

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI ANAK DAN PANUTAN ORANG
TUA DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH ANAK SD INPRES
KOMBA SENTANI KABUPATEN JAYAPURA**



**Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi**

**Disusun Oleh:
MAYANK R. WIDYACIPTA
PO.71.32.2.10.20**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN JAYAPURA
JURUSAN GIZI
2013**

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI ANAK DAN PANUTAN ORANG TUA
DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DI SD INPRES KOMBA
SENTANI KABUPATEN JAYAPURA**

**OLEH
MAYANK RAMADHANIE WIDYACIPTA
PO. 71. 32. 2. 10. 20**

**Telah Mendapatkan Persetujuan Untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah
Jayapura, 28 Agustus 2013**

Pembimbing I



**I Rai Ngardita, SKM., M.Kes.
NIP. 19660315 198903 1 002**

Pembimbing II



**Merinta Sada, S.Gz.
NIP. 19850525 200604 2 001**

**Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi**



**I Rai Ngardita, SKM., M.Kes.
NIP. 19660315 198903 1 002**

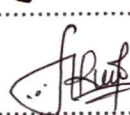
LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI ANAK DAN PANUTAN ORANG TUA
DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DI SD INPRES KOMBA
SENTANI KABUPATEN JAYAPURA**

OLEH
MAYANK RAMADHANIE WIDYACIPTA
PO. 71. 32. 2. 10. 20

Telah diuji dan dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 28 Agustus 2013

Susunan Penguji

- | | | | |
|----|------------------------------|--|-----------------|
| 1. | I Rai Ngardita, SKM., M.Kes. |  | (Pembimbing I) |
| 2. | Merinta Sada, S.Gz. |  | (Pembimbing II) |
| 3. | Ratih N Sumardi, SST., MPH. |  | (Penguji I) |
| 4. | Sri Iriyanti, SKM., M.Gz. |  | (Penguji II) |

Telah Diterima
Pada Tanggal 28 Agustus 2013


I Rai Ngardita, SKM., M.Kes.
NIP. 19660315 198903 1 002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penelitian maupun yang belum/ tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka.

Jayapura, 28 Agustus 2013

Mayank R. Widyacipta

RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS

Nama : Mayank Ramadhanie Widyacipta
Tempat/ tanggal lahir : Sentani, 15 Maret 1992
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Inpres Abeale 1 Sentani : Lulusan tahun 2001
2. SMP Negeri 2 Sentani : Lulusan tahun 2007
3. SMA Negeri 1 Sentani : Lulusan tahun 2010
4. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Jayapura : dari tahun 2010 - 2013

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

Dengan tersusunnya Karya Tulis Ilmiah, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, baik secara moril maupun materil. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih dan penghargaan tak terhingga kepada :

1. Isak JH. Tukayo, S.Kp., M.Sc, Direktur Politeknik Kesehatan Jayapura atas kesempatan yang diberikan untuk mengikuti perkuliahan.
2. I Rai Ngardita, SKM, M.Kes, Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Jayapura.
3. I Rai Ngardita, SKM,M.Kes, Dosen Pembimbing I, yang telah meluangkan waktu dalam membimbing dan membantu dalam penyelesaian penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Merinta Sada, S.Gz, Dosen Pembimbing II, yang telah meluangkan waktu dalam membimbing dan membantu dalam penyelesaian penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Dosen penguji atas saran dalam perbaikan Karya Tulis Ilmiah penelitian ini.
6. Semua staf pengajar Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Jayapura.
7. Ayah (Sri Gunawan) dan Bunda (Tri Setiani, SE) beserta saudaraku yang kusayangi serta Keluargaku dan Muhajir Hamzah tercinta atas motivasi dan dorongannya.

8. Rekan – rekan se-angkatan 2010 Jurusan Gizi yang telah memberikan kritik dan saran serta membantu penulis dalam proses penyusunan Karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang membangun sangatlah penulis harapkan.

Jayapura, 28 Agustus 2013

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
HIGHLIGHTS	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	3
C. TUJUAN PENELITIAN	3
D. MANFAAT PENELITIAN	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. LANDASAN TEORI	6
1. PENGERTIAN SAYUR DAN BUAH	6
2. KANDUNGAN GIZI	6
3. KLASIFIKASI SAYUR DAN BUAH	7
4. MANFAAT SAYUR DAN BUAH	10
5. KEUNGGULAN SAYUR DAN BUAH	15
6. SURVEY KONSUMSI MAKANAN	17
7. PENGERTIAN ANAK SEKOLAH	20
8. PENGERTIAN PENGETAHUAN GIZI	26
9. PANUTAN ORANGTUA	27
B. KERANGKA TEORI	34
C. KERANGKA KONSEP	35
D. DEFINISI OPERASIONAL	35
E. HIPOTESIS	36

BAB III METODE PENELITIAN

A. JENIS PENELITIAN	38
B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN	38
C. POPULASI DAN SAMPEL	38
D. VARIABEL PENELITIAN	41
E. INSTRUMEN PENELITIAN	41
F. PENGUMPULAN DATA	41
G. TEKNIK PENGAMBILAN DATA	42
H. PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	42
I. PENYAJIAN DATA	44

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	45
B. HASIL PENELITIAN	45
C. PEMBAHASAN	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN	60
B. SARAN	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Klasifikasi Sayuran	8
2. Daftar Buah-buahan Yang Bermanfaat Bagi Kesehatan dan Kandungan nutrisinya	12
3. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Umur	46
5. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Pengetahuan Gizi	47
6. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Panutan Orang Tua Dalam Konsumsi Sayur	48
7. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Panutan Orang Tua Dalam Konsumsi Buah	48
8. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Konsumsi Sayur Pada Anak	49
9. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Konsumsi Buah Pada Anak	50
10. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Sayur Pada Anak	50
11. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Buah	

Pada Anak	51
12. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi	
Sayur Anak	52
13. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi	
Buah Anak	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Kerangkat Teori	34
2. Kerangka Konsep	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1. Kuisisioner Penelitian	64
2. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pengetahuan Gizi, Konsumsi Sayur dan Buah, dan Panutan Orang Tua Dalam Mengonsumsi Sayur dan Buah	70
3. Hasil Uji Statistik	76
4. Master Tabel	89

INTISARI
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI ANAK DAN PANUTAN ORANG TUA
DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH ANAK SD INPRES KOMBA
SENTANI KABUPATEN JAYAPURA

Konsumsi sayur dan buah pada anak sangat penting dalam memenuhi nutrisi di masa pertumbuhannya. Namun sering kali ditemukan pada anak yang kurang menyukai buah dan sayur, dikarenakan faktor orangtua yang kurang terampil dalam penyajian makanan, terutama pada sayur dan buah. Hasil survey Riset Kesehatan Dasar (RISKESDA) Provinsi Papua pada tahun 2007, menunjukkan bahwa prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur di Provinsi Papua adalah sebesar 89.7% dan dikabupaten Jayapura sebanyak (97.2%). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi anak dan panutan orangtua dengan konsumsi sayur dan buah anak pada SD Inpres Komba Sentani.

Penelitian dilakukan secara analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, pengambilan sampel secara acak proporsional. Sampel dalam penelitian ini adalah anak sekolah kelas 4 – 6 SD Inpres Komba Sentani sebanyak 63 sampel. Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan. Data dianalisis secara statistik dengan uji *Chi Square*.

Hasil penelitian menunjukkan, anak dengan pengetahuan gizi baik memiliki asupan konsumsi sayur baik (100%), lebih tinggi dibandingkan dengan anak berpengetahuan gizi kurang memiliki asupan konsumsi sayur baik (5%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $0,000 < 0,05$ artinya ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur. Anak dengan pengetahuan gizi baik memiliki asupan konsumsi buah baik (83%), lebih rendah dibandingkan dengan anak berpengetahuan gizi kurang memiliki asupan konsumsi buah baik (85%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $1,000 > 0,05$ artinya tidak ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah. anak dengan panutan orangtua kurang memiliki konsumsi sayur baik (27,3%) sedangkan anak berpanutan baik memiliki konsumsi sayur baik (78,8%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $= 0,002 < 0,05$, dengan demikian H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara panutan orangtua dalam konsumsi sayur dengan konsumsi sayur pada anak. Dan anak dengan panutan orangtua kurang memiliki konsumsi buah baik (87,5%) sedangkan anak berpanutan baik memiliki konsumsi buah baik (87,2%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $= 1,000 > 0,05$ dengan demikian H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan antara panutan orangtua dalam konsumsi buah dengan konsumsi buah pada anak.

Daftar Bacaan : 6 Buku (2001-2011)
Kata Kunci : Pengetahuan Gizi, Panutan Orang Tua, dan Konsumsi Sayur dan Buah

HIGHLIGHTS
CHILD NUTRITION RELATED KNOWLEDGE AND MODELING PARENTS WITH
CHILDREN FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION SD INPRES KOMBA
SENTANI DISTRICT JAYAPURA

Fruit and vegetable consumption in children is very important in meeting the nutrition in infancy . But too often found in children who are less like fruits and vegetables , due to parental factors that are less skilled in preparing food , especially in vegetables and fruits . The survey results Basic Health Research (RISKESDA) Papua Province in 2007 , showed that the prevalence of consumption of fruit and vegetables in the province of Papua is equal to 89,7% and the county Jayapura as much (97,2%) . The purpose of this study was to determine the relationship of *nutritional knowledge and the role of parents of children with fruit and vegetable consumption elementary school children Inpres Komba Sentani* .

Research done analytically, using cross - sectional , random sampling proportionately . The sample in this study were school children grade 4-6 elementary Instruction Komba Sentani many as 63 samples . This study was conducted during one month . Data were statistically analyzed with Chi Square test .

The results showed that children with the knowledge of good nutrition have a good intake of vegetable consumption (100%), higher than that of a knowledgeable child malnutrition have a good intake of vegetable consumption (5%). Statistical analysis showed that the p value $0.000 < 0.05$ means that there is a relationship with the child's knowledge of nutrition vegetable consumption . Children with good nutritional knowledge have good intake of fruit consumption (83%), lower than knowledgeable child malnutrition has a good intake of fruit consumption (85%). Statistical analysis showed that the p value $1.000 > 0.05$ means that there is no relationship with the child's knowledge of the nutritional fruit consumption . parents of children with role models lacking good vegetable consumption (27,3%) while children berpanutan better have a good vegetable consumption (78.8%) . Statistical analysis showed that p value = $0.002 < 0.05$, so H_0 rejected, which means there is a relationship between the role of parents in the consumption of vegetables with vegetable consumption in children. And parents of children with role models lacking good fruit consumption (87,5%) while children berpanutan both have good fruit consumption (87,2%). Statistical analysis showed that p value = $1.000 > 0.05$ thus H_0 accepted, which means there is no connection between the role of parents in the consumption of fruit in fruit consumption in children.

Reading List : 6 Book (2001-2011)
Keywords : Nutritional Sciences , Role Model Parents , And Vegetable Consumption and Fruit.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk hidup memerlukan makanan untuk melangsungkan kehidupannya agar selalu sehat sehingga dapat melaksanakan berbagai kegiatan selama hidupnya. Oleh karena itu, dibutuhkan berbagai jenis makanan yang mengandung zat gizi yang cukup dan memilih makanan yang akan dikonsumsi karena akan berpengaruh terhadap kesehatan (Rahmawati, 2000).

Konsumsi sayur dan buah sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena berfungsi sebagai zat pengatur, mengandung zat gizi seperti vitamin dan mineral, memiliki kadar air tinggi, sumber serat makanan, antioksidan dan dapat menyeimbangkan kadar asam basa tubuh. Berbagai manfaat tersebut dapat mencegah terjadinya berbagai penyakit (Sekarindah, 2008).

Di Indonesia buah dan sayur merupakan bahan pangan yang sangat mudah didapatkan, bahkan di setiap daerah memiliki buah atau sayur sebagai ciri khas daerah tersebut. Buah dan sayur memiliki peran yang sangat besar bagi tubuh kita, yaitu sebagai sumber vitamin dan mineral yang diperlukan oleh tubuh dan berfungsi sebagai zat pengatur. Buah dan sayur dengan keanekaragamannya dapat saling melengkapi kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh kita. Disamping itu, salah satu bahan pangan yang banyak mengandung serat terdapat pada buah dan sayur. Serat mempunyai peran yang sangat penting dalam proses pencernaan.

Serat melancarkan pencernaan sehingga zat racun yang membahayakan kesehatan dapat langsung keluar dari tubuh, bahkan pada mereka yang menderita kelebihan gizi, serat dapat mencegah dan mengurangi resiko penyakit akibat kegemukan (Jahari dan Sumarno, 2001).

Riset Kesehatan Dasar (RISKESDA) Provinsi Papua pada tahun 2007 mengumpulkan data frekuensi dan porsi asupan buah dan sayur, dengan mengukur jumlah hari dalam seminggu dan jumlah porsi rata-rata dalam sehari. Anak-anak dikategorikan "cukup" konsumsi sayur apabila makan sayur minimal 2 (dua) porsi per hari selama 7 (tujuh) hari dalam seminggu. Dikategorikan "kurang" apabila konsumsi sayur kurang dari ketentuan di atas. Sedangkan untuk konsumsi buah, anak-anak dikategorikan "cukup" konsumsi buah apabila makan buah minimal 1 (satu) porsi perhari dan dikategorikan "kurang" apabila sama sekali tidak pernah mengonsumsi buah. Secara keseluruhan, prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur di Provinsi Papua adalah sebesar 89.7%. kurang mengonsumsi buah dan sayur, sedangkan 3 (tiga) Kabupaten paling tertinggi terdapat di Kabupaten Pegunungan Bintang (99.4%), Paniai (99%), dan Kabupaten Jayapura sebanyak (97.2%).

