also function as antioxidants and prevent cell damage. The impact of not consuming vegetables and fruit is causing a lack of fiber intake which can cause various diseases such as flu, high blood pressure, digestive disorders, bleeding gums, mouth sores, eye disorders, osteoporosis, anemia and can also cause cancer and Dead. Vegetables and fruits also contain fiber which functions to facilitate digestion and can inhibit the development of cancer cells in the colon. The benefits contained in fruits and vegetables are to prevent chronic diseases such as heart disease, cancer, diabetes, and obesity and to eradicate micronutrient deficiencies. This study aims to find out the description of knowledge of school age children about the benefits of consuming vegetables and fruit for health at SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa, Gunungsitoli Alo'oa District, Gunungsitoli City. This type of research is carried out descriptively. Sampling in this study using random sampling, namely 63 respondents. The results of the knowledge of this study indicate the knowledge of school age children about the benefits of consuming vegetables and fruit for health from 63 respondents, the majority of which are less knowledgeable as many as 25 people (40%), knowledgeable enough for 21 people (33%), and a minority with good knowledge of 17 people (27%). . It can be concluded that the knowledge of school age children about the benefits of consuming vegetables and fruit is less as many as 25 people (40%), a good minority as many as 17 people (27%). Researchers suggest that schools keep informing or provide direct education to students at SD Negeri 071015 Alo'oa about the benefits of consuming vegetables and fruit regularly so that every student can consume vegetables and fruit regularly.

**Keywords : Knowledge, School Age Children, Benefits of Consuming
Vegetables and Fruits**

Reading List : 21 (2012 - 2018)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli Alo’oa Kota Gunungsitoli”**. Karya Tulis Ilmiah ini dibuat untuk memenuhi syarat menyelesaikan Program Studi D-III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan D-III Keperawatan Gunungsitoli tahun 2021.

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu Dra. Ida Nurhayanti, M.kes, Direktur Politeknik KesehatanKemenkesMedan.
2. Ibu Hj. Johani Dewita Nasution, SKM.,M.KES, Ketua JurusanKeperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Bapak Ismed Krisman Amazihono, SKM.,MPH, Ketua Program Studi D-IIIKeperawatan Gunungsitoli
4. Ibu Lismawati Pertiwi Waruwu, S.Kep,Ns.,M.Kep sebagai Pembimbing I sekaligus Ketua Penguji
5. Ibu Evi Martalinda Harefa, Sst,.M.Kes sebagai Pembimbing II sekaligus Penguji I
6. Bapak Baziduhu Lase, SKM, M.MKes sebagai Penguji II
7. Bapak Soteli Telaumbanua, selaku Kepala UPTD SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli Alo’oa Kota Gunungsitoli, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli Alo’oa Kota Gunungsitoli
8. Bapak/Ibu Dosen dan Civitas Akademika Politeknik Kesehatan KemenkesMedan Jurusan D-III Keperawatan Gunugsitoli, yang telah memberikandukungan dan motivasi serta membekali peneliti dengan ilmupengetahuan dalam menyelesaikanKarya Tulis Ilmiah ini.
9. Teristimewa kepada Saudara saya yang selalu memberi semangat danmenjadi inspirasi bagi peneliti.

10. Teristimewa kepada kedua orang tua saya tercinta (Ayah : Edieli Laoli dan Ibu : Risana Harefa) yang selama ini memberikan dukungan baik secara moral maupun materi serta doa restu sehingga penelitian menyelesaikan karya tulis ilmiah ini sesuai dengan waktu yang ditentukan.
11. Kepada abang angkat ku (Tomi Jeremis Hulu) yang selalu memberikan motivasi kepada saya.
12. Kepada seluruh teman-teman seangkatan yang selalu memberi Dukungandan masukan demi terselesaikannya Karya Tulis Ilmia ini.
13. Semua pihak yang telah turut membantu dan memberi semangat

Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang melimpahkan berkat dan anugrahnya dengan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmia ini.

Dengan kerendahan hati peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan proposal ini masih jauh dari kesempumaan baik dalam segi penulisan, tata bahasa maupun isi. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempumaan Karya Tulis Ilmia ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak membantu, semoga penelitian ini dapat bermanfaat demi kemajuan ilmu pengetahuan khususnya profesi keperawatan

Gunungsitoli, Mei 2021

Peneliti



Marshelina Laoli

NIM :18.022

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN	
ABSTRAK	i
ABSTRAC	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	6
1. Pengetahuan	6
2. Anak Usia Sekolah.....	10
3. Sayur dan Buah	13
B. Kerangka Konsep	21
C. Defenisi Operasional	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Desain penelitian	23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian	23
1. Populasi	23

2. Sampel	24
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	25
1. Jenis Data	25
2. Cara Pengumpulan Data	26
E. Pengolahan dan Analisa Data	26
1. Pengolahan Data	26
2. Teknik Analisa Data	27

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	28
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	28
2. Hasil Penelitian	28
B. Pembahasan	29

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	32
B. Saran	32

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Definisi Operasional	22
Tabel 3.1 Perhitungan Jumlah Sampel	25
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli.....	28

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Izin Studi Pendahuluan
2. Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan
3. Surat Izin Penelitian
4. Surat Balasan Izin Penelitian
5. Surat Pernyataan Jumlah Siswa SD Negeri 071015 Alo'oa
6. Lembar Konsultasi
7. Lembar Bukti Menghadiri Seminar Karya Tulis Ilmiah
8. Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian
9. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
10. Lembar Kuesioner Penelitian
11. Lembar Kunci Jawaban
12. Master Tabel
13. Dokumentasi
14. Biodata Peneliti
15. Jadwal Penelitian
16. *Ethical Clearance*

:

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sayuran dan buah–buahan merupakan sumber berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral sangat diperlukan dalam proses metabolisme energi di dalam tubuh. Selain itu vitamin dan mineral juga berfungsi sebagai antioksidan serta mencegah kerusakan sel. Sayuran dan buah–buahan juga mengandung serat yang berfungsi untuk memperlancar pencernaan dan dapat menghambat perkembangan sel kanker pada usus besar (KEMENKES RI, 2017).

Manfaat yang terdapat pada buah dan sayur adalah mencegah penyakit kronis seperti jantung, kanker, diabetes, dan obesitas serta untuk pemberantasan kekurangan zat gizi mikro (FAO, 2010). Manfaat sayur dan buah pada anak menurut Frieda memberikan manfaat kesehatan pencernaan bagi anak sehingga meningkatkan daya serap terhadap nutrisi pada anak, imbasnya daya tahan tubuh pun meningkat dan bisa mencegah berbagai penyakit di masa yang akan datang, Frieda menambahkan selain bermanfaat untuk daya tahan tubuh, buah-buahan dan sayuran memberikan manfaat positif seperti membantu berkonsentrasi dan memperbaiki memori jangka panjang(Frieda, 2016).

International Food Policy Research institute, World Health Organization, (2016) mengatakan bahwa data konsumsi buah dan sayur pada 21 negara berkembang menunjukkan bahwa rata-rata asupan konsumsi sayur dan buah masih kurang. Kemudian negara yang asupan sayur dan buahnya mencapai rekomendasi minimum WHO/FAO 400 g per kapita per hari (146 kg per tahun) hanya tiga negara yaitu Israel, Italia dan Spanyol (WHO, 2016).

Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia pada anak usia 5 tahun ke atas di temukan bahwa jumlah pengonsumsi sayur dan buah kurang dari 5 prosen, mengalami peningkatan pada tahun 2018 dengan jumlah 95'5%. Jika dibandingkan pada tahun 2013 sebanyak 93'5% (Riskesdas 2018).

Prevalensi proporsi konsumsi sayur dan buah per hari dalam seminggu pada anak usia 5 tahun ditemukan yang tidak mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 10,36%, pada 1-2 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 68,02%, pada 3-4 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 17,53%, pada 5 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 8,85%. Sedangkan di Kota Gunungsitoli proporsi konsumsi sayur dan buah per hari dalam seminggu pada anak usia 5 tahun sebanyak 13,94%, pada 1-2 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 65,50%, pada 3-4 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 15,22%, pada 5 porsi makan sayur dan buah per hari dalam seminggu sebanyak 5,35% (SUMATRA UTARA, 2018).

Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS 2014) didapatkan 83,64% anak usia sekolah di Indonesia kurang mengkonsumsi sayur, karena anak sering mengalami fase sulit makan terutama susah makan sayur. Berdasarkan penelitian terkait rendahnya mengkonsumsi sayur dan buah pada anak, Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rawan gizi yang perlu mendapatkan perhatian. Mereka merupakan cikal bakal sumberdaya manusia sehingga perlu diperhatikan asupan gizinya sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Mindu Lupiana, 2017).

