

**STRATEGI ADVOKASI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP  
PERILAKU ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PENCEGAHAN  
OBESITAS DI SEKOLAH DASAR NEGERI 03 AUR  
TAJUNGGANG KOTA SAWAHLUNTO**

**SKRIPSI**

Diajukan pada Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan  
Politeknik Kementerian Kesehatan Padang Sebagai Persyaratan  
Dalam Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan  
Politeknik Kesehatan Padang



**Oleh :**

**YURIKE PARAMASANTATI**

**NIM: 196110768**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN PROMOSI KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
TAHUN 2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto  
Nama : Yurike Paramasantati  
NIM : 196110768

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk disidangkan dihadapan Tim Penguji Prodi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.

Padang, 12 Juni 2023

Komisi Pembimbing :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(Widdefrita, SKM., MKM)  
NIP. 197607192002122002

(Rapitos Sidiq, SKM., MPH)  
NIP. 197508142005011003

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan

(Widdefrita, SKM., MKM)  
NIP. 197607192002122002

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto  
Nama : Yurike Paramasantati  
NIM : 196110768

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui dan diseminarkan dihadapan Dewan Penguji Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang pada tanggal 14 Juni 2023

Padang, 14 Juni 2023

Dewan Penguji

Ketua

(Neni Fitra Hayati, S.SiT., M.Kes)  
NIP. 197107061993032001

Anggota

Anggota

Anggota

(John Amos, S.KM, M.Kes)  
NIP. 196206201986031002

(Widdefrita, SKM, MKM)  
NIP. 197607192002122002

(Rapitos Sidiq, SKM., MPH)  
NIP. 197508142005011003

## **PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT**

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama lengkap : Yurike Paramasantati  
NIM : 196110768  
Tanggal lahir : 29 September 2000  
Tahun masuk : 2019  
Nama PA : Widdefrita, SKM, MKM  
Nama Pembimbing Utama : Widdefrita, SKM, MKM  
Nama Pembimbing Pendamping : Rapitos Sidiq, SKM., MPH

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya, yang berjudul “Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 14 Juni 2022

Mahasiswa,

(Yurike Paramasantati)

NIM. 196110768

## DATA RIWAYAT HIDUP



Nama : Yurike Paramasantati

Tempat/Tanggal Lahir : Sawahlunto/ 29 September 2000

Alamat : Jl. Soekarno-Hatta, RT 05, RW 03, Kelurahan  
Saringan, Kecamatan Barangin, Kota Sawahlunto

Status Keluarga : Kandung

No. Telp/HP : 081372601910

*E-mail* : [yurikeparamsantati@gmail.com](mailto:yurikeparamsantati@gmail.com)

Nama Orang Tua

Ayah : Dausri, SH, MM

Ibu : Sri Soenetti, S.Pd

Riwayat Pendidikan :

Pendidikan	Tahun
TK Kemala Bhayangkari	2005-2007
SDN 13 Pasar Remaja	2007-2013
SMPN 1 Sawahlunto	2013-2016
SMAN 1 Sawahlunto	2016-2019
Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang	2019-2023

## **Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Skripsi, Juni 2023**

### **Yurike Paramasantati**

#### **Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto**

**xiv+68 halaman+4 tabel+4 gambar+8 lampiran**

#### **ABSTRAK**

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyatakan proporsi masyarakat Kota Sawahlunto yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 22,67%. Kelompok usia yang kurang mengonsumsi sayur dan buah yaitu anak sekolah berusia 7-12 tahun. Kurang mengonsumsi sayur dan buah dapat menyebabkan obesitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang.

Jenis penelitian kualitatif dengan desain studi kasus, dilaksanakan pada Mei 2023 di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang. Pengambilan informan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu informan utama siswa-siswi dan informan kunci: kepala sekolah, guru, dan tenaga kesehatan. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam dan observasi.

Hasil penelitian yaitu didapatkan informasi bahwa adanya kebutuhan advokasi tentang konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar, serta terlaksananya advokasi dengan diterbitkannya surat keputusan dari kepala sekolah tentang siswa membawa bekal berisikan sayur dan buah ke sekolah dan melakukan sarapan pagi bersama sebelum upacara bendera setiap hari senin.

Kesimpulan penelitian ini yaitu diterbitkannya kebijakan berupa surat keputusan oleh kepala sekolah tentang konsumsi buah dan sayur di sekolah. Diharapkan kebijakan tentang konsumsi buah dan sayur dapat dijadikan program tetap sekolah sebagai upaya membentuk perilaku hidup sehat

**Daftar Pustaka : 35 (2012-2023)**

**Kata Kunci : Advokasi, Konsumsi Sayur Buah, Obesitas**

***Study Program in Applied Health Promotion, Undergraduate Thesis, June 2023***

***Yurike Paramasantati***

***Advocacy Strategy for Consumption of Fruits and Vegetables Against the Behavior of Elementary School Children in Preventing Obesity at Public Elementary School 03 Aur Tajungkang, Sawahlunto City***

***xiv+68 pages+4 tables+4 pictures+8 attachments***

### **ABSTRACT**

*The 2018 Basic Health Research results stated that the proportion of residents in Sawahlunto City who did not consume vegetables and fruit was 22.67%. The age group that consumes less vegetables and fruit is school children aged 7-12 years. Lack of consumption of vegetables and fruit can cause obesity. This study aims to determine the advocacy strategy of fruit and vegetable consumption on elementary school children's behavior in preventing obesity at 03 Aur Tajungkang Public Elementary School.*

*This qualitative research with a case study design was conducted in May 2023 at Elementary School 03 Aur Tajungkang. Informants were collected using a purposive sampling technique; the primary informants were students and key informants: school principals, teachers, and health workers. In-depth interviews and observations were carried out in data collection.*

*The results of the study obtained information that there was a need for advocacy regarding the consumption of fruits and vegetables in elementary school-age children, as well as the implementation of advocacy by issuing a decree from the school principal regarding students bringing lunch boxes containing vegetables and fruit to school and having breakfast together before the flag ceremony every Monday.*

*The conclusion of this study is the issuance of a policy in the form of a principal's decree regarding school fruit and vegetable consumption. The fruit and vegetable consumption policy can be used as a regular school program to shape healthy lifestyle behaviors.*

***Reading List : 35 (2012-2023)***

***Keywords : Advocacy, Fruit Vegetable Consumption, Obesity***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”. Salawat beserta salam tak lupa peneliti sampaikan kepada Nabi besar Muhammad SAW beserta seluruh keluarga dan sahabatnya.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan dari banyak pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini, terutama keluarga besar penulis, khususnya yang penulis cintai, sayangi, dan hormati, yaitu ayahanda Dausri, S.H, M.M dan ibunda Sri Soenetti, S.Pd, yang telah tulus dan tiada henti memberikan doa dan dukungan sepenuh hati selama penulis menempuh pendidikan di Poltekkes Kemenkes Padang. Selain itu, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp Jiwa selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Padang.
2. Ibu Widdefrita, S.KM, M.KM selaku Ketua Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang.
3. Ibu Widdefrita, S.KM, M.KM selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan semangat untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. Bapak Rاپitos Sidiq, S.KM, M.PH selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan semangat untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
5. Ibu Neni Fitra Hayati, S.SiT, M.Kes selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan saran perbaikan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.



6. Bapak John Amos, S.KM, M.Kes selaku penguji pendamping yang telah memberikan saran perbaikan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Ibu Widdefrita, S.KM, M.KM selaku dosen pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu selama empat tahun membimbing, memberikan arahan dan memberikan semangat kepada penulis selama perkuliahan.
8. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang yang telah memberikan pengetahuan, wawasan dan pengalaman kepada penulis semasa penulis berada dibangku kuliah, serta staf Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang yang telah membekali peneliti dengan ilmu yang bermanfaat sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepala sekolah, guru-guru, staff tata usaha dan siswa-siswi SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto yang telah membantu, memberikan kesempatan, semangat, dan doa dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Keluarga tercinta penulis Farlan Alqudri (adik kandung), Jefriansyah Pratama (adik kandung), Nadia Putri Candra, A.Md.Kom (sepupu), (almh) Wuri Jihan Khairani (sepupu), Hazeli Arsyad (sepupu), Aulia Mardhiyah, S.H (sepupu), beserta keluarga besar dan kerabat lainnya yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, doa dan restu yang tidak pernah berhenti untuk kelancaran dan kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Sahabat seperjuangan penulis Grace Tamara Simanjuntak, Putri Rahma Gusti, Puti Annajma Junia, A.Md,T, Aqillah Mutia Hayya, S.Tr.Kes, Rahni Adrian Silva, Erinna Azzahra, Hafizah Rahmadhani, Lensa Squad, Promkes Sawahlunto Squad, terimakasih telah menemani perjalanan penuh makna ini dengan segala rasa sayang yang diberikan.
12. Rekan-rekan seperjuangan Jurusan Promosi Kesehatan angkatan 2019 yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk kelancaran dan kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini dan semua pihak yang telah ikut membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga nantinya dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu promosi kesehatan.

Padang, 14 Juni 2023

Yurike Paramasantati

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....</b>	<b>iii</b>
<b>DATA RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat.....	7
E. Ruang Lingkup .....	8
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS .....</b>	<b>10</b>
A. Konsep Obesitas .....	10
B. Buah dan Sayur .....	12
C. Peran Guru di Sekolah.....	24
D. Anak Sekolah Dasar (SD) .....	24
E. Promosi Kesehatan .....	27
F. Konsep Perilaku .....	29
G. Advokasi .....	30
H. Kerangka Teori.....	39
I. Kerangka Konsep.....	40
J. Definisi Istilah .....	41
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
A. Jenis Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
C. Informan Penelitian .....	42

D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	43
E. Instrumen Penelitian .....	44
F. Prosedur Penelitian .....	45
G. Pengolahan dan Analisis .....	48
H. Pengecekan Keabsahan Data.....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	51
B. Karakteristik Informan .....	52
C. Hasil Wawancara dan Observasi .....	52
D. Pembahasan.....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>68</b>
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi Menurut IMT Anak usia 5-18 Tahun.....	10
Tabel 2. Anjuran Porsi Makan Sehari Berdasarkan Kelompok Umur.....	20
Tabel 3. Definisi Istilah.....	41
Tabel 4. Karakteristik Informan.....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	39
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	40
Gambar 3. Alur Tahap Pelaksanaan Penelitian.....	47
Gambar 4. Siklus Pengolahan Analisis Data Kualitatif .....	49

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Penelitian
- Lampiran 2. Surat Keputusan
- Lampiran 3. Lembar Bimbingan
- Lampiran 4. Format Persetujuan
- Lampiran 5. Pedoman Wawancara
- Lampiran 6. Lembar Observasi
- Lampiran 7. Media Advokasi (Factsheet)
- Lampiran 8. Transkrip dan Matriks

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), kurang dalam mengonsumsi buah dan sayur akan menimbulkan berbagai macam penyakit degenerative antara lain obesitas, diabetes, hipertensi, dan kanker. Kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan sekitar 14% kematian akibat kanker, sekitar 11% jantung, dan sekitar 9% kematian akibat stroke. <sup>(1)</sup>

Indonesia berada dalam transisi epidemiologi, di satu sisi masih mengalami masalah gizi kurang, namun di sisi lain terjadi kegemukan (obesitas) dan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular. Obesitas memberikan resiko yang tinggi terhadap masalah kesehatan pada masa dewasa nanti. Salah satu penyebab kegemukan atau obesitas pada anak adalah kurangnya konsumsi sayur dan buah yang rendah. <sup>(2)</sup>

Berdasarkan Laporan Nasional Riskesdas 2018 Indonesia mengalami 9,0%-9,5% obesitas usia 5-12 tahun, sedangkan Provinsi Sumatera Barat menunjukkan bahwa prevalensi anak usia 5-12 mengalami obesitas 5,90% <sup>(3,4)</sup>. Berdasarkan Hasil penjarangan Dinas Kesehatan di Kota Sawahlunto tahun 2021 terhadap peserta didik didapatkan 23 kasus mengalami obesitas. Dimana Puskesmas Kampung Teleng memiliki angka kejadian obesitas tertinggi sebanyak 13 kasus, yang diikuti oleh Puskesmas Sungai Durian dengan 10 kasus obesitas. <sup>(3)</sup>



Penyebab obesitas pada individu dipengaruhi pola makan, asupan makan, perilaku gaya hidup serta faktor sosial ekonomi. Pola makan dalam kehidupan sehari-hari dapat dilihat pada kebiasaan makan, seperti jumlah atau porsi makanan (tinggi energi, lemak, karbohidrat), konsumsi makanan siap saji, makanan instan, minuman kemasan tinggi gula, dan jadwal makan yang tidak teratur. <sup>(4)</sup> Serta rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak yang kemudian sering diikuti dengan tingginya mengkonsumsi *fast food* yang dapat meningkatkan resiko terjadinya obesitas. <sup>(5)</sup>

Obesitas tersebut dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan yang seimbang yang terdiri dari makanan pokok lauk pauk, dan rutin mengkonsumsi buah dan sayur. <sup>(6)</sup> Konsumsi buah dan sayur yang dibiasakan sejak dini sangat dibutuhkan karena buah dan sayur memiliki kandungan serat yang tinggi untuk membantu mencegah terjadinya sembelit, menurunkan berat badan serta mencegah terjadinya penyakit degeneratif seperti jantung koroner, hipertensi, diabetes mellitus, dan stroke. <sup>(7)</sup> Berdasarkan PUGS (Pedoman Umum Gizi Seimbang), konsumsi buah dianjurkan minimal 2 kali/hari. <sup>(8)</sup>

*World Health Organization* (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gr perorang perhari, yang terdiri dari 250 gr sayur dan 150 gr buah. Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 gr perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah. <sup>(9)</sup>

Menurut Hayat (2018), Indonesia termasuk negara dengan penduduk yang kurang mengonsumsi buah dan sayuran. Sebanyak 93,5% penduduk usia 10 tahun ke atas memiliki perilaku kurang mengonsumsi buah dan sayuran. Tingkat konsumsi buah per kapita 34,55 kg/tahun, sedangkan tingkat konsumsi sayuran per kapita hanya 40,35/tahun, jauh di bawah rekomendasi *Food Agriculture Organization* (FAO) sebesar 73 kg/kapita/tahun. Tingkat konsumsi buah dan sayur di Indonesia masih tertinggal dari beberapa negara tetangga seperti Vietnam, Kamboja, dan Singapura. <sup>(10)</sup>

Berdasarkan hasil Riskesdas Nasional Tahun 2018 menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 10,7%, sedangkan di Provinsi Sumatera Barat yang merupakan provinsi ke-2 tertinggi yang tidak mengonsumsi buah dan sayur mencapai 19,4% Sementara itu, masyarakat Kota Sawahlunto yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 22,67%. <sup>(11,12)</sup>

Dilihat dari data Risetkesdas Provinsi Tahun 2018 prevalensi proporsi konsumsi buah dan sayur per hari dalam seminggu pada penduduk Kota Sawahlunto masih ditemukan penduduk umur  $\geq 5$  tahun sebanyak 0,96% penduduk mengonsumsi buah dan sayur  $\geq 5$  porsi per hari, 5,65% mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 3-4 porsi per hari, 70,72% mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 1-2 porsi per hari, dan 22,67% yang tidak mengonsumsi buah dan sayur setiap harinya. <sup>(12)</sup>

Salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang agar menuju masyarakat hidup sehat yaitu mengkonsumsi buah dan sayur. Untuk mengubah pola pikir masyarakat agar memiliki paradigma sehat, pemerintah Indonesia melakukan upaya melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Menurut Keputusan Menteri Kesehatan, kegiatan tersebut dapat dimulai dari diri sendiri dan keluarga, dilakukan saat ini juga, dan tidak membutuhkan biaya yang besar. GERMAS mengajak masyarakat untuk membudayakan hidup sehat, agar mampu mengubah perilaku tidak sehat. <sup>(9)</sup>

Permasalahan utama konsumsi buah dan sayur yang dihadapi penduduk Indonesia masih berada di bawah konsumsi yang dianjurkan. Salah satu kelompok usia yang kurang mengkonsumsi sayur dan buah yaitu anak sekolah berusia antara 7-12 tahun yang mana berada pada tahap perkembangan baik secara kognitif, fisik, moral, maupun sosio-emosional sehingga pada masa anak sekolah dasar keseimbangan gizi perlu dijaga agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. <sup>(13)</sup>

Pada saat ini diperlukan langkah yang tepat untuk membangun tubuh dan menanam kebiasaan mengkonsumsi buah dan sayur, maka hal tersebut akan berdampak pada kesehatan di masa yang akan datang. Oleh karena itu, membiasakan mengkonsumsi buah dan sayur pada usia sekolah menjadi penting sebagai upaya untuk mencegah munculnya masalah-masalah kesehatan pada masa dewasa dan tua nanti.

Sekolah mempunyai kontribusi yang besar untuk mempengaruhi anak dalam mengkonsumsi buah dan sayur. Sekolah menjadi tempat yang penting dalam kesehatan anak, sehingga dapat mempengaruhi status gizi anak. Sekolah memiliki peran yang penting dalam pencegahan terjadinya obesitas pada anak-anak dikarenakan sekolah memiliki guru yang dapat berperan aktif dalam melakukan pengawasan terhadap konsumsi buah dan selama berada di lingkungan sekolah. Selain itu, diperlukan peran sekolah seperti mewajibkan anak membawa buah dan sayur 1 kali dalam seminggu untuk pencegahan obesitas pada anak usia sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Kristiawat, dkk (2018) menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku konsumsi sayur dan buah sebagai upaya pencegahan obesitas pada anak yang dilakukan dengan pengabdian masyarakat (pendidikan kesehatan).<sup>(14)</sup> Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Nila Reswari, dkk (2019) menunjukkan bahwa adanya pengaruh intervensi ketersediaan buah dan sayur serta peran guru dan orang tua karena perilaku makan anak masih dipengaruhi oleh lingkungan sekolah dan rumah.<sup>(15)</sup>

Berdasarkan hasil penjarangan obesitas yang dilakukan oleh Puskesmas Kampung Teleng tahun 2021, didapatkan bahwa siswa kelas 1 SDN 03 Aur Tajungkang memiliki masalah obesitas dengan prevalensi 8% dari 23 siswa. Masalah obesitas ini terjadi dikarenakan anak mengkonsumsi jumlah makanan yang berlebihan, makanan siap saji dan makanan instan, serta minuman kemasan yang tinggi gula. Selain itu, pada survei awal penelitian dilakukan wawancara kepada kepala sekolah, guru dan siswa di SDN 03 Aur Tajungkang didapatkan

bahwa 3 dari 5 siswa mengetahui tentang buah dan sayur, tetapi siswa jarang mengonsumsi buah dan sayur dikarenakan tidak ada buah dan sayur di rumah, dan tidak ada waktu mengonsumsi buah dan sayur. Serta belum adanya kebijakan tentang membawa dan mengonsumsi buah dan sayur di sekolah.

Perubahan perilaku didukung oleh beberapa strategi salah satunya berupa advokasi. Dengan adanya advokasi maka diharapkan program perbaikan gizi di sekolah bisa berjalan dengan baik. Kebijakan dan program gizi akan berpengaruh terhadap status gizi siswa usia sekolah, prestasi belajar, dan berpengaruh terhadap produktivitas guru dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Ladiba A, dkk (2021) menunjukkan bahwa adanya program advokasi berjalan sesuai dengan indikator keberhasilan. Sebanyak 85,7% siswa mengalami peningkatan pengetahuan gizi setelah program advokasi dilaksanakan. Sebanyak 16,67% siswa mengalami peningkatan asupan sayur dan buah. <sup>(16)</sup>

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku anak sekolah dasar di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi rumusan masalah adalah “Bagaimanakah strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku

anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengidentifikasi masalah perilaku konsumsi sayur dan buah anak sekolah di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.
- b. Untuk melaksanakan advokasi konsumsi buah dan sayur dengan metode lobi terhadap perubahan perilaku anak sekolah dasar di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.
- c. Untuk menghasilkan kebijakan tentang konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.
- d. Untuk mengetahui penerapan advokasi konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang promosi kesehatan dan juga untuk mengetahui bagaimana strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas.

## **2. Manfaat Praktis**

### a. Bagi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam proses penelitian.

### b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sebagai tambahan sumber kepustakaan dan referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa khususnya tentang advokasi untuk perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas.

### c. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam mengambil langkah menuju perbaikan dan pengembangan promosi kesehatan dalam konsumsi buah dan sayur.

