



LAPORAN TUGAS AKHIR
PENINGKATAN PENGETAHUAN SAYUR DAN BUAH PADA
ANAK DENGAN MEDIA TEKA - TEKI SILANG DI SD 3
SETU WETAN TAHUN 2024

Disusun Guna Mencapai Derajat Ahli Madya Gizi

Disusun Oleh:

NUR INTAN

NIM.P2.06.31.2.21.01

9

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK

INDONESIA TAHUN 2024



PRAKATA

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya kepada seluruh umat manusia di muka bumi. Atas izin dan kekuatan yang telah dicurahkan-nya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Sayur Dan Buah Pada Anak Dengan Media Teka – Teki Silang Di SD 3 Setu Wetan”.

Karya tulis ini di ajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh tujuan akhir dan menyelesaikan program Diploma III Gizi di Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Program Studi D III Gizi Cirebon.

Selama proses penyusunan karya tulis ini, penulis tidak lepas dari bimbingan dan petunjuk dari semua pihak, maka dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada :

1. Ibu Uun Kunaepah, SST, Msi, selaku ketua program studi D III gizi cirebon
2. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu selama penyusunan.
3. Ibu Tursiwi Widiarti, MKM selaku penguji I yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ibu Dewi Vimala, SST, MPH selaku penguji II yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Bapak dan Ibu dosen, Staf tata usaha, Staf pengelola perpustakaan dan rekan – rekan sepejuangan mahasiswa Prodi D III Gizi Cirebon angkatan 2022, yang

menjadi inspirasi dan motivasi kami untuk terus maju melangkah bersama menuju gerbang menjadi Ahli Gizi Profesional

6. Ayah, Ibu dan Kakakku yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, dorongan, motivasi dan untaian do'a yang selalu mengiringi dimana penulis berpijak.

Semoga apa yang telah diberikan dari semua pihak yang membantu penulis dalam penyusunan ini mendapat balasan dari Allah SWT. Tidak mustahil jika terdapat kekurangan dalam penulisan, itu semua karena kedangkalan dari pengetahuan penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan karya penulis yang akan datang. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukanya, khususnya bagi penulis.

Cirebon, 08 Mei 2024

Nur Intan

NIM. P2.06.31.2.21.019

INTISARI

“Peningkatan Pengetahuan Sayur Dan Buah Pada Anak Dengan Media Teka – Teki Silang Di SD 3 Setu Wetan”

Nur Intan¹, Priyo Sulistiyono²

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin dan mineral yang baik untuk meningkatkan tumbuh kembang anak. Masalah yang berkaitan dengan perubahan perilaku makan adalah tingkat konsumsi yang rendah terutama pada sayur dan buah. Untuk Provinsi Jawa Barat proporsi konsumsi sayuran dan buah-buahan kurang dari 5 porsi dalam sehari pada usia \geq 5 tahun sangat tinggi di atas proporsi secara nasional yaitu 98.2%. Pengetahuan anak tentang pentingnya sayur dan buah masih sangat kurang. Media sangat mempengaruhi proses belajar anak. Anak sekolah mempunyai sifat kreatif yang tinggi sehingga lebih cocok untuk teka-teki silang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media teka – teki silang terhadap peningkatan pengetahuan tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *pre – experiment* (rancangan eksperimen semu) dengan desain One Grup Pre – Post Test. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari tahun 2024. Tempat penelitian ini dilakukan di SD 3 Setu Wetan Kabupaten Cirebon. Penelitian dilakukan pada siswa kelas V B yang berjumlah 28 siswa. Teknik pengumpulan melalui wawancara dan kuisisioner (angket). Analisis data secara subjektif.

Penelitian ini diharapkan, dapat meningkatkan pengetahuan anak tentang sayur dan buah. Sehingga tercipta perilaku yang baik terhadap sayur dan buah. Media teka – teki silang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar.

Kata Kunci : Teka – teki silang, Sayuran, Buah – buahan

1. Mahasiswa Program Studi D III Gizi Cirebon Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi D III Gizi Cirebon Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI.....	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Bagi Sasaran	8
2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	8
3. Manfaat Bagi Peneliti	8
4. Manfaat Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Teori	10
1. Usia pra sekolah.....	10
2. Konsumsi Sayur dan Buah	15
3. Ketersediaan Pangan	18
4. Pengetahuan.....	19
5. Edukasi Gizi	24
6. Media.....	27
7. Teka – Teki Silang	29
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis Penelitian	35
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	35
1. Waktu Penelitian.....	35

2. Tempat Penelitian	36
C. Populasi Dan Sampel.....	36
1. Populasi	36
2. Sampel	36
3. Teknik Sampling.....	37
D. Variabel Dan Definisi Operasional	38
E. Teknik Pengumpulan Data.....	38
1. Jenis Data.....	38
2. Cara pengumpulan data	38
3. Instrumen Penelitian	41
F. Pengolahan Dan Analisis Data.....	41
1. Teknik pengolahan data.....	41
2. Analisis Data.....	43
G. Jalanya Penelitian	44
1. Tahapan persiapan	44
2. Tahap Pelaksanaan	51
3. Tahap Akhir	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. HASIL	53
1. Gambaran Umum Sekolah	53
2. Jenis Kelamin Responden	54
3. Ketertarikan Siswa Terhadap Media Teka – Teki Silang	54
4. Deskripsi Nilai Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukas Menggunakan Media Teka – Teki Silang.....	55
5. Analisis Peningkatan Pengetahuan Tentang Sayur Dan Buah Menggunakan Media Teka – Teki Silang.....	55
6. Analisis Perubahan Pengetahuan Tentang Sayur Dan Buah Menggunakan Media Teka – Teki Silang.....	56
B. PEMBAHASAN	56
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	59
A. SIMPULAN	59
B. SARAN	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	37
Tabel 2 Hasil Uji Validasi Media	47
Tabel 3 Hasil Uji Coba Media	49
Tabel 4 Hasil Uji Reabilitas Media.....	50
Tabel 5 Jenis Kelamin Siswa Kelas V B SDN 3 Setu Wetan Kecamatan Weru	54
Tabel 6 Ketertarikan Siswa Terhadap Media Teka – Teki Silang.....	54
Tabel 7 Deskripsi Nilai Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi	55
Tabel 8 Analisis Peningkatan Pengetahuan Tentang Sayur Dan Buah.....	55
Tabel 9 Analisis Perubahan Pengetahuan Tentang Sayur Dan Buah	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2 Kerangka Konsep	34
Gambar 3 Desain Penelitian.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Perizinan.....	64
Lampiran 2 From Informed Concet	65
Lampiran 3 Kuisisioner Pengetahuan Pre – Test Dan Post – Test.....	66
Lampiran 4 Kuisisioner Ketertarikan Media	68
Lampiran 5 Kuisisioner Validitas Media.....	69
Lampiran 6 Dokumentasi Uji Validasi Media.....	70
Lampiran 7 Dokumentasi Uji Coba Media	70
Lampiran 8 Media Teka – Teki Silang	71
Lampiran 9 Pengolahan Data	72
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Pre-Test.....	73
Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan Postest	74