Buah dan sayur merupakan pangan yang di dalamnya mengandung banyak vitamin serta mineral yang dibutuhkan tubuh untuk menghindari proses oksidasi oleh radikal bebas dan sebaiknya memakan buah yang berwarna dan beraneka ragam jenisnya karena dengan berwarna dan beraneka ragam tentu mengandung pigmen-pigmen berisi vitamin yang bersifat antioksidan dan saling melengkapi zat gizi yang dibutuhkan dan menutupi kekurangan-kekurangan zat gizi lainnya.

Anak-anak biasanya kurang menyukai buah dan sayur. Hal ini dapat terjadi, antara lain, dikarenakan orangtua kurang terampil dalam penyajian makanan, terutama pada sayur dan buah. Demi kepraktisan, makanan yang tersaji cenderung itu-itu saja, rasa makanannya yang kurang enak dan jenisnya tidak bervariasi. Perilaku ini bisa timbul karena orangtua sering pilih-pilih makanan atau makan sambil nonton TV. Perilaku makan itu akan ditiru oleh anak (Ekayanti, 2007).

Secara umum, anak-anak di Indonesia lebih sulit mengonsumsi buah dan sayur dibandingkan dengan anak-anak Negara maju. Mereka selalu menghindari menu makanan yang justru dianggap sangat penting bagi tubuh yaitu sayur-sayuran, karena itu pendidikan dan penyuluhan gizi penting sekali peranannya dalam usaha memperbaiki gizi masyarakat khususnya perbaikan gizi bayi dan anak-anak balita (Winarno, 1987).

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam Penelitian ini adalah bagaimana konsumsi sayur dan buah anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura Tahun 2013.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dalam Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi anak dan panutan orang tua di rumah dengan tingkat konsumsi aneka ragam sayur dan buah pada anak Sekolah Dasar.

2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus Penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Gambaran Pengetahuan gizi anak dalam mengkonsumsi sayur dan buah pada anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- b. Gambaran Panutan orang tua dalam mengkonsumsi sayur pada anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- c. Gambaran Panutan orang tua dalam mengkonsumsi buah pada anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- d. Gambaran konsumsi sayur pada anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- e. Gambaran konsumsi buah pada anak di SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- f. Hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur anak SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- g. Hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah anak SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- h. Hubungan panutan orang tua dalam mengkonsumsi sayur dengan konsumsi sayur anak SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
- i. Hubungan panutan orang tua dalam mengkonsumsi buah dengan konsumsi buah anak SD Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

- a. Dapat menambah wawasan terkait dengan tingkat konsumsi dalam mengkonsumsi sayur dan buah pada anak-anak di Indonesia serta

sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.

- b. Sebagai pengalaman dan media pembelajaran bagi Peneliti dalam melakukan Penelitian selanjutnya terkait masalah yang berkaitan dengan gizi masyarakat.

2. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Sebagai bahan tambahan referensi Karya Tulis Penelitian yang berguna bagi masyarakat luas di Bidang Kesehatan Masyarakat khususnya terkait dengan tingkat kesukaan dalam mengkonsumsi sayur dan buah.
- b. Sebagai bahan untuk Penelitian lanjutan oleh Peneliti lain.

--- oOo ---

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengertian Sayur dan Buah

a. Sayur

Sayur merupakan berbagai bagian tumbuhan, seperti daun, akar, batang dan bunga bahkan buahnya yang biasanya masih muda, dapat dikatakan bahwa semua bagian tumbuhan dapat dijadikan bahan makanan sayur (Sediaoetama, 2008).

b. Buah

Buah biasanya yang sudah matang, atau setidak-tidaknya sudah tua. Buah-buahan sebagian besar dimakan “mentah” atau disebut buah cuci mulut. Dan biasanya dimakan setelah makan nasi (pada masyarakat yang mempergunakan nasi sebagai bahan makanan pokok). Buah cuci mulut dimakan “mentah”, bila berupa buah segar, atau buah hasil olah teknologi pangan yang dikalengkan (Sediaoetama, 2008).

2. Kandungan Gizi

a. Sayur

Sayur yang berwarna hijau merupakan sumber kaya karotin (provitamin A), semakin tua warna hijau itu, semakin banyak kandungannya akan karotin tersebut. Terdapat hubungan yang erat antara fungsi chlorophyll (hijau daun) dan karotin di dalam tumbuhan,

dan keduanya terdapat bersama-sama di dalam butir khloroplast (Sediaoetama, 2008).

b. Buah

Dalam keadaan segar buah-buahan rata-rata mengandung 56 kkal atau 234 kJ energi setiap 100 gr bagian buah yang dapat dimakan. Meskipun rata-rata energi yang dikandung relatif rendah, buah-buahan memiliki nilai fisiologis yang sangat tinggi. Buah-buahan mengandung gula fruktosa dan glukosa yang sangat mudah larut sehingga mudah sekali diserap oleh tubuh sebagai pemasok energi secara cepat. Buah berwarna kuning seperti Mangga, Pepaya dan Pisang Raja kaya akan provitamin A. sedangkan buah yang kecut atau asam seperti Jeruk, Gandaria, Jambu Biji dan Rambutan kaya akan Vitamin C, karena buah pada umumnya dimakan dalam bentuk mentah, buah-buahan merupakan sumber utama vitamin C. Secara keseluruhan buah merupakan sumber vitamin A, vitamin C, kalium, dan serat. Porsi buah yang dianjurkan sehari sebanyak 200-300 gram atau 2-3 potong sehari.

3. Klasifikasi Sayur dan Buah

a. Sayur

Sayur-sayuran diklasifikasikan berdasarkan bagian tanaman, misalnya akar, batang atau akar ubi jalar yang dimanfaatkan sebagai makanan (Sivakali Narayan, 2007).

Beberapa jenis klasifikasi sayur-sayuran sebagaimana yang terdapat dalam Tabel 2.1 berikut.

Tabel 2.1
Klasifikasi Sayuran

No.	Jenis Sayuran	Contoh
1.	Sayur-sayuran akar.	Ubi jalar, wortel, lobak, rutabaga, lobak Cina, dan ubi jalar.
2.	Sayur-sayuran batang	Asparagus, kohlarabi.
3.	Sayur-sayuran ubi.	Girasol/artikok Jerusalem, kentang, keladi, dan ubi jalar/rambat.
4.	Sayur-sayuran daun dan tangkai daun.	Brussels, kubis, seledri, selada, kelembak, bayam.
5.	Sayur-sayuran bersiung.	Bawang putih, bawang Bombay, bawang merah.
6.	Sayur-sayuran bunga muda di tangkai.	Artikok, brokoli, kembang kol.
7.	Buah-buahan yang dimanfaatkan sebagai sayur-sayuran.	Kacang polong lembu, mentimun, pepaya, nangka (ichar), tanaman telur (brinjal), kacang Lima, kacang okra, kacang polong, summer squash (labu).
8.	Sayur-sayuran buah matang.	Melon, labu, tomat, semangka.

(Sumber: Sivakali, Narayan, 2007)

b. Buah

Buah Sederhana atau Asli adalah produk dari satu putik, sedangkan Buah Campuran mungkin sebagian berasal dari dua atau lebih putik. Baik buah-buahan asli atau campuran mungkin sebagian berasal dari

bagian-bagian bunga lain atau dari tangkai bunga yang ditambahkan pada putik-putik itu. Buah-buahan seperti ini disebut Buah Aksesori. Buah Frambus dan Nanas adalah buah-buahan aksesori campuran. Buah-buahan asli mungkin saja segar atau kering (Sivakali Narayan, 2007).

Beberapa jenis klasifikasi buah-buahan, yaitu:

1) Buah-buahan Asli Segar

Salah satu bentuk buah-buahan asli segar tipe besar adalah buah Berry. Istilah 'berry' ditujukan untuk buah-buahan berkulit tipis seperti Tomat, Anggur, Blue Berries. Buah-buahan segar berkulit kasar adalah Jeruk, Limau, Kumquats, Anggur, dan lain-lain. Buah-buahan segar berkulit keras adalah Mentimun dan Melon. Tipe besar kedua buah-buahan segar adalah buah berbiji atau buah batu seperti buah Kersen, Persik dan Zaitun. Pome adalah buah aksesori segar misalnya Apel dan Pir.

Buah-buahan asli segar adalah *dehiscent* atau *indehiscent*. Buah-buahan *dehiscent* terbuka ketika matang untuk melepaskan biji-bijinya. Buah-buahan *indehiscent* adalah Kacang Polong dan Kacang Tanah. Buah-buahan *indehiscent* adalah Butter Cup dan Gandum.

2) Buah-Buahan Campuran

Ada dua tipe umum buah-buahan campuran, kumpulan dan perlipat-gandaan buah-buahan, masing-masing adalah produk dari dua atau lebih putik di dalam satu bunga. Buah-buahan ini adalah strawberry, raspberry, dan blackberry.

4. Manfaat Sayur dan Buah

a. Sayur

Beberapa jenis sayuran mengandung Vitamin C dan beta-karoten relatif lebih tinggi dibandingkan jenis lainnya. Di dalam tubuh, beta-karoten akan diubah menjadi vitamin A yang sangat berguna dalam proses penglihatan, reproduksi, dan proses metabolisme lainnya. Bersama-sama dengan vitamin C dan vitamin E, vitamin A juga berperan sebagai antioksidan untuk memerangi radikal bebas, penyebab kerusakan sel dan proses penuaan; menurunkan resiko terkena penyakit degeneratif (jantung, diabetes mellitus, hipertensi, kanker, dan lain-lain), serta menghaluskan kulit. Sayuran juga mengandung berbagai mineral, seperti zat besi, selenium, seng, mangan, dan sulfur, yang dewasa ini diakui peranannya sebagai zat penting bagi tercapainya kesehatan tubuh yang optimal. Di dalam tubuh, vitamin dan mineral merupakan bagian dari enzim (sebagai koenzim) yang sangat diperlukan dalam menjamin kelancaran proses metabolisme tubuh secara normal.

Termasuk ke dalam kategori zat non-gizi adalah serat pangan (*dietary fiber*), enzim, pigmen, dan zat minor. Sayuran merupakan sumber serat pangan yang baik. Dibandingkan buah-buahan, sayuran mengandung serat pangan dalam jumlah lebih banyak. Kecukupan serat pangan yang dianjurkan berkisar antara 20-30 gram yang dapat dipenuhi dari sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, padi-padian, dan sumber-sumber lainnya. Sayuran segar mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksi-reaksi kimia di dalam tubuh. Dua jenis

enzim utama yang terdapat pada sayuran segar adalah sintase dan hidrolase. Sintetase berperan dalam membangun struktur tubuh dengan mensintesis molekul-molekul besar menjadi molekul-molekul lebih besar, sedangkan hidrolase berperan dalam memecahkan molekul-molekul besar menjadi molekul-molekul kecil, sehingga lebih mudah untuk dicerna tubuh. Sayuran segar juga mengandung pigmen (zat pewarna alami), seperti karoten, flavonoid, dan klorofil. Karoten terdapat pada sayuran berdaun hijau tua (Bayam, Katuk, daun Kangkung, daun Pepaya, daun Singkong), sayuran berwarna kuning oranye (Wortel, Labu kuning). Beta-karoten dari wortel berpengaruh baik terhadap pencegahan kanker paru-paru dan kanker tenggorokan akibat merokok. Flavonoid berperan sebagai anti peradangan, antialergi, antivirus, dan antikarsinogen. Sama seperti pada pigmen lainnya, klorofil juga dapat berfungsi sebagai antioksidan dan antikanker. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa zat makanan minor pada sayuran dapat menurunkan risiko kanker yang terjadi di berbagai bagian tubuh. Contoh zat-zat minor makanan yang penting adalah senyawa allium (pada bawang putih dan bawang-bawangan) sebagai zat penurun kolesterol dan antitumor, serta coumarin (pada Wortel dan Seledri) sebagai antitumor dan penambah kekebalan. *American Cancer Society* menganjurkan untuk mengkonsumsi tanaman crucifera (kol, brokoli, sawi, dan kembang kol) sebagai pencegah berbagai kanker. Zat-zat non-gizi pada family kubis yang berperan sebagai antikanker adalah fenol, indol, isotiosianat, glukosinolat, coumarin, dan dithiolthione. Zat-zat tersebut menstimulir

terjadinya perombakan racun tubuh dan menghilangkan zat kimia penyebab kanker (Astawan Made, 2008).

Sayuran juga merupakan kelompok komoditas pangan yang pada umumnya sangat banyak dikonsumsi oleh masyarakat, baik sebagai sayuran mentah (lalapan) ataupun dengan cara dimasak terlebih dahulu.

b. Buah

Manfaat buah bagi tubuh sehat:

Buah-buahan memegang peranan penting dalam pembentukan nutrisi yang diperlukan tubuh, untuk itu konsumsi buah yang bermanfaat buat kita. Berikut buah-buahan yang bermanfaat bagi kesehatan dan kandungan nutrisinya sebagaimana terlihat pada Tabel 2.2 :

Tabel 2.2
Daftar Buah-buahan yang Bermanfaat Bagi Kesehatan dan Kandungan Nutrisinya

No.	Jenis Buah	Khasiat Bagi Kesehatan
1.	Melon	Mengandung gula yang tinggi dan lycopene yang berfungsi sebagai antikanker. Melon merah mengandung carotenoid yang dapat melindungi sel tubuh terhadap kerusakan free radikal dan dapat juga diubah menjadi vitamin A dalam tubuh.
2.	Jeruk	Mengandung phytochemical yang disebut hesperidin yang berfungsi sebagai antioksidan. Jeruk juga sumber pectin yang berfungsi

		menurunkan tekanan darah dan termasuk buah rendah serat namun sumber vitamin C dan folat.
3.	Mangga	Mengandung carotenoid yang disebut beta carytoxanthin, sebuah antioksidan yang dapat melindungi terhadap beberapa jenis kanker seperti kanker usus dan kanker tulang tengkuk. Mangga termasuk buah yang kaya akan caritenoid, serta dan vitamin C.
4.	Nanas	Mengandung enzim bromelain yang memiliki kemampuan untuk menguraikan protein. Nanas sering digunakan sebagai bahan pelunak daging, selain berguna membantu pencernaan, menguraikan pembekuan darah, mencegah sinusitis, dan infeksi saluran kencing. Nanas merupakan sumber vitamin C dan mangandung kadar gula tinggi.
5.	Pisang	Merupakan sumber potassium, yakni mineral penting yang menjaga tekanan darah normal dan fungsi hati. Mengandung carotenoid untuk mengevaluasi pembentukan penyakit mata, fruktooligosakarida yang merupakan prebiotik atau bakteri yang baik bagi usus besar.