Anak usia sekolah (AUS) merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan yang bergizi seimbang begitu penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif. Peran dan dukungan orang terdekat seperti keluarga mempengaruhi kebiasaan makan anak. Apabila kebiasaan makan baik, dengan menerapkan makanan sehat dan bergizi seimbang sejak dini, maka kebiasaan tersebut akan berpengaruh hingga tumbuh dewasa nanti (Mohammad, 2015).

Menurut Mak (2012), anak yang mengkonsumsi sayur dan buah dalam jumlah tinggi pada masa kanak-kanaknya memiliki kesehatan yang lebih baik dan risiko untuk terkena penyakit kronik yang berkaitan dengan diet menjadi berkurang. Selain itu, kekurangan sayur juga dapat memberikan dampak buruk pada mata, juga dapat menyebabkan anemia dengan gejala seperti lemah, letih, lesu, kurang konsentrasi dan malas pada anak (Mak, 2012).

Konsumsi sayur dan buah pada anak sangatlah kurang karena dipengaruhi oleh pengetahuan yang tentang manfaat sayur dan buah. Menurut teori penelitian Farisa (2012) didapatkan bahwa konsumsi sayur dan buah pada responden dengan pengetahuan yang baik yaitu sebesar 42% sedangkan untuk responden dengan pengetahuan kurang baik mengenai konsumsi sayur dan buah yaitu sebesar 54,5% (Farisa 2012).

Konsumsi sayur dan buah yang kurang sangat penting dalam memenuhi kebutuhan zat gizi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Sayur dan buah yang kurang merupakan sumber vitamin dan mineral sehingga kekurangan konsumsi berpengaruh terhadap kondisi gizi yaitu dapat menurunkan imunitas tubuh seperti mudah terkena flu, mengalami stres, tekanan darah tinggi, gangguan pencernaan, gusi berdarah, sariawan, gangguan pada mata, kulit menjadi keriput, arthritis, osteoporosis, jerawat, kelebihan kolesterol darah dan kanker. Selain itu dapat menyebabkan kurangnya darah (anemia), memicu timbulnya kanker dan menjadi 10 besar faktor penyebab kematian di dunia karena kurangnya konsumsi buah dan sayur menyebabkan kurangnya asupan serat yang dapat menimbulkan berbagai penyakit, (Mindu Lupiana, 2017).

Pengetahuan anak tentang sayur juga memegang peranan penting dalam keberhasilan konsumsi sayur. Rendahnya pengetahuan anak tentang sayur perlu menjadi perhatian serius. Hasil penelitian Putri, R (2016) menyatakan bahwa hampir seluruh anak usia 5-12 tahun di Desa Sukodadi Kecamatan Wagir mempunyai pengetahuan yang kurang tentang jenis, manfaat, kandungan sayur serta dampak dari konsumsi sayur yang kurang (Putri, R 2016). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Nurmasita mengatakan Pengetahuan anak tentang pentingnya sayur perlu ditingkatkan agar terbentuk kebiasaan mengkonsumsi sayur. Sesuai hasil penelitian yang menyatakan adanya peningkatan prosentase 1,65% pengetahuan anak dengan adanya pendidikan kesehatan, yang juga berdampak pada banyak anak yang telah menerapkan pola makan konsumsi sayur dan buah (Nurmasita, dkk. 2014).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 25 Januari 2021 di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli, jumlah data siswa dari kelas I sampai kelas 6 sebanyak 169 orang dimana siswa yang dipilih menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas 1 dan 6, karena menurut teori Piaget (1950). pada umur 7 sampai 12 tahun anak telah memiliki kecakapan berpikir logis, akan tetapi hanya dengan bendah-bendah yang masih bersifat konkret-operasional, yaitu masa di mana aktivitas mental anak terfokus pada objek-objek yang nyata atau pada berbagai kejadian yang pernah dialaminya (Piaget, 1950).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, terhadap 10 responden, 6 diantaranya tidak mengkonsumsi sayur dan buah, pengetahuantentang manfaat sayur dan buah yang masih kurang dan rendah sedangkan 4 orang lainnya mengkonsumsi sayur dan buah. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur Dan Buah Bagi Kesehatan Di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana gambaran pengetahuan anak tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan anak tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli".

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi anak usia sekolah tentang gambaran pengetahuan manfaat mengkonsumsi sayuran dan buah bagi kesehatan.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh pihak SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli sebagai referensi dan bahan untuk memberikan informasi dan pendidikan khususnya tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah.

3. Bagi Institusi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kepustakaan bagi yang membutuhkan acuan perbandingan untuk menambah referensi di Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli, Poltekkes Kemenkes Medan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang mau meneliti dengan ruang lingkup yang sama.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teoritis

1. Pengetahuan

a. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010) dalam buku BPPSDMK metologi penelitian kesehatan edisi tahun (2018).

b. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda – beda. Secara garis besarnya dibagi 6 tingkat, yakni : (Notoatmodjo, 2010) dalam buku BPPSDMK metologi penelitian kesehatan edisi tahun (2018).

1. Tahu (know)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2. Memahami (Comprehensif)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat mengintreprestasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.

3. Aplikasi (Application)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.

4. Analisis (Analysis)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang itu sudah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

5. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada.

6. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi adalah pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

c. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman & Riyanto (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

1. Pendidikan

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi (Budiman & Riyanto, 2013).

2. Informasi/ Media

Massa Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan.

Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

3. Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi

akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

4. Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

5. Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6. Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah.

a. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden. Menurut Budiman dan Riyanto (2013) pengetahuan seseorang ditetapkan menurut hal-hal berikut:

1. Bobot I : tahap tahu dan pemahaman.
2. Bobot II : tahap tahu, pemahaman, aplikasi dan analisis
3. Bobot III : tahap tahu, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi.

Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden. Menurut (Notoatmodjo, 2012) dalam buku bppsdmk tentang metodologi penelitian terdapat 3 kategori tingkat pengetahuan yang didasarkan pada nilai presentase sebagai berikut (Imas, 2018):

1. Tingkat Pengetahuan kategori Baik jika nilainya 76-100 %
2. Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya 56-75 %
3. Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya < 56 %

2. Anak Usia Sekolah

a. Definisi Anak Usia Sekolah

Menurut Wong (2009), usia sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lainnya. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu.

Menurut UU No. 4 Tahun 1979 tentang kesejahteraan anak dalam Suprajitno (2004), anak sekolah adalah anak yang memiliki umur 6 sampai 12 tahun yang masih duduk di sekolah dasar dari kelas 1

sampai kelas 6 dan perkembangan sesuai usianya. Anak usia sekolah adalah anak dengan usia 7 sampai 15 tahun (termasuk anak cacat) yang menjadi sasaran program wajib belajar pendidikan 9 tahun.

b. Tahap Perkembangan Anak Usia Sekolah

1. Perkembangan biologis Pada usia ini pembentukan jaringan lemak lebih cepat perkembangannya daripada otot.
2. Perkembangan psikologis Dalam tahap ini anak mampu melakukan dan menguasai keterampilan yang bersifat teknologi dan sosial. Tahap ini sangat dipegang faktor intrinsik (motivasi, kemampuan, interaksi dengan lingkungan dan teman sebaya) dan faktor ekstrinsik (penghargaan yang didapat, stimulus dan keterlibatan orang lain).
3. Temperamen Pada usia ini temperamen sering muncul sehingga peran orang tua dan guru sangat besar untuk mengendalikannya, yang perlu diperhatikan orang tua adalah menjadi figur dalam sehari.
4. Perkembangan konsep diri Perkembangan konsep diri sangat dipengaruhi oleh mutu hubungan dengan orang tua, saudara dan sanak keluarga lainnya. Saat ini anak-anak membentuk konsep diri yang ideal.

c. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Supriasa (2013), karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun terbagi menjadi empat bagian terdiridari:

- 1) Fisik/Jasmani
 - a) Pertumbuhan lambat dan teratur.
 - b) Anak wanita biasanya lebih tinggi dan lebih berat dibanding laki-laki dengan usianya sama.
 - c) Anggota-anggota badan memanjang sampai akhirnya.
 - d) Peningkatan koordinasi besar dan otot-otot halus.
 - e) Pertumbuhan tulang, tulang sangat sensitif terhadap kecelakaan.
 - f) Pertumbuhan gigi tetap gigi susu tanggal, nafsu makan besar senang makan aktif.
 - g) Fungsi penglihatan normal, timbul haid pada akhirnya.

