

**SKRIPSI**

**GAMBARAN POLA MAKAN SAYUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR  
AL ISLAM TAMBAKBAYAN DEPOK KABUPATEN SLEMAN  
YOGYAKARTA**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk memperoleh

Gelar Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh :

Damson Maryos Srue

KP. 15.01061

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1)  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA  
2021**



## SKRIPSI

GAMBARAN POLA MAKAN SAYUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR  
AL-ISLAM TAMBAKBAYAN DEPOK KABUPATEN SLEMAN  
YOGYAKARTA

Disusun Oleh  
Damson Maryos Srue

KP.15.01061

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 04.02.2021

Susunan Dewan Penguji

Penguji I,

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.kep.

Penguji II,

Nasiatul Aisyah Salim, SKM.M.PH

Penguji III,

Prastiwi Putri Basuki, SKM., MSi

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan  
Yogyakarta, 15.03.2021

Ketua Program Studi Keperawatan (S1)

Ika Mustika Dewi S.Kep.Ns, M.Kep.



## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di Bawah ini,

Nama : Damson Maryos Srue

Nomor Induk Mahasiswa : KP.15.01.061

Program Studi : Ilmu Keperawatan dan Ners

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul :

Gambaran Pola Makan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar AL-ISLAM Tambakbayan Depok Kabupaten Sleman Yogyakarta

adalah hasil karya saya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun di institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ternyata apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah beserta gelar yang melekat.

Yogyakarta, 15032021

Yang menyatakan

  
METERAI  
TEMPEL  
8086 YAMF576464478  
6000  
ENAM RIBURUPIAH

Damson Maryos Srue

Mengetahui Ketua Dewan Penguji,

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadiirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan KaruniaNya kepada kita sebagai hambanya, sehingga penulis dapat menyelesaikan *skripsi* dengan judul “Gambaran Pola Makan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar Al Islam Tambakbayan Depok Kabupaten Sleman Yogyakarta” *skripsi* ini disusun dalam rangka menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjan Keperawatan di Program Studi Keperawatan S1 STIKES Wira Husada Yogyakarta. Dalam proses penyelesaian *skripsi* ini banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes. selaku ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta S1.
2. Ibu Ika Mustika Dewi,S.Kep,Ns,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. Ibu Yuli Ernawati, S.Kep,Ns,M.Kep. Selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Nasiatul Aisyah Salim,SKM.M.PH. selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Segenap Dosen serta Staff STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah membantu terselenggaranya perkuliahan.

6. Kedua orang tua penulis yang telah memberi nasihat, doa, dan dukungan moral maupun materil untuk penulis dalam menuntut ilmu, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhirnya kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah berperan serta dalam membantu penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penulisan ini. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun untuk dijadikan sebagai bahan evaluasi.

Yogyakarta, 04 februari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9
1. Pola Makan.....	9
2. Buah dan Sayur.....	11
3. Kandungan Gizi dan Manfaat Buah dan Sayur.....	12
4. Dampak Kurang Konsumsi Buah dan Sayur.....	14
5. Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Buah dan Sayur.....	17
B. Kerangka Teori.....	19
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Hipotesis.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	21

C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	21
D. Variabel Penelitian .....	24
E. Definisi Operasional .....	24
F. Alat Penelitian .....	25
G. Metode pengumpulan data.....	25
H. Pengolahan dan Analisa data.....	26
I. Etika penelitian.....	27
J. Jalannya penelitian .....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>32</b>
A. Profil SD Al Islam Tambakbayan.....	32
B. Hasil Penelitian.....	33
C. Pembahasan.....	40
<b>BAB V Kesimpulan dan Saran.....</b>	<b>44</b>
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Defenisi operasional .....	24
Tabel 2 Karakteristik responden penelitian .....	34
Tabel 3 Konsumsi sayuran jenis A .....	36
Tabel 4 Konsumsi sayuran jenis B.....	37
Tabel 5 Konsumsi sayuran jenis C.....	38
Tabel 6 Frekuensi konsumsi sayuran jenis A .....	39
Tabel 7 Frekuensi konsumsi sayuran jenis B.....	39
Tabel 8 Frekuensi konsumsi sayuran jenis C.....	40



