

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini, membahas (a) media pembelajaran, (b) ular tangga raksasa, (c) konsep dasar pengetahuan, (d) konsep dasar sikap, (e) buah dan sayur, (f) kandungan gizi dalam buah dan sayur, (g) manfaat buah dan sayur, (h) akibat kurang konsumsi buah dan sayur, (i) cara agar anak mau konsumsi buah dan sayur.

A. Media Pembelajaran

1. Definisi Media Pembelajaran dalam Promosi Kesehatan

Istilah “media” berasal dari kata Latin “media” yang berarti “perantara” atau “penyalur pesan”. Media sering disebut sebagai alat bantu yang digunakan untuk memudahkan pekerjaan. Media promosi kesehatan dapat membantu keberhasilan proses pembelajaran karena menarik perhatian dan materi yang disampaikan lebih menarik, inovatif, dan tidak membosankan (Dari dkk, 2021).

Dalam bukunya, Kholid (2014) menyatakan bahwa media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dapat berdampak pada perkembangan dan efektivitas pembelajaran.

2. Fungsi Media Pembelajaran

Menurut Kholid (2014) fungsi media diantaranya :

- a. Dapat membantu audiens mengatasi keterbatasan pengalaman mereka.
- b. Memungkinkan audiens berinteraksi langsung dengan lingkungan mereka.
- c. Media memiliki kemampuan untuk menanamkan ide-ide dasar yang benar, nyata dan dapat dilaksanakan.
- d. Media mendorong minat dan keinginan baru.
- e. Media membuat anak termotivasi dan mendorong mereka untuk belajar.

B. Ular Tangga Raksasa

1. Pengertian Ular Tangga

Menurut Pramita dan Agustini (2016), permainan ular tangga sangat disukai oleh orang-orang dari segala usia, termasuk anak-anak dan remaja. Karena permainan ini menarik, efektif, dan mendidik.

Permainan ini dimainkan menggunakan dadu dengan melibatkan 2 atau 4 orang atau lebih. Papan permainan ular tangga terdiri dari beberapa kotak kecil, dan beberapa kotak menampilkan “tangga” dan “ular” yang terhubung satu sama lain.

2. Kelebihan Ular Tangga

Satrianawati (2018) dalam pendapatnya menjelaskan, permainan ular tangga memiliki kelebihan sebagai berikut :

- a. Meningkatkan proses belajar dan membangun kreatifitas diri pada anak.
- b. Memfokuskan anak menjadi subjek belajar, karena mengajak anak untuk terlibat secara penuh.
- c. Menarik minat dan sikap anak untuk senang belajar, karena anak dapat bermain sambil belajar.
- d. Dapat membantu perkembangan setiap anak, termasuk perkembangan kecerdasan dan pengetahuan anak.
- e. Merangsang anak tanpa disadari untuk belajar memecahkan masalah sederhana
- f. Permainan ini dapat membantu anak-anak meningkatkan kemampuan mereka untuk menunggu dalam memulai permainan.
- g. Dapat dimainkan, baik di dalam atau di luar kelas.

3. Kekurangan Ular Tangga

Adapun kekurangan ular tangga menurut pendapat Melsi (2015) dalam Nasrani (2018) sebagai berikut :

- a. Cenderung memerlukan banyak waktu.
- b. Anak-anak tidak lagi tertarik untuk bermain jika mereka merupakan tipe anak yang cepat bosan.

- c. Anak-anak dapat mengalami kekacauan saat bermain jika mereka tidak memahami aturan permainan.
- d. Permainan akan menjadi sulit bagi anak yang kurang menguasai materi.

Setiap metode pembelajaran atau media memiliki kelemahan dan kelebihan. Oleh karena demikian, dengan mempertimbangkan keuntungan yang ditawarkan, penggunaan metode permainan ular tangga dalam memberikan edukasi kepada anak-anak tentang mengonsumsi buah-buahan dan sayur-mayur terhadap pengetahuan dan sikap dapat dianggap sebagai alternatif untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang menyenangkan, efektif, dan menarik.

4. Alat Permainan

a. Papan permainan

Papan permainan dalam permainan ini memiliki ukuran 1,5 x 1,5 meter, dan memiliki jumlah 36 kotak.

Di dalamnya tersedia kotak soal, kotak zonk dan kotak hadiah. Pada papan permainan juga ada “ular” dan “tangga”. Jika pemain berada di bawah tangga, pemain harus naik sampai ujung tangga, dan jika pemain berada di kepala ular, pemain harus turun sampai ujung ekor ular. Jika pemain mendapat kotak zonk, pemain harus mundur tiga langkah.

b. Pion

Pemain berperan sebagai pion.

c. Dadu

Dadu permainan ini menggunakan dadu kubus berukuran 20x20 cm dengan mata dadu 1-6.

d. Kartu

a) Kartu Soal

Berisi pertanyaan dan pernyataan tentang konsumsi buah dan sayur. Pemain akan diberi kartu soal yang berisi pertanyaan dan pernyataan ini, sesuai dengan nomor kotak dimana pemain berada.