2) Emosi

- a) Suka berteman, ingin sukses, ingin tahu, bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri, mudah cemas jika ada kemalangan di dalam keluarga.
- b) Tidak teraluyingintah terhadap lawan jenis.

3) Sosial

- a) Senang berada di dalam kelompok, berminat di dalam permainan yang bersaing, mulai menunjukkan sikap kepemimpinan, mulai menunjukkan penampilan diri, jujur, sering punya kelompok teman-teman tertentu.
- b) Sangat erat dengan teman-teman sejenis, laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri.

4) Intelektual

- a) Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat minat besar dalam belajar dan keterampilan, ingin coba-coba, selalu ingin tahu sesuatu.
- b) Perhatian terhadap sesuatu sangat singkat.

d. Tugas-tugas Perkembangan Anak Usia Sekolah

Tugas-tugas perkembangan anak usia sekolah menurut Havighurst dalam Hurlock (2002) adalah sebagai berikut:

- a. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk permainan-permainan yang umum.
- b. Membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh.
- c. Belajar menyesuaikan diri dengan teman-teman seusianya.
- d. Mulai mengembangkan peran sosial pria atau wanita yang tepat.
- e. Mengembangkan keterampilan-keterampilan dasar untuk membaca, menulis dan berhitung.
- f. Mengembangkan pengertian-pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari.
- g. Mengembangkan hati nurani, pengertian moral, tata dan tingkatan Nilai
- h. Mengembangkan sikap terhadap kelompok-kelompok sosial dan lembaga-lembaga
- i. Mencapai kebebasan pribadi

3. Sayur Dan Buah

a. Defenisi Sayur dan Buah

Dari sudut pengetahuan gizi, sayur merupakan sumber zat pengatur, yaitu sumber vitamin dan mineral. Sayuran merupakan salah satu sumber provitamin A, vitamin C, vitamin B, Ca, Fe, menyumbang sedikit kalori serta sejumlah elemen mikro. Selain itu, sayuran juga merupakan sumber serat pangan (dietary fiber) serta sejumlah antioksidan yang telah terbukti mempunyai peranan penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Muchtadi 2000). Sayur seringkali diartikan sebagai pembasah nasi agar mudah ditelan dan dapat digunakan untuk memperkaya variasi dalam hidangan.

Buah merupakan salah satu sumber pangan nabati yang potensial dan banyak mengandung zat gizi, terutama vitamin (Marliyati, 1992). Buah merupakan bahan makanan sumber zat pengatur dan pelindung yang penting untuk mengatur proses-proses biokimiawi di dalam tubuh, diantaranya dalam metabolisme energy (Nasution, 1995). Buah biasanya dihidangkan setelah selesai makan nasi. Artinya sebagai penutup hidangan atau pencuci mulut setelah makan.

b. Manfaat Sayur dan Buah

Banyak kajian yang menyatakan bahwa konsumsi sayur dan buah berperan dalam menjaga dan mengendalikan tekanan darah, kadar gula dan kolesterol darah. Konsumsi sayur dan buah yang cukup juga mampu menurunkan risiko sulit buang air besar (sembelit) dan kegemukan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah yang cukup turut berperan dalam pencegahan penyakit tidak menular kronis (Kemenkes RI, 2014).

Sayur dan buah mempunyai banyak manfaat. Ada dua alasan utama yang membuat konsumsi sayur dan buah penting untuk kesehatan (Khomsan, 2003).

1. Sayur dan buah sangat kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Tanpa mengonsumsi sayur dan buah, maka kebutuhan gizi seperti vitamin C, vitamin A, Potassium dan folat kurang terpenuhi. Oleh karena itu, sayur dan buah merupakan sumber makanan yang baik dan menyehatkan.
2. Sayur dan buah mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksi kimia didalam tubuh. Komponen gizi dan komponen aktif non-nutrisi yang terkandung dalam sayur dan buah berguna sebagai antioksidan untuk menetralkan radikal bebas antikanker dan menetralkan kolesterol jahat. Selain itu dalam sayuran dan buah terdapat dua jenis serat yang bermanfaat bagi kesehatan pencernaan dan mikroflora usus.

c. Jenis Sayur dan Buah

1. Jenis sayur

Sayur mempunyai berbagai macam jenis, selain itu sayur merupakan bagian tanaman yang dapat dimakan. Jenis sayuran dapat dibedakan antara lain sebagai berikut (Marlinda Putri Dejesetydalam Astawan, 2004) :

- a. Jenis sayuran daun yang termasuk jenis tersebut antara lain: kangkung, katuk, sawi, bayam, selada air dan lain-lain.
- b. Jenis sayuran bunga yang termasuk jenis tersebut antara lain: kembang turi, brokoli, atau kembang kol, dan lain-lain.
- c. Jenis sayuran batang muda yang termasuk jenis tersebut antara lain: asparagus, rebung, jamur, dan lain-lain.
- d. Jenis sayuran akar yang termasuk jenis tersebut antara lain: bit, lobak, wortel dan lain-lain.
- e. Jenis sayuran umbi yang termasuk jenis tersebut antara lain: kentang, bawang bombai, bawang merah, dan lain-lain.

2. Jenis Buah

Berdasarkan ketersediaan di pasar (Marlinda Putri Dejesetya dalam Astawan, 2004) bahwa buah-buahan dapat dibedakan menjadi dua antara lain:

- a. Buah bersifat musiman yang termasuk buah musiman antara lain: Durian, mangga, rambutan, dan lain-lain.
- b. Buah bersifat tidak musiman, yang termasuk buah tidak musiman antara lain: Pisang, nanas, alpukat, pepaya, semangka, dan lain-lain.

d. Kandungan Gizi Sayur dan Buah

Sayur dan buah memiliki banyak kandungan gizi yang bermanfaat bagi tubuh. Kandungan tersebut antara lain adalah sebagai berikut (Marlinda Putri Dejesetya, 2016):

1. Karoten (Vitamin A)

Sayur dan buah mengandung karotenoid yang merupakan provitamin A. Bentuk provitamin A yang paling aktif adalah beta-karoten. Vitamin A berfungsi untuk penglihatan, diferensiasi sel, fungsi kekebalan, pertumbuhan, dan sebagai antioksidan. Sumber karoten adalah sayuran berwarna hijau tua dan buah-buahan yang berwarna kuning-jingga, seperti daun singkong, daun kacang, kangkung, bayam, kacang panjang, buncis, wortel, tomat, jagung kuning, pepaya, mangga, nangka dan jeruk (Sunita Almatsier, 2001).

2. Folat

Folat terdapat dalam sayuran hijau dan buah jeruk. Vitamin C yang terdapat dalam buah jeruk dapat menghambat kerusakan folat. Folat mudah rusak pada pemanasan, sehingga dianjurkan pemasakan sayuran tidak terlalu lama. Contoh sayur dan buah yang mengandung folat adalah asparagus, bayam, daun kacang, daun selada, dan jeruk (Sunita Almatsier, 2001).

3. Vitamin C

Vitamin C (asam askorbat) berfungsi fisiologis yaitu kolagin, membantu absorpsi zat besi, dan sebagai antioksidan. Vitamin C pada umumnya hanya terdapat didalam pangan nabati yaitu sayuran dan buah segar. Contoh bahan makanan sumber vitamin C yang terdapat dalam sayur dan buah adalah jambu biji, jeruk, rambutan, mangga, pepaya, daun singkong, kol, sawi, kembang kol, selada air, bayam, dan tomat (Sunita Almatsier (2001)). Menurut Ronald Sitorus (2009) Kekurangan vitamin C menyebabkan lemahnya daya tahan terhadap salesma. Kekurangan vitamin C yang berat bisa menimbulkan penyakit sariawan pada usus.

4. Vitamin E

Vitamin E (alfa tokoferol) berfungsi sebagai antioksidan yang larut lemak. Sayuran berdaun hijau dan buah merupakan sumber vitamin E yang baik, selain minyak tumbuhan. Biji-bijian khususnya berbentuk kecambah mengandung vitamin E yang baik (Sunita Almatsier, 2001: 175-178).

5. Vitamin K

Vitamin K mempunyai fungsi yang spesifik sebagai biokasalisator atau sebagai koenzim. Atikah Proverawati (2011). Sumber utama vitamin K menurut Sunita Almatsier (2001) adalah sayuran daun berwarna hijau (daun selada, bayam), buncis, kacang polong, kol, dan brokoli. Semakin hijau daun-daun maka semakin tinggi kandungan vitami K.