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori .....	19
Gambar 2 Kerangka Konsep .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Rencana Jadwal Penelitian .....	36
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden Penelitian.....	37
Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden .....	38
Lampiran 4 Kuesioner .....	39

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak Usia sekolah adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini. Tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal tergantung pada pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar (Judarwanto, 2005). Pemberian makanan bergizi akan sangat banyak membantu pertumbuhan dan perkembangan diri. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat maksimal jika terpenuhi salah satunya yakni mengkonsumsi makanan yang sehat. Makanan yang baik dan bermanfaat bagi tubuh adalah makanan yang mengandung komponen unsur gizi yakni mengandung karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral (Susanto, 2014).

Konsumsi sayur diperlukan tubuh sebagai sumber vitamin, mineral dan serat dalam mencapai pola makan sehat sesuai anjuran pedoman gizi seimbang untuk kesehatan yang optimal. Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayur mempunyai fungsi sebagai antioksidan sehingga dapat mengurangi kejadian penyakit tidak menular terkait gizi (Hermina & Prihatini, 2016). Menurut rekomendasi Pedoman Gizi seimbang, penduduk usia > 10 tahun dianjurkan untuk mengkonsumsi sayur sebesar 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram per hari (Riskesdas, 2013). Standar konsumsi minimal yang ditetapkan adalah 5 porsi perhari selama 7 hari dan dikategorikan kurang apabila dibawah standar tersebut (Riskesdas, 2018).

Kurangnya konsumsi sayur pada usia sekolah akan menimbulkan resiko gangguan kesehatan di masa yang akan datang. Berbagai penelitian mengenai konsumsi sayur dapat beresiko dalam perkembangan penyakit degenerative seperti obesitas, diabetes, hipertensi dan kanker. Kurangnya konsumsi sayur artinya kurang asupan mineral dan vitamin. Kekurangan vitamin A dapat menyebabkan kekeringan pada selaput lender mata dan sering dikaitkan dengan katarak. Kekurangan vitamin B1, asam folat, dan vitamin B12 dapat menyebabkan meningkatnya kadar homosistein sehingga menyebabkan penebalan pembuluh darah dan resiko jantung coroner dan darah tinggi. Kekurangan vitamin C menyebabkan sariawan di mulut dan perdarahan pada gusi (Soenardi & Tuti, 2000).

Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi konsumsi buah/sayur kurang dari 5 porsi pada penduduk  $\geq 5$  tahun di Yogyakarta menduduki posisi terbawah ke dua se Indonesia atau di bawah standar Indonesia 95,5. Adapun pada umur 5-9 tahun dalam mengkonsumsi makan buah/sayur per hari dalam seminggu adalah 17 % tidak konsumsi; 67,1 % konsumsi 1-2 porsi; 12,8 % konsumsi 3-4 porsi, dan 3,1 % konsumsi  $\geq 5$  porsi (Kemenkes RI, 2018). Hasil Riskesdas tahun 2018 tentang konsumsi sayur dan buah di Yogyakarta sudah lebih baik daripada hasil Riskesdas Tahun 2013. Meski Yogyakarta masih dibawah standar Indonesia atau paling rendah pertama di Indonesia.

Berdasarkan survey konsumsi tahun 2016 yang dilakukan oleh Dinas pertanian, pangan dan perikanan maka skor pola pangan harapan (PPH) aktual adalah 87,1 dari skor ideal 100. hal ini mengindikasikan bahwa pola konsumsi masyarakat sleman masih kurang beragam, bergizi dan seimbang.

apabila skor PPH tersebut dibedah lebih mendalam, terdapat indikasi bahwa masyarakat Sleman kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah. Dari hasil pemetaan konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa kecamatan-kecamatan di kabupaten Sleman yang tergolong wilayah pertanian justru skor PPH sayur dan buah cenderung lebih rendah di bandingkan wilayah kecamatan kabupaten lainnya.