Jika pemain bisa menjawab pertanyaan maupun pernyataan dengan benar, pemain dapat berhak berjalan sesuai dengan mata dadu yang telah mereka dapatkan. Jika pemain salah atau tidak dapat menjawab

pertanyaan maupun pernyataan , pemain harus tetap berada di kotak semula, dan menunggu giliran untuk mengundi mata dadu selanjutnya. Kartu soal ini berwarna orange dengan jumlah delapan kartu. 4 kartu berisi item pertanyaan dan 4 kartu berisi item pernyataan



Gambar 2.1 Media Permainan Ular Tangga Raksasa, Kartu Soal dan Aturan Permainan

5. Alur/ langkah-langkah cara Bermain

Alur/langkah-langkah cara bermain permainan ular tangga raksasa ini sama dengan alur bermain ular tangga jenis lain. Yaitu :

- a. Permainan ini terdiri dari 3 papan, dengan 5 atau 6 pemain di masing-masing papan. Pemain terdiri dari 6 kelompok.
- b. Menggunakan cara hompimpa untuk menentukan pemain pertama. Permainan dimulai di kotak sebelah kiri setelah pemain mendapatkan 6 mata dadu.
- c. Pemain melakukan permainan dengan berjalan sesuai jumlah dadu yang dimainkan.

- d. Saat pemain menempati kotak berwarna yang memiliki kartu soal, maka pemain juga harus membuka kartu soal yang berwarna sama dengan nomor kotak yang sama, sesuai dengan yang ada pada kotak permainan.
- e. Pemain membacakan pertanyaan dengan lantang dan keras supaya pemain lain dapat mendengarkannya dan menjawab nya, serta untuk mendengarkan penjelasan fasilitator untuk memastikan bahwa jawaban yang diberikan benar.
- f. Pemain dapat berjalan sesuai dengan dadu yang mereka dapatkan jika mereka dapat menjawab dengan benar. Namun, jika mereka menjawab salah, mereka harus tetap berada di kotak hingga giliran selanjutnya.
- g. Pemain dapat membawa pulang hadiah jika mereka berada pada kotak hijau muda dengan kotak hadiah yang sesuai dengan nomor kotak.
- h. Jika pemain berada di kotak zonk, maka pemain harus mundur 3 langkah.
- i. Pemain harus turun jika berada di kepala ular, namun jika berada di bawah tangga, pemain berhak untuk naik.
- j. Setelah pemain pertama melemparkan dadu dan mulai berjalan, pemain selanjutnya memiliki kesempatan untuk melempar dadu sambil mengikuti aturan yang telah diberikan dan dibacakan sebelumnya.
- k. Pemenang adalah pemain yang mencapai kotak finish pertama dan menerima hadiah bonus.

6. Alasan Peneliti Menggunakan Media Permainan Ular Tangga Raksasa

Peneliti berpendapat bahwa permainan ular tangga raksasa secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang mengkonsumsi buah dan sayur karena anak-anak dapat secara aktif terlibat dalam permainan dan lebih tertarik untuk belajar sambil bermain, sehingga anak-anak secara tidak langsung dapat bermain sambil belajar.

Peneliti percaya bahwa permainan ular tangga dapat menumbuhkan rasa senang, ketertarikan, dan keterlibatan anak melalui pembelajaran. Selain itu, peneliti berpendapat bahwa aturan dan permainan ular tangga lebih sederhana daripada permainan lain. Sehingga bagi anak sekolah dapat lebih mudah memahami dan menyerap materi edukasi melalui permainan tersebut.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa permainan ular tangga bermanfaat dalam pembelajaran. Peneliti berpendapat bahwa permainan ini dapat menjadi alternatif yang efektif dan menarik untuk meningkatkan pengetahuan anak karena anak cenderung menimbulkan minat dan mengaktifkan aspek emosi dan kognitif dalam pembelajaran, meningkatkan daya pikir, daya cipta, dan bahasa.

Permainan ini juga dinilai dapat menumbuhkan sikap, mental, dan moral yang baik. Selain itu, anak-anak juga dapat belajar tentang apa artinya menang dan kalah, serta bagaimana bekerja sama dan menunggu giliran pada saat bermain.

Berangkat dari teori Montessori yang dikembangkan oleh seorang dokter pada tahun 1870, yaitu Maria Montessori. Maria berpendapat bahwa anak-anak bebas memilih apa yang ingin mereka pelajari agar mampu meraih potensinya pada keterampilan intelektual, seperti konsentrasi dan mengamati. Sehingga mereka dapat meraih potensinya dalam kehidupan.

Berdasarkan prinsipnya, teori Montessori dibagi dalam lima prinsip seperti yang dijelaskan oleh Masyrofah (2017) sebagai berikut

a. Pembelajaran eksperiensial

Anak-anak akan diajak untuk mengalami apa yang mereka pelajari secara langsung daripada hanya duduk dan mendengarkan penjelasan dari guru atau orang tua mereka.

b. Orang tua atau guru menyediakan alat belajar

Metode *Montessori* melibatkan orang tua dan guru. Oleh karena itu, penting bagi anak-anak untuk dikenalkan dengan materi pembelajaran agar mereka dapat mempelajari apa yang mereka pelajari secara langsung.

c. Lingkungan didesain khusus (*prepared environment*)

Orang tua atau guru memiliki kemampuan untuk membuat ruang belajar yang dirancang khusus untuk anak-anak agar mereka dapat melihat dan merasakan apa yang mereka pelajari.