### d. Bagi Anak Sekolah Dasar

Penelitian ini diharapkan dapat mengubah perilaku anak sekolah dasar dalam mengkonsumsi buah dan sayur.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi advokasi konsumsi buah dan sayur terhadap perilaku anak sekolah dasar di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto. Penelitian ini dilakukan di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto, Kecamatan Lembah Segar, Kota Sawahlunto. Subjek penelitian ini adalah kepala sekolah, guru, siswa dan tenaga kesehatan yang memberikan

informasi perilaku tentang konsumsi buah dan sayur. Pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus. Informan dalam penelitian kualitatif ini menggunakan *pusposive sampling*. Data pada penelitian ini dapat dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi.



## BAB II

### TINJAUAN TEORITIS

#### A. Konsep Obesitas

##### 1. Pengertian Obesitas

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, secara umum kegemukan dan obesitas adalah suatu kondisi abnormal yang ditandai oleh peningkatan lemak tubuh berlebihan yang menimbulkan risiko bagi kesehatan. <sup>(17)</sup>

##### 2. Pengukuran Status Gizi

Pada pengukuran status gizi, pada anak dapat digolongkan sesuai dengan klasifikasi berikut:

Tabel 1. Klasifikasi Status Gizi Menurut IMT Anak usia 5-18 Tahun

Klasifikasi	Ambang Batas (Z-Score)
Gizi kurang	-3SD sd <- 2 SD
Gizi baik	-2 SD sd +1 SD
Gizi lebih	+1 SD sd +2 SD
Obesitas	>+2SD

Sumber : Kemenkes 2020 <sup>(18)</sup>

##### 3. Faktor Penyebab Obesitas

Faktor-faktor penyebab obesitas, diantaranya: <sup>(19)</sup>

###### 1) Faktor genetik

*Parental fatness* merupakan faktor genetik yang berperan besar.

Bila kedua orang tua obesitas, 80% anaknya menjadi obesitas. Bila salah

satu orang tua obesitas, kejadian obesitas menjadi 40% dan bila kedua orang tua tidak obesitas, prevalensi menjadi 14%.

## 2) Faktor Lingkungan

### a. Aktifitas fisik

Kegiatan fisik secara teratur dapat membantu mempertahankan derajat kesehatan yang optimal, tetapi apabila kegiatan fisik tersebut tidak seimbang dengan energi yang dikonsumsi maka dapat menyebabkan berat badan berlebih. Untuk mempertahankan berat badan normal, upayakan agar kegiatan fisik selalu seimbang dengan energi yang diperoleh dari makanan sehari-hari.

### b. Faktor Gaya Hidup

Salah satu perubahan gaya hidup adalah perubahan pola makan yaitu: jadwal makan, jumlah makanan, dan jenis bahan makanan.

- a) Jadwal makanan : jumlah makanan yang dikonsumsi disesuaikan dengan berat badan memadai. Jumlah makanan yang dikonsumsi disesuaikan dengan hasil konseling gizi.
- b) Jenis makanan : jenis makanan utama yang dikonsumsi dapat disesuaikan dengan Konsep Piring Makan Model T.
- c) Jadwal makanan : jadwal makan terdiri dari 3x makan utama dan 2-3 kali makanan selingan mengikuti prinsip porsi kecil.

Pola makan yang berlebihan jika tidak teratur dapat berisiko menimbulkan obesitas

c. Faktor Sosial Ekonomi

Faktor yang mempengaruhi sosial ekonomi antara lain, jenis pekerjaan, tingkat pendapatan seseorang, keadaan rumah tangga dan tempat tinggal. Jika tingkat pendapatan keluarga tinggi, maka ketersediaan dan harga dari *junkfood* yang mudah terjangkau akan berisiko menimbulkan obesitas.

Faktor perilaku lainnya yaitu layanan iklan *fastfood* dan minuman tinggi kalori, dan persepsi kepala sekolah terhadap gaya hidup, usia dan jenis kelamin mempengaruhi asupan makanan. Asupan makanan berpengaruh terhadap asupan zat gizi dan selanjutnya berpengaruh terhadap status gizi.

## **B. Buah dan Sayur**

### **1. Pengertian Buah dan Sayur**

Buah merupakan bagian tumbuhan yang berasal dari bunga atau putih dan biasanya berbiji, sedangkan sayur merupakan daun-daunan, tumbuh-tumbuhan, polong atau bijian, dan sebagian yang dapat di masak. Sayuran dan buah-buahan adalah sumber berbagai macam vitamin, mineral, dan serat pangan. Vitamin, mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh.<sup>(6)</sup>

Konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang karena buah-buahan menyediakan

karbohidrat terutama berupa fruktosa dan glukosa. Sayur juga menyediakan karbohidrat, seperti wortel dan kentang. Buah juga menyediakan lemak tidak jenuh seperti buah alpukat. <sup>(6)</sup>

## 2. Penggolongan Buah dan Sayur

### 1) Penggolongan Buah

Penggolongan buah berdasarkan warna (pigmen), buah dibagi menjadi menjadi : <sup>(20)</sup>

#### a. Warna Kuning-oranye

Warna kuning-oranye disebabkan kandungan *karotenoid*. *Karotenoid* dapat mencegah kanker kandung kemih. Selain *karotenoid*, warna oranye pada buah disebabkan *flavanoid hesperetin*. Contoh: belimbing, nangka, durian, dan nanas.

#### b. Warna Merah Cerah

Warna merah cerah disebabkan oleh *likopena*. *Likopena* bersifat antioksidan sehingga bermanfaat sebagai pencegah kanker yang potensial, terutama kanker prostat. Contoh: semangka, pepaya, jambu biji merah, dan jambu air merah.

#### c. Warna Merah Gelap dan Biru-ungu

Warna merah, biru, dan ungu pada buah berasal dari pigmen antosianin. Antosianin merupakan senyawa fitokimia yang mengubah warna daun dari hijau menjadi kemerahan, oranye, kuning, atau ungu. Contoh: blueberry, buah plum, stroberi, apel merah, buah ceri, dan delima merah.

d. Warna Putih

Warna putih pada bahan makanan, seperti buah disebabkan oleh senyawa yaitu: pigmen *leukoantosianin dan katekin, isoflavan, alisin, dan aliin*. Contoh: salak, lengkeng, sawo, duku, dan rambutan.

Penggolongan buah–buahan berdasarkan iklim dapat dibedakan menjadi : <sup>(21)</sup>

- a. Buah-buahan subtropis menghendaki suhu rendah (kurang dari 21°C) untuk tumbuh dan berbuah. Di indonesia, daerah seperti ini hanya terdapat di dataran tinggi dengan ketinggian lebih dari 1.000 meter di atas permukaan laut (dpl). Buah yang termasuk dalam golongan ini seperti apel, pir, kiwi, persik, arbel dan markisa.
- b. Buah-buahan tropis menghendaki suhu tinggi (lebih dari 25°C) untuk tumbuh dan berbuah. Di indonesia daerah seperti ini hanya terdapat di dataran rendah dan di sekitar garis khatulistiwa (ekuator). Buah yang termasuk dalam golongan ini seperti durian, rambutan, salak, manggis, duku, dan mangga.

Penggolongan buah-buahan berdasarkan musim dapat dibedakan menjadi : <sup>(21)</sup>

- a. Buah bersifat musiman seperti durian, mangga, duku, rambutan dan lain-lain.
- b. Buah tidak musiman seperti pisang, nanas, alpukat, papaya, semangka, belimbing dan lain-lain.

## 2) Penggolongan Sayuran

Penggolongan sayuran berdasarkan iklim dapat dibedakan menjadi:<sup>(22)</sup>

### a. Iklim dataran rendah

Dataran rendah dibawah 700 mdpl, bersifat panas dan sedikit curah hujan, jenis sayuran yang cocok untuk dataran rendah adalah kacang-kacangan, bawang, terung, bayam, mentimun, sawi, lobak, cabai, dan labu.

### b. Iklim dataran sedang

Bersuhu sedang dan curah hujan rata-rata. Jenis sayuran yang cocok untuk dataran sedang adalah selada, tomat, cabai, lobak, bawang merah, bawang bakung, seledri, kubis, bayam, labum sawi, dan buncis.

### c. Iklim dataran tinggi

Dataran tinggi diatas 700 mdpl, bersuhu dingin dan tinggi curah hujan. Jenis sayuran yang cocok untuk dataran tinggi adalah bunga kol, wortel, kacang-kacangan, buncis, lobak, kentang, dan paprika.

Penggolongan sayuran berdasarkan bagian tanaman yang dapat dimakan, sayuran dibedakan menjadi: <sup>(23)</sup>

### a. Sayuran daun

Sayuran daun merupakan tanaman sayur yang diambil bagian daun dan batangnya untuk dimakan langsung, dimasak, atau dijadikan lalapan. Sayuran jenis ini biasanya ditanam di sekitar

rumah untuk hiasan sekaligus keperluan dapur. Jenis sayuran yang termasuk golongan ini seperti kangkung, bayam, kemangi, selada, sawi dan seledri.

b. Sayuran bunga

Sayuran bunga merupakan tanaman yang diambil untuk disayur atau dimakan adalah bunganya. Jenis sayuran yang termasuk golongan ini seperti bunga turi dan kembang kol.

c. Sayuran buah

Sayuran buah merupakan tanaman yang diambil adalah buahnya untuk dimakan langsung, dimasak, atau dijadikan lalapan. Jenis sayuran yang termasuk golongan ini seperti terong, cabai, ketimun, labu siam, pare, buncis dan tomat.

d. Sayuran umbi

Sayuran umbi merupakan tanaman yang diambil adalah umbinya. Jenis sayuran yang termasuk golongan ini seperti kentang, wortel, lobak, bawang merah dan bawang putih.

### **3. Kandungan Gizi dan Manfaat Buah dan Sayur**

Kandungan pada buah dan sayur yang kaya sumber serat, yaitu: <sup>(24)</sup>

a. Vitamin A

Vitamin A memiliki dua bentuk: *retinol* di dalam beberapa makanan hewani (susu, mentega, margarin, kuning telur dan hati). Sedangkan *karoten* di dalam bentuk buah-buahan dan sayursayuran, seperti terdapat di dalam sayur-sayuran berwarna hijau tua seperti bayam

dan brokoli. Vitamin A sebagai antioksidan yang merupakan bagian dari sistem kekebalan yang mencegah infeksi dan penyakit.

b. Vitamin B

Vitamin–vitamin B adalah *thiamin, asam folat, niasin, riboflavin, pirodoxin, blotin, asam pantotenat* dan vitamin B12. Sumber vitamin B yang termasuk hewani yaitu daging, produk-produk susu, ikan, telur, sereal sedangkan di dalam sayuran- sayuran berdaun hijau gelap, dan biji-bijian mengandung asam folat yang tinggi.

c. Vitamin C

Vitamin C dikenal sebagai asam askorbat, esensial untuk meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan-makanan nabati (buah dan sayur), melindungi sel dari kerusakan dan untuk memelihara pembuluh darah, tulang rawan, otot dan tulang.

d. Vitamin E

Vitamin E adalah antioksidan penting yang melindungi struktur–struktur sel di dalam tubuh. Vitamin ini ditemukan didalam mentega, margarin, ikan, daging serta buah dan sayur.

e. Vitamin K

Vitamin K dibutuhkan untuk pembekuan darah yang normal dan sebagian besar disediakan oleh bakteri di dalam usus. Sayursayuran berdaun hijau adalah sumber makanan terbaik untuk vitamin K.



f. Mineral

Mineral meliputi kalsium (Ca), Zat besi (Fe), Magnesium (Mg), dan Potasium:

1. Kalsium (Ca) yang dibutuhkan untuk struktur tulang dan gigi yang sehat, kalsium juga dibutuhkan untuk tulang bertindak sebagai simpanan agar selalu ada pasokan siap-pakai yang memungkinkan otot-otot, jantung, saraf untuk berfungsi sebagaimana mestinya.
2. Zat besi (Fe) adalah bagian dari struktur hemoglobin, unsur kimia yang membawa oksigen ke semua sel didalam tubuh melalui darah. Oksigen diperlukan oleh darah untuk menghasilkan energi. Zat besi di dalam makanan ditemukan dalam dua bentuk, yang pertama adalah zat besi heme yang mudah di serap yang didalamnya terkandung bahan hewani sedangkan yang kedua adalah zat besi *non-heme*, yang didalamnya terkandung bijibijian, kacang-kacangan, buah dan sayur.
3. Magnesium (Mg) merupakan yang terlibat di dalam proses mengubah makanan menjadi energi maupun membangun tulang serta memproduksi protein.
4. Potasium merupakan yang terlibat dalam menjaga keseimbangan cairan, kontraksi otot dan fungsi saraf yang baik. Sumber-sumber terbaiknya adalah susu, biji-bijian, buah-buahan dan sayur-sayuran.

Manfaat buah dan sayur bagi kesehatan, diantaranya :<sup>(24)</sup>

1. Mengandung enzim yang penting untuk sistem saluran pencernaan dan sistem penyerapan gizi yang terkandung dalam makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari-hari.
2. Kaya akan kandungan potasium dan sedikit kandungan sodium untuk mencegah hipertensi dan menjaga kesehatan pembuluh darah jantung.
3. Buah dan sayur yang berwarna kuning, ungu, merah dan hijau mengandung karotin yang berfungsi sebagai antioksidan kuat yang melawan pertumbuhan sel kanker dan menangkal radikal bebas.
4. Kandungan *flavonoid* di dalam buah dan sayur bermanfaat untuk menghalau zat potensial penyebab kanker. Juga berfungsi sebagai anti virus, anti alergi, anti peradangan, dan anti alergi.
5. Buah dan sayur mengandung serat yang berfungsi membawa lemak dan kolesterol ke luar tubuh serta melancarkan buang air besar.

#### **4. Anjuran Konsumsi Buah dan Sayur**

*World Health Organization* (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400g perorang perhari, yang terdiri dari 250g sayur (setara dengan 2,5 porsi atau 2,5 gelas sayur setelah di masak dan ditiriskan) dan 150g buah, (serta dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1,5 potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400g perorangan perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah. Berdasarkan pedoman gizi seimbang anjuran

jumlah porsi makanan untuk kelompok umur 7-9 tahun dan anak usia sekolah 10-12 tahun. <sup>(6)</sup>

Tabel 2. Anjuran Porsi Makan Sehari Berdasarkan Kelompok Umur

Bahan Makanan	Umur 7-9 Tahun	Umur 10-12 tahun	
		Laki-laki	Perempuan
Nasi	4 ½p	5p	4p
Sayuran	3p	3p	3p
Buah	3p	4p	4p
Tempe	3p	3p	3p
Daging	2p	2½p	2p
Susu	1p	1p	1p
Minyak	5p	5p	5p
Gula	2p	2p	2p

Sumber : Pedoman Gizi Seimbang <sup>(6)</sup>

Anjuran mengonsumsi porsi sayur dan buah yang lebih sangat sesuai untuk anak obesitas dan dianjurkan untuk tetap bervariasi sehingga diperoleh beragam sumber vitamin dan mineral serta serat. Buah dan sayur bisa dikonsumsi dalam bentuk matang (diolah) dan dalam bentuk segar menjadi buah potong, jus buah, jus sayur atau lalapan. Sayur dan buah mengandung klorofil, sayuran berwarna seperti bayam merah, kobis ungu, terong ungu, wortel, tomat merupakan sumber antioksidan yang sangat bagus untuk meningkatkan daya tahan tubuh. <sup>(19)</sup>

## 5. Dampak Kurang Konsumsi Buah dan Sayur

Beberapa dampak apabila seseorang kurang konsumsi buah dan sayur antara lain: <sup>(25)</sup>

### a. Gangguan Penglihatan/Mata

Gangguan pada mata dapat diakibatkan karena tubuh kekurangan gizi yang berupa betakaroten. Gangguan mata dapat diatasi dengan banyak mengonsumsi wortel, selada air, dan buah-buahan lainnya. Kandungan vitamin A dalam buah dan sayur penting untuk pertumbuhan, penglihatan dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit dan infeksi. Vitamin A berfungsi dalam penglihatan normal pada cahaya remang. Kecepatan mata beradaptasi setelah terkena cahaya terang berhubungan langsung dengan vitamin A yang tersedia di dalam darah untuk membentuk rodopsin yang membantu proses melihat.

### b. Menurunkan Kekebalan Tubuh

Buah dan sayur sangat kaya dengan kandungan vitamin C yang merupakan antioksidan kuat dan pengikat radikal bebas. Vitamin C juga meningkatkan kerja sistem imunitas sehingga mampu mencegah berbagai penyakit infeksi bahkan dapat menghancurkan sel kanker. Jika tubuh kekurangan asupan buah dan sayur, maka imunitas/kekebalan tubuh akan menurun.

c. Gangguan Pertumbuhan Tubuh

Buah dan sayur sangat kaya dengan kandungan vitamin A yang berperan dalam pembentukan sel jaringan tubuh, maka defisiensi vitamin A akan menyebabkan gangguan terhadap pembentukan jaringan tubuh.

d. Meningkatkan Resiko kanker

Buah dan sayur kaya dengan kandungan vitamin A yang berperan menghambat pertumbuhan sel kanker. Penelitian terhadap 250.000 orang penduduk di Jepang selama sepuluh tahun menunjukkan penduduk yang kurang mengonsumsi sayur dan buah yang kaya akan karoten, membawa dampak penyakit kanker paru-paru, kanker usus besar, rongga mulut dan payudara.

e. Meningkatkan Kolesterol Darah

Tubuh kurang konsumsi buah dan sayur yang kaya akan serat, maka dapat mengakibatkan tubuh kelebihan kolesterol darah, karena kandungan serat dalam buah dan sayur mampu menjerat lemak dalam usus, sehingga mencegah penyerapan lemak oleh tubuh. Dengan demikian, serat membantu mengurangi kadar kolesterol dalam darah. Buah dan sayur sangat kaya dengan kandungan vitamin C yang berperan dalam mengubah kolesterol menjadi asam empedu. Serat tidak larut (*lignin*) dan serat larut (*pectin*,  *$\beta$ -glucans*) mempunyai efek mengikat zat organik seperti asam empedu dan kolesterol sehingga menurunkan jumlah asam lemak di dalam saluran pencernaan. Pengikatan empedu oleh serat juga menyebabkan asam empedu keluar dari siklus

enterohepatic, karena asam empedu yang disekresi ke usus tidak dapat diabsorpsi, tetapi terbuang ke dalam feses. Penurunan jumlah asam empedu menyebabkan hepar harus menggunakan kolesterol sebagai bahan untuk membentuk asam empedu. Hal inilah yang menyebabkan serat dapat menurunkan kadar kolesterol. Jika konsumsi serat kurang, maka proses tersebut tidak terjadi dan akan menyebabkan kolesterol darah meningkat.

f. Meningkatkan Risiko Sembelit (konstipasi)

Buah dan sayur sangat kaya dengan kandungan vitamin B1 yang berperan mengatasi masalah sembelit. Konsumsi serat makanan dari buah dan sayur, khususnya serat tak larut (tak dapat dicerna dan tak larut air) menghasilkan tinja yang lunak. Sehingga diperlukan kontraksi otot minimal untuk mengeluarkan feses dengan lancar, Sehingga mengurangi konstipasi (sulit buang air besar). Kekurangan serat akan menyebabkan tinja mengeras sehingga memerlukan kontraksi otot yang besar untuk mengeluarkannya atau perlu mengejan lebih kuat. Hal inilah yang sering menyebabkan konstipasi. Oleh karena itu, diperlukan konsumsi serat yang cukup khususnya yang berasal dari buah dan sayur.

g. Meningkatkan Risiko Kegemukan

Kurang konsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan risiko kegemukan dan diabetes pada seseorang. Buah berperan sebagai sumber vitamin dan mineral yang penting dalam proses pertumbuhan. Buah juga bisa menjadi alternatif yang sehat dibandingkan dengan makanan jajanan

lainnya, Sayuran juga merupakan sumber vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan individu. Seseorang yang mengonsumsi cukup sayuran dengan jenis yang bervariasi akan mendapatkan kecukupan sebagian besar mineral mikro dan serat yang dapat mencegah terjadinya kegemukan. Selain itu, sayuran juga berperan dalam upaya pencegahan penyakit degeneratif seperti PJK (Penyakit Jantung Koroner), kanker, diabetes dan obesitas.