SD Al Islam Yogyakarta merupakan sekolah dasar dengan status swasta yang terletak di jalan Babarsari, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Sleman Yogyakarta. Menurut Penelitian Veneranda dkk (2017) di SD Al Islam Tambak Bayan Yogyakarta menjelaskan bahwa 52,6 % anak memiliki kebiasaan sarapan kadang-kadang dan 50 % anak memiliki status gizi kurus. Kebiasaan sarapan yang kadang-kadang bisa dipengaruhi oleh tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makan seperti rasa suka terhadap makanan, menu sarapan yang dikonsumsi saat sarapan pagi. Kebiasaan sarapan yang kadang-kadang tentu memiliki dampak yang kurang baik bagi kesehatan terutama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 5 Desember 2019, jumlah siswa kelas V di SD AL-ISLAM Tambakbayan Yogyakarta diketahui sebanyak 14 siswa. Hasil wawancara dengan kepala sekolah, wali kelas VI, dan 2 orang siswa mengatakan dalam 3 bulan terakhir ada siswa yang mengalami menderita gangguan pencernaan karena kekurangan serat dari asupan sayuran yang rendah. Sejauh ini belum ada penyuluhan tentang pola makan sayur dari pihak sekolah maupun luar, tetapi dalam kurikulum sekolah ada beberapa pelajaran yang berhubungan dengan mengonsumsi sayur dan buah.

Berdasarkan masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Pola Makan Sayur pada Anak Sekolah Dasar di SD AL-ISLAM Tambakbayan Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Sesuai latar belakang maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: "Bagaimana gambaran pola makan sayur pada anak sekolah dasar Al-Islam Tambakbayan, Depok Kab. Sleman Yogyakarta?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran pola makan sayur pada anak sekolah dasar Al-Islam Tambakbayan, Depok, Kab.Sleman Yogyakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui jenis sayuran yang dikonsumsi pada anak sekolah dasar Al-Islam Tambakbayan, Depok, Kab. Sleman Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui frekuensi sayuran yang dikonsumsi pada anak sekolah dasar Al-Islam Tambakbayan, Depok, Kab. Sleman Yogyakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis (ilmu keperawatan anak): Sebagai bahan kajian ilmiah dalam cara mengembangkan ilmu keperawatan anak.
2. Manfaat praktis
  - a. Bagi mahasiswa Stikes Wira Husada Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa ilmu keperawatan dalam melakukan praktik keperawatan komunitas khususnya pada anak usia sekolah.

b. Bagi siswa dan Guru di Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah untuk menginformasikan tentang pentingnya makan sayur.

c. Bagi Siswa peneliti lainnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan acuan dan patokan untuk peneliti selanjutnya.

## E. Keaslian Penelitian

1. Asweros Umbu Zogara (2018) meneliti tentang “Gambaran Pola Makan pada Anak Sekolah Dasar di Kota Kupang”, jenis penelitian ini bersifat *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di SDI Lasiana, SDI Oeba 3, SDI Oepura 3, SD GMT 7 Oebufu dan SDI Naikoten 1 Kota Kupang. Sampel penelitian adalah siswa kelas 1 dan 2 dengan jumlah 170 orang. Data pola makan responden diperoleh menggunakan form Semi *Quantitative Food Frequency Questionnaire*. Data dianalisis secara deskriptif. Hasil yang didapatkan adalah semua responden mengalami defisit karbohidrat, protein, dan lemak karena kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat gizi makro tersebut. Ikan menjadi lauk hewani yang paling sering dikonsumsi, sedangkan lauk nabati yang dikonsumsi responden tidak bervariasi, yaitu tempe, tahu, dan kacang merah. Konsumsi sayur dan buah cukup rendah pada responden. Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama menggunakan rancangan *cross-sectional dan deskriptif*. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini pada tempat dan responden penelitian.