Peneliti telah menciptakan suatu ruang atau lingkungan yang telah didesain dengan permainan ular tangga raksasa. Sehingga anak dapat merasakan dan menyerap pengetahuan yang mereka dapati.

d. *One of the lesson*

Dengan mengikuti prinsip ini, orang tua atau guru diharapkan dapat memenuhi kebutuhan anak melalui pembelajaran 1-1 untuk memastikan bahwa anak mendapatkan arahan dan pembelajaran yang terbaik.

e. *Peace Education*

Dalam teori *Montessori*, *peace education* menekankan pengajaran nilai-nilai perdamaian kepada anak-anak. Anak-anak akan mampu mengatasi masalah dan konflik secara kreatif dan tanpa kekerasan. Anak-anak juga akan belajar bagaimana mencintai, menghormati, dan menghargai orang lain.

Melalui permainan ular tangga raksasa ini, peneliti yakin bahwa permainan ini memiliki kemampuan dalam menimbulkan emosi positif dan kegembiraan, yang dipicu oleh keinginan pemain untuk menang. Selain itu, melalui permainan ular tangga raksasa ini, peneliti berharap anak-anak dapat memperoleh pengetahuan dan sikap yang lebih baik dalam konsumsi buah-buahan dan sayur-mayur.

C. Konsep Dasar Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*), menurut Notoatmodjo dalam Mayhendrawan (2022), adalah hasil dari “tahu” dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Lima panca indera, yaitu, penciuman, perasa, pendengaran, penglihatan, dan peraba. Namun, mata dan telinga adalah sumber utama manusia mendapatkan pengetahuan. Pengetahuan dapat didefinisikan sebagai segala sesuatu yang telah dialami setelah melihat, menyaksikan, mengalami, dan sebagainya.

b. Pentingnya Pengetahuan

Tindakan seseorang (*over behaviour*) dipengaruhi oleh pengetahuan mereka. Dalam bukunya Notoatmodjo (2007) menyatakan bahwa perilaku yang didasarkan pada pengetahuan akan jauh lebih bertahan lama daripada perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan.

Menurut Notoatmodjo (2007), terdapat beberapa proses yang harus dilalui sebelum seseorang mengembangkan perilaku baru, yaitu:

1. *Awareness* (kesadaran) adalah ketika seseorang menyadari stimulasi atau objek terlebih dahulu.
2. *Interest* (merasa tertarik) terhadap dorongan atau objek tertentu, dalam kasus ini, sikap objek mulai muncul.
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap apakah stimulasi tersebut bermanfaat baginya atau tidak.
4. *Trial*, sikap dimana subjek mulai berusaha mengikuti dorongan stimulus.
5. *Adaptation*, berdasarkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap subjek terhadap stimulus, subjek telah mengubah perilakunya.

Pengetahuan adalah dasar untuk merubah perilaku sehingga dapat bertahan lama. Apabila perilaku baru diterima atau diadopsi melalui proses seperti ini dan didasarkan pada pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif, perilaku tersebut akan bertahan lama. Sebaliknya, jika perilaku tersebut tidak didasarkan pada pengetahuan dan kesadaran, perilaku tersebut tidak akan bertahan lama (Notoatmodjo, 2007).

c. Faktor Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Wawan & Dewi (2011) mengatakan bahwa pengetahuan dapat dipengaruhi oleh :

1. Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi cara seseorang berperilaku, terutama dalam hal pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah dan lebih banyak informasi yang masuk, dan semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan.

2. Informasi dan media massa

Pendidikan formal dan nonformal (media massa), dapat memberikan pengetahuan jangka pendek, yang memungkinkan perubahan dan peningkatan pengetahuan.

3. Lingkungan

Proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan juga dipengaruhi oleh lingkungan, yang disebabkan oleh adanya interaksi yang akan direspons sebagai pengetahuan. Individu atau kelompok akan berperilaku positif jika lingkungannya mendukung, tetapi jika

lingkungannya tidak kondusif, individu atau kelompok tersebut akan berperilaku kurang baik.

4. Pengalaman

Pengalaman adalah cara mendapatkan pengetahuan yang benar. Pengalaman dapat berasal dari pengalaman diri sendiri atau dari pengalaman orang lain.

5. Sosial budaya dan ekonomi

Status ekonomi dan sosial budaya seseorang juga dapat mempengaruhi ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu. Oleh karena itu, status ekonomi dan sosial budaya seseorang akan mempengaruhi apa yang mereka ketahui.

6. Usia

Daya tanggap dan pola pikir seseorang dipengaruhi oleh usia. Pola pikir dan daya tangkap seseorang akan berkembang seiring bertambahnya usia, sehingga lebih banyak pengetahuan yang mereka peroleh.

d. Tingkat Pengetahuan

Dalam bukunya, Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa pengetahuan kognitif terdiri dari enam tingkatan, yaitu :

1. Tahu (*know*)

Tahu adalah jenis pengetahuan paling rendah, dan mencakup mengingat kembali (*recall*) atau informasi sebelumnya.

Memiliki kemampuan untuk menyebutkan, menjelaskan, menguraikan, dan mendefinisikan materi dengan benar adalah salah satu cara untuk mengukur pengetahuan seseorang tentang apa yang telah mereka pelajari.

2. Memahami (*comprehension*)

Untuk memahami sesuatu, seseorang harus memiliki kemampuan untuk menjelaskan dan menginterpretasikan materi yang mereka ketahui secara akurat.

3. Aplikasi (*application*)

Penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam situasi yang telah dipelajari atau kondisi real (sebenarnya) disebut aplikasi.

4. Analisis (*analysis*)

Pengetahuan seseorang dapat dikategorikan ketika mereka dapat menjabarkan materi atau objek tertentu ke dalam bagian-bagian yang terlibat dalam suatu masalah dan berhubungan satu sama lain. Termasuk membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan membuat diagram atau bagan tentang pengetahuan mereka.

