



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BERMAIN
FLASHCARD TERHADAP PENGETAHUAN,
SIKAP DAN KONSUMSI BUAH DAN
SAYUR UNTUK ANAK USIA 4-6
TAHUN DI TK BUDI ASIH
KECAMATAN GREGED**

**RIZKI AMALIA PUTRI
NIM.P2.06.20.5.22.032**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA**

**JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BERMAIN
FLASHCARD TERHADAP PENGETAHUAN,
SIKAP DAN KONSUMSI BUAH DAN
SAYUR UNTUK ANAK USIA 4-6
TAHUN DI TK BUDI ASIH
KECAMATAN GREGED**

**RIZKI AMALIA PUTRI
NIM.P2.06.20.5.22.032**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA**

**JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian Skripsi dengan judul “Efektivitas Penggunaan Media *Flashcard* Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Konsumsi Buah dan Sayur untuk Anak Usia 4-6 Tahun Di TK Budi Asih Kecamatan Greged” Penyusunan Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep.,Ns.,M.Kep Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya sekaligus pembimbing I akademik yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Skripsi ini;
2. Ridwan Kustiawan, Ns, M.Kep, Sp. Kep. J, Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya;
3. Yudi Triguna, S.Ke., Ners., M.Kep, Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya;
4. Sofia Februanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep pembimbing II akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penyusunan Skripsi ini;
5. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan;
6. Kepada Bapak dan Ibu tercinta, laki – laki pertama yang mencintaiku dan bidadarisurgaku, terima kasih atas kasih sayang, doa, kerja keras, dan dukungan tanpa henti hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan dan pengorbanan yang telah diberikan;
7. Kepada kakak tersayang, Vanny dan Fahrurozi, terima kasih atas bimbingan, nasihat, dan dukungan yang selalu menguatkan langkah penulis hingga berada di titik ini;

8. Kepada sahabat penulis yang selalu bersama dimasa perkuliahan ini Imas Masyidah, Indang Ayu Sulastri, Asih Sukma Wati, Numela Dina Yuniar, Rosa Bela Morale, dan Diva Zakia Ummu Rumaesyah. Terima kasih atas kebersamaan, tawa, dan kehangatan selama masa perkuliahan. Semoga persahabatan ini tetap terjaga di mana pun kita berada;
9. Terakhir, untuk diri sendiri. Terima kasih karena telah bertahan melewati rasa takut dan keraguan yang hampir mengalahkan langkah. Perjalanan ini tidak mudah, penuh tantangan, termasuk saat tubuh harus terbaring sakit dan berulang kali menjalani perawatan di rumah sakit. Namun, engkau tetap memilih untuk tidak menyerah, percaya bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan, dan keberanian bukan tentang tidak adanya rasa takut, melainkan tentang tetap melangkah meskipun rasa takut itu ada. Kini, semua lelah dan air mata yang pernah dirasakan terbayar sudah dengan terselesaikannya skripsi ini. Semoga pencapaian ini menjadi langkah awal untuk terus berkembang dan menjadi pribadi yang lebih baik.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih atas segala perhatian dan dukungan dari berbagai pihak dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA BERMAIN *FLASHCARD* TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR UNTUK ANAK USIA 4-6 TAHUN DI TK BUDI ASIH KECAMATAN GREGED