### **C. Peran Guru di Sekolah**

Mendukung aktivitas sekolah untuk semua anak melalui dewan sekolah, guru dan staf administrasi sekolah, dan pejabat tertentu dapat membantu membawa perubahan yang diperlukan pada lingkungan anak sehari-hari. Perkembangan seperti ini harus meliputi kebijakan yang membatasi makanan dan minuman kompetitif dan memberikan buah dan sayuran setiap hari pada menu sarapan dan makan siang. Meningkatkan partisipasi program tersebut dapat membantu memastikan pemberian nutrisi yang tepat pada siswa-siswi di sekolah. <sup>(19)</sup>

### **D. Anak Sekolah Dasar (SD)**

#### **1. Pengertian Anak Sekolah Dasar (SD)**

Anak sekolah dasar adalah mereka yang berusia antara 7 – 12 tahun atau biasa disebut dengan periode intelektual. Pengetahuan anak akan bertambah pesat seiring dengan bertambahnya usia, keterampilan yang dikuasai semakin beragam. Secara khusus usia 7 hingga 12 tahun berada

pada tahap perkembangan baik secara kognitif, fisik, moral, maupun sosio-emosional.<sup>(26)</sup>

## **2. Karakteristik Anak Sekolah Dasar (SD)**

a. Karakteristik anak sekolah dasar umur 6-12 tahun terbagi menjadi empat bagian: <sup>(26)</sup>

### **1. Fisik/Jasmani**

Pertumbuhan lambat dan teratur, anak wanita biasanya lebih tinggi dan lebih berat dibanding laki-laki dengan usia yang sama, anggota-anggota badan memanjang sampai akhir masa ini, peningkatan koordinasi besar dan otot-otot halus, pertumbuhan tulang, tulang sangat sensitif terhadap kecelakaan, pertumbuhan gigi tetap, gigi susu tanggal, nafsu makan besar, senang makan dan aktif, fungsi penglihatan normal.

### **2. Emosi**

Suka berteman, ingin sukses, ingin tahu, bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri, mudah cemas jika ada kemalangan di dalam keluarga, tidak terlalu ingin tahu terhadap lawan jenis.

### **3. Sosial**

Senang berada di dalam kelompok, berminat di dalam permainan yang bersaing, mulai menunjukkan sikap kepemimpinan, mulai menunjukkan penampilan diri, jujur, sering punya kelompok



teman-teman tertentu. Sangat erat dengan teman-teman sejenis, laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri.

#### 4. Intelektual

Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat minat besar dalam belajar dan keterampilan, ingin coba-coba dan tingkat ingin tahu tinggi.

#### b. Karakteristik anak sekolah dasar menurut Notoatmodjo (2012) : <sup>(27)</sup>

##### a) Karakteristik anak sekolah dasar kelas rendah:

1. Adanya kolerasi positif yang tinggi antara keadaan kesehatan pertumbuhan jasmani dengan prestasi sekolah.
2. Adanya kecenderungan memuji diri sendiri.
3. Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak lain.
4. Pada masa ini (terutama pada umur 6 – 8 tahun) tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang ada di dalam dunianya.

##### b) Karakteristik anak sekolah dasar kelas tinggi:

1. Realistik, mempunyai rasa ingin tahu dan ingin belajar.
2. Pada masa ini (terutama pada umur 9 – 12 tahun) anak-anak mulai berusaha menyelesaikan tugas dan keinginannya sendiri.
3. Anak-anak pada masa ini gemar membentuk kelompok sebaya, biasanya untuk dapat bermain bersama-sama.

## **E. Promosi Kesehatan**

### **1. Pengertian Promosi Kesehatan**

Promosi kesehatan adalah ilmu dan seni membantu masyarakat menjadikan gaya hidup mereka sehat optimal. Kesehatan yang optimal didefinisikan sebagai keseimbangan kesehatan fisik, emosi, sosial, spiritual, dan intelektual untuk mendukung keputusan hidup sehat. Perubahan gaya hidup sehat dapat difasilitasi melalui penggabungan menciptakan lingkungan yang mendukung, mengubah perilaku, dan meningkatkan kesadaran. <sup>(28)</sup>

### **2. Ruang Lingkup Promosi Kesehatan**

Ruang lingkup promosi kesehatan terdiri dari: <sup>(28)</sup>

a. Ruang lingkup promosi kesehatan:

1. Promosi kesehatan mencakup pendidikan kesehatan (*health education*) yang penekanannya pada perubahan atau perbaikan perilaku melalui peningkatan kesadaran, kemauan, dan kemampuan.
2. Promosi kesehatan mencakup pemasaran sosial (*social marketing*), yang penekanannya pada pengenalan produk atau jasa melalui kampanye.
3. Promosi kesehatan adalah upaya penyuluhan (upaya komunikasi dan informasi) yang penekanannya pada penyebaran informasi.
4. Promosi kesehatan merupakan upaya peningkatan (*promotif*) yang penekanannya pada upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.

5. Promosi kesehatan mencakup upaya advokasi di bidang kesehatan, yaitu upaya mempengaruhi lingkungan atau pihak lain agar mengembangkan kebijakan yang berwawasan kesehatan.
  6. Promosi kesehatan mencakup pengembangan (*community development*), pengorganisasian masyarakat (*community organization*), penggerak masyarakat (*social mobilization*) dan pemberdayaan masyarakat (*community empowerment*).
- b. Ruang lingkup promosi kesehatan berdasarkan aspek kesehatan secara umum meliputi:
1. Aspek *promotif* dengan sasaran kelompok orang sehat.
  2. Aspek *preventif* (pencegahan).
  3. Aspek *kuratif* (penyembuhan) dengan sasaran kelompok orang yang memiliki resiko tinggi terhadap penyakit dan kelompok yang sakit
  4. Aspek *rehabilitatif* (pemulihan).
- c. Ruang lingkup promosi kesehatan berdasarkan tatanan pelaksanaan yaitu:
1. Promosi kesehatan pada tatanan keluarga (rumah tangga).
  2. Pendidikan kesehatan pada tatanan sekolah.
  3. Pendidikan kesehatan di tempat kerja.
  4. Pendidikan kesehatan di tempat- tempat umum.
  5. Pendidikan kesehatan pada fasilitas pelayanan kesehatan.

### 3. Tujuan Promosi Kesehatan

Pada dasarnya tujuan utama promosi kesehatan untuk mencapai 3 hal, yaitu:<sup>(28)</sup>

- a. Peningkatan pengetahuan.
- b. Peningkatan perilaku masyarakat.
- c. Peningkatan status kesehatan masyarakat.

### F. Konsep Perilaku

Menurut Notoatmodjo perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.<sup>(29)</sup>

Menurut Lawrence Green bahwa perilaku terbentuk dari tiga faktor utama, yaitu (Notoatmodjo, 2014):<sup>(29)</sup>

1. Faktor-faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, dan sebagainya.
2. Faktor-faktor pemungkin (*enabling factors*) yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan.
3. Faktor-faktor pendorong atau penguat (*reinforcing factors*) yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

## **G. Advokasi**

### **1. Pengertian Advokasi**

Advokasi diartikan sebagai upaya pendekatan (*approaches*) terhadap orang lain yang dianggap mempunyai pengaruh terhadap keberhasilan suatu program atau kegiatan yang dilaksanakan. Oleh karena itu, yang menjadi sasaran atau target advokasi adalah para pemimpin suatu organisasi atau institusi kerja, baik di lingkungan pemerintah maupun swasta, serta organisasi kemasyarakatan. <sup>(29)</sup>

### **2. Strategi Advokasi Kesehatan**

Strategi advokasi kesehatan dapat direncanakan dengan Menyusun delapan tahapan berikut ini : <sup>(30)</sup>

#### **1. Analisis situasi**

Mengumpulkan data dan mengakses status terbaru dari permasalahan Kesehatan, kebijakan, pemangku kepentingan, jejaring yang potensial, dan faktor lain yang memungkinkan.

#### **2. Pilih isu prioritas, tujuan, dan sasaran**

Sesuai dengan hasil analisis situasi yang telah dilakukan sebelumnya, maka kemudian tentukan apa isu advokasi yang akan dipilih, tentukan tujuan advokasi tersebut dan siapa sasarannya.

#### **3. Pemetaan politik**

Secara aktif, petakan siapa saja kelompok yang akan memiliki kapasitas sebagai pengambil kebijakan atau yang mampu memengaruhi isu kesehatan tersebut.

#### 4. Merumuskan taktif dan pesan

Beberapa syarat yang perlu menjadi pertimbangan saat memilih taktik adalah :

- a. Kesesuaian
- b. Keefektifan
- c. Inklusivitas
- d. Kekuatan
- e. Fleksibilitas
- f. Kelayakan
- g. Sumber Daya
- h. Oposisi

#### 5. Menyampaikan pesan kepada kelompok sasaran

- a. Penelitian
- b. Perenungan
- c. Pertimbangan
- d. Sederhana

#### 6. Membuat rencana kerja dan anggaran

Rencana kerja ini berisi tentang peta jalan yang berisi aktivitas atau program yang dijalankan untuk menjawab tujuan awal yang sudah dirumuskan.

## 7. Meluncurkan rencana advokasi

Peluncuran rencana advokasi perlu memerhatikan momentum yang tepat, melakukan komunikasi dengan media, dan selalu responsive dengan perubahan yang terjadi.

## 8. Monitoring dan evaluasi

Monitoring yang dilakukan adalah dengan:

- a. Mengukur kemajuan atau pencapaian yang telah dihasilkan
- b. Mengukur secara sistematis apakah kampanye advokasi berjalan sesuai rencana
- c. Mencatat kegiatan mana yang berjalan dengan baik atau tidak, sehingga bisa diadaptasi
- d. Menghasilkan data tren untuk menilai kemajuan dari waktu ke waktu
- e. Melanjutkan upaya akuntabilitas kepada sekutu dan pendukung kampanye advokasi, yang dapat membantu memastikan dan meningkatkan kualitas pekerjaan advokasi.

Evaluasi yang dilakukan adalah dengan:

- a. Menilai hasil keseluruhan dan pelajaran yang dipetik
- b. Menilai kualitas dan dampak kegiatan
- c. Mengukur tingkat keberhasilan
- d. Mengevaluasi proses: Mengapa beberapa kegiatan berjalan dengan baik? Mengapa yang lain tidak berjalan dengan baik? Menilai bagaimana kamu bekerja

- e. Mengevaluasi dampak: Mengapa beberapa kegiatan berdampak pada seperti yang diinginkan? Mengapa orang lain tidak? Menilai apa yang berubah.

### 3. Arus Komunikasi Advokasi Kesehatan

Arus komunikasi advokasi kesehatan terdiri dari : <sup>(29)</sup>

- a. Jelas (*clear*) : pesan yang disampaikan kepada sasaran harus disusun sedemikian rupa sehingga jelas, baik isinya maupun bahasa yang digunakan.
- b. Benar (*correct*) : apa yang disampaikan (pesan) harus didasarkan kepada kebenaran. Pesan yang benar adalah pesan yang disertai fakta atau data empiris.
- c. Konkret (*concrete*) : apabila petugas kesehatan dalam advokasi mengajukan usulan program yang dimintakan dukungan dari para pejabat terkait, maka harus dirumuskan dalam bentuk yang konkret (bukan kira-kira) atau dalam bentuk operasional.
- d. Lengkap (*complete*) : timbulnya kesalahpahaman atau miskomunikasi adalah karena belum lengkapnya pesan yang disampaikan kepada orang lain.
- e. Ringkas (*consise*) : pesan komunikasi harus lengkap, tetapi padat, tidak bertele-tele.
- f. Meyakinkan (*convince*) : agar komunikasi advokasi kita diterima oleh para pejabat, maka harus meyakinkan agar komunikasi advokasi kita diterima.



- g. Kontekstual (contextual) artinya pesan atau program yang akan diadvokasi harus diletakkan atau dikaitkan dengan masalah pembangunan daerah bersangkutan. Pesan-pesan atau program-program kesehatan apapun harus dikaitkan dengan upaya-upaya peningkatan kesejahteraan masyarakat pemerintah setempat.
- h. Berani (courage) : seorang petugas kesehatan yang akan melakukan advokasi kepada para pejabat, harus mempunyai keberanian berargumentasi dan berdiskusi dengan para pejabat yang bersangkutan.
- i. Hati-hati (contious) : meskipun berani, tetapi harus hati-hati dan tidak boleh keluar dari etika berkomunikasi dengan para pejabat, hindari sikap “menggurui” oara pejabat yang bersangkutan.
- j. Sopan (courteous) : di samping hati-hati, advokat harus bersikap sopan, baik sopan dalam tutur kata maupun penampilan fisik, termasuk cara berpakaian.

#### **4. Tujuan Advokasi**

Tujuan advokasi terdiri dari terdiri dari : <sup>(31)</sup>

- a. Komitmen politik (*political commitment*)

Komitmen para pembuat keputusan atau alat penentu kebijakan di tingkat dan di sector mana pun terhadap permasalahan kesehatan tersebut. Pembangunan nasional tidak terlepas dari pengaruh kekuasaan politik yang sedang berjalan.

b. Dukungan kebijakan (*policy support*)

Dukungan konkret yang diberikan oleh para pemimpin institusi di semua tingkat dan di semua sector yang terkait dalam rangka mewujudkan pembangunan di sector kesehatan. Dukungan politik tidak akan berarti tanpa dilanjutkan dengan dikeluarkannya kebijakan konkret dari para pembuat keputusan tersebut.

c. Penerimaan sosial (*social acceptance*)

Penerimaan sosial, artinya diterimanya suatu program oleh masyarakat. Suatu program kesehatan apapun hendaknya memperoleh dukungan dari sasaran utama program tersebut, yakni masyarakat, terutama tokoh masyarakat.

d. Dukungan sistem (*system support*)

Adanya sistem atau organisasi kerja yang memasukkan unit pelayanan atau program kesehatan dalam suatu institusi atau sketor pembangunan adalah mengindikasikan adanya dukungan sistem.

## **5. Metode dan Teknik Advokasi**

Metode dan teknik advokasi terdiri dari : <sup>(31)</sup>

a. Lobi politik (*political lobbying*)

Lobi adalah bincang-bincang secara informal dengan para pejabat untuk menginformasikan dan membahas masalah dan program kesehatan yang dilaksanakan. Tahap pertama lobi ini adalah: menyampaikan keseriusan masalah kesehatan yang dihadapi di wilayah kerja puskesmas. Kemudian disampaikan alternatif terbaik untuk memecahkan masalah atau

menanggulangi masalah tersebut. Dalam lobi ini perlu dibawa atau ditunjukkan data yang akurat (*evidence based*) dengan menggunakan media tentang masalah kesehatan tersebut kepada pejabat yang bersangkutan.

b. Seminar/presentasi

Seminar/presentasi yang dihadiri oleh para pejabat lintas program dan sectoral. Petugas kesehatan menyajikan masalah kesehatan di wilayah kerjanya, lengkap dengan data dan ilustrasi yang menarik, serta rencana program pemecahannya. Kemudian dibahas bersama-sama, yang akhirnya diharapkan memperoleh komitmen dan dukungan terhadap program yang akan dilaksanakan tersebut.

c. Media

Advokasi media (*media advocacy*) adalah melakukan kegiatan advokasi dengan mengumpulkan media, khususnya media massa.

d. Pekumpulan (*asosiasi*) peminat

Asosiasi atau perkumpulan orang-orang yang mempunyai minat atau *interes* terhadap permasalahan tertentu atau perkumpulan profesi, juga merupakan bentuk advokasi.

## 6. Argumentasi Untuk Advokasi

Argumentasi untuk advokasi terdiri dari : <sup>(29)</sup>

a. Kredibilitas (*Creadible*)

Kredibilitas (*creadible*) adalah suatu sifat pada seseorang atau institusi yang menyebabkan orang atau pihak lain mempercayainya atau

meyakininya. Orang yang akan melakukan advokasi (petugas kesehatan) harus *credible*. Seseorang itu *credible* apabila mempunyai 3 sifat, yakni:

- a) *Capability* (kapabilitas), yakni mempunyai kemampuan tentang bidangnya.
- b) *Autority* (otoritas), yakni adanya otoritas atau wewenang yang dimiliki seseorang berdasarkan aturan organisasi yang bersangkutan.
- c) *Integrity* (integritas), adalah komitmen seseorang terhadap jabatan atau tanggungjawab yang diberikan kepadanya.

b. Layak (*Feasible*)

Artinya program yang diajukan tersebut baik secara teknik, politik, maupun ekonomi dimungkinkan atau layak. Secara teknik layak (*feasible*) artinya program tersebut dapat dilaksanakan. Artinya dari segi petugas yang akan melaksanakan program tersebut, mempunyai kemampuan yang baik atau cukup.

c. Relevan (*Relevant*)

Artinya program yang diajukan tersebut tidak mencakup 2 kriteria, yakni: memenuhi kebutuhan masyarakat dan benar-benar memecahkan masalah yang dirasakan masyarakat.

d. Penting dan Mendesak (*Urgent*)

Artinya program yang diajukan harus mempunyai urgensi yang tinggi: harus segera dilaksanakan dan kalau tidak segera dilaksanakan akan menimbulkan masalah.

## 7. Unsur Dasar Advokasi

Unsur dasar advokasi terdiri dari : <sup>(29)</sup>

- a. Penetapan tujuan advokasi.
- b. Pemanfaatan data riset untuk advokasi.
- c. Identifikasi khalayak sasaran advokasi.
- d. Pengembangan dan penyampaian pesan advokasi.
- e. Membangun koalisi.
- f. Membuat presentasi yang persuasif.
- g. Penggalangan dana untuk advokasi.
- h. Evaluasi upaya advokasi.

## 8. Langkah-langkah Advokasi

Langkah-langkah advokasi terdiri dari : <sup>(29)</sup>

- a. Tahap persiapan

Persiapan advokasi yang paling penting adalah menyusun bahan (materi) atau instrument advokasi.

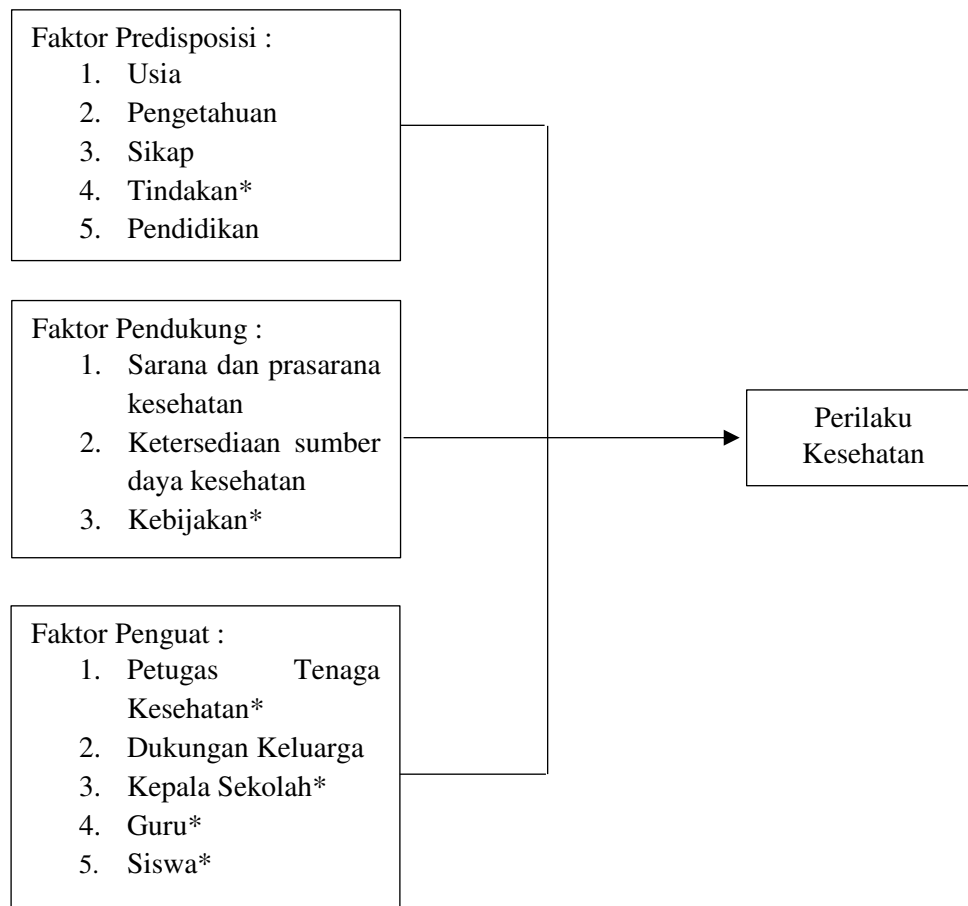
- b. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan advokasi sangat tergantung dari metode atau cara advokasi. Cara advokasi yang sering digunakan adalah lobi dan seminar atau presentasi.

- c. Tahap penilaian

Indikator-indikator tahap penilaian misalnya dikeluarkannya Undang-undang, Peraturan Pemerintah, Peraturan Pemerintah Daerah (Perda), Keputusan Menteri, Surat Keputusan Gubernur/Bupati, Nota Kesepahaman (MOU), dan sebagainya.