5. Sintesis (*synthesis*)

Kemampuan untuk meletakan, menghubungkan, atau menyusun formulasi baru dari formulasi yang telah ada terhadap bagian-bagian dari suatu objek tertentu disebut sintesis.

6. Evaluasi (*evaluation*)

Kemampuan untuk melanjutkan justifikasi atau penilaian terhadap suatu hal disebut evaluasi. Penilaian didasarkan pada kriteria yang telah ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ditentukan.

e. Metode dalam Mendapatkan Pengetahuan

Dalam bukunya, Kholid (2012) menyatakan bahwa ada dua metode untuk memperoleh pengetahuan, yaitu :

1. Metode tradisional atau non ilmiah

Sebelum metode ilmiah atau metode penemuan sistematis dan logis ditemukan, metode tradisional digunakan untuk mendapatkan kebenaran pengetahuan.

Metode tradisional atau non ilmiah meliputi :

a) Metode uji coba salah (*trial and error*)

Metode coba salah adalah mencoba berbagai pilihan untuk memecahkan masalah. Jika satu pilihan tidak berhasil, pilihan lain akan dicoba

Jika kemungkinan kedua tidak berhasil, cobalah kemungkinan ketiga, keempat, dan seterusnya sampai masalah dapat diselesaikan. Oleh karena itu, metode ini dikenal sebagai metode coba salah atau metode “*trial*” “*error*”.

b) Metode kekuasaan atau otoritas

Prinsip ini menyatakan bahwa orang lain menerima pendapat dari orang yang berkuasa, seperti pemimpin pemerintah, tokoh agama, dan ahli ilmu pengetahuan. Pada dasarnya, mereka menggunakan mekanisme yang sama untuk menemukan pengetahuan. Mereka tidak terlebih dahulu menguji atau membuktikan kebenaran ide tersebut, baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri. Orang yang menerima pendapat percaya bahwa pendapat orang selalu benar.

c) Menurut pengalaman pribadi

Meskipun pengalaman pribadi sering disebut sebagai sumber kebenaran pengetahuan, tidak semua pengalaman pribadi dapat menuntun seseorang untuk menarik kesimpulan yang tepat. Oleh karena itu, untuk dapat menarik kesimpulan yang tepat dari pengalaman pribadi, diperlukan berpikir kritis dan logis.

d) Melalui proses pemikiran

Dengan menggunakan jalan pikirannya, baik induksi maupun deduksi, manusia dapat memperoleh pengetahuan. Induksi adalah proses membuat kesimpulan dari umum ke khusus, sementara deduksi adalah proses membuat kesimpulan melalui pernyataan- pernyataan khusus pada umum.

2. Metode modern atau ilmiah

Dilakukan secara langsung dengan melihat dan mencatat semua fakta yang berkaitan dengan subjek penelitian. Dilakukan untuk mencapai kesimpulan. Metode pengumpulan pengetahuan yang lebih sistematis, logis, dan ilmiah lebih ditekankan dalam pendekatan modern atau ilmiah.

f. Pengukuran Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) dalam bukunya, pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan melakukan wawancara atau angket yang ingin diketahui atau diukur. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan berdasarkan tingkat pengetahuan responden, yang mencakup pemahaman, aplikasi, sintesis dan evaluasi.

g. Klasifikasi Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto (2006), ada tiga kategori tingkat pengetahuan berdasarkan nilai-nilai berikut :

Tabel 2.1
Kategori Tingkat Pengetahuan

Kategori	Nilai
Tingkat pengetahuan baik	Nilai 70-100
Tingkat pengetahuan cukup	Nilai 50-69
Tingkat pengetahuan kurang	Nilai \leq 49

D. Konsep Dasar Sikap

a. Definisi Sikap

Sikap, menurut La Pierre dalam Azwar (2015), didefinisikan sebagai pola perilaku, kecenderungan atau kesiapan antisipatif, kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, dan kecenderungan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Selain itu, sikap juga merupakan tanggapan terhadap dorongan sosial yang telah terkondisikan.

Selain itu, sikap individu termasuk dalam evaluasi mereka terhadap rangsangan atau tujuan. Sikap sehari-hari adalah reaksi emosional terhadap stimulus sosial. Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa sikap adalah kecenderungan untuk bertindak atau berperilaku, bukan aktivitas atau tindakan.

b. Tingkat Sikap

Sikap memiliki berbagai tingkatan yaitu (Wawan dan Dewi, 2011) :

1. Sikap menerima (*receiving*)

Subjek menerima stimulus dan ingin melakukannya.

2. Sikap merespons (*responding*)

Jika ditanya, memberikan jawaban. mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan menunjukkan sikap bahwa sudah berusaha untuk memberikan jawaban yang diinginkan.

3. Sikap praktik atau tindakan (*proactive*)

Tidak ada sikap yang dapat terwujud secara langsung dalam suatu tindakan.

Untuk mendukung sikap itu menjadi tindakan nyata, diperlukan faktor

pendukung atau fasilitas. Selain faktor fasilitas, diperlukan faktor dukungan dari orang lain.

4. Sikap menghargai (*valving*)

Salah satu indikasi sikap tingkat tiga adalah mendorong orang lain untuk melakukan sesuatu atau berdiskusi tentang masalah tersebut dengan orang lain.