6.	Alpukat	Buah ini kaya akan mineral yang kesemuanya berguna untuk mengatur fungsi tubuh dan menstimulasi pertumbuhan. Dapat membantu proses regenerasi darah merah dan mencegah anemia serta dapat menurunkan kadar kolesterol yang tinggi karena mengandung karbohidrat dan lemak tak jenuh.
7.	Jambu Biji	Mengandung tanin, kalori, vit A, B1, C, kalsium, fosfor, zat besi, protein dan air. khasiat buah ini untuk menambah kadar trombosit darah penderita demam berdarah serta menjaga kekebalan tubuh karena kandungan vitamin C-nya yang cukup banyak.
8.	Pepaya	Mengandung enzim pengurai yang dapat membantu pencernaan dalam tubuh. Juga mengandung karoten dan vitamin C sebagai antioksidan dalam tubuh. Dapat memperbaiki jaringan dan menetralkan racun yang masuk.

(Sumber: Dewi, Ayu.2009)

Selain tersebut di atas, buah dan sayuran menyumbangkan banyak sekali gizi untuk otak. Khususnya antioksidan dan zat fitokemikal, yaitu sekelompok bahan alami yang berkhasiat menyembuhkan. Buah dan sayuran juga mengandung beraneka ragam vitamin dan mineral.

Meningkatnya asupan vitamin dan mineral berguna untuk meningkatkan IQ, khususnya pada anak dengan pola makan buruk.

Oleh sebab itu, sangat penting untuk mendorong anak-anak agar mengkonsumsi cukup buah dan sayuran. Anjurannya adalah tiga porsi buah dan dua porsi sayuran per hari.

Buah merupakan sumber vitamin C, boron, selenium, dan karotenoid, sedangkan sayur-sayuran menyumbangkan zat besi, vitamin C, kalsium, selenium, vitamin B kompleks, magnesium, seng, dan boron. Boron bertanggungjawab atas produksi gelombang positif otak, meningkatkan kewaspadaan, memori, dan konsentrasi. Vitamin C membantu penyerapan zat besi, yang mampu meningkatkan IQ dan membantu “menghidupkan” pikiran. (Adityawan Dudi, 2008).

5. Keunggulan Sayur dan Buah

Sayur dan buah mempunyai keunggulan masing-masing. Keunggulan dari buah dan sayur adalah sebagai berikut:

a. Sayur

1) Setiap jenis sayuran mempunyai rasa segar dan khas, yang merupakan perpaduan dari berbagai macam rasa dengan komposisi yang tepat. Sayuran juga memiliki aroma dan warna spesifik yang merupakan ciri menonjol bagi setiap jenis sayuran. Hal-hal tersebut menjadikan sayuran mempunyai daya tarik tersendiri, sehingga banyak digunakan sebagai pemicu selera makan (*appetizer*) dan sebagai jus.

2) Sayuran umumnya mempunyai kadar air, vitamin, mineral, dan serat tinggi, tetapi rendah dalam hal energy, lemak dan karbohidrat.

Komposisi gizi tersebut menyebabkan sayuran sangat baik digunakan sebagai makanan penurun berat badan.

- 3) Sayuran merupakan sumber zat gizi dan zat-zat non-gizi yang keduanya berperan penting bagi kesehatan tubuh. Sebagai sumber zat gizi, sayuran berperan dalam mengatur pertumbuhan, pemeliharaan, dan penggantian sel-sel tubuh manusia. Belakangan ini peranan zat-zat non-gizi pada sayuran menjadi semakin penting dalam pencegahan dan pengobatan berbagai macam penyakit (Astawan, Made.2008).

b. Buah

Buah-buahan mengandung gula fruktosa dan glukosa yang sangat mudah larut sehingga mudah sekali diserap oleh tubuh sebagai pemasok energi secara cepat. Pasokan energi cepat sangat berguna untuk meningkatkan daya konsentrasi pikiran dan mencegah kelesuan. Hal ini sangat penting bagi pelajar dan mahasiswa serta pengendara alat transportasi yang membutuhkan daya konsentrasi tinggi. Ada sumber yang menginformasikan bahwa buah-buahan mengandung gula alami yang dapat menstimulir otak untuk berpikir lebih cepat dan me-recall informasi yang tersimpan dalam memori lebih cepat. Efek ini juga didapatkan apabila orang mengkonsumsi wortel mentah. Dalam sumber tersebut juga disebutkan bagaimana siswa bisa memperoleh nilai ujian yang lebih baik. Caranya adalah dengan mengubah kebiasaan makan mereka dengan mengkonsumsi lebih banyak buah dan sayuran, karena buah-buahan adalah energi otak yang mewah (Wijaya, 2009).

6. Survei Konsumsi Makanan

Survei diet atau penilaian konsumsi makanan adalah salah satu metode yang digunakan dalam penentuan status gizi perorangan atau kelompok. Tujuan umum survei konsumsi makanan dimaksudkan untuk mengetahui kebiasaan makan dan gambaran tingkat kecukupan bahan makanan dan zat gizi pada tingkat kelompok, rumah tangga dan perorangan serta faktor-faktor yang berpengaruh terhadap konsumsi makanan tersebut (Supariasa, 2001).

Berdasarkan jenis data yang diperoleh, maka pengukuran konsumsi makanan menghasilkan dua jenis data konsumsi, yaitu:

a. Metode Kualitatif

Metode yang bersifat kualitatif biasanya untuk mengetahui frekuensi makan, frekuensi konsumsi menurut jenis bahan makanan dan menggali informasi tentang kebiasaan makan (*food habits*) serta cara-cara memperoleh bahan makanan tersebut. Metode-metode pengukuran konsumsi makanan bersifat kualitatif antara lain :

1) Metode Frekuensi Makanan (*Food Frequency*)

Metode Frekuensi Makanan merupakan metode untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun.

Pada metode ini dibahas mengenai frekuensi makan, misalnya berapa kali anak makan makanan pokok (makanan hewani, nabati, sayur-sayuran, buah-buahan) dan lain-lainnya dalam sehari. Sedangkan pengukurannya menggunakan skala

pengukuran rasio. Selain itu, dengan metode frekuensi makanan dapat diperoleh gambaran pola konsumsi bahan makanan secara kualitatif, tetapi karena periode pengamatannya lebih lama dan dapat membedakan individu berdasarkan ranking tingkat konsumsi zat gizi, maka cara ini paling sering digunakan dalam Penelitian Epidemiologi Gizi.

Langkah-langkah Metode Frekuensi Makanan menurut Supariasa (2001):

- a) Responden diminta untuk memberi tanda pada daftar yang tersedia pada kuesioner mengenai frekuensi penggunaannya dan ukuran porsinya.
- b) Lakukan rekapitulasi tentang frekuensi penggunaan jenis-jenis bahan makanan terutama bahan makanan yang merupakan sumber-sumber zat gizi tertentu selama periode tertentu pula.

Kelebihan Metode Frekuensi Makanan (*Food Frequency*)

Menurut Supariasa (2001), Metode Frekuensi Makanan mempunyai beberapa kelebihan, antara lain:

- a) Relatif murah dan sederhana
- b) Dapat dilakukan sendiri oleh responden
- c) Tidak membutuhkan latihan khusus
- d) Dapat membantu untuk menjelaskan hubungan antara penyakit dan kebiasaan makan

Kekurangan Metode Frekuensi Makanan (*Food Frequency*)

Menurut Supriasa (2001), Metode Frekuensi Makanan juga mempunyai beberapa kekurangan, antara lain:

- a) Tidak dapat untuk menghitung intake zat gizi sehari
- b) Sulit mengembangkan kuesioner pengumpulan data
- c) Cukup menjemukan bagi pewawancara
- d) Perlu percobaan pendahuluan untuk menentukan jenis bahan makanan yang akan masuk dalam daftar kuesioner
- e) Responden harus jujur dan mempunyai motivasi tinggi.

b. Metode Kuantitatif

Metode Kuantitatif dimaksudkan untuk mengetahui jumlah makanan yang dikonsumsi sehingga dapat dihitung konsumsi zat gizi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) atau daftar lain yang diperlukan seperti Daftar Ukuran Rumah Tangga (URT), Daftar Konversi Mentah-Masak (DKMM) dan Daftar Penyerapan Minyak. Metode-metode untuk pengukuran konsumsi secara kuantitatif antara lain :

1) Metode Recall 24 jam

Metode Recall makanan merupakan tehnik yang paling sering digunakan baik secara klinis maupun penelitian. Metode ini mengharuskan pelaku mengingat semua makanan dan jumlahnya sebaik mungkin dalam waktu tertentu ketika tanya jawab berlangsung. Pengingatan sering dilakukan untuk 1-3 hari.

Pada dasarnya metode ini dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada masa lalu (Suharjo, et al, 1987).

Wawancara dilakukan sedalam mungkin agar responden dapat mengungkapkan jenis bahan makanan yang dikonsumsi beberapa hari yang lalu. Sedangkan agar wawancara dapat berlangsung sistematis dan baik, maka terlebih dahulu perlu disiapkan kuesioner (daftar pertanyaan).

Kuesioner tersebut mengarahkan wawancara menurut urutan waktu makan dan pengelompokan bahan makanan, (Riyadi, 1995).

c. Metode Kualitatif dan Kuantitatif

Beberapa metode pengukuran bahkan dapat menghasilkan data yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Metode tersebut antara lain:

- 1) Metode *recall* 24 jam.
- 2) Metode riwayat makan (*dietary history*) (Supriasa, 2001).

Dalam penelitian ini, untuk melihat gambaran frekuensi konsumsi sayur dan buah digunakan Metode Kualitatif (*Food Frekuensi*).

7. Pengertian Anak Usia Sekolah

Menurut UU No. 4 Tahun 1979 tentang kesejahteraan anak dikutip dari 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 7–15 tahun (termasuk anak cacat) yang menjadi sasaran program wajib belajar pendidikan 9 tahun.

a. Ciri-Ciri Anak Usia Sekolah Dasar

Menurut Suprajitno (2004) akhir masa kanak-kanak memiliki beberapa ciri antara lain:

- 1) Label yang digunakan oleh orang tua
 - a) *Usia yang menyulitkan*, dimana suatu masa ketika anak tidak mau lagi menuruti perintah dan ketika anak lebih dipengaruhi oleh teman sebaya dari pada oleh orang tua dan anggota keluarga lain.
 - b) *Usia Tidak Rapi*, suatu masa ketika anak cenderung tidak memperdulikan dan ceroboh dalam penampilan.
 - c) *Usia Bertengkar*, suatu masa ketika banyak terjadi pertengkaran antara keluarga dan suasana rumah yang tidak menyenangkan bagi semua anggota keluarga.
- 2) Label yang digunakan Pendidik/Guru
 - a) *Usia Sekolah Dasar* adalah suatu masa ketika anak diharapkan memperoleh dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri.
 - b) *Periode Kritis dalam berprestasi* merupakan suatu masa ketika anak mencapai sukses, tidak sukses atau sangat sukses.
- 3) Label yang digunakan oleh ahli Psikologi
 - a) *Usia Berkelompok* merupakan suatu masa ketika perhatian utama tertuju pada keinginan diterima oleh teman sebaya sebagai anggota kelompok.

- b) *Usia Penyesuaian Diri* adalah suatu masa ketika anak ingin menyesuaikan dengan standar yang disetujui oleh kelompok dalam penampilan, berbicara dan perilaku.
- c) *Usia Kreatif* merupakan suatu masa ketika akan ditentukan apakah anak akan menjadi konfimis.
- d) *Usia Bermain* merupakan suatu masa ketika besarnya keinginan bermain karena luasnya minat dan kegiatan untuk bermain.

b. Perkembangan Usia Sekolah

Perkembangan Anak Usia Sekolah menurut Suprajitno (2004) meliputi:

1) Perkembangan Biologis

Saat usia dasar pertumbuhan rata-rata 5 cm per tahun untuk tinggi badan dan meningkat 2 (dua) sampai 3 (tiga) kilo gram per tahun untuk berat badan. Pada usia ini pembentukan jaringan lemak lebih cepat perkembangannya dari pada otot.

2) Perkembangan Psikososial

Menurut Ericson, anak perkembangan psikososialnya berada dalam tahap industri inferior. Dalam tahap ini anak mampu melakukan dan menguasai keterampilan yang bersifat teknologi dan sosial. Tahap ini sangat dipengaruhi faktor instrinsik (motivasi, kemampuan, tanggung jawab untuk memiliki, interaksi dengan lingkungan dan teman sebaya) dan faktor ekstrinsik (penghargaan yang didapat, stimulus dan keterlibatan orang lain).

3) Temperamen

Sifat temperamen yang dialami sebelumnya merupakan faktor terpenting dalam perilaku pada masa ini. Pada usia ini temperamen sering muncul sehingga peran orang tua dan guru sangat besar untuk mengendalikannya, yang perlu diperhatikan oleh orang tua adalah menjadi figur dalam kehidupan sehari-hari anak.