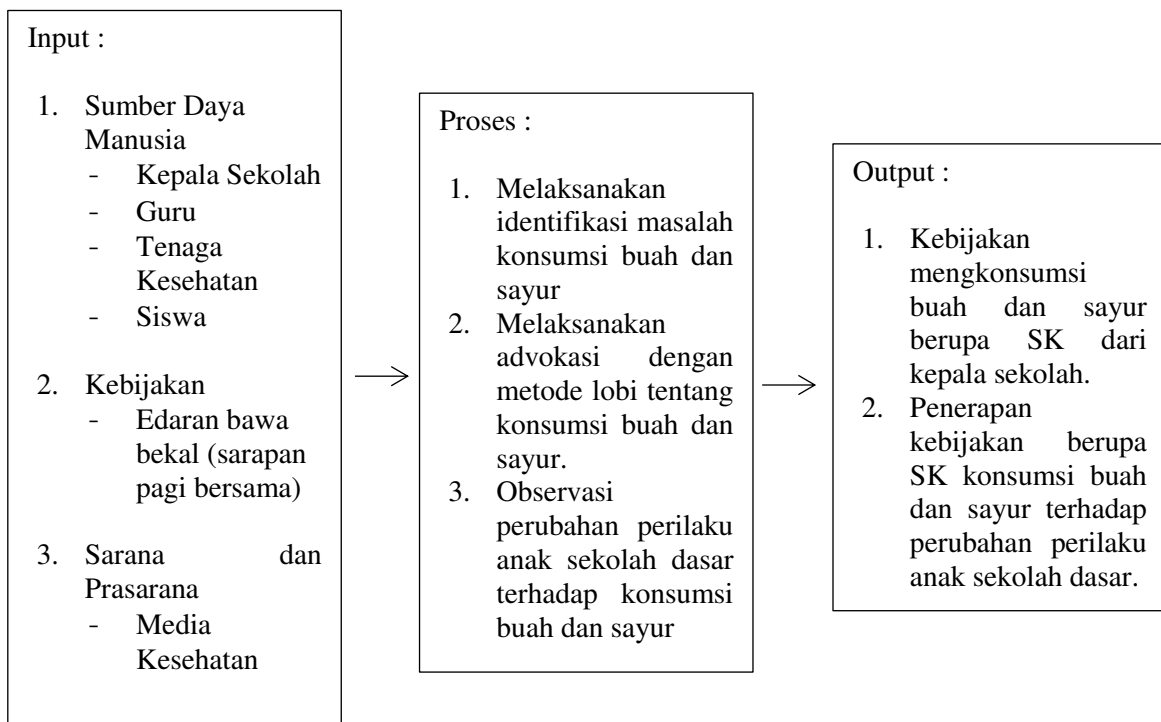
## H. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: Teori Lawrence Green, 1980 dalam buku Notoatmodjo, 2014

## I. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

## J. Definisi Istilah

Tabel 3. Definisi Istilah

No	Istilah	Definisi
1.	Strategi	Usaha yang dilakukan untuk mencapai sebuah kebijakan terkait konsumsi buah dan sayur
2.	Advokasi	Upaya yang dilakukan untuk mengubah perilaku dengan metode lobi yang menghasilkan suatu kebijakan konsumsi buah dan sayur.
3.	Kepala Sekolah	Pembuat kebijakan konsumsi buah dan sayur.
4.	Guru	Seorang yang memberikan informasi terkait konsumsi buah dan sayur di sekolah.
5.	Tenaga Kesehatan	Seseorang yang memberikan informasi terkait konsumsi buah dan sayur di wilayah kerja Puskesmas Kampung Teleng.
6.	Siswa Sekolah Dasar	Seseorang yang menjadi informan kunci dalam penyusunan proposal.
7.	Perilaku Anak Sekolah Dasar	Tanggapan atau reaksi anak sekolah dasar setelah dikeluarkannya kebijakan konsumsi buah dan sayur.
8.	Konsumsi buah dan sayur	Kegiatan yang dilakukan di sekolah dengan membawa sayur dan buah yang akan dimakan oleh anak sekolah dasar.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus karena pendekatan penelitian yang memperhatikan suatu dengan rinci, menggali informasi dan analisa secara mendalam. Dalam penelitian ini studi kasus digunakan untuk mendapatkan informasi lebih mendalam terhadap perilaku anak sekolah dasar mengenai konsumsi buah dan sayur. Sehingga didapatkan informasi yang tepat untuk kebutuhan kebijakan yang nantinya akan dikeluarkan.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2022 sampai bulan Mei 2023 terhitung dari rencana penelitian, pelaksanaan penelitian sampai pembuatan laporan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 03 Aur Tajungkang yang berlokasi di Jl. Imam Bonjol, Aur Mulio, Kecamatan Lembah Segar, Kota Sawahlunto, Sumatera Barat.

#### **C. Informan Penelitian**

Informan dalam penelitian kualitatif ini menggunakan kriteria tertentu (*pusposive sampling*). *Purposive sampling* merupakan pemilihan sampel berdasarkan kriteria dan karakter tertentu dalam mencapai tujuan penelitian, informan yang dipilih berdasarkan pertimbangan yang telah ditentukan, dimana informan sesuai dengan karakteristik dan pertimbangan tertentu yang dianggap akan mewakili populasi berdasarkan kriteria.

Informan dalam penelitian mengenai perilaku anak sekolah dasar dengan pertimbangan sesuai dengan informasi yang akan didapatkan, yaitu informan utama yaitu 4 orang siswa-siswi sedangkan informan kunci yaitu kepala sekolah, 2 orang guru dan petugas kesehatan Puskesmas Kampung Teleng.

#### **D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

##### 1. Jenis Data

###### a. Data Primer

Data primer diperoleh secara langsung berdasarkan hasil dari wawancara mendalam (*indepth interview*) yaitu keterangan dan informasi didapat secara lisan dari informasi melalui wawancara mendalam dan observasi tentang perilaku anak sekolah dasar terhadap konsumsi buah dan sayur. Peneliti melakukan wawancara mendalam dengan kepala sekolah, guru, siswa dan tenaga kesehatan Puskesmas Kampung Teleng.

###### b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari data jumlah siswa kelas satu SDN 03 Aur Tajungkang, sarana dan prasarana SDN 03 Aur Tajungkang, geografis SDN 03 Aur Tajungkang yang bersumber dari profil sekolah, dan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data kualitatif yang digunakan oleh penelitian diantaranya:

### a. Wawancara Mendalam (*Indept Interview*)

Data diambil oleh peneliti dengan cara tatap muka secara langsung dengan informan. Proses memperoleh informasi dari informan dengan wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara yang berisi daftar pertanyaan terkait konsumsi buah dan sayur. Selain itu dilengkapi dengan alat perekam agar tidak ada informasi dari informan yang terlewatkan.

### b. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang dilakukan peneliti untuk menganalisis dan melakukan pencatatan secara sistematis mengenai tindakan yang dilakukan oleh siswa-siswi SDN 03 Aur Tajungkang. Observasi dilakukan peneliti pada saat melakukan evaluasi setelah adanya kebijakan di sekolah terkait konsumsi buah dan sayur.

## E. Instrumen Penelitian

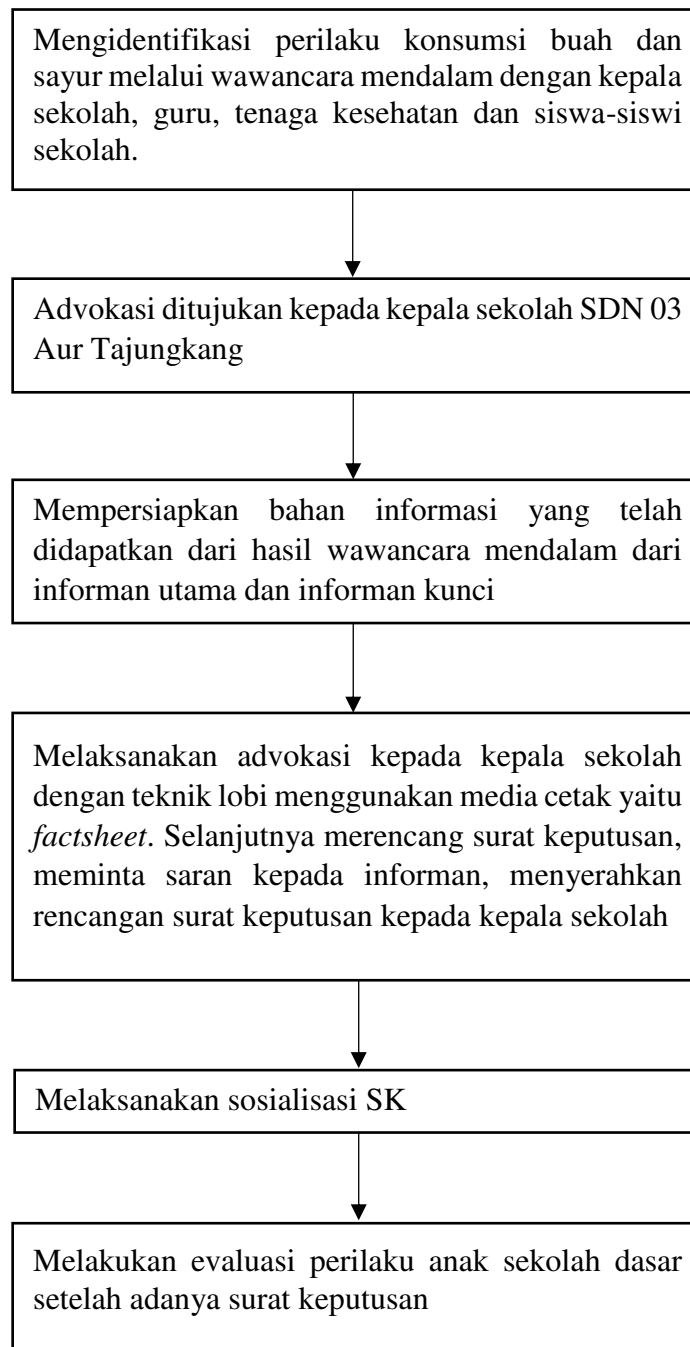
Instrument utama dalam penelitian kualitatif adalah peneliti itu sendiri yang secara langsung mengumpulkan informasi melalui wawancara mendalam dan dilengkapi dengan instrument berupa pedoman wawancara, alat perekam, kamera untuk mendokumentasikan kegiatan penelitian, catatan lapangan digunakan untuk mencatat hasil wawancara mendalam dengan sumber data informan, dan lembar persetujuan (*informed consent*).

## **F. Prosedur Penelitian**

Prosedur yang dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
  - a. Melakukan pengumpulan data awal yang didapatkan dari data sekunder yaitu data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, data Dinas Kesehatan Kota Sawahlunto tahun 2021 dan data Puskesmas Kampung Teleng tahun 2021.
  - b. Melakukan studi pendahuluan untuk kebutuhan penulisan proposal.
  - c. Menulis proposal disertai dengan rancangan pedoman wawancara
  - d. Melaksanakan seminar proposal
  - e. Mengurus surat perizinan penelitian ke Sekretariat Jurusan Sarjana Terapan Promsoi Kesehatan Potekkes Kemenkes Padang
  - f. Mengurus surat izin ke DPMPTSP Kota Sawahlunto
  - g. Memberikan surat perizinan penelitian ke SDN 03 Aur Tajungkang dan Puskesmas Kampung Teleng
2. Tahap Kegiatan Pelaksanaan
  - a. Mengidentifikasi masalah perilaku konsumsi buah dan sayur di sekolah melalui wawancara mendalam dengan informan kunci yaitu guru SDN 03 Aur Tajungkang dan tenaga kesehatan Puskesmas Kampung Teleng, dan siswa-siswi SDN 03 Aur Tajungkang.
  - b. Mengidentifikasi sasaran advokasi melalui wawancara mendalam dengan informan kunci kepala sekolah SDN 03 Aur Tajungkang.

- c. Mempersiapkan bahan informasi atau kebutuhan advokasi yang telah didapatkan dari hasil wawancara mendalam informan utama dan informan kunci.
- d. Melaksanakan advokasi kepada kepala sekolah dengan teknik lobi menggunakan media cetak yaitu *factsheet* yang berisikan data-data. Setelah kepala sekolah mendukung dan menyetujui program kesehatan yang diajukan, selanjutnya peneliti merancang surat keputusan dan meminta saran kepada informan, setelah disetujui oleh informan dilanjutkan dengan menyerahkan rancangan surat keputusan kepala sekolah untuk dibuat dan disahkan yang mana terdapat nomor surat, tanda tangan dan stemple, kemudian terbentuknya surat keputusan kepala sekolah.
- e. Melaksanakan sosialisasi SK oleh kepala sekolah dengan mengumpulkan siswa dan guru.
- f. Melakukan evaluasi perilaku anak sekolah dasar setelah adanya SK terkait konsumsi buah dan sayur dengan menggunakan lembar observasi



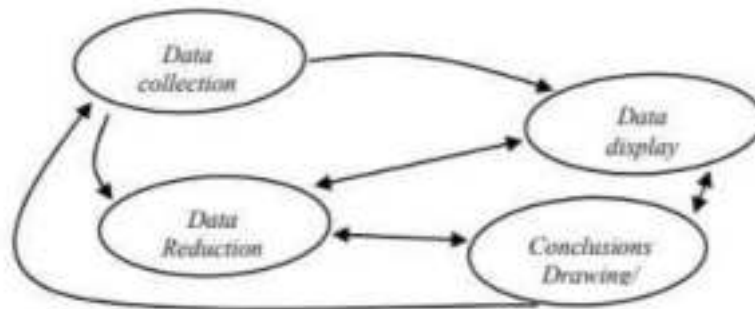
Gambar 3. Alur Tahap Pelaksanaan Penelitian

### 3. Tahap Analisis Data

Pengolahan dan analisis data penelitian dilakukan semenjak peneliti masih mengumpulkan data dari informan dengan melakukan wawancara mendalam dan observasi. Hasil wawancara mendalam yang telah dikumpulkan di tuangkan dalam bentuk transkrip wawancara yang harus dianalisis. Melalui kegiatan ini maka akan diketahui data yang didapatkan sesuai dengan tujuan penelitian. Setelah pengolahan data, selanjutnya dilakukan pengelompokan data berdasarkan point informasi yang didapatkan. Pembahasan hasil penelitian secara kritis dengan teori yang relevan, informasi akurat yang diperoleh dari informan dan argumentasi penelitian.

#### **G. Pengolahan dan Analisis**

Model analisis data kualitatif yang digunakan adalah analisis interaktif dari Miles & Huberman (1984:23). Dalam model ini, analisis data sudah dilakukan saat proses pengumpulan data berlangsung di lapangan. Analisis data dimulai dengan proses pengumpulan data yang dilakukan secara terus menerus hingga peneliti dapat menarik kesimpulan akhir. Apabila simpulan penelitian masih dirasa meragukan, peneliti mengulang kembali langkah dari awal yaitu memulai kembali proses pengumpulan data.



Gambar 4. Siklus Pengolahan Analisis Data Kualitatif

Analisis model ini memiliki 3 komponen yaitu:

a. Reduksi data (*data reduction*)

Reduksi data merupakan langkah dalam melakukan proses pemilihan atau seleksi, penyederhanaan dari semua jenis informasi yang mendukung data penelitian yang diperoleh yang bertujuan untuk menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, memperjelas, dan membuang hal-hal yang tidak penting. Data tersebut dibuat dalam bentuk transkrip dan intisari.

b. Penyajian data (*data display*)

Setelah membuat transkrip dari wawancara tersebut, selanjutnya dilakukan penyajian data dengan menarik kesimpulan dan disajikan dalam bentuk matriks yang menggunakan bahasa yang logis dan sistematis sehingga mudah dipahami agar data tersebut dapat menjawab permasalahan yang terjadi.

c. Penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*)

Setelah semua data diperoleh selanjutnya menarik kesimpulan dari data tersebut sebagai hasil penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian.



## **H. Pengecekan Keabsahan Data**

Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Teknik triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber dan metode. Triangulasi sumber merupakan triangulasi yang dilakukan untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Triangulasi sumber ini menggali informasi dari penelitian yang berbeda, kemudian mengidentifikasi hasil jawaban wawancara mendalam yang dilakukan terhadap beberapa informan. Kemudian triangulasi metode yaitu menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data dengan observasi.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 03 Aur Tajungkang, Kecamatan Lembah Segar, Kota Sawahlunto, Sumatera Barat. Dalam menjalankan kegiatannya, SDN 03 Aur Tajungkang berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. SDN 03 Aur Tajungkang beralamat di Jalan Imam Bonjol, Kelurahan Aur Mulyo, Kecamatan Lembah Segar, Kota Swahlunto, Sumatera Barat dengan kode pos 27418. Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang memiliki akreditasi A.

SDN 03 Aur Tajungkang memiliki 10 orang tenaga pengajar, 1 orang pegawai pustaka, 1 orang tata usaha, dan 1 orang penjaga sekolah. SDN 03 Aur Tajungkang memiliki 6 kelas dengan total 179 siswa dengan kelas 1 sebanyak 28 orang, kelas 2 sebanyak 25 orang, kelas 3 sebanyak 30 orang, kelas 4 sebanyak 27 orang, kelas 5 sebanyak 34 orang, dan kelas 6 sebanyak 35 orang.

SDN 03 Aur Tajungkang berada di wilayah kerja Puskesmas Kampung Teleng dan sudah memiliki UKS dengan kondisi yang memadai, serta organisasi di bidang kesehatan yang aktif seperti dokter kecil, dan Polisi Lingkungan Sekolah (PLS), serta kebijakan hidup sehat berupa program sarapan pagi. Media kesehatan juga terdapat di dinding sekolah, seperti media Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), protokol kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

## B. Karakteristik Informan

Pengambilan data primer dalam penelitian ini dilakukan dengan wawancara mendalam (*indepth interview*) dengan jumlah informan sebanyak 8 orang yang terdiri dari 4 orang informan utama dan 4 orang informan kunci dengan IU adalah Informan Utama dan IK adalah Informan Kunci

Tabel 4. Karakteristik Informan Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto

No.	Kode Informan	Nama	Umur (tahun)	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan
1.	0101	IU 1	11	L	TK	Siswa SD
2.	0102	IU 2	10	P	TK	Siswa SD
3.	0103	IU 3	9	L	TK	Siswa SD
4.	0104	IU 4	9	L	TK	Siswa SD
5.	0105	IK 1	52	P	S1	Kepala Sekolah
6.	0106	IK 2	40	P	S1	Guru
7.	0107	IK 3	27	P	S1	Guru
8.	0108	IK 4	30	P	S1	Tenaga Kesehatan Gizi

## C. Hasil Wawancara dan Observasi

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada informan utama dan informan kunci didapatkan perilaku anak sekolah dasar terkait konsumsi buah dan sayur

### 1. Identifikasi perilaku konsumsi sayur dan buah di sekolah

Perilaku konsumsi sayur dan buah di sekolah dapat dilihat dari bagaimana tanggapan atau reaksi anak sekolah dalam mengkonsumsi buah dan sayur di sekolah dengan wawancara mendalam dan observasi yang

dilakukan untuk mengetahui bagaimana perilaku anak sekolah dalam pencegahan obesitas

**a. Makanan yang dikonsumsi sehari-hari**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan utama 1 mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh informan kadang-kadang ada sayur dan buah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... ada buah, kadang-kadang ada sayuran, ayam, telur, tempe sering...” (IU1)*

Hal ini berbeda dengan yang disampaikan oleh informan utama 2 mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari ada buah dan sayur. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... sayuran, buah, ikan ...” (IU2)*

Hal yang sama dengan informan utama 1 disampaikan oleh 1 orang informan utama yang mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari kadang-kadang ada buah dan sayur. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kadang-kadang makan buah dan sayur ...” (IU3)*

Hal ini juga berbeda dengan yang disampaikan oleh 1 orang informan utama mengatakan bahwa makanan yang dikonsumsi sehari-hari sudah ada sayur, tetapi tidak ada buah dikarenakan tidak suka. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... tidak suka buah, suka sayur ...” (IU4)*

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 3 mengatakan bahwa anak-anak suka dengan buah dan sayur, tetapi masih belum terlihat perilaku konsumsi buah dan sayur di sekolah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“...kalau ditanya, mungkin anak-anak suka buah dan sayur, tapi kalau dilihat jarang anak yang makan buah dan sayur di sekolah. Apalagi orang tua yang kerja pagi, tidak sempat membawakan bekal yang ada sayur dan buahnya ...” (IK3)*

Berdasarkan informasi dari informan utama 1, 2, 3, 4 dan informan kunci 3, dapat diketahui bahwasannya sebagian besar anak-anak belum mengkonsumsi buah dan sayur dan perilaku konsumsi tersebut belum terlihat di sekolah.

Berdasarkan observasi yang diamati oleh peneliti, perilaku anak sekolah dasar belum menggambarkan perilaku konsumsi buah dan sayur di sekolah.