5. Sikap bertanggung Jawab

Bertanggung jawab atas segala hal yang diyakini dengan segala risiko, adalah sikap terbaik.

c. Bagian Sikap

Sikap terdiri dari tiga bagian, menurut Suharyat (2009).

1. Bagian kognitif

Keyakinan seseorang tentang apa yang benar atau tepat tentang subjek sikap.

2. Bagian afeksi

Merupakan bagian dari objek sikap dan perasaan yang memiliki elemen emosional yang dikenal sebagai niatan.

3. Bagian konatif

Konatif biasanya disebut sebagai bagian perilaku, dan menunjukkan kecenderungan seseorang untuk melakukan sesuatu.

d. Faktor-faktor yang Berdampak pada Sikap

Middlebrook dalam Azwar (2007) menyatakan, sikap dapat berdampak oleh berbagai macam faktor. Antara lain:

1. Pengalaman pribadi

Pengalaman akan lebih mendalam dan membekas apabila situasinya sangat melibatkan emosi dan benar-benar dihayati oleh orang yang bersangkutan. Akibatnya, kesan yang kuat dapat menjadi dasar dari pembentukan sikap individu.

2. Pengaruh dari kebudayaan

Tanpa disadari, kebudayaan telah membentuk cara seseorang bertindak terhadap berbagai masalah. Sikap seseorang sangat dipengaruhi oleh kebudayaan tempat mereka dibesarkan dan tinggal.

3. Pengaruh dari individu yang dianggap penting

Individu yang berada di sekeliling kita adalah bagian dari sosial, dan sedikit banyak dari mereka dapat mempengaruhi cara seseorang bertindak.

4. Media massa

Media massa sebagai alat komunikasi yang dapat memberikan saran dan mengartikan pendapat individu. Adanya informasi terbaru tentang sesuatu akan membentuk fondasi kognitif untuk sikap.

5. Tingkat pendidikan individu

Pendidikan memungkinkan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik teoritis maupun praktis, tentang objek sikap mereka sendiri. Dari awal sekolah hingga pendidikan terakhir, prestasi belajar seseorang dapat membantu menemukan tingkat kemampuan mereka.

6. Pengaruh emosional

Emosi bertindak sebagai pengalihan untuk melindungi ego.

e. Pengukuran Sikap

Menurut Gayatri (2004), ada tiga cara umum untuk mengukur sikap : wawancara, observasi, dan kuesioner.

Pernyataan sikap adalah kumpulan kalimat yang berbicara tentang sikap yang akan diungkapkan. Pernyataan sikap dapat berisi informasi yang mendukung sikap. Pernyataan ini disebut dengan pernyataan *favorable*.

Jika pernyataan sikap berisi hal-hal negatif tentang objek sikap, disebut pernyataan *unfavorable* (Senja dkk, 2020).

Suatu skala sikap dirancang untuk mengandung pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dalam proporsi yang seimbang. Akibatnya, tidak semua pernyataan yang disajikan dinilai positif atau negatif.

Adapun isi kuesioner *favorable* atau sikap positif dengan nilai item yaitu :

Tabel 2.2
Kategori Favorable

Kategori	Nilai
Sangat setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Ragu-ragu (R)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Adapun isi kuesioner *unfavorable* atau sikap negatif dengan nilai item yaitu :

Tabel 2.3
Kategori Unfavorable

Kategori	Nilai
Sangat setuju (SS)	1
Setuju (S)	2
Ragu-ragu (R)	3
Tidak Setuju (TS)	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	5

E. Konsumsi Buah dan Sayur

Memngonsumsi buah-buahan dan sayur-mayur adalah cara penting untuk mencegah defisiensi zat gizi mikro dan penyakit menular pada anak-anak. Karena keduanya berfungsi sebagai zat pengantar dan antibodi dalam metabolisme tubuh (Mahmudah & Yuliati, 2020). Kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan tubuh kekurangan vitamin dan mineral penting. Hal ini pasti akan mempengaruhi kesehatan anak.

Departemen Pertanian Amerika menemukan bahwa anak-anak lebih suka makan - makanan instan atau *fast food* seperti *hamburger, pizza, fried chicken, ice cream* dan *spaghetti* sedangkan buah dan sayur cenderung kurang disukai. Padahal makanan-makanan ini memiliki jumlah serat yang rendah dan lemak yang tinggi (Suyatno dkk, 2015).

Kurang mengonsumsi buah dan sayur menyebabkan masalah pada kesehatan mata dan gejala anemia seperti kelelahan, lesu, malas, dan konsentrasi yang rendah karena rendahnya jumlah sel darah merah dalam tubuh. selain itu, anak-anak mungkin

mengalami masalah buang air besar, sembelit, dan penurunan daya tahan tubuh (Yuliarti, 2008).

Di Indonesia, banyak anak yang tidak menyukai buah dan sayur. Banyak hal yang menyebabkan mereka tidak suka buah dan sayur. Penyebab pertama adalah faktor internal, yang didorong oleh pikiran dan pengalamannya sendiri. Penyebab kedua adalah faktor eksternal, yang dimana pengetahuan dan sikap yang diperoleh dari orang lain dan lingkungan, seperti pola makan keluarga dan ketersediaan buah dan sayur di rumah maupun di sekolah, memengaruhi faktor ini (Fitriani & Andriyani, 2015).

F. Buah dan Sayur

1. Pengertian Buah

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), buah-buahan menyediakan berbagai vitamin (A,B,B1,B6 dan C), serta mineral dan serat pangan yang diperlukan untuk tubuh dan perkembangan anak. Beberapa vitamin dan mineral ini berfungsi sebagai antioksidan dalam tubuh.