6. Magnesium

Sumber magnesium dapat diperoleh dari bahan makanan, diantaranya sayur-sayuran hijau, kedelai, dan kacang. Magnesium berfungsi sebagai aktivator enzim peptisida dan enzim lain yang memecah gugus, fosfat, obat pencuci perut, meningkatkan tekanan osmotik, membantu mengurangi getaran otot (Atikah Proverawati, 2011).

7. Kalium

Di dalam sel, kalium berfungsi sebagai katalisator dalam reaksi biologik terutama metabolisme energi dan sintesis glikogen dan protein. Bersama kalsium, kalium berperan dalam transmisi saraf dan relaksasi otot. Kalium bersama natrium berperan dalam pemeliharaan keseimbangan cairan elektrolit serta keseimbangan asam basa. Sumber utama adalah makanan segar terutama sayur dan buah. Contoh sumber kalium adalah alpukat, pisang, pepaya, mangga, durian, anggur, jeruk, nanas, semangka, selada, bayam, tomat dan wortel (Sunita Almatsier, 2001).

8. Zat Besi (Fe)

Sumber zat besi selain makanan hewani adalah sayuran hijau. Zat besi sayuran yang mengandung oksalat tinggi seperti bayam mempunyai ketersediaan biologik rendah. Contoh sayuran yang mengandung zat besi adalah bayam, sawi, kangkung, daun singkong, dan daun katuk (Sunita Almatsier, 2001).

9. Serat Makanan

Kegunaan serat pada makanan yang kita makan cukup vital. Selain untuk membantu membuang sisa-sisa metabolisme, juga berfungsi sebagai unsur pembantu dalam fermentasi. Manfaat yang paling pokok pada serat adalah melancarkan proses buang air besar. Sehingga seluruh sisa metabolisme yang tidak terpakai oleh tubuh akan segera dikeluarkan tanpa kesulitan. Makanan berserat yang bermanfaat bagi tubuh, sebenarnya banyak tersedia di sekitar kita. Beras tumbuk, sayuran (bayam, tauge, kangkung), dan buah-buahan yang hampir semua jenisnya mengandung serat yang diperlukan untuk membantu metabolisme. Selain buah-buahan seperti nanas, pisang, apel, atau mangga, kacang-kacangan pun memiliki kandungan serat yang cukup (Ronald Sitorus, 2009).

e. Kecukupan Konsumsi Sayur yang Dianjurkan

Menurut Pedoman Gizi Seimbang (2014), bagi anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 200-250 gram (setara dengan 2,5 porsi atau 2,5 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan). Sedangkan organisasi pangan dan pertanian dunia Food and Agriculture Organization (FAO), merekomendasikan warga dunia untuk makan sayur secara teratur sebanyak 75 kg/kapita/tahun begitupun dengan WHO merekomendasikan agar konsumsi sayur sebanyak 250 gram setiap hari.

f. Dampak Kurang Konsumsi Sayur dan Buah

Kurang konsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan hal-hal berikut (Ruaihah, 2009):

- a. Sistem kekebalan tubuh menurun Jarang mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan daya tahan tubuh menurun. Hal ini terjadi karena tubuh 'kurang' vitamin B kompleks, vitamin C, vitamin E, seng (Zn), zat besi (Fe), magnesium (Mg), dan potasium.
- b. Gangguan fungsi pengelihatn (mata) Gangguan fungsi pengelihatn (mata) disebabkan karena tubuh kekurangan betakaroten. Gangguan mata, bisa dicegah dengan banyak mengonsumsi wortel, selada air, dan buah-buahan kaya vitamin A lainnya.

- c. Meningkatkan resiko sembelit Sembelit atau konstipasi adalah tanda bahwa pencernaan sedang terganggu. Salah satu faktor penyebab sembelit adalah kurang konsumsi serat dari buah dan sayur. Kurang konsumsi serat dapat menyebabkan perubahan pada tekstur dan struktur feses. Hal ini terjadi karena sediaan air yang ada dalam usus besar menjadi sedikit akibat diserap sel-sel usus, sehingga feses terbentuk dalam kondisi kekurangan air. Sisa makanan yang ada dalam usus besar berubah menjadi mengeras dan padat, sehingga membutuhkan kontraksi otot yang lebih besar untuk mengeluarkannya. Kondisi tersebut berdampak pada terjadinya susah buang air besar atau sembelit (Lubis, 2009).
- d. Meningkatkan kadar kolesterol darah Tubuh yang kurang asupan serat, maka dapat mengakibatkan tubuh kelebihan kolesterol darah. Buah dan sayur yang mengandung serat mampu menyerap dan mengikat asam empedu di usus dan menurunkan penyerapan kolesterol yang ada dalam makanan sehingga berdampak pada penurunan kadar kolesterol darah (Yuliarti, 2008).
- e. Meningkatkan resiko kegemukan Kurang konsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan resiko kegemukan. Serat memiliki fungsi utama dalam mengikat lemak sehingga mudah dicerna dan dibuang dari tubuh. Ketika tubuh kekurangan serat maka, lemak dalam tubuh akan sulit keluar sehingga beresiko mengalami kegemukan. Selain itu, sifat serat yang tidak dapat dicerna merangsang lambung bekerja lebih lama untuk melakukan proses penghancuran serat, tekstur licin juga menyulitkan lambung untuk menghancurkan serat dalam waktu singkat. Keadaan ini dapat berdampak pada semakin lamanya keberadaan serat di lambung, sehingga pengosongan lambung berlangsung lebih lama (Lubis, 2009). Inilah yang menyebabkan serat terkandung di dalam buah dan sayur mampu memberikan rasa kenyang lebih lama, sehingga otak tidak akan terstimulasi untuk makan berlebihan, yang dapat menyebabkan kenaikan berat badan.

- f. Meningkatkan resiko kanker Kurang konsumsi sayur dan buah dapat meningkatkan resiko terkena penyakit kanker. Penyebab awal terjadinya kanker kolon adalah terjadinya pelarutan pada lapisan lendir permukaan usus besar yang diikuti dengan masuknya zat karsinogenik atau virus ke dalam sel. Gangguan sembelit kronis secara tidak langsung mempunyai peluang besar untuk berkembang menjadi kanker kolon. Hal ini terjadi disebabkan oleh tertumpuknya zat karsinogenik dipermukaan kolon yang terjadi akibat kondisi tinja yang keras, kering dan lambatnya pembuangan keluar tubuh. Asupan buah dan sayur yang tinggi serat dapat membantu proses pencernaan di dalam usus, sehingga racun penyebab kanker dan makanan yang mengandung zat karsinogenik dapat dipisahkan dan dibuang keluar tubuh. Tidak hanya itu, kandungan antioksidan alami yang berasal dari sayur-sayuran terbukti efektif menangkal efek negatif radikal bebas yang bisa memicu perkembangan sel kanker di dalam tubuh.

g. Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur

Menurut Mohammad dkk (2015) faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak usia Sekolah Dasar yaitu:

- a. Pengetahuan gizi anak
- b. Pendidikan orang tua.
- c. Uang saku Ketersediaan buah
- d. serta Pendapatan keluarga

Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan gizi anak (SD) maka semakin baik perilaku konsumsi buah dan sayur begitupun sebaliknya dan semakin tinggi tingkat pendidikan ibu dan ayah maka konsumsi buah dan sayur cenderung akan semakin baik

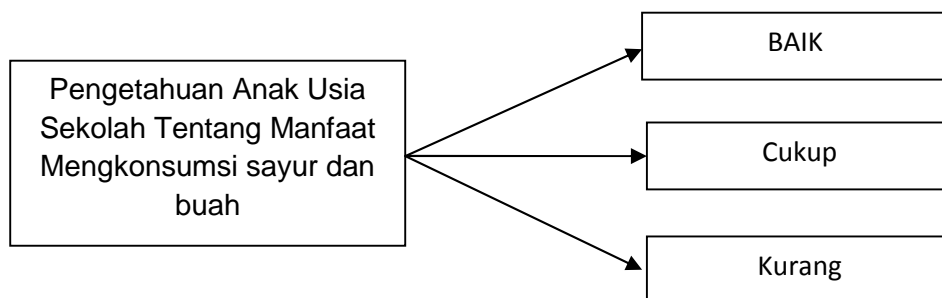
Sedangkan menurut Dewantari dan Widiani (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan khususnya pola konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah yaitu:

- a. Tingkat pengetahuan gizi
- b. tingkat kesukaan terhadap buah dan sayur,
- c. ketersediaan buah dan sayur di keluarga
- d. pengenalan buah dan sayur pertama kali.