### **1) Membawa bekal untuk ke sekolah**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan utama 1 mengatakan bahwa informan jarang membawa bekal ke sekolah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kadang juga pernah, tapi kebanyakan tidak, lauk sama sayur ...” (IU1)*

Hal yang sama dikatakan oleh informan utama 2 mengatakan bahwa informan jarang membawa bekal ke sekolah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kadang-kadang ada, sayuran ada, lauk, kentang sama tempe ...” (IU2)*

Hal yang sama juga dikatakan oleh informan utama 3 mengatakan bahwa informan jarang membawa bekal ke sekolah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kadang-kadang, kadang-kadang ada ayam, ada telur, ada sayur ...”* (IU3)

Hal yang berbeda dikatakan oleh informan utama 4 mengatakan bahwa informan sering membawa bekal ke sekolah. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... pernah, tidak tau, banyak ...”* (IU4)

Berdasarkan informasi dari informan utama 1, 2, 3, 4 dapat diketahui bahwasannya sebagian besar anak-anak tidak membawa bekal ke sekolah.

Lalu setelah diamati oleh peneliti, memang terlihat perilaku anak sekolah tidak membawa bekal ke sekolah.

## **2) Program konsumsi buah dan sayur di sekolah**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 1 mengatakan bahwa program sarapan pagi sudah ada disekolah, tetapi program konsumsi buah dan sayur belum ada. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kami udah ada program membiasakan anak sarapan pagi, tapi baru program, belum intenslah tapi ini memang menjadi strategi untuk ibu bagaimana membiasakan anak kita untuk makan sayur dan buah karena itu memang sulit sekali, kalau dilihat kemaren ni kita kan coba sekali sarapan pagi bersama, itu menunya luar biasa ke, bayangkan ajalah anak itu 50% menunya mie goreng atau mie, lalu lauknya nugget dan sosis,*

*paling banter itu mata sapi, sayurinya dimana, buahnya dimana gitu pola makan ...” (IK1)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci dapat diketahui bahwasannya program sarapan pagi sudah ada di sekolah, tetapi program sayur dan buah belum ada di sekolah

## **b. Informasi**

Perilaku konsumsi buah dan sayur dapat dilakukan dari berbagai macam informasi yang didapat. Informasi yang didapat berupa edukasi kesehatan.

### **1) Edukasi di sekolah**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 2 mengatakan bahwa edukasi mengenai konsumsi buah dan sayur dilakukan pada program UKS. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“...materi pembelajaran secara khusus tidak ada, tapi program UKS ada mengenai buah dan sayur ...” (IK2)*

Hal yang sama juga dikatakan oleh informan kunci 3 mengatakan bahwa edukasi konsumsi buah dan sayur dilakukan pada program UKS yang dilaksanakan satu kali dalam dua minggu. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... setiap hari Kamis di SD 03 ada program UKS dilaksanakan satu kali dalam dua minggu ...” (IK3)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci dapat diketahui bahwasannya edukasi konsumsi sayur dan buah di sekolah secara

khusus tidak ada. Tetapi program UKS melakukan edukasi kesehatan yang dilaksanakan satu kali dalam dua minggu.

### **c. Pembinaan dan Kerjasama Lintas Sektor**

Pembinaan dan kerjasama lintas sektor adalah kegiatan yang dilaksanakan oleh penanggung jawan program dalam memberikan bimbingan dan penyuluh kesehatan dengan adanya kerjasama dari lintas sektor yaitu pihak sekolah dengan lintas program yaitu petugas kesehatan.

#### **1) Pembinaan**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 1 mengatakan bahwa pembinaan konsumsi buah dan sayur dari petugas kesehatan belum ada. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... puskesmas punya kunjungan rutin dan kalau untuk khusus makan buah dan sayur ini belum ada, baru tahap pemeriksaan kesehatan, yang khusus untuk pola makan belum ...” (IK1)*

Hal berbeda dikatakan oleh informan kunci 4 mengatakan bahwa pembinaan konsumsi buah dan sayur dilakukan setiap minggu. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kalau disekolah tu ada jadwalnya tiap minggu gitu, tapi mungkin ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakan, mungkin sudah tidak melaksanakan lagi atau baru merencanakan ...” (IK4)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci 1 dan informan kunci 4 dapat diketahui bahwasannya pembinaan dari petugas kesehatan dilakukan setiap minggu ke sekolah untuk pemeriksaan rutin cek



kesehatan seperti skrining, tetapi untuk sekolah di SDN 03 Aur Tajungkang ini masih belum ditemukan penerapannya.

## 2) Kerjasama dengan lintas sektor

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 4 mengatakan bahwa kerjasama lintas sektor sudah dilakukan disetiap sekolah dan memiliki MOU. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kegiatan puskesmas sama sekolah itu kan ada kegiatan di UKS, jadi kami ada MOU UKS namanya, jadi apapun segala jenis bentuk pelayanan kesehatan yang kita laksanakan di sekolah udah disetujui sama sekolah karena kita udah punya MOU ...” (IK4)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci 4 dapat diketahui bahwasannya setiap sekolah memang sudah ada program makan buah dan sayur, tetapi ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakannya dan kerja sama lintas sektor antara sekolah dengan puskesmas sudah memiliki MOU.

## d. Kebijakan konsumsi buah dan sayur

### 1) Kebijakan mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 1 mengatakan bahwa kebijakan mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah belum ada surat keputusannya. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... kebijakan kita baru tahap memulai, belum ada berbentuk SK ...” (IK1)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci 1 dapat diketahui bahwasannya kebijakan terkait konsumsi buah dan sayur baru tahap memulai, belum ada surat keputusannya.

## **2) Advokasi (kebijakan) dilakukan untuk terwujudnya konsumsi buah dan sayur di sekolah**

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci 4 mengatakan bahwa suatu kebijakan sangat bagus jika dilakukan. Berikut salah satu kutipan wawancara dengan informan:

*“... dibikin kebijakan itu bagus, kebijakannya kalau bisa tidak hanya kebijakan dari kepala sekolah aja, mungkin kalau sekolah ni kan kegiatannya lebih ke UKS, dari yang lebih tinggi mungkin kebijakan itu ...” (IK4)*

Berdasarkan informasi dari informan kunci 1 dapat diketahui bahwasannya kebijakan itu lebih bagus apabila dibuat oleh pejabat yang lebih tinggi.

## **2. Advokasi Kebijakan yang dilakukan**

Advokasi dilaksanakan pada :

Hari/tanggal : Selasa/ 2 Mei 2023

Waktu : 8.30 WIB – 9.30

Tempat : Ruang kepala sekolah SD 03 Aur Tajungkang

Tujuan : Agar kepala sekolah memberi dukungan kebijakan terkait siswa membawa sayur dan buah ke sekolah

Sasaran : Kepala sekolah SDN 03 Aur Tajungkang

Metode : Lobi

Media : Factsheet

Kebijakan yang disetujui oleh kepala sekolah agar terwujudnya konsumsi buah dan sayur yaitu :

- a. Anak sekolah membawa bekal dari rumah berisikan buah dan sayur ke sekolah setiap hari senin
- b. Anak sekolah melakukan sarapan pagi bersama dengan bekal berisikan sayur dan buah sebelum upacara bendera di sekolah yang dilaksanakan setiap hari senin.

### **3. Perilaku anak sekolah setelah adanya kebijakan mengenai konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang**

Berdasarkan hasil kebijakan yang telah diterbitkan oleh kepala sekolah dan observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah, perilaku anak sekolah sudah menggambarkan perubahan perilaku hidup sehat dalam mengkonsumsi buah dan sayur, seperti anak sekolah dasar membawa bekal berisikan sayur dan buah.

## **D. Pembahasan**

### **1. Identifikasi perilaku konsumsi sayur dan buah di sekolah**

#### **a. Makanan yang dikonsumsi sehari-hari**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan makanan yang dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah dasar belum mengkonsumsi buah dan sayur sehari-harinya. Selain itu, konsumsi buah dan sayur tersebut juga belum terlihat penerapannya di sekolah,

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Azhari MA dan Fayasari A (2020), yang mana pada penelitian ini didapatkan bahwa

sebagian besar sasaran mengaku jarang mengkonsumsi sayur dan sebagian kecil sasaran mengaku jarang mengkonsumsi buah. <sup>(32)</sup>

Menurut asumsi penelitian anak sekolah jarang mengkonsumsi sayur dan buah. Jika konsumsi tersebut dilakukan oleh anak sekolah, maka konsumsi sayur dan buah hanya dilakukan di rumah saja, sehingga perilaku konsumsi buah dan sayur tidak terlihat di sekolah. Pengamatan yang dilakukan juga didapatkan bahwa makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah dasar seperti mie, nugget dan sosis.

#### **1) Bekal untuk di sekolah**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan anak-anak sekolah dasar tidak membawa bekal ke sekolah.

Hasil penelitian dan pengamatan yang dilakukan peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sunaryo M (2018) menunjukkan bahwa pola makan siswa SD secara umum tidak melakukan makan pagi, tidak membawa bekal makanan ke sekolah dan sering jajan di sekolah. <sup>(33)</sup>

Menurut asumsi penelitian salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kebiasaan jajan pada anak adalah dengan membiasakan anak membawa bekal.

Perubahan perilaku siswa membawa bekal dari rumah dengan konsep gizi seimbang akan tercipta dengan adanya kerja sama dari berbagai pihak bukan hanya abimas, namun juga dari pihak sekolah serta orang tua siswa. <sup>(34)</sup>

Perlunya dilakukan kemitraan antara guru dengan orang dan edukasi kepada orang tua anak sekolah agar orang tua dapat menyediakan bekal untuk anak-anaknya. Bekal tersebut dapat dibuat sendiri oleh orang tua atau anak sekolah membawa bekal yang dipilih orang tua sehingga makanan yang dikonsumsi lebih terjamin keamanannya dibanding anak jajan langsung di sekolah. Bekal yang dibawa dapat diisi sesuai menu gizi seimbang atau isi piringku yang mana bekal tersebut tidak hanya berisikan karbohidrat saja, tetapi juga berisikan sayur dan buah.

## **2) Program konsumsi buah dan sayur di sekolah**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan program sarapan pagi sudah ada di sekolah, tetapi program sayur dan buah belum ada di sekolah.

Menurut asumsi penelitian program konsumsi buah dan sayur di sekolah sangat diperlukan untuk membiasakan anak mengkonsumsi sayur dan buah sehari-harinya. Program konsumsi buah dan sayur ini juga membantu anak sekolah untuk membudayakan hidup sehat agar mampu mengubah perilaku tidak sehat.

Salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang yaitu mengkonsumsi buah dan sayur. Pemerintah Indonesia melakukan upaya melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. <sup>(9)</sup>

Selain itu Dinas Kesehatan Kota Sawahlunto sudah mengadakan program konsumsi buah dan sayur di setiap sekolah. Tetapi di SDN 03 Aur Tajungkang belum ada program konsumsi buah dan sayur.

Pada penelitian ini diperlukannya kombinasi antara sarapan pagi dengan sayur dan buah sesuai dengan pesan gizi seimbang atau isi piringku.

#### **b. Informasi**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan edukasi konsumsi sayur dan buah di sekolah secara khusus tidak ada, tetapi program UKS konsumsi sayur dan buah sudah ada.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuni H, dkk (2020) menunjukkan bahwa materi tentang makan buah dan sayur serta praktik makan buah dan sayur dilakukan dalam program UKS. <sup>(35)</sup>

Menurut asumsi penelitian materi terkait konsumsi buah dan sayur sebaiknya dipelajari oleh anak sekolah dasar yang mana anak sekolah ini berada pada tahap perkembangan baik secara kognitif, fisik, moral maupun sosio-emosional, sehingga jika mengkonsumsi buah dan sayur anak sekolah dasar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

#### **c. Pembinaan dan Kerjasama Lintas Sektor**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan adanya pembinaan dari petugas kesehatan dilakukan setiap minggu ke sekolah untuk

pemeriksaan rutin, tetapi untuk sekolah di SDN 03 Aur Tajungkang ini masih belum ditemukan penerapannya dan setiap sekolah memang sudah ada program makan buah dan sayur, dan kerja sama lintas sektor antara sekolah dengan puskesmas sudah memiliki MOU yang mana fungsi dari MOU ini adalah adanya suatu kesepakatan atau perjanjian antara puskesmas dengan pihak sekolah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ronitawati P, dkk (2020) yang mana kegiatan ini juga melibatkan puskesmas dikarenakan membawa bekal merupakan bagian dari program puskesmas. Edukasi gizi seimbang bukan hanya mengenai pentingnya gizi seimbang terutama untuk anak sekolah, didalamnya juga membahas mengenai pola hidup bersih dan sehat serta aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari. <sup>(34)</sup>

Berdasarkan asumsi peneliti, adanya pembinaan dan kerjasama lintas sektor yang diberikan oleh petugas kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan perubahan perubahan anak sekolah ke arah yang lebih baik.

Dibutuhkan juga peran guru yang melakukan pemantauan untuk terwujudnya perilaku konsumsi buah dan sayur di sekolah, sehingga anak sekolah dapat berubah kearah yang lebih baik.

#### **d. Kebijakan konsumsi buah dan sayur**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kebijakan terkait konsumsi buah dan sayur baru tahap memulai, tidak ada kebijakan

tertulis untuk terwujudnya perilaku konsumsi buah dan sayur. Pendapat informan setuju dengan adanya kebijakan sekolah untuk terwujudnya perilaku konsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan asumsi penelitian, advokasi atau suatu proses yang terencana dan inovasi untuk mendapatkan komitmen dan dukungan dari pihak-pihak terkait yaitu adanya partisipasi dari kepala sekolah untuk membuat kebijakan konsumsi buah dan sayur di sekolah. Dengan kebijakan ini membuat perilaku anak sekolah berubah dan dilakukan pemantauan oleh kepala sekolah dan guru terhadap pelaksanaan kebijakan yang telah disetujui oleh kepala sekolah.

## **2. Advokasi (kebijakan) yang dihasilkan**

Melakukan kerjasama dengan kepala sekolah untuk terwujudnya perilaku konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang, salah satu program yang akan dijalankan yaitu dengan membuat kebijakan bersama kepala sekolah yang ditujukan kepada perilaku anak sekolah dasar.

Advokasi (kebijakan) merupakan upaya atau suatu proses yang terencana dan inovasi untuk mendapatkan komitmen dan dukungan dari pihak-pihak terkait (*stakeholders*). Dimana metode advokasi yang digunakan yaitu lobi.

Perlunya persetujuan dari kepala sekolah dalam membuat advokasi (kebijakan) agar terwujudnya kantin sehat di SDN 03 Aur Tajungkang. Kebijakan yang telah disepakati oleh kepala sekolah yaitu :



- a. Anak sekolah membawa bekal dari rumah berisikan buah dan sayur ke sekolah setiap hari senin.
- b. Anak sekolah melakukan sarapan pagi bersama dengan bekal berisikan sayur dan buah sebelum upacara bendera di sekolah yang dilaksanakan setiap hari senin.

Dengan ini kepala sekolah dan guru juga ikut terlibat dalam pemantauan dan pengawasan terhadap penerapan kebijakan yang sudah disetujui oleh kepala sekolah.

### **3. Perilaku anak sekolah setelah adanya kebijakan mengenai konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang**

Penerapan setelah dikeluarkannya kebijakan konsumsi buah dan sayur di SDN 03 Aur Tajungkang sudah mulai berjalan. Perilaku anak sekolah sudah mengalami perubahan setelah adanya kebijakan konsumsi sayur dan buah. Anak sekolah sudah mulai membawa bekal berisikan sayur dan buah ke sekolah.

Evaluasi dilakukan selama 3 kali dengan durasi interval 1 kali dalam seminggu yang mana ditemukan bahwa anak sekolah sudah menerapkan kebijakan yang telah dibuat dengan kesepakatan kepala sekolah. Evaluasi yang dilakukan di minggu pertama didapatkan sebanyak 35 orang dari 144 siswa-siswi yang membawa bekal berisikan sayur dan buah, pada minggu kedua didapatkan sebanyak 70 orang anak dari 144 siswa-siswi yang membawa bekal berisikan sayur dan buah, dan minggu ketiga didapatkan 78 orang dari 144 siswa-siswi yang membawa bekal berisikan sayur dan buah.

Surat Keputusan terkait konsumsi buah dan sayur ini sudah diedarkan oleh kepala sekolah melalui guru-guru kepada orang tua tua anak sekolah, sehingga orang tua sudah mengetahui bahwasannya setiap satu kali seminggu anak-anak membawa bekal dari rumah berisikan sayur dan buah.

Untuk keberhasilan program advokasi konsumsi buah dan sayur dilakukan pengawasan dan pemantauan oleh kepala sekolah dan guru terhadap kebijakan yang sudah ada ini, sehingga dapat diterapkan seterusnya.

Sudah adanya dukungan dari sekolah untuk mengeluarkan kebijakan konsumsi buah dan sayur, namun perlu peningkatan kesadaran dari anak sekolah. Peningkatan kesadaran dapat berupa pengetahuan, sikap dengan melakukan edukasi KIE yang berulang-ulang sesuai dengan tingkat sasaran, serta metode dan media juga disesuaikan dengan sasaran.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Didapatkan informasi mendalam untuk kebutuhan advokasi terkait konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar.
2. Diperolehnya dukungan terkait kebijakan konsumsi sayur dan buah yaitu anak sekolah membawa bekal berisikan sayur dan buah dan melakukan sarapan pagi berisikan sayur dan buah sebelum upacara setiap hari senin
3. Telah dilaksanakan advokasi dengan metode lobi kepada kepala sekolah yang menghasilkan kebijakan berupa surat keputusan terkait anak sekolah membawa bekal berisikan sayur dan buah dan melakukan sarapan pagi berisikan sayur dan buah sebelum upacara setiap hari senin
4. Dilakukan evaluasi setelah adanya kebijakan, didapatkan bahwa anak sekolah SDN 03 Aur Tajungkang menerapkan kebijakan yang ada, dimana anak sekolah membawa bekal berisikan sayur dan buah dan melakukan sarapan pagi berisikan sayur dan buah sebelum upacara setiap hari senin.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan hasil penelitian dan pembahasan yang telah lakukan, peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait antara lain :

1. Dengan adanya kebijakan terkait surat keputusan konsumsi sayur dan buah ini, pihak sekolah dapat menjadikan program tetap sekolah sebagai upaya membentuk kebiasaan perilaku sehat anak sekolah.
2. Dengan adanya kebijakan terkait surat keputusan konsumsi sayur dan buah ini, pihak sekolah dapat mengkombinasikan antara sarapan pagi dengan menu gizi seimbang.
3. Dengan adanya kebijakan terkait surat keputusan konsumsi sayur dan buah ini, pihak sekolah dapat memfasilitasi kantin sehat dengan menu gizi seimbang.
4. Petugas kesehatan dapat melakukan edukasi kepada siswa, guru dan orang tua secara berkala dengan media dan metode yang sesuai dengan sasaran.
5. Kepala sekolah dan guru dapat melakukan pemantauan dan pengawasan satu kali seminggu agar kebijakan ini dapat berjalan dengan baik untuk kedepannya.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. WHO. *Nutrition in Adolescence Issue and Challegess for The Health Sector. 2014.*
2. Mahmudah U, Yuliati E. Edukasi Konsumsi Buah dan Sayur sebagai Strategi dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Anak Sekolah Dasar. *War LPM. 2020;24(1):11–9.*
3. Dinas Kesehatan Kota Sawahlunto. *Rekap Skring Kota Sawahlunto Tahun 2021. Kota Sawahlunto; 2021.*
4. Intan Baiduri PSN. Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kejadian Obesitas di Filipina. *2022;3(3):2979–85.*
5. Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2018 Kemenkes RI. Health Statistics. 2019. 207 p.*
6. Kementerian Kesehatan RI. *Pedoman Gizi Seimbang. Peratur Menteri Kesehat Republik Indones Nomor 41 Tahun 2014. 2014;1–96.*
7. Yuliah Y, Adam A, Hasyim M. Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Mamuju. *J Kesehat Manarang. 2018;3(1):50.*
8. Sunita Almtsier, Susirah Soetardjo MS. *Gizi Seimbang Dalam Daur Hidup Hehidupan. 2017.*
9. Kementerian Kesehatan RI. *Hari Gizi Nasional 2017 : Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari. 2017.*
10. Hayat. *Reformasi Kebijakan Publik Perspektif Makro dan Mikro. 2018.*
11. Kementerian Kesehatan RI. *Laporan Nasional Rkd2018 Final. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. p. 674.*
12. Dinas Kesehatan Sumatera Barat. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Provinsi Tahun 2018. Laporan Riskesdas Nasional 2018. 2019. 1–478 p.*
13. Trianingsih R. *Aplikasi Pembelajaran Kontekstual Yang Sesuai Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar. 2018.*
14. Kristiawati K, Rachmawati PD, Arief YS, Kurnia ID, Krisnana I, Yunitasari E, et al. *Peningkatan Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Sebagai Upaya Pencegahan Obesitas Pada Anak. Bul Udayana Mengabdi. 2018;17(4):159–63.*
15. Nila Reswari Haryana, Lilik Kustiyah SM. *Pengaruh Intervensi Gizi*

- Multikomponen Pada Guru , Orang Tua dan Siswa Sekolah Dasar Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Ketersediaan Buah Sayur di Rumah. 2019;14(1):44–55.
16. Ladiba A, Zulfaa A, Djasmin A, Mevya A, Safitri A, Akifah A, et al. Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan asupan sayur buah pada siswa sekolah dasar dengan status gizi lebih. *Darussalam Nutr J.* 2021;5(2):110.
  17. WHO. *Childhood overweight and obesity [Internet]. 2020. Available from: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/noncommunicable-diseases-childhood-overweight-and-obesity>*
  18. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. 2020;2(1):1–12.
  19. Arya Ulilalbab, Enggar Angraeni IAL. *Obesitas Usia Anak Sekolah.* 2017.
  20. Muaris H. *Bahaya Makan Buah & Sayur + Panduan Konsumsi Yang Benar.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2014.
  21. H. Hendro Sunarjono A (Purn.) *Berkebun 26 Jenis Tanaman Buah.* Jakarta; 2013.
  22. Liferdi L. CS. *Vertikultur Tanaman Sayur.* Jakarta: Penebar Swadaya; 2016.
  23. R. H. Paeru TQD. *Panduan Praktis Bertanam Sayuran Di Pekarangan.* Jakarta: Penebar Swadaya; 2015.
  24. Suhaimi A. *Pangan, Gizi, dan Kesehatan.* Yogyakarta; 2019.
  25. Moehji S. *Dasar Dasar Ilmu Gizi.* Kemang P, editor. Jakarta; 2017.
  26. Rima Trianingsih MP. *Aplikasi Pembelajaran Kontekstual Yang Sesuai Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar.* Fatimah N, editor. LPPM Institut Agama Islam Ibrahimy Genteng Banyuwangi; 2018.
  27. Qisthi SA, Septiani P, Awalia W, Tannia W. Karakteristik Pendidikan Siswa Sekolah Dasar dan Pendidikan Inklusif. 2022;(April):1–117.
  28. Agustini A. *Promosi Kesehatan.* 2014.
  29. Dwi Widiyaningsih DS. *Promosi dan Advokasi Kesehatan.* Yogyakarta: CV Budi Utama; 2020.
  30. Maisyarah.M, Ramli, Ria Wahyuni, Suprpyo, Ayu Khoirotul Umaroh,

Solihin Sayuti, Pius Weraman, Zahratul Hayati PS. Konsep dan Advokasi Kesehatan. 2023.

31. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2012.
32. Azhari MA, Fayasari A. Pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan sikap dan perilaku sarapan serta konsumsi sayur buah. *AcTion Aceh Nutr J.* 2020;5(1):55.
33. Sunaryo M. Gambaran Pola Makan Terhadap Status Gizi Siswa Di Sd Putra Indonesia Surabaya. 2018;1–23.
34. Ronitawati P, Sitoayu L, Nuzrina R, Melani V. Edukasi Bekal Sehat Berdasarkan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Media “Isi Bekalku” Pada Siswa Sekolah Dasar. 2020;4(3):407–14.
35. Yuni H, Nurhasanah S, Nur NC, Markolinda Y, Augia T. Optimalisasi Usaha Kesehatan Sekolah Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar 10 Timpeh. *Bul Ilm Nagari Membangun.* 2020;3(2):97–106.

# LAMPIRAN



## Lampiran 1. Surat Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
Jl. Simpang Pondok Kopi Nanggalo Padang 25146 Telepon (0751)7058128 (Hunting)  
Website : <http://www.poltekkes-pdg.ac.id>  
Email : [direktorat@poltekkes-pdg.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-pdg.ac.id)



Nomor : PP.03.01/1465/2023

22 Februari 2023

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala DPMPTSP Kota Sawahlunto

Di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan dilaksanakannya penyusunan skripsi pada mahasiswa Program Studi Sarjana Tadapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang Semester Genap TA. 2022/2023. Mohon kesediaan kepada Bapak/Ibu memberikan izin kepada mahasiswa untuk melakukan **Penelitian** di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin oleh :

No	Nama/ NIM	Judul Penelitian	Lokasi Penelitian	Lama Penelitian	Maksud Penelitian
1.	Yurika Paramasanti/ 196110798	Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03. Air Tajungjang Kota Sawahlunto	1. Dinas Kesehatan Kota Sawahlunto 2. Dinas Pendidikan Kota Sawahlunto 3. Puskesmas Kampung Teleng 4. SDN 03 Air Tajungjang Kota Sawahlunto	6 Bulan	Penyusunan Skripsi

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian  
Kesehatan Padang,



RENIDAYATI, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa



**PEMERINTAH KOTA SAWAHLUNTO**  
**DINAS PENANAMAN MODAL PELAYANAN**  
**TERPADU SATU PINTU DAN TENAGA KERJA**

Jl. Laksya Nusantara Desa Muroh Kelurahan Kec. Sawahlunto Telp/Fax: (0754) 62167 Kode Pos 27415

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 503/38/DPMP/TS/Peraker-SAWL/2023

Sehubungan dengan Surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang Nomor : PP.03.01/1465/2023 Perihal Izin Penelitian, dengan ini kami Kepala Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Tenaga Kerja Kota Sawahlunto menyatakan tidak keberatan atas maksud pelaksanaan Penelitian yang dilakukan oleh:

Nama	: Yunke Paramasanti
Tempat / Tanggal Lahir	: Sawahlunto / 9 September 2000
Pekerjaan	: Pelajar/mahasiswa
NASIDP	: 1961 0768
Alamat	: Kebun Jas, Kelurahan Samangan, Kecamatan Barangin, Kota Sawahlunto
Tujuan Penelitian	: Data Penelitian
Eidang Penelitian	: Kesehatan
Lama Penelitian	: 20 Maret 2023 s/d 15 April 2023
Judul	: Strategi Advokasi Komunitas Buah dan Sayur terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungrang Kota Sawahlunto
Lokasi / Tempat Penelitian	: DinkesdaiDA KB Kota Sawahlunto, Dinas Pendidikan Kota Sawahlunto, Puskesmas Kampung Teleng Kota Sawahlunto, SDN 03 Aur Tajungrang Kota Sawahlunto

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak boleh menyimpang dari kerangka serta tujuan penelitian/survey yang akan dilaksanakan.
2. Memeritahukan kedatangan dan maksud penelitian yang akan dilaksanakan dengan menyetujui surat-surat keterangan yang berhubungan dengan penelitian serta melaporkan diri sebelum meninggalkan daerah-lokasi penelitian kepada Pemerintah Daerah setempat.
3. Mematuhi semua peraturan yang berlaku dan menghormati adat istiadat serta kebiasaan masyarakat setempat.
4. Karena Pelaksanaan Penelitian pada Era New Normal, maka tetap mematuhi Protokol Kesehatan.
5. Menyampaikan laporan hasil penelitian sebanyak 1 (satu) eksemplar kepada Walikota Sawahlunto Cq. Dinas Penanaman Modal Pelayanan Terpadu Satu Pintu dan Tenaga Kerja Kota Sawahlunto.
6. Bila terjadi penyimpangan / pelanggaran terhadap ketentuan tersebut diatas, maka surat rekomendasi ini akan dicabut kembali.

Demikianlah rekomendasi izin kegiatan Penelitian/Survey ini kami berikan, untuk dimanfaatkan sepenuhnya, terima kasih.

Sawahlunto, 28 Maret 2023

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL**  
**PELAYANAN TERPADU SATU PINTU DAN TENAGA KERJA**  
**KOTA SAWAHLUNTO**



**DWI DARMAWATI, SH**  
Pembina Utama Muda (P/ta)  
Nip. 19740522 199603 2 003

- Terbaca : 6 (enam) rangkap kepada:
1. Bapak Walikota Wakil Walikota Sawahlunto (salah satu rangkap)
  2. Kepala Bekerjasama dan FPO Kota Sawahlunto,
  3. Kepala DinkesdaiDA KB Kota Sawahlunto,
  4. Kepala Dinas Pendidikan Kota Sawahlunto,
  5. Kepala Puskesmas Kampung Teleng Kota Sawahlunto,
  6. Kepala SDN 03 Aur Tajungrang

Jenis Perizinan : Tidak Berbayar



PEMERINTAH KOTA SAWAHLUNTO  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH DASAR NEGERI 03 AUR TAJUNGGANG



Jl. Imam Bonjol Kecamatan Lembah Segar Kode Pos 27418

NSS : 10100200003

NPSN : 10303701

Telp (0730) 41381

email : sd03tajunggang.swl@gmail.com

Sawahlunto, 24 Februari 2023

No. Surat : 421.2/106/SDN-03.AT/SWL/2023  
Lampiran : -  
Hal : Penerimaan Penelitian

Kepada Yth,  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang  
Ibu Residyan, S.Kp, M.Kep, Sp.Jwa

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang nomor : PP.03.01/1465/2023 perihal izin penelitian di SDN 03 Aur Tajunggang, Kecamatan Lembah Segar, Kota Sawahlunto maka bersama ini kami sampaikan bahwa yang bersama

Nama : Yulianti Paramasanti

NIM : 196110768

Telah diterima untuk melaksanakan Penelitian di SDN 03 Aur Tajunggang dari bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2023.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,  
Kepala SDN 03 Aur Tajunggang

  
YULIANTI, P. Pd.SD  
NIP. 19700797 200112 2 001



PEMERINTAH KOTA SAWAHLUNTO  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH DASAR NEGERI 03 AUR TAJUNGGANG



Jl. Imam Bonjol Kecamatan Lembah Segar Kode Pos 27418

NSS : 10100200003

NPSN : 10303701

Telp (0730) 41301

email : sd03tajunggang.swl@gmail.com

Sawahlunto, 24 Februari 2023

No. Surat : 421.2/106/SDN-03.AT/SWL/2023  
Lampiran : -  
Hal : Penerimaan Penelitian

Kepada Yth,  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang  
Ibu Residyan, S.Kp, M.Kep, Sp.Jwa

Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang nomor : PP.03.01/1465/2023 perihal izin penelitian di SDN 03 Aur Tajunggang, Kecamatan Lembah Segar, Kota Sawahlunto maka bersama ini kami sampaikan bahwa yang bersama

Nama : Yulianti Paramasanti

NIM : 196110768

Telah diterima untuk melaksanakan Penelitian di SDN 03 Aur Tajunggang dari bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2023.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,  
Kepala SDN 03 Aur Tajunggang

  
YULIANTI, P. Pd.SD  
NIP. 19700797 200112 2 001

Lampiran 2. Surat Keputusan Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**SD NEGERI 03 AUR TAJUNGKANG**  
Jl. Insan Bangjal, Kecamatan Aur Mulyo, Kecamatan Lembah Segar,  
Kota Sawahlunto, Sumatera Barat, 27418  
[sdn03aurtajungkang.ssb@gmail.com](mailto:sdn03aurtajungkang.ssb@gmail.com)



**SURAT KEPUTUSAN KEPALA SEKOLAH**

**SDN 03 AUR TAJUNGKANG**

**Nomor : 424/07SDN-03.AT/SWL/2023**

**TENTANG**

**MEMBAWA BEKAL BUAH DAN SAYUR SERTA MELAKUKAN SARAPAN PAGI BERSAMA SEBELUM UPACARA BENDERA DI SEKOLAH UNTUK MEMBENTUK PERILAKU SEHAT DALAM MENCEGAH OBESITAS**

**KEPALA SEKOLAH SDN 03 AUR TAJUNGKANG**

- Menimbang :
- a. Mengonsumsi buah dan sayur merupakan salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang agar menajui masyarakat hidup sehat melalui program pemerintah yaitu Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang mana dapat mengurangi berbagai macam penyakit degenerative antara lain obesitas.
  - b. Kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur yang dilakukan anak sekolah berusia 7-12 tahun dapat meningkatkan perkembangan anak baik secara kognitif, fisik, moral, maupun sosio-emosional.
  - c. Bahwa untuk maksud huruf a dan b di atas perlu ditetapkan dengan keputusan kepala sekolah SDN 03 Aur Tajungkang.

- Mengingat :
- a. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan
  - b. Instruksi Presiden Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2017 Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat
  - c. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang
  - d. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2009 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia
  - e. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2014 Tentang Upaya Perbaikan Gizi
  - f. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak

MEMUTUSKAN

Menetapkan : KEPUTUSAN KEPALA SEKOLAH SDN 03 AUR TAJUNGKANG TENTANG MEMBAWA BEKAL BUAH DAN SAYUR SERTA MELAKUKAN SARAPAN PAGI BERSAMA SEBELUM UPACARA BENDERA DI SEKOLAH UNTUK MEMBENTUK PERILAKU SEHAT DALAM MENCEGAH OBESITAS

Kesatu : Menetapkan adanya siswa-siswi SD membawa bekal berisikan buah dan sayur ke sekolah

- Kedua : Menetapkan adanya siswa-siswi SD melakukan sarapan pagi bersama dengan bekal berisikan sayur dan buah sebelum upacara bendera di sekolah yang dilaksanakan setiap hari senin
- Ketiga : Dalam hal ini jika siswa-siswi SD tidak mengikuti arahan sebagaimana tercantum dalam dictum kesatu dan kedua akan dikenakan peringatan
- Keempat : Keputusan ini berlaku sejak tanggal yang ditetapkan







Ditetapkan di Sawahlunto  
5 Mei 2023



### Lampiran 3. Lembar Bimbingan

#### LEMBARAN BIMBINGAN SKRIPSI







Nama mahasiswa : Yurike Paramasanti  
 NIM : 196110768  
 Prodi : Sarjana Terapan Promosi Kesehatan  
 Pembimbing : Widdetrta, S.KM, M.KM  
 Judul skripsi : Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Air Tajung Kang Kota Sawahlunto

Bimbingan	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
1	Jumat 26/5/23	- Cover diperbaiki - Tugasan khusus lebih diperjelas - Kertas perantara	
2	Senin 29/5/23	- Sarana dan prasarana ditambah sesuai dengan sarana dan prasarana yang ada - Hasil diperjelas sesuai tujuan khusus	
3	Rabu 31/5/23	- Menentukan bahan ajar - Kerangka konsep → input dan proses - Definisi istilah → konsep	
4	Senin 5/6/23	- Jenis penelitian - Gambaran umum → sarana dan prasarana	
5	Rabu 7/6/23	- Kesimpulan dan saran - abstrak	
6	Jumat 9/6/23	ACC. Selesai	



LEMBARAN SKIRPSI

Nama mahasiswa : Yurike Paramasantati  
 NIM : 196110768  
 Prodi : Sarjana Terapan Promosi Kesehatan  
 Pembimbing : Rapios Sidiq, S.KM, M.PH  
 Judul skripsi : Strategi Advokasi Konsumsi Buah dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto

Bimbingan	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
1	Senin 29/5/23	- BAB IV -> Karakteristik Informan. - Pengisian di bentuk tabel - Dibagikan dulu dulu foto pengantar - Revisi/ koreksi	
2	Jelas 30/5/23	- Setiap transkrip ada penyesuaian - Bahasa kuantitatif diterjemah	
3	Jenin 5/6/23	- Pembahasan - sesuai dengan penelitian yang terkait, hasil penelitian, teori yang terkait, dan jumlah penelitian	
4	Rabu 7/6/23	- Cuplikan revidor - Daftar pustaka dipromotikan susunnya - Suk di tabelkan	
5	Jumat 9/6/23	- Penelitian dan teori yang terkait pada pembahasan - abstrak	
6	Senin 12/6/23	ACC Skripsi	

Lampiran 4. Format Persetujuan

**FORMAT PERSETUJUAN**  
***INFORMED CONSENT***  
**(Informan Kepala Sekolah SDN 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto)**

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore Ibu/Bapak, Saya Yurike Paramasantati Mahasiswa Sarjana Terapan Promosi Kesehatan. Saat ini sedang melakukan penelitian mengenai “Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (STr.Kes).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana keberhasilan advokasi konsumsi sayur dan buah di SDN 03 Aur Tajungkang. Wawancara ini akan dilakukan selama maksimal 20 menit.

Partisipasi Ibu/Bapak sekalian bersifat sukarela dan tidak ada paksaan apapun, saya akan berikan apresiasi/kompensasi apabila Ibu/Bapak bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Ibu/Bapak dapat mengundurkan diri apabila sewaktu-waktu tidak bersedia melanjutkan wawancara tanpa sanksi apapun. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, apakah Ibu/Bapak bersedia menjadi informan saya?

1. Ya
2. Tidak

Atas perhatian dan partisipasi Ibu/Bapak saya ucapkan terimakasih.

Sawahlunto, .....

Mengetahui,

Informan

Peneliti

( \_\_\_\_\_ )

**(Yurike Paramasantati)**

**FORMAT PERSETUJUAN**  
***INFORMED CONSENT***  
**(Informan Guru SDN 03 Aur Tajungkang Kota Swahlunto)**

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore Ibu/Bapak, Saya Yurike Paramasantati Mahasiswa Sarjana Terapan Promosi Kesehatan. Saat ini sedang melakukan penelitian mengenai “Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (STr.Kes).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana keberhasilan advokasi konsumsi sayur dan buah di SDN 03 Aur Tajungkang. Wawancara ini akan dilakukan selama maksimal 20 menit.

Partisipasi Ibu/Bapak sekalian bersifat sukarela dan tidak ada paksaan apapun, saya akan berikan apresiasi/kompensasi apabila Ibu/Bapak bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Ibu/Bapak dapat mengundurkan diri apabila sewaktu-waktu tidak bersedia melanjutkan wawancara tanpa sanksi apapun. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, apakah Ibu/Bapak bersedia menjadi informan saya?

1. Ya
2. Tidak

Atas perhatian dan partisipasi Ibu/Bapak saya ucapkan terimakasih.

Sawahlunto, .....

Mengetahui,

Informan

Peneliti

( \_\_\_\_\_ )

**(Yurike Paramasantati)**

**FORMAT PERSETUJUAN**  
***INFORMED CONSENT***  
**(Informan Tenaga Kesehatan Puskesmas Kampung Teleng)**

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore Ibu/Bapak, Saya Yurike Paramasantati Mahasiswa Sarjana Terapan Promosi Kesehatan. Saat ini sedang melakukan penelitian mengenai “Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (STr.Kes).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana keberhasilan advokasi konsumsi sayur dan buah di SDN 03 Aur Tajungkang. Wawancara ini akan dilakukan selama maksimal 20 menit.

Partisipasi Ibu/Bapak sekalian bersifat sukarela dan tidak ada paksaan apapun, saya akan berikan apresiasi/kompensasi apabila Ibu/Bapak bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Ibu/Bapak dapat mengundurkan diri apabila sewaktu-waktu tidak bersedia melanjutkan wawancara tanpa sanksi apapun. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, apakah Ibu/Bapak bersedia menjadi informan saya?

1. Ya
2. Tidak

Atas perhatian dan partisipasi Ibu/Bapak saya ucapkan terimakasih.

Sawahlunto, .....

Mengetahui,

Informan

Peneliti

(\_\_\_\_\_)

**(Yurike Paramasantati)**

**FORMAT PERSETUJUAN**  
***INFORMED CONSENT***  
**(Informan Siswa SDN 03 Aur Tajungkang Kota Swahlunto)**

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore adik, Saya Yurike Paramasantati Mahasiswa Sarjana Terapan Promosi Kesehatan. Saat ini sedang melakukan penelitian mengenai “Strategi Advokasi Konsumsi Buah Dan Sayur Terhadap Perilaku Anak Sekolah Dasar Dalam Pencegahan Obesitas di Sekolah Dasar Negeri 03 Aur Tajungkang Kota Sawahlunto”. Penelitian ini merupakan tugas akhir saya untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (STr.Kes).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana keberhasilan advokasi konsumsi sayur dan buah di SDN 03 Aur Tajungkang. Wawancara ini akan dilakukan selama maksimal 20 menit.

Partisipasi adik sekalian bersifat sukarela dan tidak ada paksaan apapun, saya akan berikan apresiasi/kompensasi apabila adek bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Adik dapat mengundurkan diri apabila sewaktu-waktu tidak bersedia melanjutkan wawancara tanpa sanksi apapun. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, apakah adik bersedia menjadi informan?

1. Ya
2. Tidak

Atas perhatian dan partisipasi adik saya ucapkan terimakasih.

Sawahlunto, .....