2. Jenis Buah-buahan

Buah-buahan dapat dibagi menjadi dua kategori berdasarkan ketersediaan di pasar, menurut Astawan (2012) dalam Amalia (2019) :

- a. Beberapa buah, seperti durian, mangga, dan rambutan, tumbuh pada musim tertentu.
- b. Buah-buahan seperti semangka, pepaya, pisang, nanas, dan sebagainya tidak bergantung pada musim.

Berdasarkan permintaan rumah tangga dan jenis buah yang sering dikonsumsi oleh masyarakat, menurut Andarwangi, Indriani, dan Prasmatiwi (2016) sebagai berikut:

a. Pisang

Pisang adalah makanan yang kaya akan vitamin dan serat, lebih dari dua kali lipat lebih banyak karbohidrat dan lima kali lipat lebih banyak vitamin A daripada Apel. Pisang juga kaya akan kalium dan magnesium yang penting untuk kesehatan tubuh, dan kalium dapat membantu mengatasi hipertensi.

Pisang memiliki ribuan manfaat lain, termasuk mempercepat metabolisme tubuh, meningkatkan kekebalan tubuh dan melancarkan oksigen ke otak karena mengandung potasium dan mineral penting untuk fungsi jantung dan sirkulasi darah. Kandungan vitamin A,C dan B6 juga membantu menjaga kesehatan jantung.

b. Semangka

Buah semangka memiliki banyak vitamin dan mineral yang dapat membantu mengoptimalkan kesehatan tubuh, termasuk vitamin A, C, B6, dan asam folat, serta mineral seperti kalium dan magnesium. Kandungan fitokimia dan vitamin dalam buah ini dapat membantu mengurangi risiko penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan mengoptimalkan kesehatan arteri. Semangka dapat membantu anak menghindari dehidrasi.

Kandungan vitamin C dan vitamin A dalam semangka dapat meningkatkan imunitas, dan menyehatkan kondisi mata anak. Kandungan magnesium pada semangka dapat menunjang pertumbuhan tulang anak.

c. Alpukat

Buah alpukat mengandung vitamin B3, vitamin C, E, A, K, dan B6. Selain itu, folat, thiamin, kalsium, zat besi, kalium dan natrium. Rutin mengkonsumsi buah alpukat akan memberikan banyak dampak positif bagi tubuh. Antara lain, untuk melancarkan pencernaan, dan sebagai sumber protein bagi anak. Kandungan protein dalam alpukat lebih tinggi dibandingkan jenis buah lainnya. Alpukat juga dapat menurunkan risiko penyakit, mengatur tekanan darah, dan sebagai antioksidan bagi tubuh.

1. Pengertian Sayur

Sayur sebenarnya sangat dibutuhkan tubuh karena memiliki banyak vitamin dan mineral yang membantu pertumbuhan anak (Mohammad dan Madanijah, 2015).

Sayuran adalah makanan yang berasal dari tumbuhan dan memiliki kandungan air. Sayuran menyediakan banyak nutrisi, seperti vitamin A, E, C, asam folat, potassium, dan serat makanan (Kemenkes, 2018).

2. Jenis Sayur

Sayur mempunyai berbagai jenis. Berdasarkan jenis sayur yang paling banyak dikonsumsi oleh penduduk Indonesia, menurut Widani (2019), adalah sebagai berikut:

a. Bayam

Bayam mengandung berbagai jenis antioksidan, vitamin A, B, C, dan E. Kemudian, magnesium, zat besi, asam folat, kalsium, dan kalium. Kandungan mineral seperti kalsium, magnesium, dan fosfor dalam sayur ini dapat memperkuat tulang dan membantu perkembangan tubuh yang sehat, dan kekebalan tubuh pada anak.

Selain itu, kandungan air dan vitamin A pada bayam dapat membantu menghindari dehidrasi dan meningkatkan fungsi penglihatan anak

b. Wortel

Selain mengandung vitamin B6, C, kalsium, fosfor, dan serat, wortel juga mengandung vitamin A, yang sangat penting untuk menjaga kesehatan mata. Wortel juga membantu melepaskan radikal bebas dari tubuh.

c. Daun pepaya

Daun pepaya mengandung banyak senyawa biologis aktif yang memiliki banyak manfaat, seperti chymopapain, papain, dan caricain, serta flavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan, penyembuhan luka, dan inflamasi. Daun pepaya juga dapat meningkatkan trombosit pada pasien demam berdarah secara signifikan.

d. Mentimun

Mentimun mengandung vitamin B, B1, B6, C dan D serta magnesium dan serat yang bermanfaat untuk menjaga tubuh dari serangan penyakit, menurunkan tekanan darah tinggi, melawan kanker, meningkatkan kesehatan sendi dan mengurangi nyeri sendi.

G. Kandungan dan Manfaat Gizi Konsumsi Buah dan Sayur

Pakar gizi Indonesia (2017) mengatakan bahwa vitamin dan mineral dalam buah- buahan dan sayuran mengontrol defisiensi vitamin dan penyakit. Tubuh tidak dapat memproduksi mikronutrien vitamin sendiri, jadi harus diperoleh dari makanan. Buah dan sayuran berwarna hijau, kuning, merah, orange, coklat, ungu, dan lainnya adalah sumber vitamin yang baik.