Selain faktor tersebut terdapat beberapa faktor yang kemungkinan mempengaruhi pola konsumsi buah dan sayur faktor lingkungan, Sosial budaya, musim yang mempengaruhi ketersediaan bahan pangan di keluarga, dan tingkat pendapatan keluarga.

B. Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep penelitian tentang gambaran pengetahuan anak usia sekolah tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli adalah sebagai berikut :



Gambar 2.1 Kerangka Konsep

C. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi Operasional

No	Variabel Independen	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Pengetahuan	Segala sesuatu yang diketahui Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur Dan Buah.	Kuisisioner	a. Baik apabila perolehan responden 76-100%. b. Cukup apabila perolehan responden 56-75%. c. Kurang apabila perolehan responden 55%	Ordinal

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian jenis kuantitatif dan desain deskriptif. Deskriptif yaitu metode penelitian yang berusaha menggambarkan atau memaparkan atau menggambarkan sesuatu hal, misalnya keadaan, kondisi, situasi peristiwa, kegiatan dan lain-lain (Suharsimi, 2014). Pada penelitian ini akan mendeskripsikan Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur Dan Buah Bagi Kesehatan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Februari sampai bulan Mei 2021 di SD Negeri 071015 Guungsitli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli.

C. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek atau objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012).

Berdasarkan survey awal yang di lakukan oleh peneliti, maka populasi dalam penelitian ini dari kelas 1 sampai kelas 6 berjumlah 169 orang.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugyono, 2010). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel.

Menurut Arikunto (2006:124) "Cara pengambilan sampel dengan random sampling ada 3 cara" yaitu :

- a) cara undian
- b) cara ordinal
- c) cara randomisasi

Besarnya sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus slovin sebagai berikut :

$$\eta = \frac{N}{1 + N \times (e^2)}$$

η = Jumlah elemen/anggota sampel

N = Jumlah elemen/anggota populasi

e = error level (tingkat kesalahan) 10% atau 0,1

$$\eta = \frac{N}{1 + N \times (e^2)}$$

$$\eta = \frac{1}{1 + (1 \times 0,1^2)}$$

$$\eta = \frac{1}{1 + (1 \times 0,01)}$$

$$\eta = \frac{1}{1 + 0,01}$$

$$\eta = \frac{1}{1,01}$$

$\eta = 62,82$ di bulatkan menjadi 63 orang.

Jadi, jumlah keseluruhan responden dalam penelitian adalah 63 orang.

Tabel 3.1 Perhitungan Jumlah Sampel

No.	Kelas	Perhitungan	Jumlah Siswa
1	Kelas I SD	$x = \frac{63 \times 21}{169} = 7,8 = 8$	8 orang
2	Kelas 2 SD	$x = \frac{63 \times 34}{169} = 12,6 = 12$	12 orang
3	Kelas 3 SD	$x = \frac{63 \times 32}{169} = 11,9 = 12$	12 orang
4	Kelas 4 SD	$x = \frac{63 \times 26}{169} = 9,6 = 10$	10 orang
5	Kelas 5 SD	$x = \frac{63 \times 35}{169} = 13,0 = 13$	13 orang
6	Kelas 6 SD	$x = \frac{63 \times 21}{169} = 7,8 = 8$	8 orang
JUMLAH			63 orang

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Jenis pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

a. Data Primer

Data yang diperoleh langsung dari responden menggunakan kuisisioner yang di ambil dari penelitian Anisa Nurul Rahayu (2020) sebanyak 30 item pernyataan, dengan judul penelitian “**Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Sayur dan Buah di SD Muhammadiyah 1 Kabupaten Bandung**”.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari data yang ada atau sudah dikumpulkan oleh pihak lain (seperti jumlah siswa kelas I sampai VI SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kota Gungsitoli).

2. Cara Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian adalah dengan membagikan kuisisioner, dimana peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan penelitian, memberikan surat persetujuan menjadi responden dan memberi kuisisioner untuk diisi oleh responden serta akan dikumpulkan kembali oleh peneliti. Jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban yang salah diberi skor 0.

E. Pengolahan dan Analisa Data

a. Pengolahan Data

Data yang di kumpulkan diolah secara manual dengan kuesioner menurut Notoatmodjo (2016) dengan langkah sebagai berikut :

a) *Editing*

Kegiatan dengan pengecekan data yang telah terkumpul, bila terdapat kesalahan dan kekeliruan dalam pengumpulan data, diperbaiki dan dilakukan pendataan ulang terhadap responden, Sehingga dalam pengolahan data memberikan hasil dalam menyelesaikan masalah yang diteliti.

b) *Scoring*

Pada kegiatan ini penilaian data dengan memberikan skor pada pertanyaan yang berkaitan dengan pengetahuan responden. Jawaban benar diberi skor 1, dan jawaban salah diberi skor 0.

c) *Coding*

Kegiatan memberikan jawaban secara angka atau kode atau pemberian kode numerik terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Hasil jawaban dari setiap pertanyaan diberi sesuai kode petunjuk.

d) *Transferring*

Memindahkan jawaban atau kode ke dalam media pengolahan atau kegiatan memasukkan data ke computer Untuk mempermudah analisa data, pengolahan data, dan pengambilan kesimpulan maka hasilnya dimasukkan dalam distribusi frekuensi.

e) *Tabulating*

Mempermudah pengolahan data, data dimasukkan dalam bentuk distribusi frekuensi dengan memberikan skor terhadap jawaban-jawaban responden pada kuesioner. Tabulasi datanya menggunakan *Ms.Excel*.

f) *Saving*

Menyimpan data yang telah diolah.

b. Teknik Analisa Data

Rencana analisis data dilakukan dengan univariat. Analisis univariat dimaksudkan untuk menggambarkan (mendeskripsikan) masing-masing pengetahuan anak usia sekolah tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli dengan menggunakan table distribusi frekuensi dan persentase.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli. Sekolah ini salah satunya yang berada di wilayah Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa. Gedung SD Negeri 071015 Alo'oa terletak di desa Nazalöu Alo'oa Dusun III.

SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli memiliki 6 (enam) ruangan kelas, 1 (satu) ruang guru, 1 (satu) ruangan kerja kepala sekolah, 1 (satu) unit perpustakaan dan 1 (satu) unit kesehatan sekolah (UKS).

Adapun Batasan-batasan Wilayah SD Negeri 071015 Alo'oa sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan kebun warga Desa Nazalöu Alo'oa
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan jalan umum Alo'oa
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan jalan setapak menuju dusun II
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan kebun warga dusun III

2. Hasil Penelitian

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli Tahun 2021

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Baik	17	27
Cukup	21	33
Kurang	25	40
Total	63	100

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 63 responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan, Siswa/l yang berpengetahuan baik sebanyak 17 orang (27%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 21 orang (33%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 25 orang (40%).

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas Anak usia sekolah berpengetahuan kurang Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur dan Buah sebanyak 25 orang (40%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ronasari Mahaji Putri (2017) yang menyebutkan gambaran pengetahuan anak usia sekolah tentang manfaat sayur dan buah berada dalam kategori kurang sebanyak 71 orang (81,6%). Dibuktikan juga dari hasil penelitian Ni Komang Desi Dina Purwita (2018) tentang gambaran tingkat pengetahuan mengenai manfaat mengkonsumsi sayur dan buah dengan kategori tertinggi adalah kurang sebanyak 70 sampel (85.37%). Kondisi ini terjadi akibat kurangnya mendapatkan akses informasi oleh siswa di sekolah di wilayah perdesaan. Dan juga disebabkan oleh teknik memasak atau pengolahan sayur yang terlalu monoton, serta didukung pula oleh adanya kebiasaan dari orang tua untuk lebih memilih serta menyediakan makanan siap saji pada anak seperti, mie instan, sosis dan berbagai jenis makanan instan.

Hasil penelitian yang menunjukkan minoritas Anak Usia Sekolah di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli berpengetahuan baik tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 17 orang (27%). Hal ini kemungkinan disebabkan karena kurangnya pemahaman serta ketidak tahuan anak tentang pentingnya mengkonsumsi sayur dan buah. Hasil ini sesuai dengan pernyataan Abdul Wahab (2017) yang menyatakan Tingkat Pengetahuan Konsumsi Buah dan Sayur pada anak usia sekolah dalam kategori baik yakni di kelas 4 (9%), kelas 5 (7%), kelas 6 (8%).