2. Livia Nur Ghassani, Ronny Aruben, M.Zen Rahfiludin (2016) dengan judul “Gambaran Pengetahuan Sikap dan Praktik Ibu dalam Menyediakan Konsumsi Sayur pada Anak Usia Sekolah Dasar di Semarang”, jenis penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif. Variabel dalam penelitian ini yaitu pengetahuan, sikap dan praktik ibu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dipilih sesuai dengan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti. Informan triangulasi pada penelitian ini adalah 20 anak dari orangtua wali yang bersekolah di SD N Jabungan dan SD N Pendrikan Lor 03 serta 2 ibu PKK. Hasil yang didapatkan adalah Pengetahuan informan di SD N Pendrikan Lor 03 baik dibandingkan dengan informan di SD N Jabungan, Lebih dari separuh informan di SDN Jabungan memiliki sikap negatif dengan memberi pernyataan tidak setuju dalam menyediakan konsumsi sayur sedangkan di SD N Pendrikan Lor 03 informan memiliki sikap positif dengan memberikan pernyataan setuju dalam menyediakan sayur untuk anaknya. Secara keseluruhan praktik informan di SD N Jabungan dalam menyajikan sayur yaitu 1-9 kali/minggu. Sayuran yang dihidangkan kurang beraneka ragam dan cara pengolahan sayuran yang dilakukan oleh informan masih kurang. Informan di SD N Pendrikan Lor 03 dalam menyajikan sayur yaitu 10 – 14 kali/minggu. Cara pengolahan sayur masih kurang namun dalam hal ini informan sudah jauh lebih kreatif dalam menyajikan sayur untuk anaknya apabila anaknya susah untuk makan sayur, yaitu dengan cara membuat inovasi lainnya. Persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan teknik *purposive sampling*, bersifat deskriptif dan dilakukan pada anak usia Sekolah Dasar



sedangkan perbedaan pada penelitian ini ada pada variabel penelitian dan tempat penelitian.

3. Marchelli Dwi Muthith (2018) dengan judul “Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak SD Islam Al-Azhar 32 Padang”, jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain *survey research methode*. Penelitian ini dilakukan di SD Islam Al-Azhar 32 Padang terhadap 67 siswa kelas IV dan V. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan *simple random sampling*. Data pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi sayur dan buah didapatkan melalui wawancara dengan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak memiliki pengetahuan yang baik dan memiliki sikap positif. Namun masih memiliki perilaku yang kurang baik terutama pada jumlah konsumsi makan sayur dan buah. Sebanyak 94.1 % tidak mengonsumsi sayur dan 86.6 % tidak mengonsumsi buah sesuai anjuran makan sehari. Persamaan dalam penelitian ini yaitu bersifat deskriptif dan penelitian dilakukan pada anak SD. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini ada pada variabel dan teknik pengambilan sampel.
4. Ronasari Mahaji Putri, Susmini, Hari Sukanto Hadi (2017) dengan judul “Gambaran Pengetahuan Sayur Anak Usia 5-12 Tahun di Yayasan EleosIndonesia Desa Sukodadi Kecamatan Wagir Kabupaten Malang”, jenis penelitian ini adalah observasional dengan sampel anak usia 5-12 tahun sejumlah 87 anak. Instrumen berupa lembar questioner. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan anak usia 5-12 tahun (jenis, manfaat, kandungan serta akibat kurang sayur) di Yayasan Eleos Desa Sukodadi Kecamatan Wagir Kabupaten Malang dalam kategori kurang.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jenis penelitian deskriptif dan instrumen menggunakan lembar kuesioner. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini ada pada variabel penelitian.