Jumlah vitamin dan mineral yang ada dalam setiap sayur dan buah berbeda-beda. Misalnya belimbing, durian, jambu, jeruk, mangga, melon, pepaya, rambutan, sawo, dan sirsak memiliki vitamin C yang relatif tinggi dibandingkan buah lainnya. Di sisi lain jambu, mangga matang, pisang raja, dan nangka memiliki tingkat vitamin A yang lebih tinggi (Astawan, 2008 ; Putri dkk, 2021).

Berbagai mineral, seperti magnesium, kalium, kalsium, dan besi, serta vitamin A, C dan B, sangat banyak terkandung dalam buah dan sayur, tetapi buah dan sayur tidak mengandung lemak atau kolesterol.

Buah-buahan dan sayuran baik untuk tubuh. Sebagai sumber serat dan vitamin di antaranya untuk menjaga tubuh sehat dan bugar adalah komponen yang paling penting karena dapat membantu kehidupan manusia (Hamidah, 2015).

Sementara Suprihatin (2019) mengatakan, manfaat dan kandungan buah dan sayur, antara lain:

1. Buah-buahan dan sayur-mayur mengandung potasium dan sedikit sodium, yang membantu mencegah kanker, menurunkan hipertensi, dan menjaga kesehatan pembuluh darah.
2. Buah dan sayur mengandung enzim yang baik dan serat yang tinggi, yang membantu sistem pencernaan dan penyerapan gizi, membuat tubuh anti sembelit dan mencegah obesitas. Karena serat yang tinggi, buah dan sayur dapat mengontrol kenaikan berat badan dan membuat tubuh kenyang lebih lama.
3. Buah putih yang tidak berpigmen mengandung allicin, yang dapat mengontrol tekanan darah dan kolesterol. Buah tersebut juga memiliki potensi untuk menghambat pertumbuhan kanker.
4. Buah dan sayur mengandung protein, mineral, asam lemak, karbohidrat, vitamin dan bahan lain yang mudah diserap dan dicerna oleh tubuh.

5. Flavonoid di dalam buah dan sayur berfungsi sebagai antivirus, antialergi, dan anti peradangan. Selain itu, flavonoid juga membantu menghilangkan zat karsinogen yang dapat menyebabkan kanker.
6. Tubuh membutuhkan mineral zat besi yang terkandung dalam sayuran hijau untuk mengangkut oksigen dan memproduksi sel darah merah.
7. Asam elagik buah, terutama buah stroberi, bersifat antikanker.
8. Zat *proanthocyanidin* buah kranberi mengurangi kemungkinan infeksi saluran kemih.

H. Akibat Kurang Konsumsi Buah dan Sayur

Salah satu syarat untuk pemenuhan gizi seimbang pada anak usia sekolah, adalah mengkonsumsi buah dan sayur. Mengonsumsi buah-buahan dan sayur-mayur dapat melindungi tubuh dan menjaga berat badan (Mitchell, 2012 ; Wulansari & Chandra, 2019).

Menurut Hung (2004), dikutip dari Wulansari dan Chandra (2019), kekurangan buah dan sayur pada anak usia sekolah dapat meningkatkan risiko jantung, diabetes, dan penyakit kronik lainnya, seperti penglihatan yang terganggu, anemia, obesitas, dan konstipasi.

Menurut WHO, kurangnya makan buah-buahan dan sayur mayur menyebabkan (31%) dan (11%) penyakit jantung dan stroke di seluruh dunia.

Selain itu, kekurangan makan buah-buahan dan sayur-mayur pada anak sekolah di bawah anjuran yang telah ditetapkan, dapat memperlambat fase pertumbuhan dan kembang anak (Indira, 2015). Putri dkk (2021) berpendapat bahwa kekurangan mengkonsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan anak sering mengalami sariawan, gusi berdarah dan mudah memar karena kekurangan vitamin c, mudah merasa lelah karena kekurangan asam folat, dan mudah mengalami kenaikan berat badan hingga berakhir obesitas.

I. Anjuran Konsumsi Buah dan Sayur

Organisasi Kesehatan Dunia menganjurkan konsumsi buah dan sayur sebanyak 400 gram per hari, terdiri dari 150 gram buah dan 250 gram sayur (setara dengan dua porsi atau dua gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan), dan tiga buah pisang ambon

ukuran sedang, satu potong pepaya ukuran sedang, atau tiga buah jeruk ukuran sedang (Kemenkes, 2023).

Disarankan untuk orang Indonesia, terutama anak-anak, untuk mengonsumsi 300-400 gram buah dan sayur-mayur setiap hari. Orang dewasa harus mengonsumsi 400-600 gram setiap hari, dengan porsi seimbang 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah setiap hari, atau 1/2 piring berisi buah dan sayuran (lebih banyak sayuran) setiap kali makan (Kemenkes, 2017).

J. Cara Agar Anak Mau Konsumsi Buah dan Sayur

Menurut pendapat Putri (2021) terdapat beberapa cara agar anak mengonsumsi buah-buahan dan sayur-mayur, diantaranya.

1. Potongan buah dan sayur disajikan dengan cara yang menarik.
2. Kenalkan buah-buahan yang manis terlebih dahulu
3. Modifikasi dalam bentuk yang berbeda dan menarik
4. Jangan memberi terlalu banyak varian buah dan sayur
5. Ajak anak untuk berpartisipasi dalam mempersiapkan buah dan sayur
6. Sisipkan di bekal makanannya
7. Perlihatkan melalui tindakan bahwa orangtua pun juga mengonsumsi buah dan sayur-mayur.