Pengetahuan Anak Usia Sekolah di SD Negeri 071015 Alo'oa tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah mayoritas berpengetahuan kurang akan tetapi baiknya di tingkatkan lagi karena semakin meningkatnya pengetahuan akan menyebabkan siswa termotivasi untuk lebih mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan. Menurut Kawuran (2008) pengetahuan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku. Apabila seorang

siswa memiliki pengetahuan yang baik maka perilakunya akan berbanding lurus dengan pengetahuannya. Siswa yang memiliki pengetahuan tinggi akan menunjukkan perilaku yang positif dalam mengkonsumsi sayur dan buah.

Peneliti beransumsi Pengetahuan Anak yang kurang kemungkinan di pengaruhi oleh penyuluhan. Hasil penelitian ini juga didukung oleh pernyataan Fahmi 2012 yang mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah sumber informasi baik mendengar atau melihat secara langsung (penyuluhan) maupun secara tidak langsung (sarana media massa) dan semakin banyak informasi yang didapat akan semakin luas pengetahuan seseorang.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil penelitian yang di peroleh dan pengolahan data yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli Tahun 2021, dapat di simpulkan bahwa Pengetahuan tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur dan Buah pada Anak SD Negeri 071015 Alo'oa Mayoritas Berpengetahuan Kurang 25 orang (40%) dan Minoritas Berpengetahuan Baik 17 orang (27%).

B. Saran

Setelah melakukan penelitian terhadap Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengkonsumsi Sayur dan Buah di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli Tahun 2021, maka peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Bagi responden

Di harapkan kepada responden untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah

2. Bagi Lokasi Penelitian

Di harapkan kepada pihak sekolah untuk tetap menginformasikan atau memberikan langsung pendidikan kepada siswa/i di SD Negeri 071015 Alo'oa tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah secara teratur agar setiap siswa/i dapat mengkonsumsi sayur dan buah secara teratur.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat ditambahkan kedalam perpustakaan sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa-mahasiswi guna mempersiapkan lulusan yang memiliki kompetensi dalam pemberian pendidikan kesehatan tentang manfaat konsumsi sayur dan buah bagi anak usia sekolah

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya agar melanjutkan dan mengembangkan penelitian ini dengan penelitian hubungan perilaku, sikap dan tindakan tentang manfaat mengkonsumsi sayur.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiman, & Rianto. (2013). Kapasitas Selektif Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). 2010. *FAO Yearbook. Fishery and Aquaculture Statistics*
- Frieda. (2016). *Penting, Anak Konsumsi Buah dan Sayur*. Jakarta: Sidik Pramono | Humaniora.
- Farisa, S, 2012, Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012, Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi UI, Depok.
- Imas. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta selatan: BPPSDMK.
- Jeanne Ellis Ormrod, *Psikologi Pendidikan Edisi Keenam*, Diterjemahkan oleh: Wahyu Indianti, dkk, Jakarta: Erlangga, 2008.
- Mohammad, Andika dan Siti Madanijah. 2015. *Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar Di Bogor*. Jurnal Gizi Pangan. Vol 10(1).
- Muchtadi, D. (2010). Sayuran sebagai Sumber Serat Pangan untuk Mencegah Timbulnya Penyakit Degeneratif. Diakses tanggal 13 november 2012 dari <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/9543>.
- Mohammad, Andika dan Siti Madanijah. 2015. Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar Di Bogor. Jurnal Gizi Pangan. Vol 10(1).
- Mindo Lupiana. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 10, 75-82.
- Nurmasita, dkk. (2014). Pentingnya Mengonsumsi Buah Dan Sayur Di SDN Tulungrejo 04 Kelurahan Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu. Jurusan Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Teknologi.
- Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. Hal.5-6
- Notoatmodjo. S (2012). Metode penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Piaget, J. (1950). Perspektif Kognitif : Teori Perkembangan Kognitif Piaget dan Vygotsky. *Mekanisme Perkembangan Anak*.

- Ruel, Marie T, Minot N, Smith L. Pattern and Determinants Of Fruit and Vegetable Consumption in Sub-Saharan Africa: A multicountry Comparison. International food policy research institute: world Health Organization; 2014
- RISKESDAS SUMATRA UTARA. (2018). laporan provinsi sumatra utara riskesdas 2018. *lembaga penerbit badan penelitian dan pengembangan kesehatan 2019* , 273-274.
- Sugiyono. (2010). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif. Jakarta: Rineka Cipta
- Suharmi. (2014). Metode Penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- utri,R., Susmini.,Hary. (2016). Gambaran Pengetahuan Sayur Anak Usia 5-12 Tahun di Yayasan Eleos desa Sukodadi Kecamatan Wagir Kabupaten Malang. Jurnal Care.
- Kementrian Kesehatan RI, Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI; 2014



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Lau Cib Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : info@poltekkes-medan.ac.id



Gunungsitoli, 25 Januari 2021

Nomor : KH.03.02 / 046 / 2021
Lampiran : -
Perihal : Mohon Ijin Studi Pendahuluan
Mahasiswa a.n Marshelina
Laoli

Kepada Yth.
Kepala SDN 071015 Alo'oa
di
Tempat

Sehubungan dengan kegiatan mahasiswa Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli pada Penyusunan Proposal Penelitian dan Karya Tulis Ilmiah Tahun Akademik 2020/2021, atas :

Nama : **MARSHELINA LAOLI**
NIM : 18022
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Anak usia sekolah tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SDN 071015 Alo'oa
Tempat Penelitian : SDN 071015 Alo'oa

Untuk itu dimohon kepada Bapak/Ibu kiranya berkenan memberikan Ijin Studi Pendahuluan kepada mahasiswa yang namanya tersebut di atas berupa informasi, penjelasan, brosur dan buku yang dibutuhkan. data tersebut akan digunakan untuk penyusunan proposal penelitian.

Demikian disampaikan atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Ketua Prodi D-III keperawatan Gunungsitoli,



ISMED KRISMAN AMAZIHONO, SKM, MPH
NIP. 19720511 199203 1 003

Tembusan Yth:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan
2. Kepala Dinas Pendidikan Kota Gunungsitoli
3. Peringgal



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS PENDIDIKAN
UPTD SD NEGERI 071015 ALOOA

Jl. Limbu Laehwa Km. 12 Desa Nazroki Aloo

Alooa, 27 Januari 2021

Nomor : 420/ 010/ SD-AL/ 2021

Lampiran : -

Perihal : Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa
a. n **MARSHELINA LAOLI**

Kepada Yth.

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli

di
Tempat

Menindaklanjuti surat saudara nomor : KH. 03. 02/046/ 2021 perihal Mohon Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa a. n **MARSHELIN LAOLI** tanggal 25 Januari 2021, maka berdasarkan surat tersebut kami **Memberikan Izin** kepada mahasiswa tersebut untuk melakukan Studi Pendahuluan di UPTD SD Negeri 071015 Aloo. Dengan catatan *sebelum mahasiswa tersebut melakukan Studi Pendahuluan ataupun Penelitian di UPTD SD Negeri 071015 Aloo, agar terlebih dahulu menyerahkan Rencana Kegiatan selama berada/ melakukan kegiatan di sekolah kita.*

Demikian surat ini kami buat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kepala UPTD
SD Negeri 071015 Aloo,

SOTELI TELAUMBANUA
NIP.198208311982011001



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jurno Gunung KM. 12,5 Kei. Lau Cik Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes.kemkes.go.id email : poltekkes_medan@kemkes.go.id



Gunungsitoli, 26 April 2021

Nomor : KH.03.02 / 226 / 2021
Lampiran :
Perihal : Ijin Penelitian Mahasiswa

Kepada Yth.
Kepala SD Negeri 071015 Gunungsitoli
Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota
Gunungsitoli
di

Tempat

Sehubungan dengan kegiatan mahasiswa Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli pada Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Tahun Akademik 2020/2021, atas :

Nama : **MARSHELINA LAOLI**
NIM : 18.022
Judul Penelitian : Gambaran pengetahuan anak usia sekolah tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah bagi kesehatan di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli
Tempat Penelitian : SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli

Untuk itu dimohon kepada Bapak kiranya berkenan memberikan Ijin Penelitian kepada mahasiswa yang namanya tersebut di atas.

Demikian disampaikan atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Kepala Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli,



ISMED KRISMAN AMAZHONO, SKM, MPH
NIP. 197205111992031003

Tembusan Yth:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan
2. Dinas Pendidikan Kota Gunungsitoli
3. Pertinggal



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS PENDIDIKAN
UPTD SD NEGERI 071015 ALO'OA

Alamat: Jl. Unshulachewa Km. 12 Desa Numbi Alo'oa

Alo'oa, 28 April 2021

Nomor : 420/p.p/SD-AL/2021
Lampiran : -
Hal : Surat Balsan Permohonan Penelitian Mahasiswa
a.n MARSHELINA LAOLI

Dengan Hormat,

Berdasarkan surat permohonan penelitian bernomor KH. 03. 02/046/2021 pada tanggal 26 April 2021 Tentang Ijin Penelitian, maka kami bersedia memberikan ijin penelitian di UPTD SD Negeri 071015 Alo'oa kepada :

Nama : MARSHELINA LAOLI
NIM : 18.022
Judul Penelitian : Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli.