5. Andika Mohammad, Siti Madanija (2015) dengan judul “Konsumsi Buah dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar di Bogor”, Desain penelitian ini adalah *cross-sectional* dengan teknik penarikan subjek secara *purposive* sebanyak 108 subjek di dua sekolah dasar di Bogor yaitu SDN Cibanteng 01 Kabupaten Bogor dan SDN Papandayan Kota Bogor. Konsumsi buah dan sayur di SDN Papandayan lebih besar dibandingkan dengan SDN Cibanteng. Terdapat perbedaan yang nyata konsumsi buah anak berdasarkan suku dan pekerjaan ibu ( $p < 0,05$ ). Persamaan dalam penelitian ini adalah deskriptif dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, sedangkan perbedaannya pada subyek penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan kesimpulan yang dapat diambil antara lain :

1. Konsumsi siswa terhadap berbagai jenis sayuran dapat dikatakan cukup banyak, paling banyak sayuran jenis B (75,1%), diikuti sayuran jenis A (54,2%) dan sayuran jenis C (47,6).
2. Frekuensi siswa mengkonsumsi sayuran jenis jenis A, B dan C sebagian besar 2 kali dalam 1 bulan (23,9%).

#### **B. Saran**

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan khasanah pengetahuan terutama yang berkaitan dengan pola makan sayur pada anak sekolah dasar.

2. Bagi SD Al-Islam Tambakbayan

Hasil penelitian ini memberikan informasi tentang pola makan sayur baik jenis maupun frkuensi dan untuk ditindak lanjuti dengan mengatur jajanan di kantin sekolah yang lebih mengutamakan sayur dari pada snack, es, makanan cepat saji atau lainnya. SD Al-Islam Tambakbayan dapat membuat aturan bagi

penjual di kantin sekolah untuk menyediakan jajanan dan makanan yang sehat dan memperbanyak sayuran serta bervariasi.

### 3. Bagi Mahasiswa STIKES Wira Husada

Hasil penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut faktor-faktor apa yang mempengaruhi pola makan sayur pada siswa, maupun sebagai pedoman untuk melakukan penelitian sejenis untuk wilayah yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad susanto, 2014. *Teori Belajar Dan Pembelajaran Di Sekolah Dasar*, (Jakarta: Kencana Perdana Media Group)
- Akdon, riduan. 2012. *Rumus Dan Data Dalam Aplikasi Statistika*. Cetakan I Bandung: Alfa beta.
- Ali Khomsan dan Faisal Anwar. 2008. *Sehat Itu Mudah. Hikmah*: Jakarta. Hal. 34
- Astawan, M., 2008, *Sehat dengan Buah*, 103-104, Jakarta, Dian Rakyat.
- Almatsier, S, 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Atikah dan Erna.(2010). *Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur penelitian : Suatu pendekatan praktek*. Edisi revisi. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Candrawati, E., Widiani, E. (2015). *Pelaksanaan program UKS dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa sekolah dasar di kecamatan Kedung Kandang kota Malang*. Jurnal Care, Vol. 3, No. 1, 2015
- Dewi Fatmawati,2001, *Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Konsumsi Sayuran Pada anak Sekolah Dasar Kelas V SDN Ngesrep Timur 01/02*, Semarang:Undip
- Dennison, P. E., and Dennison, G.E. 2004.*Edu-K for Kids*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Departemen Kesehatan RI. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 5*. Jakarta: Depkes RI, p441-448.

- Dennison-himmelfarb C., Handler J. and Lackland D.T., 2014, 2014  
*EvidenceBased Guideline for the Management of High Blood Pressure in Adults Report From the Panel Members Appointed to the Eighth Joint National Committee (JNC 8)*, , 1097, 1–14.
- Ghasani, livia nur, dkk. 2016. *Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Praktik Ibu Dalam Menyediakan Konsumsi Sayur Pada Anank Usia Sekolah Dasar Di Semarang*. Mahasiswa Peminatan Gizi Masyarakat: Semarang
- Hadi, Nor. 2011. *Corporate Social Responsibility*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Hermina & Prihatini (2016) Gambaran Konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia dalam konteks gizi seimbang. Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. *Bulletin Penelitian Kesehatan*, 44, 207.
- Hidayat AA. Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan *Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika; 2012
- Jahari, A.B., dkk. 2007. *Masalah Kekurangan Kalori Protein. Gizi Indonesia*. Jakarta
- Johnson, Ruth. 2005. *Buku Praktik Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Jus'at, I, dkk.(2004). *Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi VIII. Ketahanan Pangan dan Gizi di Era otonomi Daerah dan Globalisasi*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI)
- Judarwanto, (2005). *Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak*. Jakarta: Puspa Swata.
- Kemenkes Ri. 2013. *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes Ri
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Mahrn, Jamaluddin dan 'Abdul 'Azhim Hafna Mubasyir, *Al Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-Obatan*, Mitra Pustaka, Yogyakarta, 2006