Mengetahui,

Informan

Peneliti

( \_\_\_\_\_ )

**(Yurike Paramasantati)**

Lampiran 5. Pedoman Wawancara

**PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM**

**KEPALA SEKOLAH**

**STRATEGI ADVOKASI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP  
PERILAKU ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PENCEGAHAN OBESITAS  
DI SDN 03 AUR TAJUNGKANG KOTA SAWAHLUNTO**

**A. Identitas Responden**

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Umur : Tahun
4. Pendidikan :

**B. Pedoman Wawancara**

1. Menurut ibu, apa permasalahan anak yang terdapat di sekolah ini?  
(Probing: apa yang belum diterapkan)
2. Selama ini, apakah ibu/bapak pernah mendapatkan laporan dari guru bahwa anak-anak kurang mengkonsumsi buah dan sayur?  
(Probing: laporan)
3. Bagaimana upaya yang dilakukan sekolah untuk mengkonsumsi buah dan sayur?  
(Probing: edukasi atau sosialisasi dari lintas sector)
4. Bagaimana kebijakan sekolah mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah?  
(Probing: kebijakan, jika belum apakah diperlukan suatu kebijakan)

## **PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM**

### **GURU**

#### **STRATEGI ADVOKASI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP PERILAKU ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SDN 03 AUR TAJUNGKANG KOTA SAWAHLUNTO**

##### **A. Identitas Responden**

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Umur : Tahun
4. Pendidikan :

##### **B. Pedoman Wawancara**

1. Menurut ibu, apakah ada materi pembelajaran mengenai konsumsi buah dan sayur?  
(Probing: jika ada, bagaimana tanggapan anak ketika guru menyampaikan materi tersebut?)
2. Bagaimana tingkat kesukaan atau tidak suka anak-anak di sekolah dalam mengkonsumsi buah dan sayur?
3. Bagaimana ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah?
4. Bagaimana jika anak sekolah tidak mengkonsumsi sayur dan buah?  
(Probing: apa yang akan terjadi?)
5. Menurut ibu/bapak berapa porsi sayur dan buah yang baik untuk dianjurkan kepada usia anak sekolah dasar?
6. Menurut ibu, apakah siswa perlu mengkonsumsi buah dan sayur?  
(Probing: jika iya, mengapa perlu?)

## **PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM**

### **TENAGA KESEHATAN**

#### **STRATEGI ADVOKASI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP PERILAKU ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SDN 03 AUR TAJUNGGANG KOTA SAWAHLUNTO**

##### **A. Identitas Responden**

1. Nama :
2. Pekerjaan :
3. Jabatan :

##### **B. Pedoman Wawancara**

1. Bagaimana ibu/bapak meminta kepala sekolah untuk menyarankan siswa agar membawa sayur dan buah ke sekolah?
2. Adakah program puskesmas dalam upaya mengonsumsi buah dan sayur kepada siswa?  
(Probing: dalam bentuk apa?)
3. Bagaimana kendala dalam melakukan kegiatan tersebut?



## **PEDOMAN WAWANCARA MENDALAM**

### **SISWA SEKOLAH DASAR**

#### **STRATEGI ADVOKASI KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP PERILAKU ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SDN 03 AUR TAJUNGGANG KOTA SAWAHLUNTO**

##### **A. Identitas Responden**

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Umur : Tahun
4. Kelas :

##### **B. Pedoman Wawancara**

1. Bagaimana makanan yang kamu makan sehari-hari?  
(Probing: apakah ada sayur dan buah, darimana mendapatkannya?)
2. Menurut kamu pentingkah konsumsi buah dan sayur?  
(probing: jika penting, mengapa penting?)
3. Jenis buah dan sayur apa yang sering kamu konsumsi?  
(Probing: buah dan sayur apa?)
4. Berapakah sayur yang kamu makan dalam sehari?  
(Probing: Waktu?)
5. Menurut kamu, apa manfaat buah dan sayur?
6. Menurut kamu, apa saja kandungan gizi yang terdapat pada sayur dan buah?
7. Menurut kamu, berapa porsi sayur dan buah yang harus dikonsumsi anak sekolah dasar?
8. Selama ini, apakah kamu setiap pagi dibawakan bekal dari rumah ketika berangkat ke sekolah?  
(Probing: apa saja isi dalam bekal?)

Lampiran 6. Lembar Observasi

**DAFTAR TILIK**

**Nama** :

**Kelas** :

Beri tanda centang (√) pada kolom skor sesuai kondisi sebenarnya

**Minggu I**

Tanggal Pengamatan :

No	Aspek Yang Diteliti	Ada	Tidak Ada
1.	Bekal yang dibawa siswa mengandung sayuran		
2.	Bekal yang dibawa siswa mengandung buah		

**Minggu II**

Tanggal Pengamatan :

No	Aspek Yang Diteliti	Ada	Tidak Ada
1.	Bekal yang dibawa siswa mengandung sayuran		
2.	Bekal yang dibawa siswa mengandung buah		

**Minggu III**

Tanggal Pengamatan :

No	Aspek Yang Diteliti	Ada	Tidak Ada
1.	Bekal yang dibawa siswa mengandung sayuran		
2.	Bekal yang dibawa siswa mengandung buah		

## Lampiran 7. Media Advokasi (Factsheet)



**KONSUMSI BUAH DAN SAYUR TERHADAP OBESITAS**

Menurut World Health Organization (WHO), kurang dalam mengonsumsi buah dan sayur menimbulkan berbagai macam penyakit degenerative antara lain obesitas

**DATA**

Berdasarkan Hasil Penjarangan Dinas Kesehatan di Kota Sawahlunto terdapat peserta didik didapatkan 23 kasus mengalami obesitas. Dimana Puskesmas Kampung Teleng memiliki angka kejadian obesitas tertinggi sebanyak 13 kasus, salah satunya SDN 03 Aur Tajungkang sebanyak 1 orang obesitas dan 2 orang gizi lebih

**PENYEBAB**

Salah satu penyebab obesitas atau kelebihan berat badan yaitu asupan gizi yang berlebihan, serta rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak yang kemudian sering diikuti dengan tingginya mengonsumsi junk food dan fast food seperti mie instan dan nugget.

**DATA**

Berdasarkan Hasil Riskesdas Nasional 2018 menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 10,7%. Sedangkan di Provinsi Sumatera Barat yang merupakan provinsi ke-2 tertinggi yang tidak mengonsumsi buah dan sayur mencapai 19,4%. Sementara itu, masyarakat Kota Sawahlunto yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 22,67%.

Salah satu kelompok usia yang kurang mengonsumsi sayur dan buah yaitu anak sekolah berusia 7-12 tahun yang mana berada pada tahap perkembangan baik secara kognitif, fisik, moral, maupun sosio-emosional sehingga pada masa anak sekolah dasar keseimbangan gizi perlu dijaga agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal

Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan 300-400 gr perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah

## Lampiran 8. Transkrip dan Matriks

### Transkrip wawancara dengan guru

Hari/Tanggal : Kamis/ 30 Maret 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajung Kang

Informan Utama : Ibu S

1. Peneliti : Menurut ibu, apakah ada materi pembelajaran mengenai konsumsi buah dan sayur?

Ibu S : "...materi pembelajaran secara khusus tidak ada, tapi program UKS ada mengenai buah dan sayur

2. Peneliti : Bagaimana tanggapan anak-anak ketika dilakukan program tersebut?

Ibu S : "...anak-anak jadi lebih senang, anak-anak yang biasanya di rumah kurang suka buah, tapi karena ada program dari sekolah dia suka lagi makan buah

3. Peneliti : Bagaimana tingkat kesukaan atau tidak suka anak-anak di sekolah dalam mengonsumsi buah dan sayur?

Ibu S : "...ooo mungkin karena ada anak-anak tu aaa satu buah yang tidak suka nak, contohnya kayak aaa pepaya kan jarang anak-anak suka, tapi karena adanya aa setiap hari Kamis ada penyuluhan UKS dengan program adanya tentang makan buah dan sayur ini jadi anak tau oo buah ini ini manfaatnya, buah ini ini vitaminnya, karena ada sosialisasi tadi karena ada ooo apa namanya tu ada sosialisasi yang disampaikan atau informasi-informasi akhirnya anak-anak suka buah tersebut

4. Peneliti : Bagaimana ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah?

Ibu S : "... hmm kalau untuk secara khusus tidak ada ya, tapi ada ada aaa sebagian kantin tapi tu tidak banyak buah yaa, sebagian buah aja gitu, tapi karena lingkungan sekolah kita dekat dengan pasar itu pada umumnya anak itu berbagai macam jenis buah tu ada dia bawa, mudah didapatnya.

5. Peneliti : Bagaimana jika anak sekolah tidak mengkonsumsi sayur dan buah?

Ibu S : "...mungkin kalau dari segi buah yang dihasilkan banyak vitamin, aaa anak tu mungkin aaa kalau dia tidak jarang makan buah mungkin dia akan tumbuh penyakit sariawan umpamanya, kulitnya kering, aaa tu dengan salah satu kita makan buah maka kita akan mencegah penyakit tersebut.

6. Peneliti : Menurut ibu berapa porsi sayur dan buah yang baik untuk dianjurkan kepada usia anak sekolah dasar?

Ibu S : "...hmm yang secara rinci belum ada sih, tapi cuma kami dari pihak sekolah menganjurkan aja, yaa sekurang-kurangnya kita harus makan buah tiap hari, kalau aaa berapa banyaknya belum ada gitu, pokonya anak-anak ibuk makan buah, usahakan tiap hari, yang mudah di dapat dimakan. Jadi berapa porsinya, berapa rinciannya belum ada

7. Peneliti : Menurut ibu, apakah siswa perlu mengkonsumsi buah dan sayur?

Ibu S : "...kalau menurut ibu sangat perlu sekali, karena selain untuk kesehatan dia juga aaa apa namanya tu menambah ilmunya juga dia mengkonsumsi ini ini manfaatnya, ini efek kesehatannya

## Transkrip wawancara dengan guru

Hari/Tanggal : Kamis/ 30 Maret 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajungkang

Informan Utama : Ibu H

1. Peneliti : Menurut ibu, apakah ada materi pembelajaran mengenai konsumsi buah dan sayur?

Ibu H : "...jadi setiap hari kamis aaa setiap hari kamis di SD 03 tu ada nantinya program UKS, jadi nanti ada program makan buah, nantinya ada gosok gigi jadi aaa makan buah tu dua satu bulan dua minggu

2. Peneliti : Bagaimana tanggapan anak-anak ketika dilakukan program tersebut?

Ibu H : "...ketika dilakukan itu tu anak-anak bersemangat, soalnya kan jarang-jarangkan setelah corona tidak ada rasanya tu acara-acara atau kegiatan, jadi lebih *happy*, lebih senang mereka untuk makan buah.

3. Peneliti : Bagaimana tingkat kesukaan atau tidak suka anak-anak di sekolah dalam mengkonsumsi buah dan sayur?

Ibu H : "...kalau ditanya mungkin anak-anak suka buah dan sayur, tapi kalau diliat jarang anak yang makan buah dan sayur di sekolah. Apalagi orang tua yang kerja pagi, aa apa namanya tidak sempat membawakan bekal yang ada sayur dan buahnya.

4. Peneliti : Bagaimana ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah?

Ibu H : "...mungkin ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah cukup dekat ya pasar, apalagi di sebelah SD kita ini ada SMP yang juga ada jual buah-buahan di halaman sekolahnya.

5. Peneliti : Bagaimana jika anak sekolah tidak mengonsumsi sayur dan buah?

Ibu H : "...aa mungkin kalau segi konsentrasinya tadikan tadi dikelas, kalau anak-anak ni jarang makan buah tu kayaknya fokus ini kurang, tapi kalau makan buah dia diiringi dengan sayur fokusnya ke pelajaran tu lebih konsen lagi

6. Peneliti : Menurut ibu berapa porsi sayur dan buah yang baik untuk dianjurkan kepada usia anak sekolah dasar?

Ibu H : "...berapa porsinya belum ada, cuma sekurang-kurangnya makan buah dan sayur setiap hari, seperti pisang satu buah, atau jeruk satu buah, yang pentingnya ada makan buah dan sayur.

7. Peneliti : Menurut ibu, apakah siswa perlu mengonsumsi buah dan sayur?

Ibu H : "...perlu, untuk sistem pencernaan, kan anak-anak kan sekarang sistem pencernaan banyak yang mengonsumsi makan-makanan yang kimia yang apa, aa jadi karena adanya makan buah dan sayur jadi bagus untuk pencernaannya. Lagian kan anak-anak itu taunya makanan yang dijual aja, yang instan-instan aja, sedangkan dilingkungannya banyak



makanan yang cocok untuk kesehatannya, contohnya buah dan sayur  
lagi

## Transkrip wawancara dengan tenaga kesehatan

Hari/Tanggal : Jumat/ 31 Maret 2023

Tempat : Puskesmas Kampung Teleng

Informan Utama : Ibu N

1. Peneliti : Bisakah ibu ceritakan pengalaman ibu selama memegang program?

Ibu N : "... kalau kakak disini dari 2015 jadi udah hampir 8 tahun megang program gizi, kalau dulu kan kakak pertama masuk kesini ni bertiga pemegang program gizinya, abis tu beberapa bulan kakak disini satu lagi pindah, tinggal berdua, terhitung 2018 apa 2019 kakak gizi yang satu lagi dia jadi KTU tinggal kakak sendiri, jadi kalau untuk aaa program kan kalau dipuskesmas ni kita kan terintegrasi jadi kita kan tidak berdisi sendiri, kalau kerja kan kita sama-sama gitu, namanya program berartikan aaa yang namanya program gizi pasti nanti aaa kegiatan-kegiatannya tu dibantu sama kawan-kawan yang lain, kegiatan kita tu banyak ada kunjungan lapangannya, ada kegiatan dalam gedung, ada kegiatan luar gedung, kalua di dalam genung ni kayak sekarang ni ke, kayak misalnya kakak ada konseling, ada konsultasi gizi, terus nanti mungkin kayak laporan, pencatatan, berartikan kegiatan dalam gedung semua, kalau kegiatan luar gedungkan banyak tu, kayak yang kegiatan posyandunya, kegiatan ke masyarakat

2. Peneliti : Apakah ada kendala selama kakak menjalani program?

Ibu N : "... kalau kendala mungkin karena kakak sendiri nak ke, jadi kalau misalnya kakak kagiatan luar gedung tu kegiatan dalam gedung kakak nanti tidak ada yang melaksanakan do gitu, jadi nanti kalau ada pasien yang mau konsul atau konseling tu nanti biasanya ditunda sama kawan-kawan di poli dari poli umum, misalnya aaa hari ini dia pemeriksaan kalau dia misalnya datang berobat beberapa hari lagi tu nanti baru dikonsulkan ke gizi, tergantung kapan ada gitu, jadi itu mungkin kalau kendalanya gitu, kalau dilapangan mungkin kendalanya apa ya ke, ya kalau karena di lapangan, mungkin karena dikerjakan sama-sama nak kita dibantu kalau sama kawan-kawan PWS kan ada tu, jadi mungkin tidak terlalu apalah kendalanya kalau dilapangan gitu

3. Peneliti : Bisakah ibu ceritakan apa saja program puskesmas dalam upaya mengkonsumsi buah dan sayur kepada siswa?

Ibu N : "...kalau aaa program makan buah dan sayur ni nak, aaa kita ada kegiatan di posyandu ke, posyandu ni biasanya ada kegiatan makan buah dan sayur ni ada gitu, terus di sekolah, jadi emang ada dari gizi kegiatan makan buah dan sayur di sekolah sama di posyandu. Kalau disekolah tu ada jadwalnya tiap minggu gitu, tapi mungkin ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakan, kayak mungkin ketemu sama ike nak aaa apalagi aaa kepala sekolah yang itu tu baru nak ke, jadi mungkin ibuk tu tidak terpapar sama yang kegiatan yang lama mungkin gitu. Setiap sekolah tu emang ada makan buah dan sayurnya gitu, yaa kan

kayak kakak cerita tadi tu tu, misalnya kayak di SD Santa Lucia, tu dia tiapa hari rabu makan buah dan sayurinya, tu ada SD 10 misal hari kamis gitu, jadi emang setiap sekolah tu dia ada hari dia bawa buah buah dan sayur ke sekolah gitu, tapi mungkin di SD yang ike temui, yang ike temui tu mungkin aaa mungkin memang sudah tidak melaksanakan lagi atau baru merencanakan

4. Peneliti : Bagaimana ibu/bapak meminta kepala sekolah untu menyarankan siswa agar membawa sayur dan buah ke sekolah?

Ibu N : "...kalau kita kan aa gini nak ke, kan kalau misalnya kegiatan yang antara puskesmas sama aaa sekolah itu kan ada kegiatan di UKS nak, jadi kami ada MOU UKS namanya, ada MOU antara puskesmas sama aaa sekolah, jadi di kegiatan UKS tu lah misal tercantum semua apa-apa aja mau dilaksanakan gitu, jadi apapun nanti kegiatan yang rencanakan puskesmas, udah terikat karena kita udah punya MOU dengan sekolah tu gitu, jadi tidak tidak kita, maksudnya kita ooo tiba-tiba aja ke sekolah, tidak, kita udah punya MOU gitu, jadi aaa apapun segala jenis bentuk pelayanan kesehatan yang kita laksanakan di sekolah tu nanti dia udah disetujui sama sekolah karena kita udah punya MOU gitu, jadi udah ada dasarnya kita melaksanakan semua kegiatan di sekolah.

5. Peneliti : Bagaimana pandangan ibu mengenai dibentuknya kebijakan terkait mengkonsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar?

Ibu N : "...kalau, aaa kalau mungkin dibikin kebijakan tu bagus nak gitu, kebijakannya kalau bisa tu aaa tidak cuma, maksudnya bukan tidak hanya kebijakan dari kepala sekolah aja gitu atau mungkin kalau sekolah ni kan kegiatannya lebih ke UKS nak, tu kan PP, TP UKS dari kecamatan, dari apa mungkin dari yang lebih tinggi mungkin kebijakannya tu

6. Peneliti : Apakah ada saran untuk membentuk surat keputusan?

Ibu N : "...mungkin disitu tu nak, lebih ditekankan, aaa waktu pelaksanaannya kapan gitu, waktu pelaksanaannya kapan, yang melaksanakan siapa aja gitu, atau mungkin haruskah didampingi oleh petugas dari puskesmas gitu kan, tempat pelaksanaannya dimana, apakah nanti di lapangan di halaman sekolah atau mungkin nanti di kelas masing-masing gitu. Jadi kan lebih ke tata cara pelaksanaannya kan, terus aaa apa lagi yaa, aaa siapa yang pembuat, pembuat kebijakannya lagi ke, aaa kira-kira siapa gitu.

Transkrip wawancara dengan kepala sekolah

Hari/Tanggal : Senin/ 11 April 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajunggang

Informan Utama : Ibu Y

1. Peneliti : Menurut ibu, apa permasalahan anak yang terdapat di sekolah ini?

Ibu Y : "... Kalau anak-anak kita ini, sekarang ini kalau untuk kesehatan yang ibuk liat dari apa ike tu tentang kalau kebersihan insyaallah, itu udah kami lakukan disini, aaaaa kami ada lakukan pemeriksaan itu juga dibantu oleh puskesmas dan memberdayaan dokter kecil.

2. Peneliti : Apakah ada program yang belum diterapkan?

Ibu Y : "... ibu kan, kami udah ada program ke, program tu membiasakan makan buah dan sayur. Kita kan tau dengan kalau dulu dikenal dengan empat sehat lima sempurna ya ke ya, sekarang sudah diganti dengan isi piringku karena empat sehat lima sempurna itu udah tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak, jadi kita membiasakan itu dengan cara kita buat program, tapi baru program belum belum intenslah tapi ini memang menjadi aaa apa ibuk, aaa apa aaa memang menjadi strategi untuk ibu bagaimana membiasakan anak kita untuk aaa makan sayur dan buah karena itu memang sulit sekali.

3. Peneliti : Selama ini, apakah ibu pernah mendapatkan laporan dari guru bahwa anak-anak kurang mengkonsumsi buah dan sayur?