Demikian surat ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sepenuhnya.

Kepala UPTD
SD Negeri 071015 Alo'oa,

SOTELI TELAUMBANUA
NIP. 196208311982011001



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS PENDIDIKAN
UPTD SD NEGERI 071015 ALO'OA

Alamat: Jl. Umbulahuwa Km 12 Desa Nazaku Alo'oa

SURAT PERNYATAAN JUMLAH SISWA SD NEGERI 071015 ALO'OA

Nomor : 420/SD-AL/2021
Lampiran : -
Perihal : Hasil Pendataan Siswa/i

Yang bertandatangan di bawah ini :

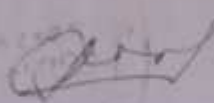
Nama : SOTELI TELAUMBANUA
Nip : 196208311982011001
Jabatan : Kepala SD Negeri 071015 Alo'oa
Alamat : Jl. Umbulahuwa Km 12 Desa Nazaku Alo'oa

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa data siswa yang aktif di sekolah yang saya pimpin saat ini adalah sebagai berikut :

No	Kelas	L	P	Jumlah
1	I (Satu)	8	13	21
2	II (Dua)	18	16	34
3	III (Tiga)	15	17	32
4	IV (Empat)	12	14	26
5	V (Lima)	15	20	35
6	VI (Enam)	6	15	21
	Jumlah	74	95	169


Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan.



Alo'oa, 26 April 2021
Kepala UPTD
SD Negeri 071015 Alo'oa,


SOTELI TELAUMBANUA
NIP. 196208311982011001

**LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
T. A 2020/2021**




Nama : Marshelina Laoli
 Nim : 18.022
 Dosen Pembimbing I : Lismawati Pertiwi Waruwu, S.Kep.,Ns.,M.Kep
 Dosen Pembimbing II : Evi Martalinda Harefa, SST.M. Kes
 Judul : Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing I	Tanda Tangan Pembimbing II
1	Selasa, 09 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d V 2. Abstrak	1. Perbaiki Pengetikan KTI 2. Perbaiki Pembahasan di Bab IV 3. Perbaiki Abstrak		
2	Kamis, 11 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d V 2. Abstrak B Inggris	1. Perbaikan pengetikan Bab IV s/d V		
3	Selasa, 16 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d V 2. Abstrak B. Inggris	1. ACC		
4	Jum'at, 19 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V 2. Abstrak B.Indonesia dan Abstrak B.Inggris	1. Perbaiki Pengetikan Bab IV s/d Bab V		
5	Senin, 22 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V 2. Abstrak	1. Perbaiki Abstrak B. Inggris 2. Pengetikan		

6	Selasa, 23 Maret 2021	1. Abstrak B. Inggris	1. Pengetikannya		
7	Senin, 22 Maret 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V 2. Abstrak	3. ACC		

**LEMBAR KONSULTASI REVISI KARYA TULIS ILMIAH
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
T. A 2020/2021**

Nama : Marsheina Laoli
 Nim : 18.022
 Dosen Penguji : Baziduhu Lase, SKM, M MKes
 Judul : Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negen 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan
1	Rabu, 02 Juni 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V 2. Lampiran	1. Perbaiki Pengetikan dari Bab I s/d Bab V	
2	Rabu, 02 Juni 2021	1. Perbaiki Pengetikan dari Bab I s/d Bab V	1. Rapikan pengetikannya	
3	Rabu, 02 Juni 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V pengetikan	1. ACC 2. LUX	



LEMBAR KONSULTASI REVISI KARYA TULIS ILMIAH
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
T. A 2020/2021

Nama : Marshelina Laoli
 Nim : 18.022
 Dosen Pembimbing I : Evi Martalinda Harefa, SST.,M.Kes
 Judul : Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat
 Mankneumei Cair dan Biskuit Dari Kesehatan di SD Maneri
 071010 Aio 08 Kecamatan Gunungsitoli Aio 08 Kota Gunungsitoli

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan
1	Jumat, 29 Mei 2021	1. Bab I s/d Bab V 2. Daftar Lampiran	2. Perbaiki Pembahasan 3. Pengetikan Sesuaikan dengan buku panduan	
2	Senin, 31 Mei 2021	1. Bab I s/d V	1. Perbaiki Pengetikanya 1. ACC	
3	Senin, 31 Mei 2021	1. Bab I s/d V	2. LUX	

**LEMBAR KONSULTASI REVISI KARYA TULIS ILMIAH
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
POLTEKKES KEMENKES MEDAN
T. A 2020/2021**

nama : Marsheina Laoli
 Nim : 18.022
 Dosen Pembimbing I : Lismawati Pertiwi Waruwu, S.Kep.,Ns.,M.Kep
 Judul : Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat
 Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri
 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda tangan
1	Senin, 07 Juni 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V	2. Perbaiki Pengetikan 3. Perbaiki Pembahasan	
2	Selasa, 08 Juni 2021	1. Konsul Bab IV s/d Bab V	1. ACC 2. LUX	

**BUKTI MENGHADIRI SEMINAR KARYA TULIS ILMIAH (KTI)
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI POLTEKKES KEMENKES MEDAN
T.A 2020/2021**

NAMA : Marshellina Laoli
NIM : 18-022

Tanggal dan Jam	Nama Mahasiswa (Penyaji)	Judul	Tanda Tangan Praguji Utama/II
Senin, 05 Mei 2021 Pukul 10.00 WIB	Alexialinet Zebua	Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang deteksi dini Kanker Payudara	Desmawati P. Waruwu Ismad K. Amazihono Basiduhu Lase
Selasa, 05 Mei 2021 Pukul 10.00 WIB	Nolentias Gea	Gambaran Pengetahuan anak usia 9-12 tahun tentang Gizi Seimbang di SD Negeri 071138 Lelaewa kec. Lahela Kabupaten Atas Barat	Evi. Martalinda Haropa Ismad K. Amazihono Desmawati P. Waruwu
Senin, 10 Mei 2021 Pukul 10.00 WIB	FAN Kristian Mendrofa	Gambaran Pengetahuan masyarakat dalam upaya Pencegahan Peredaran Penyakit TBC di desa fado	Evi. Martalinda Haropa Ismad K. Amazihono Desmawati P. Waruwu Basiduhu Lase
Selasa, 10 Mei 2021 Pukul 10.00	Jeni charis Nirwati Lase	Gambaran Pengetahuan ibu tentang stunting pada balita di desa idaratuae kelamatan Ekuungitoli kecamatan Kota Gunungsitoli	Basiduhu Lase Evi. Martalinda Haropa Ismad K. Amazihono
Senin, 25 Mei 2021 Pukul 11.00 WIB	Samson B. F. Ruata Fata Dodo Zahagu	Gambaran Pengetahuan remaja tentang resiko minuman keras terhadap kesehatan di SMA negeri 1 Tahamberua	Basiduhu Lase Ismad K. Amazihono Desmawati P. Waruwu
Selasa, 25 Mei 2021 Pukul 13.00 WIB	Tanzil Sammelha	Gambaran pengetahuan remaja putri tentang penanganan Demam berakut di SMP N 3 Gunungsitoli Puloa kec. Gunungsitoli Kecamatan Kota Gunungsitoli	Desmawati P. Waruwu Basiduhu Lase Evi. Martalinda Haropa

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

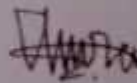
Adek-adek di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli yang saya hormati, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mashelina Laoli
NIM : 18.022
Alamat : Desa Onozitoli Sifaoroasi

Saya mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan Di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli". Dengan segala kerendahan hati, saya memohon kesediaan Adek-adek untuk menjadi responden saya dengan menjawab pertanyaan yang saya sediakan sesuai dengan kemampuan responden dan tanpa paksaan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan partisipasi Adek-adek dalam kelancaran penelitian saya ucapkan terimakasih.