4) Perkembangan Kognitif

Menurut Peaget, usia ini berada dalam tahap operasional konkret yaitu anak mengekspresikan apa yang dilakukan dengan verbal dan simbol. Selama periode ini kemampuan anak belajar konseptual mulai meningkat dengan pesat dan memiliki kemampuan belajar dari benda, situasi dan atau pengalaman yang dijumpai.

5) Perkembangan Moral

Pada masa akhir kanak-kanak perkembangan moralnya dikategorikan oleh Kohlberg berada dalam tahap konvensional. Pada tahap ini anak mulai belajar tentang peraturan-peraturan yang berlaku, menerima peraturan.

6) Perkembangan Spiritual

Anak usia sekolah menginginkan segala sesuatu adalah konkret atau nyata dari pada belajar tentang agama. Mereka lebih tertarik terhadap Surga dan mereka cenderung akan melakukan atau mematuhi peraturan, karena takut bila masuk Neraka.

7) Perkembangan Bahasa

Pembicaraan yang dilakukan dalam hidup ini lebih terkendali dan terseleksi karena anak menggunakan pembicaraan sebagai komunikasi.

8) Perkembangan Sosial

Akhir masa kanak-kanak sering disebut usia berkelompok yang ditandai dengan adanya minat terhadap aktivitas teman-teman dan meningkatnya keinginan yang kuat untuk diterima sebagai anggota kelompok.

9) Perkembangan Seksual

Masa ini anak mulai belajar tentang seksualitas dan teman-temannya, mengembangkan minat-minat sesuai dengan dirinya.

10) 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. Konsep Perilaku Anak Usia Sekolah

Menurut Soekidjo Notoatmojo (2003), Usia 6-12 tahun anak sudah memiliki dunia sekolah yang lebih serius walaupun ia tetap seorang anak dengan dunia yang khas, masa ini ditandai dengan perubahan dalam kemampuan dan perilaku. Pertumbuhan dan perkembangan anak membuatnya lebih siap untuk belajar dibanding sebelumnya, anak juga mengembangkan keinginan untuk melakukan berbagai hal dengan baik bahkan bila mungkin enggan sempurna. Karakteristik anak usia sekolah jelas berbeda dengan anak prasekolah sehingga orang tua perlu

melakukan pendekatan yang berbeda dibanding sebelumnya ketika anak masih duduk di Taman Kanak-Kanak, karena waktu anak sekarang lebih banyak dilewatkan di luar rumah sehingga orang tua khawatir anak tercemar pengaruh yang tidak diinginkan. Perkembangan anak sekolah meliputi perkembangan kognitif dan sosial emosi.

1) Perkembangan Kognitif

Anak usia 10-12 tahun atau pra remaja sudah mulai menggunakan logikanya. Karena mereka sudah mahir berhitung, dan kemampuan ini dapat diterapkan dalam kehidupan setiap hari. Mereka juga mulai bisa diberi pengertian untuk menghemat dengan memberitahukan secara garis besar pemasukan dan pengeluaran keluarga setiap bulan, anak juga semakin mampu merencanakan perilaku yang terorganisir, termasuk menerima rencana atau tujuan beraktivitas dan menghubungkan pengetahuan serta tindakan dalam rencana tersebut. Perkembangan kognitif pada akhir usia sekolah adalah pencapaian prestasi dan sebagian anak juga memiliki motivasi yang amat tinggi untuk mencapai sukses dan berusaha keras untuk mencapainya.

2) Perkembangan Sosial Emosi

Akhir usia sekolah anak sudah memiliki kemampuan untuk mengontrol dirinya dalam berempati dan merefleksi dirinya terhadap perilaku dan interaksinya. Menurut Piaget anak usia praremaja mulai belajar melihat dunia luar dari kaca mata mereka sendiri karena masalah yang dihadapi saat anak duduk di Kelas 4,5, dan 6 Sekolah Dasar pada umumnya adalah kesulitan berhubungan

dengan orang dewasa selain anggota keluarganya. Persaingan dapat memberi pengaruh positif bagi perkembangan sosial ekonomi anak, karena saat anak duduk di Kelas 4-6 SD anak telah memandang kegagalan atau keberhasilannya dengan penuh percaya diri.

8. Pengertian Pengetahuan Gizi

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau memberikan angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoadmojo, 2003).

Pengetahuan Gizi mempengaruhi pemilihan dan penyediaan makanan bergizi. Informasi yang dimiliki seseorang tentang kebutuhan tubuh akan zat gizi menentukan jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Jika pengetahuan gizi meningkat, maka ada kecenderungan untuk memilih makanan yang lebih tinggi (Irawati, 1995).

Sanjur dan Kumay (2001) menyatakan bahwa pengetahuan gizi mempengaruhi praktek melalui sikap terhadap kebiasaan makan. Praktek melalui sikap terhadap kebiasaan makan. Praktek konsumsi pangan merupakan hasil interaksi dari pengetahuan gizi dalam sikap terhadap gizi. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang semakin dia memperhitungkan jenis kualitas makanan yang dipilih untuk dikonsumsi. Selain itu, tingkat

pengetahuan seseorang sangat berpengaruh terhadap keadaan gizi yang bersangkutan. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin tinggi tingkat pengetahuan gizi dan kesehatannya yang dapat berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi di dalam keluarga (Berg. 1986).

Khomsan (2000) menyatakan bahwa pengetahuan gizi menjadi landasan penting yang menentukan konsumsi pangan keluarga. Individu yang berpengetahuan gizi baik akan mempunyai kemampuan untuk menerapkan pengetahuan gizinya dalam pemilihan maupun pengetahuan pangan sehingga konsumsi pangan yang mencukupi lebih terjamin.

9. Panutan Orang Tua

Anak dilahirkan ke dunia dalam keadaan fitrah, bersih tanpa noda. Dan selanjutnya anak berkembang atau berperilaku, berpikir dan ataupun bertindak dalam mengambil suatu keputusan sangat dipengaruhi oleh sikap atau perilaku orang tuanya dalam mendidik. Karena orang tua merupakan yang pertama kali mengajarkan dan mengenalkan anak dalam berperilaku atau pola kehidupan sehari-hari. Begitu pula halnya anak dapat berkembang atau tumbuh sehat secara fisik juga dipengaruhi oleh orang tuanya dalam cara atau pola pemberian makanan sehari-hari. Oleh karena itu peran orang tua sebagai panutan anak sangat mempengaruhi perkembangan kehidupan anak sehari-hari. Hal tersebut sebagaimana yang dinyatakan oleh Dra. Siti Hafsah SPsi. Msi, Psikolog Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST), bahwa orang tua adalah *role model* (panutan) bagi anak.

Pernyataan senada diungkapkan pula oleh Mushthafa al-'Adawid dalam *Ensiklopedi Pendidikan Anak* hal 38 yang dikutip oleh Ummu 'Aisyah (March 27, 2008) dalam tulisannya yang berjudul **Anak-Anak Mengikuti Perbuatan yang Dilakukan Orangtua**: "*Seorang anak yang selalu melihat ayahnya berpuasa senin dan kamis, ikut serta dalam shalat berjama'ah di masjid jelas akan berbeda dengan seorang anak yang melihat ayahnya berada di tempat perjudian atau bioskop serta tempat-tempat hiburan yang lainnya, ... dan Seorang anak yang dididik shalat oleh orangtuanya jelas akan berbeda dengan seorang anak yang biasa diajarkan menonton film, musik atau sepak bola*". Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa anak akan cenderung meniru apa yang dilakukan dan diajarkan oleh orang tuanya sehari-hari.

Pernyataan tersebut di atas menunjukkan bahwa Orang Tua adalah faktor utama yang berperan penting dalam perkembangan anak yang diejawantahkan dalam bentuk pola pengasuhan orang tua. Menurut Steinberg, pengasuhan orang tua memiliki dua komponen, yaitu gaya pengasuhan (*parenting style*) dan praktek pengasuhan (*parenting practices*). Gaya pengasuhan didefinisikan sebagai sekumpulan sikap yang dikomunikasikan kepada anak dimana perilaku orang tua diekspresikan sehingga menciptakan suasana emosional. Santrock dalam bukunya *Educational Psychology* (2011) menyinggung 4 macam *parenting styles*, yaitu:

a. Authoritative

Orang tua yang authoritative berperilaku hangat namun tegas. Mereka mendorong anaknya menjadi mandiri dan memiliki kebebasan namun

tetap memberi batas dan kontrol pada anaknya. Mereka memiliki standard namun juga memberi harapan yang disesuaikan dengan perkembangan anak. Mereka menunjukkan kasih sayang, sabar mendengarkan anaknya, mendukung keterlibatan anak dalam membuat keputusan keluarga, dan menanamkan kebiasaan saling menghargai hak-hak orang tua dan anak. Hal ini mampu memberi kesempatan kedua pihak (orang tua dan anak) untuk dapat saling memahami satu sama lain dan menghasilkan keputusan yang dapat diterima kedua pihak.

b. Authoritarian

Orang tua authoritarian menuntut kepatuhan dan konformitas yang tinggi dari anak-anak. Mereka lebih banyak menggunakan hukuman, batasan, kediktatoran, dan kaku. Mereka memiliki standard yang dibuat sendiri baik dalam aturan, keputusan, dan tuntutan yang harus ditaati anaknya. Bila dibandingkan dengan pola asuh lainnya, orang tua authoritarian cenderung kurang hangat, tidak ramah, kurang menerima, dan kurang mendukung kemauan anak, bahkan lebih suka melarang anaknya mendapat otonomi ataupun terlibat dalam pembuatan keputusan.

c. Neglectful

Pola pengasuhan ini disebut juga *indifferent parenting*. Dalam pola pengasuhan ini, orang tua hanya menunjukkan sedikit komitmen dalam mengasuh anak, mereka hanya memiliki sedikit waktu dan perhatian untuk anaknya. Akibatnya, mereka menanggulangi tuntutan anak dengan memberikan apapun yang barang yang diinginkan

selama dapat diperoleh. Padahal hal tersebut tidak baik untuk jangka panjang anaknya, misalnya terkait peran dalam pekerjaan rumah dan perilaku sosial yang dapat diterima secara umum. Orang tua pola ini cenderung tidak tahu banyak tentang aktivitas anaknya. Mereka jarang berbicara-bincang dan hampir tidak mepedulikan pendapat anaknya dalam membuat keputusan.

d. Indulgent

Orang tua indulgent atau permissive berperilaku *highly involved* pada anaknya. Mereka cenderung “menerima, lunak, dan lebih pasif dalam kedisiplinan”. Mereka mengumbar cinta kasih tetapi menempatkan sangat sedikit tuntutan terhadap perilaku anak dan memberi kebebasan tinggi pada anak untuk bertindak sesuai keinginannya. Terkadang orang tuanya mengizinkan ia mengambil keputusan meski belum mampu melakukannya. Orang tua semacam ini cenderung memanjakan anak, ia membiarkan anaknya mengganggu orang lain, melindungi anak secara berlebihan, membiarkan kesalahan diperbuat anaknya, menjauhkan anak dari paksaan, keharusan, hukuman, dan enggan “meluruskan” penyimpangan perilaku anak.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa pola asuh orang tua begitu berpengaruh terhadap kondisi perkembangan anak termasuk dalam prestasinya. Bila anak berada dalam pengasuhan yang kondusif, maka anak akan terbantu dalam proses kematangan perkembangan kognitif, afeksi, dan konasinya. Anak yang dibesarkan dari keluarga *authoritative* lebih mapan secara psikososial dan lebih berprestasi

dibandingkan anak-anak yang dibesarkan dari keluarga *authoritarian*, *neglect*, dan *indulgent*.

Anak-anak adalah makhluk yang sangat sensitif dengan kemampuan yang luar biasa untuk mengenali dan membedakan tindakan orang dewasa di sekeliling mereka. Mereka dapat membedakan orang dewasa yang hanya berbicara saja tentang apa yang harus dilakukan seorang anak dengan orang dewasa yang melakukannya sebagai contoh baru kemudian meminta anak untuk melakukannya juga. Oleh sebab itu dalam memberikan model kepada anak-anak orang tua perlu berhati-hati agar apa yang dilakukan orang tua dan dilihat oleh anak-anaknya tidak terekam hal-hal yang negatif sehingga mempengaruhi dan atau menghambat perkembangan anak tersebut.

Menurut Toddie (Sept-Okt 2011), cara-cara lain yang dapat dimodelkan oleh orang tua kepada anak-anaknya adalah :

- 1) Menutrisi tubuh kita dengan makanan yang bergizi dan sehat,
- 2) Mengembangkan pengetahuan dengan membaca bacaan yang berguna,
- 3) Melatih fisik dan kesehatan mental,
- 4) Membicarakan hal yang positif tentang diri sendiri dan orang lain (tidak bergosip dan selalu memotivasi diri sendiri untuk dapat melakukan hal yang lebih baik),
- 5) Menikmati hidup bersama teman-teman dan keluarga.

Anak-anak menghormati orang-orang dewasa yang memodelkan apa yang mereka ingin anak-anak mereka lakukan. Orang dewasa yang kredibel dan dapat diandalkan akan membangkitkan rasa percaya diri anak

dan juga rasa kagum anak terhadap diri mereka. Di lain sisi, kemunafikan akan menghancurkan image kita di mata mereka dan membuat anak-anak kita mencari model orang dewasa lain untuk ditiru.

Peribahasa "*Seeing is Believing*", "Melihat dulu baru percaya" sebenarnya sangat tepat untuk diterapkan dalam hal ini. Apa yang seorang anak lihat dan percayai, itulah yang akan mereka lakukan.

