

PENGETAHUAN “BUAH DAN SAYUR” SEBAGAI HASIL PENYULUHAN GIZI PADA SISWA SD YANG MENGALAMI OBESITAS DI KOTA BANDUNG

ABSTRAK

Masih banyak anak usia sekolah yang kurang mengonsumsi buah dan sayur sesuai anjuran yang ditetapkan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO), mereka cenderung obesitas, oleh sebab itu pengetahuan terkait buah dan sayur dibutuhkan sebagai dasar perilaku makan yang baik. Sehingga anak yang mengalami obesitas dapat mengetahui pengertian, kandungan gizi, manfaat, serta akibat kekurangan buah dan sayur, atas dasar itu peneliti ingin mengetahui bagaimana pengetahuan tentang buah dan sayur pada anak usia SD yang mengalami obesitas di Kota Bandung. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengetahuan siswa tentang pengertian, kandungan gizi, manfaat mengonsumsi, dan akibat kekurangan konsumsi buah dan sayur pada anak obesitas. Metode penelitian dilakukan deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDN di Kota Bandung sebanyak 339 siswa, sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang dilakukan pada 36 siswa yang berstatus gizi lebih dan mendapatkan penyuluhan gizi. Teknik pengumpulan data menggunakan tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan gizi siswa tentang buah dan sayur ada pada kategori sedang. Rekomendasi ditujukan kepada guru dan orang tua untuk memberikan informasi terkait pengetahuan kandungan gizi, manfaat mengonsumsi, dan akibat kurang konsumsi buah dan sayur, serta untuk pihak sekolah, untuk memasang poster-poster terkait ragam, manfaat mengonsumsi dan akibat kekurangan konsumsi buah dan sayuran.

Kata Kunci : Pengetahuan, Buah dan Sayur, Siswa SD Obesitas

Muhammad Lathifuddin, 2017

PENGETAHUAN “BUAH DAN SAYUR”SEBAGAI HASIL PENYULUHAN GIZI PADA SISWA SD YANG MENGALAMI OBESITAS DI KOTA BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

“FRUIT AND VEGETABLE” KNOWLEDGE AS A RESULT NUTRITION COUNSELING FOR OBESITY ELEMENTARY STUDENT IN CITY OF BANDUNG

ABSTRACT

There are still many school-age children who consume less fruit and vegetable as recommended by World Health Organization (WHO), they tend to be obese, therefore the knowledge related to fruits and vegetables needed as basic for good eating behaviour. So child with obesity could know definition, the nutrient content, the benefits, and also know the deficiencies in consuming fruits and vegetables, on the basis of that researcher want to know how the knowledge about fruits and vegetables in school-age children with obesity in elementary school in Bandung. The purpose of this research is to see students knowledge about definition, the nutrient content, benefits of consumption fruit and vegetable, and the deficiencies in consuming fruits and vegetables. The research method is analytical descriptive with cross sectional design. The Population in this research are Five State Elementary School in Bandung City with total 339 students, to determine sample in this research is using purposive sampling technique to 36 students with over nutrient and have nutrition counseling. The data collection technique is used test. The result show that student knowledge nutrient of fruit and vegetable in the medium category. Recommendation are addressed to teachers and parents to give information about nutrient content, benefits, and deficiencies in consuming fruits and vegetables, also to the school to set poster about variations, advantage to consume fruit and vegetable, and deficiencies in consuming fruits and vegetables.

Keywords : Knowledge, Fruit and Vegetable, Obesity Elementary Student