Ibu Y : "... ya, dan itu pun sudah kita lihat. jadi kita masih tahap aaa apa hmm belum sosialisasi hanya lewat *whatsapp* aja, jadi rencana kami,

rencana ibuk nanti seminggu sekali kita mengadakan sarapan pagi bersama setiap hari senin sebelum upacara karena apa di dalam upacara tu anak tu sering pusing, sering hmm apa sakit, setelah ditanya ternyata tidak sarapan. Jadi kami besok rencana ibu jam tujuh tu anak tu sudah kumpul kita sarapan dan disitu dilihat apa menu makanannya, karena kalau dilihat kemaren ni kita kan coba sebelum sekali kita sarapan pagi bersama, itu menunya luar biasa ke, bayangkan ajalah anak itu 50% menunya mie goreng atau mie, lalu lauknya nugget dan sosis, paling banter itu mata sapi, sayurinya dimana, buahnya dimana gitu pola makan

4. Peneliti : Bagaimana upaya yang dilakukan sekolah untuk mengkonsumsi buah dan sayur?

Ibu Y : "... ada, jadi puskesmas ni kan rutin ke sekolah, dia punya kunjungan rutin dan kalau untuk khusus untuk makan buah dan sayur ini belum, baru tahap pemeriksaan kesehatan, baru tahap aaa sosialisasi perlunya imunisasi terus skrinning kan itu, yang khusus untuk pola makan ni belum cuma kemaren anak kita ada juara tiga penyuluhan tentang makanan sehat, jadi ibu angkat itu, sekota sawahlunto dan juara tiga tentang penyuluhan anu makanan aaa sehat

5. Peneliti : Bagaimana kebijakan sekolah mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah?

Ibu Y : "... kebijakan kita ya itu tadi kita aaa baru tahap memulai, jadi belum ada aaa berbentuk SK atau apa belum ada, cuma baru memulai dan insyaallah kedepannya akan ibu coba untuk kita bikin kesepakatan dengan

wali murid, kita nanti berikan penyuluhan dengan wali murid tentang pentingnya anak mengkonsumsi makanan buah dan sayur sesuai dengan isi piringku



Transkrip wawancara dengan siswa

Hari/Tanggal : Rabu/ 12 April 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajunggang

Informan Utama : N

Kelas : 5

1. Peneliti : Bagaimana makanan yang kamu makan sehari-hari?  
N : "... ada buah, kadang-kadang ada sayuran, ayam, telur, tempe sering
2. Peneliti : Menurut kamu pentingkah konsumsi buah dan sayur?  
N : "... penting, karena bisa menguatkan tubuh
3. Peneliti : Jenis buah dan sayur apa yang sering kamu konsumsi?  
N : "... sawi, wortel, jeruk, pepaya
4. Peneliti : Berapakali sayur yang kamu makan dalam sehari?  
N : "... tiga kali sehari
5. Peneliti : Menurut kamu, apa manfaat buah dan sayur?  
N : "... bisa menguatkan tubuh
6. Peneliti : Menurut kamu, apa saja kandungan gizi yang terdapat pada sayur dan buah?  
N : "... vitamin A, vitamin, C
7. Peneliti : Menurut kamu, berapa porsi sayur dan buah yang harus dikonsumsi anak sekolah dasar?  
N : "... tidak tau, makan yang ada di rumah

8. Peneliti : Selama ini, apakah kamu setiap pagi dibawakan bekal dari rumah ketika berangkat ke sekolah?

N : "... kadang juga pernah, tapi kebanyakan tidak, lauk sama sayur

Transkrip wawancara dengan siswa

Hari/Tanggal : Rabu/ 12 April 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajunggang

Informan Utama : Y

Kelas : 4

1. Peneliti : Bagaimana makanan yang kamu makan sehari-hari?

Y : "... sayuran, buah, ikan

2. Peneliti : Menurut kamu pentingkah konsumsi buah dan sayur?

Y : "... penting, bergizi bagi tubuh

3. Peneliti : Jenis buah dan sayur apa yang sering kamu konsumsi?

Y : "... kangkung, bayam, salak, pepaya

4. Peneliti : Berapakali sayur yang kamu makan dalam sehari?

Y : "... empat kali sehari

5. Peneliti : Menurut kamu, apa manfaat buah dan sayur?

Y : "... bergizi bagi tubuh

6. Peneliti : Menurut kamu, apa saja kandungan gizi yang terdapat pada sayur dan buah?

Y : "... vitamin B

7. Peneliti : Menurut kamu, berapa porsi sayur dan buah yang harus dikonsumsi anak sekolah dasar?

Y : "... tidak tau

8. Peneliti : Selama ini, apakah kamu setiap pagi dibawakan bekal dari rumah ketika berangkat ke sekolah?

Y : "... kadang-kadang ada, sayuran ada, lauk, kentang sama tempe

Transkrip wawancara dengan siswa

Hari/Tanggal : Kamis/ 13 April 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajung Kang

Informan Utama : K

Kelas : 4

1. Peneliti : Bagaimana makanan yang kamu makan sehari-hari?  
K : "... kadang-kadang
2. Peneliti : Menurut kamu pentingkah konsumsi buah dan sayur?  
K : "... penting, untuk kesehatan tubuh
3. Peneliti : Jenis buah dan sayur apa yang sering kamu konsumsi?  
K : "... buahnya apel, kalau sayurannya sayur toge
4. Peneliti : Berapakah sayur yang kamu makan dalam sehari?  
K : "... kadang-kadang dua kali dalam sehari
5. Peneliti : Menurut kamu, apa manfaat buah dan sayur?  
K : "... untuk kesehatan tubuh
6. Peneliti : Menurut kamu, apa saja kandungan gizi yang terdapat pada sayur dan buah?  
K : "... ada vitamin, dan nutrisi
7. Peneliti : Menurut kamu, berapa porsi sayur dan buah yang harus dikonsumsi anak sekolah dasar?  
K : "... tidak tau

8. Peneliti : Selama ini, apakah kamu setiap pagi dibawakan bekal dari rumah ketika berangkat ke sekolah?

K : "... kadang-kadang, kadang-kadang ada ayam, ada telur, ada sayur

Transkrip wawancara dengan siswa

Hari/Tanggal : Kamis/ 13 April 2023

Tempat : SDN 03 Aur Tajunggang

Informan Utama : S

Kelas : 3

1. Peneliti : Bagaimana makanan yang kamu makan sehari-hari?  
S : "... tidak suka buah, suka sayur
2. Peneliti : Menurut kamu pentingkah konsumsi buah dan sayur?  
S : "... penting, menjaga kesehatan tubuh
3. Peneliti : Jenis buah dan sayur apa yang sering kamu konsumsi?  
S : "... buah mangga, pernah makan sayur sekali
4. Peneliti : Berapa kali sayur yang kamu makan dalam sehari?  
S : "... tidak tau
5. Peneliti : Menurut kamu, apa manfaat buah dan sayur?  
S : "... menjaga kesehatan tubuh
6. Peneliti : Menurut kamu, apa saja kandungan gizi yang terdapat pada sayur dan buah?  
S : "... tidak tau
7. Peneliti : Menurut kamu, berapa porsi sayur dan buah yang harus dikonsumsi anak sekolah dasar?  
S : "... tidak tau

8. Peneliti : Selama ini, apakah kamu setiap pagi dibawakan bekal dari rumah ketika berangkat ke sekolah?

S : "... pernah, tidak tau, banyak



No	Transkrip	Intisari
1.	<p>Materi pembelajaran tentang buah dan sayur</p> <p><i>“...materi pembelajaran secara khusus tidak ada, tapi program UKS ada mengenai buah dan sayur ...”</i> (IK2)</p> <p><i>“... setiap hari kamis di SD 03 ada program UKS akan satu bulan dua minggu ...”</i> (IK3)</p> <p>Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan informan kunci menjelaskan bahwa belum adanya materi pemberlajaran tentang konsumsi sayur dan buah, tetapi ada pada program UKS</p>	<p>Belum ada materi pemberlajaran tentang konsumsi sayur dan buah, tetapi ada pada program UKS</p>
2.	<p>Tingkat kesukaan dan tidak suka anak-anak di sekolah dalam mengkonsumsi buah dan sayur</p> <p><i>“...mungkin karena ada anak-anak tu satu buah yang tidak suka, contohnya pepaya kan jarang anak-anak suka, tapi karena adanya setiap hari kamis ada penyuluhan UKS dengan program makan buah dan sayur ini jadi anak tau buah ini ini manfaatnya, buah ini ini vitaminnya, karena ada sosialisasi yang disampaikan atau informasi-informasi akhirnya anak-anak suka buah tersebut ...”</i> (IK2)</p> <p><i>“...kalau ditanya mungkin anak-anak suka buah dan sayur, tapi kalau diliat jarang anak yang makan buah dan sayur di sekolah. Apalagi orang tua yang kerja pagi, tidak sempat membawakan bekal yang ada sayur dan buahnya ...”</i> (IK3)</p> <p>Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan informan kunci menjelaskan bahwa anak-anak suka dengan buah dan sayur, tetapi kalau bawa bekal jarang yang ada buah dan sayur</p>	<p>Anak-anak suka dengan buah dan sayur, tetapi kalau bawa bekal jarang yang ada buah dan sayur</p>
3.	<p>Ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah</p> <p><i>“... kalau secara khusus tidak ada ya, tapi karena lingkungan sekolah kita dekat dengan pasar pada umumnya ada berbagai macam buah dia bawa ...”</i> (IK2)</p> <p><i>“... mungkin ketersediaan sayur dan buah di lingkungan sekolah cukup dekat ya,</i></p>	<p>Ketersediaan buah dan sayur di sekolah secara khusus tidak ada, tetapi lingkungan sekolah cukup dekat dengan pasar dan SMP</p>

	<i>apalagi di sebelah SD kita ini ada SMP yang juga ada jual buah-buahan di halaman sekolahnya ...” (IK3)</i>	sehingga anak-anak dapat membawa buah ke sekolah
	<p>Interpretaasi :</p> <p>Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa ketersediaan buah dan sayur di sekolah secara khusus tidak ada, tetapi lingkungan sekolah cukup dekat dengan pasar dan SMP sehingga anak-anak dapat membawa buah ke sekolah</p>	
4.	Dampak jika anak sekolah tidak mengkonsumsi sayur dan buah	
	<p>“... akan tumbuh penyakit sariawan umpamanya, kulit kering ...” (IK2)</p> <p>“... kalau anak-anak ni jarang makan buah tu kayaknya fokus ini kurang ...” (IK3)</p>	Jika anak sekolah tidak mengkonsumsi sayur dan buah akan berdampak pada masalah kesehatan dan konsentrasi belajar
	<p>Interpretasi :</p> <p>Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa jika anak sekolah tidak mengkonsumsi sayur dan buah akan berdampak pada masalah kesehatan dan konsentrasi belajar</p>	
5.	Porsi sayur dan buah	
	<p>“... secara rinci belum ada, sekurang-kurangnya kita harus makan buah tiap hari ...” (IK2)</p> <p>“... berapa porsi belum ada, sekurang-kurangnya makan buah dan sayur setiap hari, seperti pisang satu buah, atau jeruk satu buah ...” (IK3)</p>	Jumlah porsi buah dan sayur belum ada, sekurang-kurangnya makan buah dan sayur setiap hari
	<p>Interpretasi :</p> <p>Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa jumlah porsi buah dan sayur belum ada, sekurang-kurangnya makan buah dan sayur setiap hari</p>	
6.	Perlunya siswa mengkonsumsi buah dan sayur	
	<p>“... kalau menurut ibu sangat perlu, karena selain untuk kesehatan juga menambah ilmu ...” (IK2)</p> <p>“... perlu untuk sistem pencernaan, anak-anak sekarang sistem pencernaan banyak yang mengkonsumsi makan-makanan yang kimia ...” (IK3)</p>	Siswa sangat perlu mengkonsumsi buah dan sayur untuk kesehatan dan sistem pencernaan.

	<p>Interprestasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa siswa sangat perlu mengkonsumsi buah dan sayur untuk kesehatan dan sistem pencernaan.</p>
--	--

No	Transkrip	Intisari
1.	Pengalaman selama memegang program	
	<i>"... kegiatan kita tu banyak ada kunjungan lapangannya, ada kegiatan dalam gedung, ada kegiatan luar gedung. Kalau kendala mungkin karena kakak sendiri, misalnya kegiatan luar gedung, kegiatan dalam gedung nanti tidak ada yang melaksanakan ..."</i>	Berbagai macam program telah dilakukan oleh tenaga kesehatan gizi, tetapi terkendala dikarenakan pemegang program hanya sendiri
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa berbagai macam program telah dilakukan oleh tenaga kesehatan gizi, tetapi terkendala dikarenakan pemegang program hanya sendiri.	
2.	Program puskesmas dalam upaya mengkonsumsi buah dan sayur kepada siswa	
	<i>"... kalau disekolah tu ada jadwalnya tiap minggu gitu, tapi mungkin ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakan, kayak mungkin ketemu sama ike, mungkin sudah tidak melaksanakan lagi atau baru merencanakan ..."</i>	Setiap sekolah memang sudah ada program makan buah dan sayur, tetapi ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakannya
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa setiap sekolah memang sudah ada program makan buah dan sayur, tetapi ada beberapa sekolah yang tidak melaksanakannya	
3.	Kerjasama lintas sector antara sekolah dengan puskesmas mengenai siswa membawa sayur dan buah ke sekolah	
	<i>"... kegiatan puskesmas sama sekolah itu kan ada kegiatan di UKS, jadi kami ada MOU UKS namanya, jadi apapun segala jenis bentuk pelayanan kesehatan yang kita laksanakan di sekolah udah disetujui sama sekolah karena kita udah punya MOU ..."</i>	Siswa membawa sayur dan buah ke sekolah sudah disetujui oleh pihak sekolah dikarenakan sudah ada kerjasama lintas sector antara sekolah dengan puskesmas
	Interpretaasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa siswa membawa sayur dan buah ke sekolah sudah disetujui oleh pihak sekolah dikarenakan sudah ada kerjasama lintas sector antara sekolah dengan puskesmas	

4.	Pandangan terhadap dibentuknya kebijakan terkait mengkonsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar	
	<i>"... dibikin kebijakan itu bagus, kebijakannya kalau bisa tidak hanya kebijakan dari kepala sekolah aja, mungkin kalau sekolah ni kan kegiatannya lebih ke UKS, TP UKS dari kecamatan, dari yang lebih tinggi mungkin kebijakan itu ..."</i>	Kebijakan itu bagus apabila dibuat oleh jabatan yang lebih tinggi
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa kebijakan itu bagus apabila dibuat oleh jabatan yang lebih tinggi	

No	Transkrip	Intisari
1.	Pemasalahan anak yang ada di sekolah	
	<i>"...kami udah ada program membiasakan makan buah dan sayur, tapi baru program belum intenslah tapi ini memang menjadi strategi untuk ibu bagaimana membiasakan anak kita untuk makan sayur dan buah karena itu memang sulit sekali ..."</i>	Program makan buah dan sayur sudah ada, tetapi masi sulit untuk dilaksanakan
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa program makan buah dan sayur sudah ada, tetapi masi sulit untuk dilaksanakan	
2.	Informasi anak-anak kurang mengkonsumsi buah dan sayur	
	<i>"... ya, rencana ibuk nanti seminggu sekali kita mengadakan sarapan pagi bersama setiap hari senin sebelum upacara karena di dalam upacara tu anak tu sering pusing, sering sakit, setelah ditanya ternyata tidak sarapan. Jadi kami besok rencana ibu jam tujuh tu anak tu sudah kumpul kita sarapan dan disitu dilihat apa menu makanannya, karena kalau dilihat kemaren ni kita kan coba sebelum sekali kita sarapan pagi bersama, itu menunya luar biasa ke, bayangkan ajalah anak itu 50% menunya mie goreng atau mie, lalu lauknya nugget dan sosis, paling banter itu mata sapi, sayurnya dimana, buahnya dimana gitu pola makan ..."</i>	Anak-anak sering sakit, sering pusing dikarenakan tidak sarapan pagi, dan sudah di coba sekali sarapan pagi bersama, tetapi menunya tidak sesuai dengan pola makan
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa anak-anak sering sakit, sering pusing dikarenakan tidak sarapan pagi, dan sudah di coba sekali sarapan pagi bersama, tetapi menunya tidak sesuai dengan pola makan.	
3.	Upaya yang dilakukan sekolah untuk mengkonsumsi buah dan sayur	
	<i>"... puskesmas punya kunjungan rutin dan dan kalau untuk khusus makan buah dan sayur ini belum ada, baru tahap pemeriksaan kesehatan, yang khusus untuk pola makan belum ..."</i>	Belum adanya kerjasama lintas sector tentang konsumsi buah dan sayur di sekolah
	Interpretaasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa belum adanya kerjasama lintas sector tentang konsumsi buah dan sayur di sekolah	

4.	Kebijakan sekolah mengenai konsumsi buah dan sayur di sekolah	
	<i>“... kebijakan kita baru tahap memulai, belum ada berbentuk SK ...”</i>	Belum adanya kebijakan berupa SK
	Interpretasi : Berdasarkan hasil wawancara dengan informan kunci menjelaskan bahwa belum adanya kebijakan berupa SK	

No	Transkrip	Intisari
1.	<p>Makanan yang dikonsumsi sehari-hari</p> <p>“... ada buah, kadang-kadang ada sayuran, ayam, telur, tempe sering...” (IU1)  “... sayuran, buah, ikan ...” (IU2)  “... kadang-kadang makan buah dan sayur ...” (IU3)  “... tidak suka buah, suka sayur ...” (IU4)</p>	<p>Makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah sudah ada yang mengonsumsi buah dan sayur, tetapi masih ada juga yang belum mengonsumsi sayur dan buah</p>
<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah belum mengonsumsi buah dan sayur</p>		
2.	<p>Pentingnya konsumsi buah dan sayur</p> <p>“... penting, karena bisa menguatkan tubuh ...” (IU1)  “... penting, bergizi bagi tubuh ...” (IU2)  “... penting, untuk kesehatan tubuh ...” (IU3)  “... penting menjaga kesehatan tubuh ...” (IU4)</p>	<p>Konsumsi buah dan sayur sangat penting untuk tubuh</p>
<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa konsumsi buah dan sayur sangat penting untuk tubuh</p>		
3.	<p>Buah dan sayur yang sering dikonsumsi</p> <p>“... sawi, wortel, jeruk, pepaya ...” (IU1)  “... kangkung, bayam, salak, pepaya ...” (IU2)  “... buahnya apel, kalau sayurannya sayur toge ...” (IU3)  “... buah mangga, pernah makan sayur sekali ...” (IU4)</p>	<p>Anak sekolah dasar sudah ada yang mengonsumsi berbagai jenis buah dan sayur</p>
<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah dasar sudah ada yang mengonsumsi berbagai jenis buah dan sayur</p>		



4.	Waktu makan buah dan sayur	
	<p>“... <i>tiga kali sehari</i> ...” (IU1)  “... <i>empat kali sehari</i> ...” (IU2)  “... <i>kadang-kadang dua kali dalam sehari</i> ...” (IU3)  “... <i>kalau ada dibikin mama</i> ...” (IU4)</p>	Anak sekolah sudah mulai menerapkan makan buah dan sayur setiap hari, tetapi masih juga ada yang belum
	<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah sudah mulai menerapkan makan buah dan sayur setiap hari, tetapi masih juga ada yang belum</p>	
5.	Manfaat buah dan sayur	
	<p>“... <i>bisa menguatkan tubuh</i> ...” (IU1)  “... <i>bergizi bagi tubuh</i> ...” (IU2)  “... <i>untuk kesehatan tubuh</i> ...” (IU3)  “... <i>menjaga kesehatan tubuh</i> ...” (IU4)</p>	Anak sekolah dasar sudah mengetahui manfaat buah dan sayur bagi tubuh
	<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah dasar sudah mengetahui manfaat buah dan sayur bagi tubuh</p>	
6.	Kandungan gizi pada sayur dan buah	
	<p>“... <i>vitamin A, vitamin C</i> ...” (IU1)  “... <i>vitamin B</i> ...” (IU2)  “... <i>ada vitamin, ada nutrisi</i> ...” (IU3)  “... <i>tidak tau</i> ...” (IU4)</p>	Anak sekolah mengetahui kandungan gizi dari sayur dan buah, tetapi masih ada juga siswa yang belum mengetahuinya
	<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah mengetahui kandungan gizi dari sayur dan buah, tetapi masih ada juga siswa yang belum mengetahuinya</p>	
7.	Porsi sayur dan buah untuk anak sekolah dasar	
	<p>“... <i>tidak tau, makan yang ada di rumah</i> ...” (IU1)  “... <i>tidak tau</i> ...” (IU2)  “... <i>tidak tau</i> ...” (IU3)  “... <i>tidak tau</i> ...” (IU4)</p>	Anak sekolah tidak mengetahui berapa banyak porsi makan buah dan sayur untuk usia anak sekolah dasar
	<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah tidak mengetahui berapa banyak porsi makan buah dan sayur untuk usia anak sekolah dasar</p>	

8.	<p>Bekal untuk ke sekolah</p> <p>“... kadang juga pernah, tapi kebanyakan tidak, lauk sama sayur ...” (IU1)</p> <p>“... kadang-kadang ada, sayuran ada, lauk, kentang sama tempe ...” (IU2)</p> <p>“... kadang-kadang, kadang-kadang ada ayam, ada telur, ada sayur ...” (IU3)</p> <p>“... pernah, tidak tau, banyak ...” (IU4)</p>	<p>Anak sekolah jarang membawa bekal ke sekolah</p>
<p>Interpretasi :  Berdasarkan wawancara mendalam dengan informan utama menjelaskan bahwa anak sekolah jarang membawa bekal ke sekolah</p>		

Lampiran 9. Dokumentasi