Di antara semua hubungan sosial yang ada di muka bumi ini, orang tua dan anak adalah suatu pola hubungan istimewa dan tidak mungkin tergantikan. Karenanya, orang tua pun memiliki tugas khusus untuk membesarkan, mengarahkan, dan mendidik anak menjadi manusia seutuhnya. Menjadi sosok orang tua yang memiliki berbagai fungsi memang bukanlah perkara sederhana. Namun merupakan proses belajar seumur hidup tak ada habisnya. Ukuran baik buruk dalam memegang posisi orang tua sangatlah relatif. Dalam pandangan konvensional, orang tua adalah sosok yang dihormati dan tempat sang anak menunjukkan baktinya. Peranan tersebut tentunya tidaklah lepas dari tradisi dan kebudayaan setempat.

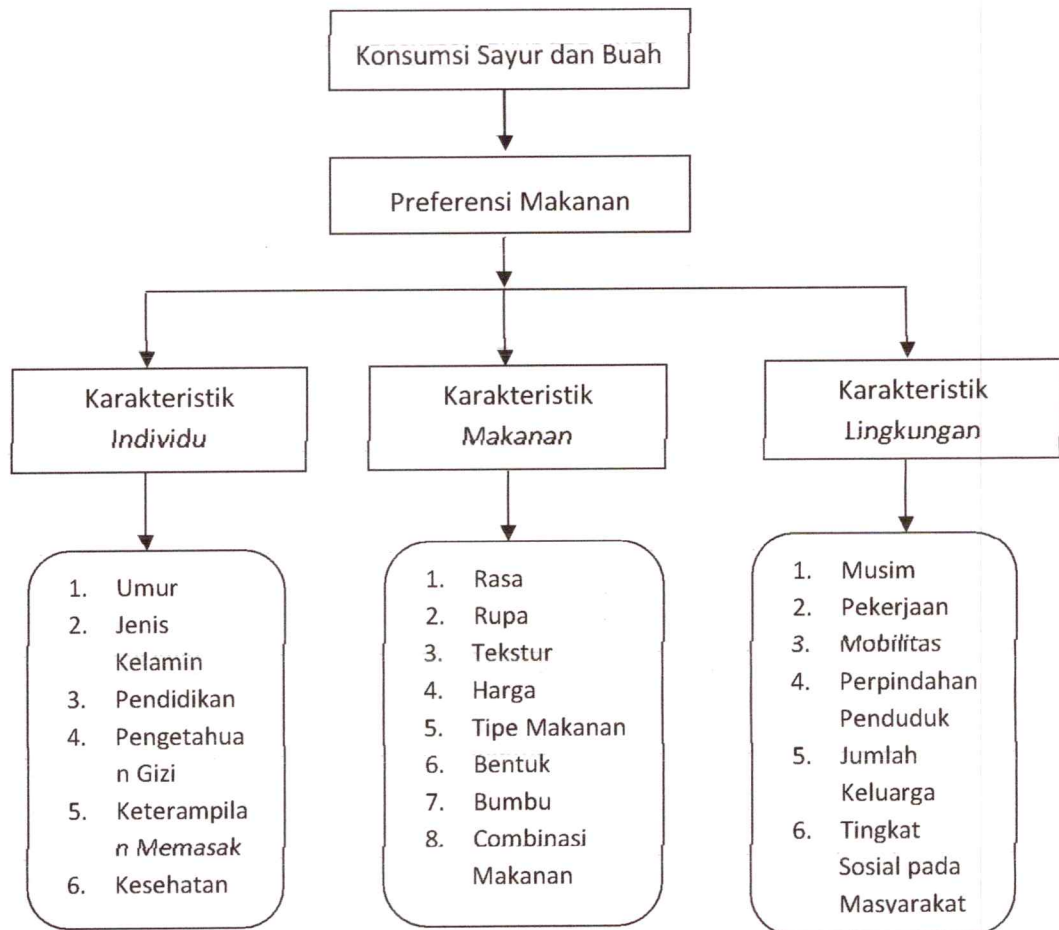
Peran dan Tanggung Jawab Orang Tua menurut Yati Mulyati, Se.,M.Si. (2011), yaitu:

- 1) Orang tua harus menjadi panutan, karena anak akan melihat dan menyerap pola perilaku dan nilai-nilai yang ditampilkan orang tua.
- 2) Orang tua menjadi teman diskusi dan sumber informasi bagi anak tentang segala hal.

- 3) Orang tua perlu mengembangkan tradisi kekeluargaan dan nilai-nilai agama, dengan mengerjakan pekerjaan rumah bersama-sama dan melaksanakan ibadah bersama.
- 4) Orang tua menggali potensi anak untuk dikembangkan melalui berbagai macam kegiatan positif, sehingga dapat menumbuhkan rasa percaya diri anak.
- 5) Orang tua menjadi pembimbing bagi anak dalam membantu mengatasi berbagai masalah yang dihadapi oleh anak.
- 6) Orang tua perlu mengetahui kegiatan anak, hal ini untuk menunjukkan bahwa orang tua punya perhatian khusus pada anak.
- 7) Orang tua perlu mengenal teman-teman anaknya dan bergabung untuk mengobrol bersama mereka.

Berdasarkan pendapat tersebut, sudah jelas bahwa anak-anak akan meniru apa yang dilihat dan dilakukan oleh orang tuanya sehari-hari. Hal tersebut dikarenakan lingkungan keluarga adalah yang pertama dan utama sekali dalam mempengaruhi anak-anaknya dalam berperilaku. Oleh karena itu orang tua diharapkan dapat memberikan model yang baik dan pantas sebagai panutan kepada anak-anaknya, baik dalam perilaku, budaya dan agama yang dianutnya.

B. Kerangka Teori

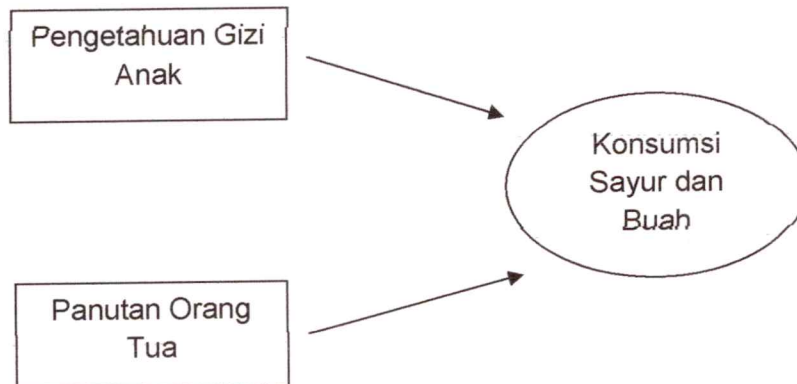


Gambar 1

Model studi Preferensi Konsumsi Makanan

Sumber : Elizabeth dan Sanjur (1981)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2

Kerangka Pikir Penelitian

D. Definisi Operasional

No.	Definisi Operasional	Kriteria Objektif
1.	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 kelas 4 – 6 SD.
2.	Pengetahuan Gizi adalah tingkat pengetahuan gizi anak kelas 4-6 SD tentang manfaat sayur dan buah bila dikonsumsi sehari-hari.	Baik, apabila skor jawaban anak benar $\geq 80\%$ dari seluruh pertanyaan yang diajukan. Kurang, apabila skor jawaban anak benar $< 80\%$ dari seluruh pertanyaan yang diajukan.
3.	Panutan Orang Tua adalah kebiasaan ibu dari anak sekolah dengan mengonsumsi sayur yang dilihat dari hasil	Baik, apabila ibu mengonsumsi sayur dalam pola makan sehari-hari minimal 2x waktu makan.

	recall sehari.	Kurang, apabila ibu tidak mengonsumsi sayur dalam pola makan sehari-hari minimal 2x waktu makan.
4.	Panutan Orang Tua adalah kebiasaan ibu dari anak sekolah dengan mengonsumsi buah yang dilihat dari hasil recall sehari.	Baik, apabila ibu mengonsumsi buah dalam pola makan sehari-hari $\geq 2x$ waktu makan. Kurang, apabila ibu tidak mengonsumsi buah dalam pola makan sehari-hari $\leq 2x$ waktu makan.
5.	Konsumsi adalah jumlah sayur yang dikonsumsi oleh anak kelas 4 – 6 SD, yang didapat melalui recall konsumsi makan.	Baik, apabila mengonsumsi sayur minimal 2x/ hari. Kurang, apabila mengonsumsi sayur $< 2x$/ hari (tidak pernah).
6.	Konsumsi adalah jumlah buah yang dikonsumsi oleh anak kelas 4 – 6 SD, yang didapat melalui recall konsumsi makan.	Baik, apabila mengonsumsi buah $\geq 2x$/ hari. Kurang, apabila mengonsumsi buah $\leq 2x$/ hari (tidak pernah).

E. Hipotesis

Hipotesis Penelitiannya :

$H_0 =$

1. Tidak Ada Hubungan Pengetahuan Gizi Anak Dengan Konsumsi Sayur Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.

2. Tidak Ada Hubungan Pengetahuan Gizi Anak Dengan Konsumsi Buah Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
3. Tidak Ada Hubungan Panutan Orang Tua dalam mengkonsumsi sayur terhadap Konsumsi Sayur Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
4. Tidak Ada Hubungan Panutan Orang Tua dalam mengkonsumsi buah terhadap Konsumsi Buah Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.

$H_a =$

1. Ada Hubungan Pengetahuan Gizi Anak Dengan Konsumsi Sayur Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
2. Ada Hubungan Pengetahuan Gizi Anak Dengan Konsumsi Buah Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
3. Ada Hubungan Panutan Orang Tua dalam mengkonsumsi sayur terhadap Konsumsi Sayur Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.
4. Ada Hubungan Panutan Orang Tua dalam mengkonsumsi buah terhadap Konsumsi Buah Pada Anak Di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.

-- oOo --

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan desain penelitian secara *cross-sectional*, dimana pengukuran variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan sesaat pada suatu waktu (Notoatmodjo, 2005).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura Provinsi Papua.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 – 26 Agustus 2013.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2005).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak sekolah kelas 4–6 di Wilayah Sekolah Dasar Komba yaitu 169 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian anak kelas 4 – 6 SD yang terpilih sebagai sampel dengan ketentuan sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi :

a) Siswa kelas 4 – 6 SD

b) Siswa berjenis kelamin Laki – laki dan Perempuan

c) Siswa dapat menjawab kuisisioner dengan benar

b. Kriteria Eksklusi :

a) Siswa yang tidak dalam keadaan sakit

b) Siswa yang tidak hadir dalam penelitian ini

Penentuan besarnya sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah dengan cara menggunakan rumus Slovin (Notoadmodjo, 2005) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel (responden dalam penelitian)

N = Jumlah populasi

d = Kelonggaran sampel (10%)

1 = Konstanta

Dalam penelitian ini diketahui N sebesar 169 siswa usia 10–12 tahun dan d ditetapkan sebesar 10%. Jadi jumlah minimal sampel yang diambil oleh Peneliti sebesar :

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + N (d)^2} \\ &= \frac{169}{1 + 169 (0,01)} \\ &= \frac{169}{2,69} \\ &= 62,8 \text{ dibulatkan} = 63 \text{ sampel (63 siswa)} \end{aligned}$$

Dari rumus diatas dengan jumlah populasi 169 siswa 63 sampel anak kelas 4-6 yang berada di Sekolah Dasar Inpres Komba Sentani Kabupaten Jayapura.

Sampel diambil secara proporsional (karena masing-masing populasi di setiap kelas tidak sama jumlahnya) dengan menggunakan rumus W. Gulo yaitu :

$$S = \frac{n}{N} \times N1$$

Keterangan :

S = Sampel tiap kelas

n = Jumlah Siswa yang ada di kelas

N = Jumlah seluruh siswa yang ada di kelas 4-6

N1 = Besar sampel yang ditarik dari populasi (63 sampel)

Setelah sampel didapat secara acak proporsional, maka 63 sampel yang ada dilakukan pengambilan lagi secara acak sederhana di tiap-tiap kelas yang ada.

No	Kelas	Jumlah Siswa	Jumlah Sampel
1.	Kelas 4		
	A	27	10
	B	32	12
2.	Kelas 5		
	A	24	11
	B	21	10
3.	Kelas 6		
	A	25	10
	B	25	10
	Total	169	63

D. Variabel Penelitian

Variabel adalah gejala yang menjadi fokus peneliti untuk diamati (Sugiyono, 2005). Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu : (1) variabel bebas dan (2) variabel terikat.

1. Variabel Bebas (*Independen*) adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2005). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi dan panutan orang tua.
2. Variabel Terikat (*Dependen*) adalah variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2005). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini adalah *Kuesioner*.

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Kuesioner berisi data identitas responden dan sampel, pengetahuan gizi anak, frekuensi makan, kebiasaan makan, dan Recall 1 x 24 jam untuk mengetahui asupan makan.

F. Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer, meliputi:

- 1) Data Hasil Food Frequency Questioner (FFQ).
- 2) Data Hasil Pengisian Angket.
- 3) Data Hasil Wawancara *Recall* 24 Jam.

b. Data Sekunder

Data Sekunder diperoleh melalui data yang diambil, yaitu Gambaran Umum Institusi (Sekolah).

G. Teknik Pengambilan Data

1. Identitas Responden

Identitas responden berisi nama responden, alamat, umur, jenis kelamin, Pendidikan terakhir orang tua siswa, pekerjaan orang tua siswa dan tanggal wawancara, diperoleh melalui wawancara langsung dengan responden berdasarkan kuisioner yang telah disiapkan Peneliti.

2. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi anak sekolah diperoleh dari hasil kuisioner yang diberikan.

3. Konsumsi Sayur dan Buah

Konsumsi sayur dan buah diperoleh dari hasil recall 1x 24 jam selama 2 hari.

H. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Data yang terkumpul adalah sesuai dengan konseptual yang diarahkan untuk menjawab tujuan penelitian. Adapun tahap – tahap yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- a. Pengetahuan gizi diperoleh dari pengisian kuisioner yaitu dengan jawaban kuisioner yang benar dibagi dengan jumlah soal dan dikalikan dengan 10. Yang mana dari hasil skor tersebut dapat dilihat apabila pengetahuan baik jumlah skor jawaban $\geq 80\%$ sedangkan pengetahuan kurang jumlah skor $\leq 80\%$.

- b. Panutan orang tua diperoleh melalui wawancara langsung dan recall yaitu dilihat dari recall apabila ibu mengkonsumsi sayur dan buah $\geq 2x$ sehari adalah baik sedangkan apabila ibu mengkonsumsi sayur dan buah $\leq 2x$ sehari adalah kurang.
- c. Konsumsi sayur dan buah di peroleh dari hasil recall yaitu jika mengkonsumsi sayur dan buah $\geq 2x$ sehari dikategorikan baik sedangkan jika mengkonsumsi sayur dan buah $\leq 2x$ sehari dikategorikan kurang.

2. Analisa Data

Dalam penelitian ini, data dianalisis dengan dua metode, yaitu :

a. Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi masing-masing variabel, kemudian data ditampilkan dalam bentuk persentase dan dinarasikan.

b. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan dengan menghubungkan masing-masing variabel bebas dan variabel terikat. Untuk menganalisa data menggunakan SPSS versi 16, uji statistik yang digunakan yaitu uji chi-square (Notoatmodjo, 2005).

Derajat kemaknaan yang dipakai adalah : $p\text{-value} = 0,05\%$, rumus yang digunakan yaitu :

$$\chi^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

Dimana : χ^2 = Chi – quadrat

O = Frekuensi yang diperoleh berdasarkan data

Σ = Penjumlahan

E = Frekuensi yang diharapkan

Ho diterima apabila χ^2 hitung $< \chi^2$ tabel berarti tidak ada hubungan ($P > 0,05$).

Ho ditolak apabila χ^2 hitung $\geq \chi^2$ tabel berarti ada hubungan ($P < 0,05$).

I. Penyajian Data

Data hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel data dan kemudian dinarasikan.

-- oOo --

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Keadaan Geografis

Sekolah Dasar Inpres Komba adalah salah satu Sekolah Dasar yang ada di Kabupaten Jayapura dan berada pada Wilayah Kampung Yobe Distrik Sentani, dengan luas wilayah $90,45 \times 81,30 = 8.550 \text{ m}^2$. Masyarakatnya dapat diklasifikasikan menjadi masyarakat petani, masyarakat nelayan, dan masyarakat transisi perkotaan.

2. Batas Wilayah

Adapun batas-batas wilayah SD Inpres Komba Sentani adalah sebagai berikut :

- a. Sebelah Barat : Gereja Jemaat GKI
- b. Sebelah Timur : Masjid Darrusalam
- c. Sebelah Utara : Bandara Udara Sentani
- d. Sebelah Selatan : Pemukiman Warga Setempat

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah anak kelas 4 – 6 SD yang berada di Sekolah Dasar Inpres Komba dengan jumlah sampel sebanyak 63 siswa dari 169 populasi.

Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Distribusi jumlah sampel berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini :

Tabel 4.1
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin di Sekolah Dasar Komba Tahun 2013

No	Jenis Kelamin	n	%
1	Laki-laki	25	39,7
2	Perempuan	38	60,3
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa sampel perempuan lebih banyak daripada sampel laki-laki, yakni perempuan 38 (60,3%) siswa dan laki-laki 25 (39,7%) siswa.

b. Umur

Distribusi jumlah sampel berdasarkan umur dapat dilihat pada Tabel 4.2 di bawah ini :

Tabel 4.2
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Umur di Sekolah Dasar Komba Tahun 2013

No	Umur	n	%
1	10	22	34.9
2	11	16	25.4
3	12	25	39.7
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dapat dilihat anak usia 12 tahun lebih banyak yakni sebesar 25 sampel (39,7%) dan sampel yang terkecil adalah anak usia 11 tahun sebanyak 16 sampel (25,4%).

2. Analisa Univariat

a. Pengetahuan Gizi Anak

Distribusi jumlah sampel berdasarkan pengetahuan gizi anak dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut ini :

Tabel 4.3
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Pengetahuan Gizi Anak
di Sekolah Dasar Komba Tahun 2013

No	Pengetahuan Gizi Anak	n	%
1	Kurang	20	31.7
2	Baik	43	68.3
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengetahuan Gizi Anak didapatkan hasil bahwa dari 63 sampel anak sekolah dengan tingkat pengetahuan gizi baik sebanyak 43 sampel (68,3%) dan tingkat pengetahuan gizi kurang sebanyak 20 sampel (31,7%).

b. Panutan Orang Tua dalam Konsumsi Sayur

Distribusi jumlah sampel berdasarkan panutan orang tua dalam mengkonsumsi sayur dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.4
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Panutan Orang
Tua (Ibu) Tahun 2013

No	Panutan Orang Tua (Ibu) dalam Konsumsi Sayur	n	%
1	Kurang	11	17,5
2	Baik	52	82,5
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa panutan ibu dalam konsumsi sayur sehari-hari dikatakan baik, yaitu 52 sampel (82,5%) dan panutan ibu dalam konsumsi sehari-hari dikatakan kurang 11 sampel (17,5%).

c. Panutan Orang Tua dalam Konsumsi Buah

Distribusi jumlah sampel berdasarkan panutan orang tua dalam mengkonsumsi buah dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.5
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Panutan Orang
Tua (Ibu) Tahun 2013

No	Panutan Orang Tua (Ibu) dalam Konsumsi Buah	n	%
1	Kurang	24	38,1
2	Baik	39	61,9
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa panutan ibu dalam konsumsi buah sehari-hari dikatakan baik, yaitu 39 sampel (61,9%) dan panutan ibu dalam konsumsi buah sehari-hari dikatakan kurang 24 sampel (38,1%).

d. Konsumsi Sayur

Distribusi jumlah sampel berdasarkan konsumsi sayur pada anak dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.6
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Konsumsi Sayur Pada Anak di Sekolah Dasar Komba tahun 2013

No	Konsumsi Sayur	n	%
1	Kurang	19	30.2
2	Baik	44	69.8
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dapat dilihat bahwa konsumsi sayur yang baik sebanyak 44 sampel (69,8%) dan konsumsi sayur yang kurang sebanyak 19 sampel (30,2%).

e. Konsumsi Buah

Distribusi jumlah sampel berdasarkan konsumsi sayur pada anak dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.7
Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Konsumsi Buah Pada Anak di Sekolah Dasar Komba tahun 2013

No	Konsumsi Buah	n	%
1	Kurang	8	12,7
2	Baik	55	87,3
Jumlah		63	100

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa konsumsi buah yang baik sebanyak 55 sampel (87,3%) dan konsumsi yang kurang sebanyak 8 sampel (12,7%).

3. Analisa Bivariat

Pengkategorian pengetahuan gizi dan panutan orang tua dalam penelitian ini terdiri dari kurang dan baik.

a. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Sayur

Hubungan Pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur Anak di SD Inpres Komba disajikan pada Tabel 4.7 berikut :

Tabel 4.7
Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Sayur Anak di SD Inpres Komba

Pengetahuan Gizi Anak	Konsumsi Sayur				Jumlah		P Value	95%	
	Kurang		Baik					Conviden Internal	
	n	%	n	%	n	%		Lower	Upper
Kurang	19	95	1	5	20	100	0,000	0,007	0,338
Baik	0	0	43	100	43	100			
Jumlah	19	30,2	44	69,8	63	100			

Sumber : Data Primer 2013

Tabel diatas menunjukkan bahwa anak dengan pengetahuan gizi kurang memiliki konsumsi sayur baik (5%) sedangkan anak berpengetahuan gizi baik memiliki konsumsi sayur baik (100%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value = 0,000 < 0,05, dengan demikian H_0 ditolak yang berarti ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur.

b. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Buah

Hubungan Pengetahuan gizi dengan konsumsi buah Anak di SD Inpres Komba disajikan pada Tabel 4.8 berikut :

Tabel 4.8
Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Buah Anak di SD Inpres Komba

Pengetahuan Gizi Anak	Konsumsi Buah				Jumlah		P Value	95%	
	Kurang		Baik					Conviden Internal	
	n	%	n	%	n	%		Lower	Upper
Kurang	3	15	17	85	20	100	1,000	0,266	3,197
Baik	7	16,3	36	83	43	100		0,810	1,273
Jumlah	10	15,9	53	84,1	63	100			

Sumber : Data Primer 2013

Tabel diatas menunjukkan bahwa anak dengan pengetahuan gizi kurang memiliki konsumsi buah baik (85%) sedangkan anak berpengetahuan gizi baik memiliki konsumsi buah baik (83%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value = 1,000 > 0,05, dengan demikian H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah.

c. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Sayur

Hubungan Panutan Orang Tua dengan konsumsi sayur Anak di SD Inpres Komba disajikan pada Tabel 4.9 berikut :

Tabel 4.9
Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Sayur Anak di SD Inpres Komba

Panutan Orang Tua (Ibu)	Konsumsi Sayur				Jumlah		P Value	95%	
	Kurang		Baik					Conviden Internal	
	n	%	n	%	n	%		Lower	Upper
Kurang	8	72,7	3	27,3	11	100	0,002	1,818	6,503
Baik	11	21,2	41	78,8	52	100		0,130	0,917
Jumlah	19	30,2	44	69,8	63	100			

Sumber : Data Primer 2013

Tabel diatas menunjukkan bahwa anak dengan panutan orangtua kurang memiliki konsumsi sayur baik (27,3%) sedangkan anak berpanutan baik memiliki konsumsi sayur baik (78,8%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value = 0,002 < 0,05 dengan demikian H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara panutan orangtua dalam konsumsi sayur dengan konsumsi sayur pada anak.

d. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Buah

Hubungan Panutan Orang Tua dengan konsumsi buah Anak di SD Inpres Komba disajikan pada Tabel 4.10 berikut :

Tabel 4.10
Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Buah Anak
di SD Inpres Komba

Panutan Orang Tua	Konsumsi Buah				Jumlah		P Value	95%	
	Kurang		Baik					Conviden Interval	
	n	%	N	%	n	%		Lower	Upper
Kurang	3	12,5	21	87,5	24	100	1,000	0.256	3,716
Baik	5	12,8	34	87,2	39	100		0,827	1,218
Jumlah	8	12,7	55	87,3	63	100			

Sumber : Data Primer 2013

Tabel diatas, menunjukkan bahwa anak dengan panutan orangtua kurang memiliki konsumsi buah baik (87,5%) sedangkan anak berpanutan baik memiliki konsumsi buah baik (87,2%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai $p \text{ value} = 1,000 > 0,05$ dengan demikian H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan antara panutan orangtua dalam konsumsi buah dengan konsumsi buah pada anak.

C. Pembahasan

1. Hubungan Pengetahuan Gizi Anak dengan Konsumsi Sayur

Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil penginderaan manusia terhadap objek diluarnya melalui panca indera sehingga dapat diukur melalui apa yang diketahui tentang objek tertentu. Pengukuran atau penilaian pengetahuan pada umumnya berisi materi yang ingin diukur dari responden (Notoatmodjo, 2003).

Perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi dari orang

atau masyarakat yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2003). Oleh sebab itu, meningkatkan keterampilan setiap anggota masyarakat agar mampu memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri adalah sangat penting. Hal ini berarti bahwa masing-masing individu didalam masyarakat seyogyanya mempunyai pengetahuan dan kemampuan yang baik terhadap cara-cara pemeliharaannya. (Soekidjo Notoatmodjo, 2003)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur di SD Inpres Komba adalah baik (68,3%). Anak dengan pengetahuan baik pada umumnya mengetahui susunan menu yang baik, sayur dan buah sebagai sumber vitamin dan mineral, dan manfaat sayur dan buah, hanya sebagian kecil (31,7%) yang belum mengetahui beberapa pertanyaan yang diajukan.

Berdasarkan hasil analisis uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai p value = $0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur di SD Inpres Komba.

Hasil tabulasi data menunjukkan bahwa responden yang ada di SD Inpres Komba, yang memiliki tingkat pengetahuan gizi baik tinggi yaitu 43 (68,3%) responden, sedangkan dengan konsumsi sayur baik tinggi yaitu 44 (69,8%). Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa anak dengan berpengetahuan tinggi, mempunyai kebiasaan konsumsi sayur baik. Hal ini disebabkan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin tinggi tingkat pengetahuan gizi dan kesehatannya yang dapat berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi didalam keluarga (Berg. 1986).

2. Hubungan Pengetahuan Gizi Anak dengan Konsumsi Buah

Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil penginderaan manusia terhadap objek diluarnya melalui panca indera sehingga dapat diukur melalui apa yang diketahui tentang objek tertentu. Pengukuran atau penilaian pengetahuan pada umumnya berisi materi yang ingin diukur dari responden (Notoatmodjo, 2003).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah di SD Inpres Komba adalah baik (68,3%). Anak dengan pengetahuan baik pada umumnya mengetahui susunan menu yang baik, sayur dan buah sebagai sumber vitamin dan mineral, dan manfaat sayur dan buah, hanya sebagian kecil (31,7%) yang belum mengetahui beberapa pertanyaan yang diajukan.

Berdasarkan hasil analisis uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai p value = 1,000 > 0,05 artinya tidak ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah di SD Inpres Komba.

