

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner pengetahuan buah dan sayur

KUISISIONER PENGETAHUAN BUAH DAN SAYUR

Nama :

Jenis kelamin :

Umur :

Kelas :

Pengetahuan Tentang Buah dan Sayur

1. Apa manfaat vitamin A...
 - a. mudah terserang penyakit
 - b. supaya jago main game
 - c. supaya semua orang suka sama kita
 - d. membantu tumbuh kembang sel tubuh
2. Sayuran apa yang mengandung vitamin A...
 - a. coklat
 - b. wortel
 - c. kecambah
 - d. blewah
3. Berikut ini manfaat mengkonsumsi sayur yaitu:
 - a. Memperlancar buang air besar
 - b. Membuat tubuh kita mudah sakit
 - c. membuat kita diare
 - d membuat kita anemia
4. Dibawah ini yang termasuk jenis sayur-sayuran adalah....
 - a. wortel, jeruk dan melon
 - b. bayam, brokoli dan wortel
 - c. anggur, apel dan nanas
 - d. bayam dan anggur
5. Bayam, kangkung, wortel adalah makanan sumber....
 - a. karbohidrat
 - b. vitamin dan mineral
 - c. protein

- d. lemak
- 6. Sayur apa yang bagus untuk kesehatan mata...
 - a. jeruk, melon
 - b. wortel, brokoli
 - c. wortel dan strawberry
 - d. bayam dan jeruk
- 7. Kita sebaiknya mengonsumsi sayur seberapa sering....
 - a. sebulan sekali
 - b. seminggu sekali
 - c. setiap hari
 - d. kadang-kadang saja
- 8. Kurang mengonsumsi sayur dan buah akan mengakibatkan...
 - a. tubuh menjadi kuat
 - b. mudah terserang penyakit
 - c. anemia
 - d. diare
- 9. Buah apa yang mengandung vitamin A...
 - a. Brokoli
 - b. wortel
 - c. mangga
 - d. bayam
- 10. Berikut ini manfaat mengonsumsi buah...
 - a. mudah terkena penyakit
 - b. supaya diare
 - c. gangguan pencernaan
 - d. karena mengandung vitamin dan mineral yang mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh
- 11. Buah banyak mengandung....
 - a. lemak
 - b. karbohidrat
 - c. protein
 - d. vitamin

12. zat gizi apa yang terkandung di dalam sayur dan buah....
 - a. karbohidrat dan protein
 - b. protein dan lemak
 - c. vitamin dan mineral
 - d. vitamin dan protein
13. Berapa kali sehari kita mengonsumsi sayur dan buah....
 - a. sehari 1 kali sehari
 - b. sehari 2 kali sehari
 - c. jika kita ingin saja
 - d. mengonsumsi sayur dan buah setiap kita mau makan dengan jumlah yang cukup
14. Apakah yang dimaksud dengan gizi seimbang.....
 - a. gizi seimbang adalah makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk dan sayuran.
 - b. Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh
 - c. Gizi seimbangan adalah makanan yang terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk saja.
15. Berikut ini yang contoh menu seimbang yaitu...
 - a. Nasi, tempe, tumis kangkung dan jeruk
 - b. Nasi, tahu, sop sayur
 - c. Nasi, tempe goreng dan buah
 - d. A,B dan C benar semua

Sumber : Ryan (2023).

Lampiran 2 ketersediaan sayur dan buah

Ketersediaan sayur dan buah

No	Ketersediaan sayur dan buah	Ya	Tidak
1	Apakah orang tua menyediakan makanan berbahan dasar sayuran dalam menu harian (sayur)		
2	Apakah orang tua menyediakan buah untuk dikonsumsi setiap hari di rumah (buah)		

Sumber: Zakky (2023).

