



TUGAS AKHIR

**Gambaran Tingkat Pengetahuan Buah
dan Sayur Melalui Edukasi Menggunakan
Metode Bingo pada Siswa Sekolah Dasar
Negeri 2 Kasugengan Kidul**

Afifah Azzahroh
P2.06.31.2.22.041

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025



TUGAS AKHIR

**Gambaran Tingkat Pengetahuan Buah
dan Sayur Melalui Edukasi Menggunakan
Metode Bingo pada Siswa Sekolah Dasar
Negeri 2 Kasugengan Kidul**

**Afifah Azzahroh
P2.06.31.2.22.041**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

“Gambaran Tingkat Pengetahuan Buah dan Sayur Melalui Edukasi Menggunakan Metode Bingo pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Kasugengan Kidul”

Afifah Azzahroh¹, Dewi Vimala²

INTISARI

Pengetahuan gizi sangat penting untuk membentuk pola makan sehat sejak usia dini, terutama pada anak sekolah dasar. Kurangnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan rendahnya konsumsi buah dan sayur, yang berdampak buruk pada status gizi dan kesehatan mereka. Edukasi gizi, khususnya melalui metode permainan seperti Bingo, efektif meningkatkan pemahaman gizi karena sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak usia 10–12 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang buah dan sayur pada anak siswa sekolah dasar di SD Negeri 2 Kasugengan Kidul.

Jenis penelitian *Pre-Eksperimen* dengan desain *one group pre-test and post-test*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 08 Januari – 11 Januari 2025 di SD Negeri 2 Kasugengan Kidul. Populasi adalah seluruh siswa kelas V dan VI yang berumur 10-12 tahun sebanyak 93 siswa. Jumlah sampel 47 siswa dengan pengambilan sampel dengan *simple random sampling*. Variabel penelitian adalah tingkat pengetahuan dan edukasi tentang buah dan sayur menggunakan metode Bingo. Data penelitian dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi menunjukkan kategori baik sebesar 14,9%, meningkat menjadi 78,7% setelah dilakukan intervensi. Setelah intervensi pengetahuan siswa yang mengalami kenaikan 89,4%. Siswa menyatakan metode Bingo sangat bagus (70,2%), dan bagus (12,8%). Penggunaan metode Bingo terbukti efektif dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang buah dan sayur. Untuk itu metode Bingo dapat menjadi salah satu metode alternatif untuk meningkatkan pengetahuan tentang buah dan sayur pada siswa.

Kata Kunci : Buah-buahan, Metode Bingo, Sayuran

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

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah – Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Buah dan Sayur Melalui Edukasi Menggunakan Metode Bingo pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Kasugengan Kidul”. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, pada para sahabat, keluarga serta kita selaku umatnya yang semoga serta hingga akhir zaman.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon Ibu Dr. Hj Wiwit Estuti, STP, M.Si yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang penuh terhadap penyusunan tugas akhir ini.
2. Dosen Pembimbing Ibu Dewi Vimala, SST, MPH yang selalu memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan, saran, serta motivasi dalam pembuatan tugas akhir ini.
3. Penguji I Ibu Hj. Alina Hizni, SKM, MPH yang telah memberikan masukan, saran, dan solusi dalam penyusunan tugas akhir ini.
4. Penguji II Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM yang telah memberikan masukan, saran, dan solusi dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi D III Gizi Cirebon yang telah memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir tepat pada waktunya.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua saya Bapak Sangara dan Ibu Omisah yang tiada henti memberikan dukungan serta doa sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. Kepada keluarga saya, terutama keempat kakak saya yang tiada henti memberikan dukungan serta doa sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
8. Teman – teman seperjuangan saya “ALLAHUAKBAR” terima kasih karena selalu mendukung, memberikan semangat dan menjadi tempat

berkeluh kesah penulis dalam penyusunan tugas akhir ini.

9. Teman - teman dan orang – orang terdekat yang penulis sayangi yang tidak bisa disebutkan satu – persatu, terima kasih karena telah memberikan segala dukungan dalam bentuk apapun.
10. Terakhir penulis ucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah semangat berjuang dan melakukan yang terbaik untuk menyusun dan menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna sehingga memiliki banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk penyempurnaan yang lebih lanjut.

Cirebon, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Bagi Murid Sekolah Dasar Negeri 2 Kasugengan Kidul.....	7
2. Manfaat Bagi Instituti Pendidikan SD Negeri 2 Kasugengan Kidul	7
3. Manfaat Bagi Peneliti	7
4. Manfaat Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Landasan Teori	8
1. Pengetahuan.....	8
2. Usia Pra Sekolah.....	14

3. Pengetahuan Tentang Sayur Dan Buah.....	19
4. Metode Edukasi	22
5. Metode Edukasi Bingo.....	26
6. Hubungan Metode Bingo Dengan Pengetahuan	30
B. Kerangka Teori	32
C. Kerangka Konsep	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	34
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
1. Waktu Penelitian.....	34
2. Tempat Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel.....	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel.....	35
3. Besar Sampel	36
4. Teknik Sampling.....	38
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	39
1. Variabel.....	39
2. Definisi Operasional	41
E. Teknik Pengumpulan Data	42
1. Jenis Data	42
2. Cara Pengumpulan Data	42
3. Instrumen Penelitian	44
4. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Penelitian	45
F. Pengolahan dan Analisis Data	47
1. Teknik Pengolahan Data	47
2. Analisis Data.....	49

G. Jalannya Penelitian	49
1. Tahapan Persiapan	49
2. Tahap Pelaksanaan.....	49
3. Tahap Akhir	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil.....	51
1. Gambaran Umum Sekolah.....	51
2. Karakteristik Responden.....	51
3. Tingkat Pengetahuan Responden.....	52
4. Perubahan Pengetahuan	53
5. Kesan Responden Terhadap Metode Bingo.....	53
B. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP.....	58
A. Simpulan.....	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1.Jumlah Siswa Umur 10-12 Tahun	35
Tabel 2.Variabel dan Definisi Operasional.....	41
Tabel 3.Distribusi Jenis Kelamin dan Umur.....	52
Tabel 4.Distribusi Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi.....	52
Tabel 5.Distribusi Perubahan Pengetahuan	53
Tabel 6.Distribusi Kesan Metode Bingo.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.Kerangka Teori Penelitian	32
Gambar 2.Kerangka Konsep Penelitian.....	33
Gambar 3.Desain Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Surat Perizinan Penelitian	64
Lampiran 2.Lembar Penjelasan	65
Lampiran 3.Informed Consent	66
Lampiran 4.Data Karakteristik Responden	67
Lampiran 5.Metode Bingo	68
Lampiran 6.Kuesioner Pengetahuan Pre – Test dan Post – Test	69
Lampiran 7.Kuesioner Kesan Metode Bingo.....	73
Lampiran 8.Kuesioner Uji Validitas Media	74
Lampiran 9.Dokumentasi Kegiatan	75
Lampiran 10.Uji Validitas	76
Lampiran 11.Hasil Pengolahan Data	77