Hasil tabulasi data menunjukkan bahwa responden yang ada di SD Inpres Komba, yang memiliki tingkat pengetahuan gizi baik tinggi yaitu 43 (68,3%) responden, sedangkan dengan konsumsi buah baik tinggi yaitu 55 (87,3%). Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa anak dengan berpengetahuan tinggi, mempunyai kebiasaan konsumsi buah baik. Hal ini disebabkan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin tinggi tingkat pengetahuan gizi dan kesehatannya yang dapat berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan yang akan dikonsumsi didalam keluarga (Berg. 1986).

3. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Sayur

Orang Tua adalah faktor utama yang berperan penting dalam perkembangan anak yang diejawantahkan dalam bentuk pola pengasuhan orang tua. Menurut Steinberg, pengasuhan orang tua memiliki dua komponen, yaitu gaya pengasuhan (*parenting style*) dan praktek pengasuhan (*parenting practices*). Gaya pengasuhan didefinisikan sebagai sekumpulan sikap yang dikomunikasikan kepada anak dimana perilaku orang tua diekspresikan sehingga menciptakan suasana emosional.

Menurut Aswatini, dkk (2008) faktor yang mempengaruhi pola dan perilaku konsumsi sayur dan buah di masyarakat dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri atas faktor yang berpengaruh positif dan negatif terhadap konsumsi sayuran dan buah yang berasal dari pengetahuan dan sikap. Faktor eksternal merupakan peluang dan hambatan yang berpengaruh terhadap konsumsi sayuran dan buah yang berasal dari luar diri. Faktor eksternal meliputi ketersediaan pangan (sayur dan buah), panutan orangtua, tingkat pendapatan keluarga, dan media sosialisasi atau sumber informasi.

Oleh karena itu peran orang tua sebagai panutan anak sangat mempengaruhi perkembangan kehidupan anak sehari-hari. Hal tersebut sebagaimana yang dinyatakan oleh Dra. Siti Hafsah SPsi. Msi, Psikolog Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST), bahwa orang tua adalah *role model* (panutan) bagi anak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa panutan orang tua mengkonsumsi sayur dengan konsumsi sayur anak di SD Inpres Komba adalah baik (82,5%).

Berdasarkan hasil analisis uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai p value = $0,002 < 0,05$ artinya ada hubungan panutan orangtua dalam konsumsi sayur dengan konsumsi sayur pada anak di SD Inpres Komba.

Hasil tabulasi data menunjukkan bahwa panutan orangtua dalam konsumsi sayur baik tinggi yaitu 52 (82,5%) sampel, sedangkan dengan konsumsi sayur anak baik tinggi yaitu 44 (69,8%). Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa ibu dengan konsumsi sayur tinggi, mempunyai kebiasaan konsumsi sayur baik. Hal tersebut sebagaimana yang dinyatakan oleh Dra. Siti Hafsah SPsi. Msi, Psikolog Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST), bahwa orang tua adalah *role model* (panutan) bagi anak.

4. Hubungan Panutan Orang Tua dengan Konsumsi Buah

Orang Tua adalah faktor utama yang berperan penting dalam perkembangan anak yang diejawantahkan dalam bentuk pola pengasuhan orang tua. Menurut Steinberg, pengasuhan orang tua memiliki dua komponen, yaitu gaya pengasuhan (*parenting style*) dan praktek pengasuhan (*parenting practices*). Gaya pengasuhan didefinisikan sebagai sekumpulan sikap yang dikomunikasikan kepada anak dimana perilaku orang tua diekspresikan sehingga menciptakan suasana emosional.

Menurut Aswatini, dkk (2008) faktor yang mempengaruhi pola dan perilaku konsumsi sayur dan buah di masyarakat dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri atas faktor yang berpengaruh positif dan negatif terhadap konsumsi sayuran dan buah yang berasal dari pengetahuan dan sikap. Faktor eksternal merupakan peluang dan hambatan yang berpengaruh terhadap konsumsi sayuran dan buah yang berasal dari luar diri. Faktor eksternal meliputi ketersediaan pangan (sayur dan buah), panutan orangtua, tingkat pendapatan keluarga, dan media sosialisasi atau sumber informasi.

Oleh karena itu peran orang tua sebagai panutan anak sangat mempengaruhi perkembangan kehidupan anak sehari-hari. Hal tersebut sebagaimana yang dinyatakan oleh Dra. Siti Hafshah SPsi. Msi, Psikolog Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST), bahwa orang tua adalah *role model* (panutan) bagi anak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa panutan orang tua mengkonsumsi buah dengan konsumsi buah anak di SD Inpres Komba adalah baik (61,9%).

Berdasarkan hasil analisis uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai p value = 1,000 > 0,05 artinya tidak ada hubungan panutan orangtua dalam konsumsi buah dengan konsumsi buah pada anak di SD Inpres Komba. Hal ini disebabkan karena ibu dalam menyediakan buah-buahan setiap hari nya kurang bervariasi, sehingga anak cenderung tidak mengkonsumsi buah.

Hasil tabulasi data menunjukkan bahwa panutan orangtua dalam konsumsi buah baik tinggi yaitu 39 (61,9%) sampel, sedangkan dengan konsumsi buah anak baik tinggi yaitu 55 (87,3%). Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa ibu dengan konsumsi buah tinggi, mempunyai kebiasaan konsumsi buah baik. Hal tersebut sebagaimana yang dinyatakan oleh Dra. Siti Hafsah SPsi. Msi, Psikolog Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa (UST), bahwa orang tua adalah *role model* (panutan) bagi anak.

--- oOo ---

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian pada Bab IV, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan gizi anak dalam mengkonsumsi sayur dan buah di SD Inpres Komba yang berpengetahuan baik berjumlah 43 siswa (68,3%) sedangkan yang berpengetahuan kurang sebanyak 20 siswa (31,7%).
2. Panutan orang tua dalam mengkonsumsi sayur pada anak di SD Inpres Komba Sentani adalah baik sejumlah sampel 52 siswa (82,5%).
3. Panutan orang tua dalam mengkonsumsi buah pada anak di SD Inpres Komba Sentani adalah baik sejumlah sampel 39 siswa (61,9%).
4. Konsumsi sayur pada anak di SD Inpres Komba dari 63 siswa terdapat 44 siswa (69,8%) yang konsumsi sayur baik dan 19 siswa (30,2%) yang kurang konsumsi sayur.
5. Konsumsi buah pada anak di SD Inpres Komba dari 63 siswa terdapat 55 siswa (87,3%) yang konsumsi buah baik dan 8 siswa (12,7%) yang kurang konsumsi buah.
6. Ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi sayur di SD Inpres Komba Kampung Yobe Distrik Sentani. Nilai p value = 0,000 < 0,05.
7. Tidak Ada hubungan pengetahuan gizi anak dengan konsumsi buah di SD Inpres Komba Kampung Yobe Distrik Sentani. Nilai p value = 1,000 > 0,05.

8. Ada hubungan panutan orangtua dalam konsumsi sayur dengan konsumsi sayur pada anak SD Inpres Komba Kampung Yobe Distrik Sentani. Nilai p value = $0,002 < 0,05$.
9. Tidak Ada hubungan panutan orangtua dalam konsumsi buah dengan konsumsi buah pada anak SD Inpres Komba Kampung Yobe Distrik Sentani. Nilai p value = $1,000 > 0,05$.

B. Saran

1. Bagi para siswa agar lebih mengkonsumsi beranekaragam sayur dan buah dimana sayur dan buah sangat penting bagi tubuh itu sendiri dengan cara memanfaatkan dan mengkonsumsi sayur dan buah yang ada di sekitar rumah.
2. Bagi masyarakat khususnya ibu yang menyiapkan olahan sayuran yang lebih bervariasi dan menarik agar anak lebih cenderung untuk tidak memilih-milih sayur-sayuran serta buah-buahan.
3. Untuk meningkatkan konsumsi sayur dikalangan siswa, siswa disarankan membawa bekal makanan dari rumah. Sehubungan dengan itu, kepada orangtua dianjurkan untuk menyediakan sayur dan buah di rumah dan melengkapi bekal makanan anak ke sekolah dengan sayur dan buah.

--- oOo ---

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Sediaotama, Ahmad Djaeni. 2006. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi jilid I*. Jakarta : Dian Rakyat
- Instalasi Gizi Perjan RS Dr. Cipto Mangunkusumo dan Asosiasi Dietisien Indonesia, 2004. *Penuntun Diet Edisi Baru*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Supriasa, I dewa Nyoman, dkk 2007. *Penilaian Status gizi*, Buku Kedokteran. Jakarta
- Gunanti, I. 2000. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Sayuran Pada Anak Pra-Sekolah*. Skripsi Sarjana Jurusan Gizi, Universitas Airlangga. Surabaya
- Farida, I. 2010. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di Indonesia tahun 2007*. Skripsi Sarjana Jurusan Gizi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Tiyas, Yanii Trimus Cahyaning. 2009. *Preferensi Pangan Anak Sekolah Dasar di Kota Bogor*. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor
- Dharminto. *Metode_Penelitian.pdf*. Diakses tanggal 10 Juli 2013
- Martadiputra, Bambang Avip Priatna. *Menentukan_Populasi_dan_Sampel.pdf*. Diakses tanggal 10 Juli 2013
- Setiawati, Nanda Lina. 2000. *Konsumsi dan Preferensi Sayur dan Buah pada Remaja di SMU 1 Bogor dan SMU 1 Pamekasan*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor

- Nurhayati, Fifi. 1998. *Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak SDN Sompok 01 Semarang*. Skripsi Jurusan Gizi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Diponegoro
- Gustiara, Ivo. *Gambaran Konsumsi Sayuran dan Buah pada Siswa SMA Negeri 1 Pekanbaru*. Skripsi Peminat Gizi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Sumatera Utara. Medan. 2012
- Angraini, Rika. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT), Aktivitas Fisik, Rokok, Konsumsi Buah, Sayur dan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Pulau Kalimantan*. Skripsi Jurusan Gizi. Fakultas Ilmu kesehatan. Universitas Esa Unggul. Jakarta. 2014
- Arisman. *Gizi Daur Dalam Kehidupan*. Buku Kedokteran. Jakarta. 2004
- Notoatmojo. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta. Jakarta. 1997
- Irfan, dkk. *Pola Konsumsi Sayur, Buah dan Aktivitas Sedentari Mahasiswa Obesitas di Universitas Hassanuddin*. Makassar. 2012

Lampiran 1

KUESIONER PENELITIAN

JUDUL PENELITIAN :HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, KEBIASAAN MAKAN ANAK DAN PANUTAN ORANGTUA DENGAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DI SD INPRES KOMBA SENTANI KABUPATEN JAYAPURA.

HAL-HAL YANG PERLU DIKETAHUI OLEH SAMPEL PENELITIAN :

1. Ini merupakan penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi, kebiasaan makan anak dan panutan orang tua dengan konsumsi sayur dan buah.
2. Tidak ada jawaban yang benar maupun yang salah dalam kuesioner ini.
3. Data yang dikumpulkan semata – mata untuk kepentingan ilmiah.
4. Kami menjamin kerahasiaan identitas saudara

Terimakasih atas kesediaan saudara berpartisipasi pada penelitan ini

Peneliti

MayankR. Widyacipta

Lampiran 2

IDENTITAS SAMPEL

No Resp:

1. Nama Lengkap Sampel :
2. No Tlp/ HP :
3. Alamat :
4. Kelas :
5. Tanggal lahir/ Umur :
6. Jenis Kelamin : 1. Laki – laki 2. Perempuan
7. Pendidikan Terakhir Ayah (pilih salah satu)

☐ Tidak sekolah/ tidak tamat SD	☐ Tamat SD
☐ Tamat SMP	☐ Tamat SMA
☐ Tamat PT	
8. Pendidikan Terakhir Ibu (pilih salah satu)

☐ Tidak sekolah/ tidak tamat SD	☐ Tamat SD
☐ Tamat SMP	☐ Tamat SMA
☐ Tamat PT	
9. Pekerjaan Ayah:

☐ Tidak bekerja	☐ Buruh
☐ Petani	☐ Nelayan
☐ Pedagang/ wiraswasta	☐ Pegawai swasta
☐ PNS/ TNI/ Polri	
10. Pekerjaan ibu

☐ Tidak bekerja	☐ Buruh
☐ Petani	☐ Nelayan
☐ Pedagang/ wiraswasta	☐ Pegawai swasta
☐ PNS/ TNI/ Polri	

Lampiran 3

1. KUESIONER PENGETAHUAN GIZI

Nama lengkap :

Kelas :

Berilah ceklis (✓) pada salah satu jawaban!

- 1 Istilah lain dari gizi adalah nutrisi.
() Salah () Benar
- 2 Susunan menu yang baik adalah nasi, lauk pauk, sayur, buah dan susu.
() Salah () Benar
- 3 Terdapat 6 zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh.
() Salah () Benar
- 4 Buah dan sayur termasuk pangan sumber vitamin dan mineral.
() Salah () Benar
- 5 Vitamin yang larut dalam air adalah vitamin B dan Vitamin C.
() Salah () Benar
- 6 Manfaat dari buah dan sayur adalah sebagai antioksidan dan untuk melancarkan pencernaan.
() Salah () Benar
- 7 Buah yang paling banyak mengandung vitamin C dan dapat mencegah penyakit sariawan adalah jeruk.
() Salah () Benar
- 8 Anjuran untuk mengonsumsi buah 3-5 porsi/ hari.
() Salah () Benar
- 9 Apakah anda sering mengonsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran?
() Ya () Tidak
- 1 Jika tidak, alasannya :
- 0
- 1 Proses pengolahan yang baik untuk mempertahankan gizi pada sayuran
1 adalah dicuci, dipotong, lalu dimasak.
() Salah () Benar

Lampiran 4

2. KUESIONER KEBIASAAN MAKAN

Nama lengkap :

Kelas :

Berilah ceklis (✓) pada salah satu jawaban!