- Miniarti, Etti dkk. 2014. *Gambaran Pengetahuan Ibu, Sikap Ibu, dan Pola Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Prasekolah di Kabupaten Toraja Utara.*
- Mohammad, andika. 2015. *Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Usia Sekolah Dasar* : Jakarta
- Muthith, marchelli dwi. 2018. *"Gambaran pengetahuan sikap konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar islam al-azhar 32 padang"* pustaka.poltekkes-pdg.id
- Nainggolan, Adimunca. 2005. *Diet Sehat dengan Serat. Cermin Dunia Kedokteran.* Jakarta.
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Notoadmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Oktaviani W. 2011, *Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Mahasiswa S1 Keperawatan Program A FIKES UPN Veteran* Jakarta
- Puutri, rona sari mahaji. 2017. *Gambaran Pengetahuan Sayur Anak Usia 5-12 Tahun Di Yayasan Eleos Indonesia* : Malang
- Rahmat, M. 2011. *"Survey Konsumsi Pangan Individu Dan Keluarga"* Dalam Jurnal Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Edisi 2018: Poloteknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta II.
- Risikesdas. 2013 . *riset kesehatan dasar. Kementerian kesehatan*
- Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas). (2018) *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018.*  
[Http://WWW.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil%20Risikesdas%202018.pdf](http://WWW.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Risikesdas%202018.pdf)

- Ruwaidah, Amin. 2007. *Penyakit Akibat Lalai Mengonsumsi Buah dan Sayur serta Solusi Penyembuhannya*. Diakses pada 15 April 2010 dari [www.healindonesia.com/2009/05/15/](http://www.healindonesia.com/2009/05/15/)
- Santoso,S dan Ranti L.A, 2004. *Kesehatan Dan Gizi*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Santoso, A. 2013. Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. Magistra No. 75 Th. XXII, Maret.
- Sari, R.I. 2012. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Usia 12-15 Tahun di Indonesia tahun 2007*.
- Sediaoetama. 1987. *Dalam Buku Santoso. Kesehatan dan gizi*. Jakarta : Rineka Cipta; 2004.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan (Ed.2)* Yogyakarta: Graha Ilmu
- Silalahi J. 2006. *Antioksidan dalam Diet dan Karsinogenesis*. Cermin Dunia Kedokteran. 153: 42-47
- Soenardi & Tuti. 2000. *Variasi Makanan Balita. Kiat Atasi Salah Makan pada Anak*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Subarja, L. M. 2012. *Buku Pintar Panduan Terlengkap Hidup Sehat*. Yogyakarta: Aulya Publishing.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung; Alfabeta.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta. CV
- Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Jakarta : Graha ilmu



Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS). 2014

Susanto, 2014.

Supariasa, dkk. 2002. "*Penilaian Status Gizi*". Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Tuti, Soenardi.(2006). *Gizi Seimbang Untuk Bayi & Balita*. Jakarta:Prima Media Pustaka.

Veneranda, W dkk (2017). Hubungan Sarapan Pagi dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SD Islam Al Islam Tambak Bayan Yogyakarta. Volume 3 Nomor 1. Jurnal Health Care Media

Willy, dkk., 2011 Willy, P., & Sarwono. (2014). *Analisis Daya Saing Kedelai* Indonesia. JEJAK, 100-202

Zagora, *asweros umbu*. 2018. *Gambaran pola makan pada anak sekolah dasar* :kota kupang