ABSTRAK

Rizki Amalia Putri¹, Dini Mariani², Sofia Februanti³

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar Belakang: rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak prasekolah masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan. Anak usia 4–6 tahun berada pada periode *golden age* sehingga memerlukan stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangannya, termasuk melalui media edukasi yang menarik dan mudah dipahami. Media bermain *flashcard* merupakan salah satu media visual yang dapat digunakan untuk mengenalkan buah dan sayur kepada anak. Namun, penelitian mengenai efektivitas media *flashcard* terhadap pengetahuan, sikap, serta konsumsi buah dan sayur pada anak prasekolah masih terbatas. **Tujuan:** mengetahui efektivitas penggunaan media bermain *flashcard* terhadap pengetahuan, sikap, dan konsumsi buah dan sayur pada anak usia 4–6 tahun di TK Budi Asih Kecamatan Greged. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *two group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 35 anak yang terdiri dari kelompok kontrol (n=17) dan kelompok intervensi (n=18). Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan bergambar, *food preference* berbasis emoji, dan *food recall* 24 jam. Intervensi dilakukan sebanyak 3 sesi dalam satu minggu dengan durasi ± 15 menit setiap sesi. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann–Whitney. **Hasil:** kelompok intervensi menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap yang lebih baik secara deskriptif dibandingkan kelompok kontrol. Seluruh anak (100%) pada kelompok intervensi mencapai kategori pengetahuan baik setelah intervensi dan sebanyak 6 anak (33,3%) mencapai kategori suka terhadap buah dan sayur. Konsumsi buah meningkat pada kedua kelompok, namun tidak terdapat perbedaan bermakna antar kelompok ($p=0,908$). Konsumsi sayur pada kedua kelompok tetap rendah dengan seluruh responden (100%) berada pada kategori kurang sebelum dan sesudah perlakuan ($p=0,868$). **Kesimpulan:** penggunaan media bermain *flashcard* menunjukkan hasil yang lebih baik secara deskriptif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak terhadap buah dan sayur, namun belum menunjukkan perubahan yang bermakna terhadap konsumsi buah dan sayur dalam waktu singkat. **Rekomendasi:** penelitian selanjutnya disarankan memperpanjang durasi intervensi, melibatkan orang tua secara aktif, serta menggunakan metode pengukuran konsumsi yang lebih representatif.

Kata Kunci: anak prasekolah, *flashcard*, konsumsi buah dan sayur, pengetahuan, sikap

**EFFECTIVENESS OF USING FLASHCARD PLAYING MEDIA ON
KNOWLEDGE, ATTITUDE, AND CONSUMPTION OF FRUITS AND
VEGETABLES FOR CHILDREN AGED 4-6 YEARS IN BUDI ASIH
KINDERGARTEN, GREGED DISTRICT**

ABSTRACT

Rizki Amalia Putri¹, Dini Mariani², Sofia Februanti³

Applied Nursing Bachelor Program

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Background: low fruit and vegetable consumption among preschool children remains a health concern. Children aged 4–6 years are in the golden age period and require stimulation appropriate to their developmental stage, including attractive and understandable educational media. Flashcard playing media is one of the visual media that can be used to introduce fruits and vegetables to children. However, studies regarding the effectiveness of flashcard media on knowledge, attitudes, and fruit and vegetable consumption among preschool children remain limited. **Objective:** to determine the effectiveness of using flashcard playing media on knowledge, attitudes, and fruit and vegetable consumption among children aged 4–6 years at Budi Asih Kindergarten, Gregeg District. **Method:** this study used a quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 35 children divided into a control group (n=17) and an intervention group (n=18). Instruments included a pictorial knowledge questionnaire, emoji-based food preference, and a 24-hour food recall. The intervention was conducted in three sessions over one week, with each session lasting approximately 15 minutes. Data were analyzed using Wilcoxon and Mann–Whitney tests. **Results:** the intervention group showed better descriptive improvement in knowledge and attitudes compared to the control group. All children (100%) in the intervention group achieved the good knowledge category after the intervention and 6 children (33.3%) reached the like category toward fruits and vegetables. Fruit consumption increased in both groups, but no significant difference was found between groups ($p=0.908$). Vegetable consumption remained low in both groups, with all respondents (100%) remaining in the deficient category before and after the intervention ($p=0.868$). **Conclusion:** the use of flashcard playing media showed better descriptive results in improving children's knowledge and attitudes toward fruits and vegetables but did not demonstrate meaningful changes in fruit and vegetable consumption within a short period. **Recommendation:** future studies are recommended to extend the intervention duration, actively involve parents, and apply more representative consumption measurement methods.