Lampiran 3 food record

Lembar Food Record

Nama :

Kelas :

LEMBAR FOOD RECORD

Keterangan

1. Waktu : diisi dengan waktu makan contoh: 7:30
2. Jenis sayur dan buah : diisi nama sayur dan buah yang dikonsumsi. Contoh:
sayur kangkung, buah mangga
3. Penjelasan diisi dengan merek (jika makanan pabrik, cara memasak/mengolah makanan,jenis) contoh: sayur kangkung ditumis/rebus, buah kaleng merek vinisi

Hari/tanggal pengisian:.....

Waktu Makan	Jenis sayur dan buah	Penjelasan
Pagi Jam:.....		
Selingan pagi: Jam:.....		
Siang Jam:.....		
Selingan sore Jam:.....		
Malam Jam:.....		

Sumber: Zakky (2023).

Lampiran 4 Kuisisioner Status Gizi

KUISISIONER STATUS GIZI RESPONDEN

A. Identitas Responden

1. Nama :
2. Tempat/Tanggal Lahir :
3. Alamat :
4. Jenis Kelamin :

B. Data Antropometri

1. Berat Badan :
2. Tinggi Badan :

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANGUNGKARANG
Jalan Soekarno Hatta – Hatta No.6 Bandar Lampung
Telepon (0721) 783 852 Faksimile : 0721 - 773918



E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.03.04/F.XLIII/176/2023
Lampiran : 1 eks
Hal : Izin Penelitian

10 Januari 2024

Yth, Kepala Sekolah MIN 11 Bandar Lampung
Di- Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang Tahun Akademik 2023/2024, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1.	Irfan Azam NIM: 2113411038	Gambaran Karakteristik, Kebiasaan Konsumsi Sayur dan Buah, Serta Status Gizi Anak Di MIN 11 Bandar Lampung	MIN 11 Bandar Lampung

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
Kesehatan TanjungKarang,



Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes
NIP 196705271988012001

Tembusan:
Ka.Jurusan Gizi

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 6 Surat Selesai Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA BANDAR LAMPUNG
MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI 11
Jl. Ra. Basyid labuhan dalam Kecamatan. Tanjung senang TELP. (0721) 7690024
Email : minsinarsemendo@gmail.com

Bandar Lampung, 19 April 2024

Nomor : B- 111/MI.08.11/Kp.02.3/ 4 /2024
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : Surat Balasan Penelitian

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala Madrasah Ibtidaiyah Negeri 11 Bandar Lampung menerangkan bahwa :

Nama : Irfan Azam
NIM : 2113411038
Semester : VI
Program Studi/Jurusan : D3 .GIZI Poltekkes

Nama yang bersangkutan tersebut telah melaksanakan Penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 11 Bandar Lampung, tanggal 23 April 2024 - dengan judul :

" Gambaran Karakteristik,Kebiasaan Konsumsi Sayur dan Buah, Serta Status Gizi Anak di MIN 11 Bandar Lampung"

Demikianlah surat keterangan ini kami buat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Kepala MIN 11 Bandar Lampung

HAIRUL HAN, S.Pd.I, M.M
NIP. 197506021999031003

Lampiran 7 Data SPSS

status gizi responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Gizi kurang	9	18.0	18.0	18.0
Gizi baik	31	62.0	62.0	80.0
Gizi lebih	8	16.0	16.0	96.0
obesitas	2	4.0	4.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

kategori pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
kurang	43	86.0	86.0	86.0
sedang	7	14.0	14.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

kategori ketersediaan sayur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
tidak	3	6.0	6.0	6.0
cukup	27	54.0	54.0	60.0
baik	20	40.0	40.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

kategori ketersediaan buah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
tidak	5	10.0	10.0	10.0
cukup	15	30.0	30.0	40.0
baik	30	60.0	60.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

frekuensi sayur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
kurang	11	22.0	22.0	22.0
Valid baik	39	78.0	78.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

frekuensi buah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
kurang	7	14.0	14.0	14.0
Valid baik	43	86.0	86.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Dokumentasi 8 Penelitian