- 1 Berapa kali anda makan dalam sehari
() < 3x Sehari () 3x sehari () > 3x sehari
- 2 Dengan pola makan seperti ?
() Nasi, lauk pauk, sayur dan buah () Nasi, lauk pauk,
dan sayur () Nasi, lauk pauk
- 3 Apakah anda sering jajan di sekolah atau sepulang sekolah?
() Ya () Tidak
- 4 Jika iya, makanan jajan apa yang sering anda konsumsi ?
Sebutkan,
- 5 Apakah anda sering mengonsumsi buah-buahan ?
() Ya () Tidak
- 6 Jika tidak, beri alasan kenapa tidak mengonsumsi buah-buahan ?
Jelaskan,
- 7 Apakah anda sering mengonsumsi sayur-sayuran ?
() Ya () Tidak
- 8 Jika tidak, beri alasan kenapa tidak mengonsumsi sayur-sayuran ?
Jelaskan,
- 9 Kalau sering, buah dan sayur apa yang sering dikonsumsi?
Sebutkan,
- 10 Apakah di rumah ibu selalu menyiapkan menu makanan dengan
menyediakan sayur dan buah setiap hari?
() Ya () Tidak

FORMULIR RECALL 24 JAM

Hari ke:

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gram *
Pagi / Jam				
Selingan				
Siang / Jam				
Selingan				

Malam / Jam				

MASTER TABEL

No. Resp.	Umur	Nama Ibu	Pekerjaan Ibu	Pengetahuan Gizi Anak		Konsumsi Sayur dan Buah				Panutan Orang Tua			
				Skor	Keterangan	Sayur (per hari)	Keterangan	Buah (per hari)	Keterangan	Sayur (per hari)	Keterangan	Buah (per hari)	Keterangan
1	12	Almha	Pegawai Swasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	3	Baik	1	Kurang
2	12	Yanti	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
3	12	Yusri	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
4	12	Dina	Petani	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
5	12	Alia	IRT	89	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang
6	12	Nunung	IRT	89	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang
7	12	Agustina Tarosary	Wiraswasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
8	11	Dessy	Nelayan	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
9	12	Kostin	PNS	56	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
10	12	Humaria	Petani	56	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	1	Kurang
11	12	Vani	Petani	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	1	Kurang
12	10	Amriada	Petani	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
13	12	Nency Wally	Wiraswasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik
14	12	Karnia	Petani	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
15	11	Musdalifah	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
16	10	Lili	Pegawai Swasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
17	11	Sefle Pallo	PNS	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
18	12	Agnes	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	1	Kurang
19	10	Novita	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
20	10	Efra	Nelayan	78	Kurang	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
21	10	Fadila	Nelayan	78	Kurang	1	Kurang	1	Kurang	1	Kurang	1	Kurang
22	11	Katerina	IRT	56	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
23	12	Marni	IRT	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	1	Kurang
24	10	Rovina	IRT	78	Kurang	1	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik
25	12	Eni	Petani	56	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	2	Baik
26	10	Sumarsi	Pegawai Swasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
27	10	Kusti	IRT	89	Baik	3	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
28	12	Janti	Nelayan	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
29	11	Janet	IRT	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
30	12	Candi Felle	Pegawai Swasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
31	12	Naomi Suebu	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik

32	12	Alfrida	Nelayan	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	3	Baik	2	Baik
33	11	Yustina	IRT	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
34	12	Rahel	IRT	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	2	Baik
35	11	Yohana	Pegawai Swasta	56	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	1	Kurang
36	11	Mince Kogoya	IRT	89	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik	3	Baik
37	11	Yani	Pegawai Swasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
38	11	Janet	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
39	11	Christina	Pegawai Swasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
40	10	Ita Deda	IRT	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
41	10	Florence	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
42	12	Anike	Petani	100	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
43	10	Fatnawati	IRT	56	Kurang	1	Kurang	1	Kurang	1	Kurang	2	Baik
44	10	Selfina	PNS	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	3	Baik	1	Kurang
45	10	Jacklin	Petani	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	2	Baik
46	11	Jenny	PNS	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
47	12	Norlin	PNS	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
48	10	Marcelina	Wiraswasta	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
49	10	Arsela	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
50	11	Krista	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
51	12	Grace	Petani	89	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik
52	10	Linda Deda	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	1	Kurang	1	Kurang	2	Baik
53	11	Dina	Pegawai Swasta	89	Baik	2	Baik	1	Kurang	2	Baik	2	Baik
54	10	Julia	Nelayan	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	3	Baik	1	Kurang
55	10	Siska	Petani	67	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	2	Baik
56	10	Marry	Petani	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	2	Baik	2	Baik
57	10	Jessica	Wiraswasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
58	10	Marcy	IRT	89	Baik	3	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
59	12	Margaretha	IRT	78	Kurang	1	Kurang	2	Baik	1	Kurang	2	Baik
60	12	Barlince	Petani	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik
61	10	Marlina	Pegawai Swasta	89	Baik	2	Baik	2	Baik	2	Baik	1	Kurang
62	11	Carolina Doyoway	IRT	89	Baik	3	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik
63	12	Jesslyn	IRT	89	Baik	2	Baik	2	Baik	3	Baik	2	Baik

DISTRIBUSI JUMLAH SAMPEL BERDASARKAN KONSUMSI SAYUR, BUAH DAN PANUTAN ORANGTUA

Frequencies

Notes		
Output Created		05-May-2015 14:35:03
Comments		
Input	Data	H:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=KonsumsiSayur KonsumsiBuah PanutanOrgTua /STATISTICS=RANGE MEDIAN /HISTOGRAM /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:01.280
	Elapsed Time	00:00:01.217

Statistics

		KonsumsiSayur	KonsumsiBuah	PanutanOrgTua
N	Valid	63	63	63
	Missing	0	0	0
Median		2.00	2.00	2.00
Range		1	1	0

Frequency Table

KonsumsiSayur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid konsumsi sayur kurang	19	30.2	30.2	30.2
konsumsi sayur baik	44	69.8	69.8	100.0
Total	63	100.0	100.0	

KonsumsiBuah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid konsumsi buah kurang	8	12.7	12.7	12.7
konsumsi buah baik	55	87.3	87.3	100.0
Total	63	100.0	100.0	

Frequencies

Notes

Output Created		13-Jun-2015 13:38:51
Comments		
Input	Data	G:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=PanutanOrgTuaDa lamKonsumsiSayur /STATISTICS=STDDEV MEDIAN /BARChart FREQ /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.453
	Elapsed Time	00:00:00.593

Statistics

PanutanOrgTuaDalamKonsum
siSayur

N	Valid	63
	Missing	0
Median		2.00
Std. Deviation		.383

PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	11	17.5	17.5	17.5
	Baik	52	82.5	82.5	100.0
	Total	63	100.0	100.0	

Frequencies

Notes

Output Created		13-Jun-2015 13:40:02
Comments		
Input	Data	G:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>

	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		FREQUENCIES VARIABLES=PanutanOrgTuaDa lamKonsumsiBuah /STATISTICS=STDDEV MEDIAN /BARCHART FREQ /ORDER=ANALYSIS.
Resources	Processor Time	00:00:00.218
	Elapsed Time	00:00:00.187

Statistics

PanutanOrgTuaDalamKonsum
siBuah

N	Valid	63
	Missing	0
Median		2.00
Std. Deviation		.490

PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kurang	24	38.1	38.1	38.1

Baik	39	61.9	61.9	100.0
Total	63	100.0	100.0	

HASIL UJI STATISTIK

Crosstabs

Notes

Output Created	05-May-2015 11:50:44	
Comments		
Input	Data	H:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax	CROSSTABS /TABLES=Pengetahuan BY KonsumsiSayur /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ PHI RISK /CELLS=COUNT ROW /COUNT ROUND CELL.	
Resources	Processor Time	00:00:00.031
	Elapsed Time	00:00:00.017
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	174762

[DataSet1] H:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan * KonsumsiSayur	63	100.0%	0	.0%	63	100.0%

Pengetahuan * KonsumsiSayur Crosstabulation

			KonsumsiSayur		Total
			konsumsi sayur kurang	konsumsi sayur baik	
Pengetahuan	pengetahuan kurang	Count	19	1	20
		% within <i>Pengetahuan</i>	95.0%	5.0%	100.0%
	pengetahuan baik	Count	0	43	43
		% within Pengetahuan	.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	19	44	63
		% within Pengetahuan	30.2%	69.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)

Pearson Chi-Square	58.490 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	54.066	1	.000		
Likelihood Ratio	69.197	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	57.561	1	.000		
N of Valid Cases ^b	63				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.03.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Approx. Sig.
Nominal by	Phi	.964	.000
Nominal	Cramer's V	.964	.000
N of Valid Cases		63	

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
For cohort Konsumsi Sayur = konsumsi sayur baik	.050	.007	.338
N of Valid Cases	63		

Crosstabs

Notes

Output Created		05-May-2015 11:52:31
Comments		
Input	Data	H:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=Pengetahuan BY KonsumsiBuah /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ PHI RISK /CELLS=COUNT ROW /COUNT ROUND CELL.
Resources	Processor Time	00:00:00.047
	Elapsed Time	00:00:00.046
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	174762

[DataSet1] H:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan * KonsumsiBuah	63	100.0%	0	.0%	63	100.0%

Pengetahuan * KonsumsiBuah Crosstabulation

			KonsumsiBuah		Total
			konsumsi buah kurang	konsumsi buah baik	
Pengetahuan	pengetahuan kurang	Count	3	17	20
		% within Pengetahuan	15.0%	85.0%	100.0%
	pengetahuan baik	Count	7	36	43
		% within Pengetahuan	16.3%	83.7%	100.0%
Total		Count	10	53	63
		% within Pengetahuan	15.9%	84.1%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	Df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.017 ^a	1	.897		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		

Likelihood Ratio	.017	1	.897		
Fisher's Exact Test				1.000	.606
Linear-by-Linear Association	.016	1	.898		
N of Valid Cases ^b	63				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.17.

b. Computed only for a 2x2 table

Symmetric Measures

		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Phi	-.016	.897
	Cramer's V	.016	.897
N of Valid Cases		63	

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Pengetahuan (pengetahuan kurang / pengetahuan baik)	.908	.209	3.949
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah kurang	.921	.266	3.197
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah baik	1.015	.810	1.273

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Pengetahuan (pengetahuan kurang / pengetahuan baik)	.908	.209	3.949
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah kurang	.921	.266	3.197
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah baik	1.015	.810	1.273
N of Valid Cases	63		

HASIL UJI STATISTIK

Crosstabs

Notes		
Output Created		05-May-2015 15:42:50
Comments		
Input	Data	F:\PROSAL MAY\Data SPSS KT1.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur BY <i>KonsumsiSayur</i> /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ RISK /CELLS=COUNT ROW /COUNT ROUND CELL.
Resources	Processor Time	00:00:00.016
	Elapsed Time	00:00:00.015

	Dimensions Requested	2
	Cells Available	174762

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur *	63	100.0%	0	.0%	63	100.0%
KonsumsiSayur						

PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur * KonsumsiSayur Crosstabulation					
			KonsumsiSayur		Total
			konsumsi sayur kurang	konsumsi sayur baik	
PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur	Kurang	Count	8	3	11
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur	72.7%	27.3%	100.0%
	Baik	Count	11	41	52
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur	21.2%	78.8%	100.0%
Total		Count	19	44	63
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur	30.2%	69.8%	100.0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.465 ^a	1	.001		
Continuity Correction ^b	9.147	1	.002		
Likelihood Ratio	10.584	1	.001		
Fisher's Exact Test				.002	.002
Linear-by-Linear Association	11.283	1	.001		
N of Valid Cases ^b	63				
a. 1 cells (25,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,32.					
b. Computed only for a 2x2 table					

Risk Estimate			
	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for PanutanOrgTuaDalamKonsumsiSayur (Kurang / Baik)	9.939	2.253	43.858
For cohort KonsumsiSayur = konsumsi sayur kurang	3.438	1.818	6.503
For cohort KonsumsiSayur = konsumsi sayur baik	.346	.130	.917
N of Valid Cases	63		

HASIL UJI STATISTIK

Crosstabs

Notes		
Output Created		05-May-2015 15:44:45
Comments		
Input	Data	F:\PROSAL MAY\Data SPSS KTI.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	63
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax		CROSSTABS /TABLES=PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah BY <i>KonsumsiBuah</i> /FORMAT=AVALUE TABLES /STATISTICS=CHISQ RISK /CELLS=COUNT ROW /COUNT ROUND CELL.
Resources	Processor Time	00:00:00.000
	Elapsed Time	00:00:00.016

	Dimensions Requested	2
	Cells Available	174762

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah * KonsumsiBuah	63	100.0%	0	.0%	63	100.0%

PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah * KonsumsiBuah Crosstabulation					
			KonsumsiBuah		
			konsumsi buah kurang	konsumsi buah baik	Total
PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah	Kurang	Count	3	21	24
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah	12.5%	87.5%	100.0%
	Baik	Count	5	34	39
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah	12.8%	87.2%	100.0%
Total		Count	8	55	63
		% within PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah	12.7%	87.3%	100.0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.001 ^a	1	.970		
Continuity Correction ^b	.000	1	1.000		
Likelihood Ratio	.001	1	.970		
Fisher's Exact Test				1.000	.645
Linear-by-Linear Association	.001	1	.971		
N of Valid Cases ^b	63				
a. 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,05.					
b. Computed only for a 2x2 table					

Risk Estimate			
	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for PanutanOrgTuaDalamKonsumsiBuah (Kurang / Baik)	.971	.210	4.492
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah kurang	.975	.256	3.716
For cohort KonsumsiBuah = konsumsi buah baik	1.004	.827	1.218
N of Valid Cases	63		