Keywords: attitude, flashcard, fruit and vegetables consumption, knowledge, preschool children

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus.....	7
D. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat bagi Anak Prasekolah (4 – 6 Tahun).....	8
2. Manfaat bagi Taman Kanak - Kanak.....	9
3. Manfaat bagi Orang Tua.....	9
4. Manfaat bagi Ilmu Keperawatan	9
5. Manfaat bagi Peneliti	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Konsep Anak Usia Prasekolah (4-6 tahun)	13
B. Konsep Pengetahuan	21
C. Konsep Sikap	27
D. Konsep Buah dan Sayur	32
E. Konsep Media <i>Flashcard</i>	35
F. Kerangka Teori	49
G. Hipotesis.....	50
1. Hipoteis Alternatif (H_a).....	50
2. Hipoteis Nol (H_0).....	51
BAB III METODE PENELITIAN	52
A. Desain Penelitian.....	52
B. Kerangka Konsep	53
C. Populasi, Sampel dan Sampling.....	53
1. Populasi	53
2. Sampel.....	54
3. Teknik Sampling	55
D. Variabel Penelitian	56
1. Variabel Independen.....	56

2. Variabel Dependen	56
E. Definisi Oprasional	57
F. Tempat Penelitian	58
G. Waktu Penelitian	58
H. Instrumen Penelitian.....	58
I. Prosedur Pungumpulan Data.....	61
J. Analisis Data	67
1. Analisis Univariat.....	67
2. Analisis Bivariat.....	68
K. Etika Penelitian	69
BAB IV	71
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	71
A. Hasil Penelitian	71
1. Analisis Univariat.....	71
2. Analisis Bivariat.....	77
B. Pembahasan.....	83
1. Interpretasi Hasil	83
2. Keterbatasan penelitian	89
3. Implikasi untuk keperawatan	91
BAB V.....	93
PENUTUP.....	93
A. Kesimpulan	93
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional	57
Tabel 4.1 Distribusi Kategori Pengetahuan Pretest dan Posttest.....	72
Tabel 4.2 Distribusi Sikap Pretest dan Posttest	73
Tabel 4.3 Distribusi Konsumsi Buah Pretest dan Posttest.....	75
Tabel 4.4 Distribusi Konsumsi Sayur Pretest dan Posttest.....	76
Tabel 4.5 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Pengetahuan Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	77
Tabel 4.6 Hasil Uji Mann-Whitney Pengetahuan Posttest antara Kelompok Kontrol dan Intervensi	78
Tabel 4.7 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Sikap Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	78
Tabel 4.8 Hasil Uji Mann-Whitney sikap Posstest antara Kelompok Kontrol dan Intervensi	79
Tabel 4.9 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Pretest dan Posttest Konsumsi Buah pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	80
Tabel 4.10 Hasil Uji Mann-Whitney Konsumsi Buah Posttest pada Kelompok Kontrol dan Intervensi.....	81
Tabel 4.11 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Konsumsi Sayur Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	81
Tabel 4.12 Hasil Uji Mann-Whitney Konsumsi Sayur Posttest pada Kelompok Kontrol dan Intervensi.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	49
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Bergambar Pengetahuan buah dan sayur	100
Lampiran 2 Food Preference Berbasis Emoji	102
Lampiran 3 Food Recall 24 Jam	103
Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur (SOP) FLASHCARD	104
Lampiran 5 Media Flashcard	105
Lampiran 6 Informed Consent	108
Lampiran 7 Surat Izin Studi Pendahuluan	109
Lampiran 8 Surat Keterangan Studi Pendahuluan	110
Lampiran 9 Surat Keterangan Mengikuti Seminar Proposal	111
Lampiran 10 Informed Consent Responden	112
Lampiran 11 Logbook.....	113
Lampiran 12 Lembar Bimbingan	115
Lampiran 13 Lembar Kuisisioner Pre-Test Pengetahuan Responden	117
Lampiran 14 Lembar kuisisioner Pre-Test Food Preference Responden	119
Lampiran 15 Lembar Kuisisioner Pre-Test Food Recall 24 Jam Responden.....	120
Lampiran 16 Lembar Kuisisioner Post-Test Pengetahuan Responden.....	121
Lampiran 17 Lembar Kuisisioner Post-Test Food Preference Responden	123
Lampiran 18 Lembar Kuisisioner Post-Test Food Recall 24 Jam Responden	124
Lampiran 19 Hasil Pengolahan Data	125
Lampiran 20 Master Tabel	137
Lampiran 21 Dokumentasi Kegiatan	141
Lampiran 22 Halaman Bebas Plagiasi	143
Lampiran 23 Daftar Riwayat Hidup	144
Lampiran 24 Lembar Penilaian.....	145
Lampiran 25 Etichal Approval.....	147