Gunungsitoli, Mei 2021
Peneliti,



Mashelina Laoli
NPM. 18.022

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang berjudul : “Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan Di SD Negeri 071015 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli Alo’oa Kota Gunungsitoli”

Kepada saya telah dijelaskan maksud dan tujuan penelitian ini dan saya telah memahami bahwa penelitian ini tidak akan merugikan saya, informasi dari saya yang berupa jawaban dari pernyataan peneliti akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan sebagai data peneliti. Oleh karena itu, saya secara sukarela bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Demikian surat pernyataan persetujuan ini saya sampaikan dengan sadar tanpa unsur paksaan dari pihak lain.

Gunungsitoli, April 2021
Responden

()

KUISIONER PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG MANFAAT MENGKONSUMSI SAYUR DAN BUAH BAGI KESEHATAN PADA SISWA/SISWI SD NEGERI 071015 GUNUNGSITOLI ALO'OA KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA KOTA GUNUNGSITOLI

Data Responden

Jenis Kelamin :

Umur :

Kelas :

Pengetahuan

Kode Responden (diisi oleh peneliti) :

Petunjuk pengisian kuesioner :

1. Bacalah dengan cermat dan teliti setiap item/pertanyaan dalam kuesioner ini.
2. Item/pertanyaan dalam kuesioner ini berjumlah 10 soal.
3. Pilihlah jawaban yang sesuai menurut anda dengan cara meng-kolom atau memberikan tanda (X) pada jawabanoption a, b, c, dan d yang tersedia di bawah ini.
4. Responden harus mengisi seluruh pertanyaan sesuai kemampuan yang dimilikinya.
5. Harap mengisi kuesioner ini dengan sejujur-jujurnya.

Jawablah 10 soal dibawah ini sesuai dengan yang anda bisa / sesuai kemampuan kamu. Jawaban yang kamu pilih di setiap pertanyaan akan menggambarkan pengetahuan kamu tentang buah dan sayur.

1. Dibawah ini yang bukan manfaat konsumsi apel, yaitu....
 - a. Menurunkan berat badan
 - b. Menurunkan resiko demam
 - c. Mencegah kegemukan
 - d. Meningkatnya imunitas
2. Mencegah infeksi merupakan manfaat dari.....
 - a. Konsumsi makanan sehat
 - b. Minum vitamin C teratur
 - c. Konsumsi buah dan sayur
 - d. Konsumsi buah jeruk
3. Sulit BAB akan teratasi apabila.....
 - a. Selalu makan nasi
 - b. Konsumsi serat
 - c. Mengonsumsi makanan tinggi serat
 - d. Mengonsumsi papaya
4. Kamu sering mengalami pusing dan lemas, sebaiknya mengonsumsi.....
 - a. Bayam dan brokoli
 - b. Kangkung dan jagung
 - c. Buncis dan daun selada
 - d. Brokoli dan kol
5. Kamu sering merasa penglihatan mulai kabur, cara untuk mengurangnya yaitu....
 - a. Minum suplemen vitamin A
 - b. Memakai kacamata
 - c. Mengonsumsi wortel
 - d. Mengobati mata dengan vitamin A
6. Konsumsi buah dan sayur sangat berpengaruh pada kondisi anak, yang paling tepat adalah.....
 - a. Berpengaruh terhadap aktifitas
 - b. Meningkatkan kekebalan tubuh
 - c. Berpengaruh terhadap kecerdasan anak
 - d. Menurunkan resiko terkena penyakit
7. Manfaat konsumsi alpukat adalah.....
 - a. Meningkatkan konsentrasi
 - b. Memelihara sel – sel
 - c. Alternatif pengganti sumber karbohidrat
 - d. Bermanfaat untuk die
8. Anak yang kurang mengonsumsi buah dan sayur akan....
 - a. Mudah 63anga dalam belajar
 - b. Mudah mengalami kegemukan
 - c. Sering terkena flu dan batuk
 - d. Mudah lelah

9. Manfaat konsumsi buah dan sayur, kecuali.....

- a. Mencegah penyakit menular
- b. Memperkuat fungsi organ
- c. Mencegah kanker saluran cerna
- d. Memenuhi asupan 4 sehat 5 sempurna

10. Stroberi tinggi antioksidan yang bermanfaat untuk.....

- a. Meningkatkan imunitas tubuh
- b. Mencegah infeksi
- c. Menangkal bakteri masuk ke tubuh
- d. Mencegah kepikunan

KUNCI JAWABAN

1. B
2. C
3. D
4. A
5. C

6. C
7. C
8. A
9. D
10. A

MASTER TABEL

Gambaran Pengetahuan Anak Usia Sekolah Tentang Manfaat Mengonsumsi Sayur dan Buah Bagi Kesehatan di SD Negeri 071015 Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli Tahun 2021

No. Resp	Pengetahuan										Total Skor	%	Kategori
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10			
R1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	7	70%	Cukup
R2	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	7	70%	Cukup
R3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	10%	Kurang
R4	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	2	20%	Kurang
R5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R6	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	70%	Cukup
R7	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	4	40%	Kurang
R8	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	3	30%	Kurang
R9	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	7	70%	Cukup
R10	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7	70%	Cukup
R11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R12	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	Baik
R13	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8	80%	Baik
R14	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	5	50%	Kurang
R15	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	6	60%	Cukup
R16	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	6	60%	Cukup
R17	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	6	60%	Cukup
R18	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	4	40%	Kurang
R19	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	Baik
R20	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	7	70%	Cukup
R21	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8	80%	Baik
R22	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	4	40%	Kurang
R23	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	10%	Kurang
R24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R25	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	6	60%	Cukup
R26	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	6	60%	Cukup
R27	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	3	30%	Kurang
R28	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	3	30%	Kurang
R29	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	3	30%	Kurang
R30	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3	30%	Kurang
R31	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	5	50%	Kurang
R32	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8	80%	Baik
R33	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8	80%	Baik
R34	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	6	60%	Cukup
R35	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	60%	Cukup
R36	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	6	60%	Cukup

R37	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	5	50%	Kurang
R38	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	6	60%	Cukup
R39	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9	90%	Baik
R40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R41	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	70%	Cukup
R42	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	7	70%	Cukup
R43	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	5	50%	Kurang
R44	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	5	50%	Kurang
R45	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	6	60%	Cukup
R46	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	7	70%	Cukup
R47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R48	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	4	40%	Kurang
R49	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	3	30%	Kurang
R50	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	7	70%	Cukup
R51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R52	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	Baik
R53	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	5	50%	Kurang
R54	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	3	30%	Kurang
R55	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	4	40%	Kurang
R56	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	Baik
R57	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	7	70%	Cukup
R58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	Baik
R59	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	5	50%	Kurang
R60	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	4	40%	Kurang
R61	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	4	40%	Kurang
R62	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	Baik
R63	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	2	20%	Kurang

Keterangan :

Pengetahuan

1. Baik (75-100%)

2. Cukup (50-75%)

3. Kurang (<50%)









BIODATA

Nama : Marshelina Laoli

Tempat / Tanggal Lahir : Onozitoli, 24 Maret 1999

Agama : Kristen Protestan

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Desa Onozitoli Sifaoroasi

Riwayat Pendidikan :

1. 2006s/d 2011 : SD Negeri 070974 Kota Gunungsitoli

2. 2011 s/d 2015 : SMP N 4 Kota Gunungsitoli

3. 2015 s/d 2018 : SMK Swasta Pembda Nias Kota Gunungsitoli

4. 2018 s/d sekarang : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli

JADWAL KEGIATAN PENYUSUNAN KARYA TULIS ILMIAH MAHASISWA PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI POLTEKKES
KEMENKES MEDAN TAHUN AKADEMIK 2020/2021

NO	KEGIATAN	BULAN																																																		
		JANUARI				FEBRUARI				MARET					APRIL				MEI				JUNI																													
		I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	I	II	III	IV	I	II	III	IV																										
		4	9	11	16	18	23	28	30	1	6	8	13	15	20	22	27	1	6	8	12	15	20	23	27	29	31	1	6	10	13	17	19	24	26	30	3	6	10	16	17	22	24	29	1	6	11	16	18	23		
1	Persiapan																																																			
2	Pengumuman kepada Mahasiswa																																																			
3	Pengajuan Judul dan Bimbingan Proposal Penelitian																																																			
5	Ujian Proposal																																																			
6	Revisi Proposal dan Pengurusan Etik Penelitian (Ethic Clearance) dan lain-lain Penelitian																																																			
7	Penelitian dan Bimbingan KTI																																																			
9	Ujian KTI																																																			
10	Revisi KTI dan Penyerahan Hasil KTI																																																			

Gunungsitoli, 08 Juni 2021
Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Poltekkes Kemenkes Medan,



Imed Branki Amahonc, SKM, MPH
NIP. 19720511 199203 1 008