K. Anak Sekolah Dasar

1. Definisi Anak Usia Sekolah

Anak-anak di usia pertengahan, antara 6 -12 tahun, disebut anak usia sekolah (Santrock, 2007). Rizana dan Wahyuni (2021) menyatakan bahwa anak-anak usia sekolah dengan usia 6-12 tahun sudah dapat memberi reaksi berupa rangsangan intelektual atau melaksanakan tugas belajar yang membutuhkan kemampuan intelektual atau kognitif. Membaca, menulis, dan menghitung adalah contohnya.

Middle childhood adalah masa perkembangan anak yang dikenal sebagai anak usia sekolah. Karena saat perkembangan ini, anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas cara mereka berinteraksi dengan orang tua, teman sebaya, dan orang lain. Usia sekolah adalah ketika anak-anak memperoleh dasar-

dasar pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk berhasil menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa (Saputra, 2021).

Dalam bukunya, Piaget (1996) mengatakan bahwa salah satu sifat yang paling menonjol dari anak sekolah adalah rasa ingin tahu tentang segala sesuatu sesuai dengan dunia nyata.

2. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Pada usia 6 hingga 12 tahun, anak-anak memerlukan jumlah energi yang lebih besar untuk melakukan aktivitas berat, seperti bermain, berolahraga, atau membantu orang tua.

Menurut Ari (2013), ada beberapa zat gizi yang diperlukan anak di usia sekolah, antara lain:

- a. Protein diperlukan untuk membangun dan memelihara darah, kulit, tulang, otot, dan jaringan tubuh lainnya. Protein membantu pertumbuhan anak usia sekolah. Kekurangan protein akan menyebabkan pertumbuhan yang lambat, ketidaksehatan, dan pertumbuhan yang normal, dan konsumsi protein berlebihan akan menyebabkan dehidrasi dan suhu badan sering naik.
- b. Lemak, salah satu nutrisi penting, berfungsi sebagai sumber energi, lemak sangat penting untuk pertumbuhan, terutama untuk pertumbuhan membrane sel dan bagian-bagian sel otak. Meskipun lemak bermanfaat bagi tubuh anak, jumlah lemak yang dikonsumsi harus diperhatikan. Berlebihan lemak dapat menyebabkan obesitas dan berbagai penyakit degeneratif.
- c. Karbohidrat adalah salah satu sumber energi. Kebutuhan karbohidrat mempengaruhi pertumbuhan secara tidak langsung. Meskipun demikian, jumlah karbohidrat yang diterima tubuh harus dikontrol agar tidak melebihi kebutuhan tubuh. jika melebihi kebutuhan, karbohidrat akan disimpan dalam tubuh dan diubah menjadi glikogen atau lemak, yang dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas.

- d. Tubuh membutuhkan vitamin dan mineral sebagai zat gizi. Vitamin dan mineral memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan kerja tubuh dan kesehatan secara keseluruhan.

3. Karakteristik Siswa Kelas V SD

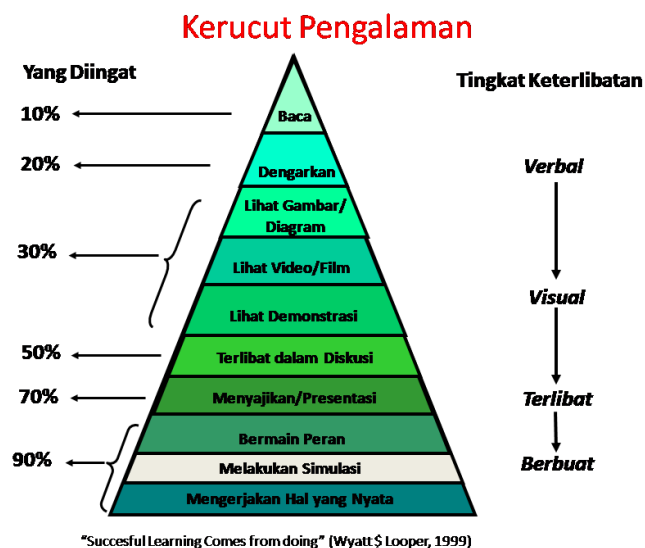
Dalam bukunya, Koziar Erb (2011) menyatakan bahwa ciri-ciri anak usia sekolah berbeda-beda. Empat karakter anak usia sekolah. Pertama, mereka senang melakukan gerakan yang terlalu sering ; kedua, mereka tidak bisa duduk selama 30 menit atau lebih ; ketiga, mereka senang bekerja dalam kelompok ; keempat, mereka senang merasakan dan melakukan sesuatu secara langsung.

Menunjukkan perbedaan individual dalam berbagai aspek dan bidang, seperti intelegensi, kemampuan kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian, dan perkembangan fisik, adalah ciri khas anak sekolah dasar kelas V.

Menurut Suyati (1992:14-16) ciri-ciri anak kelas V (10-12 tahun) adalah sebagai berikut.

- a. Karakteristik anak kelas V adalah suka bermain. Mereka akan jauh lebih senang melakukan kegiatan pelajaran yang bergantung pada model pembelajaran yang memungkinkan unsur-unsur permainan. Sebagai tenaga pendidik, mereka harus membuat model pengajaran yang serius tetapi tetap santai.
- b. Anak sekolah dasar senang bekerja sama. Anak-anak akan banyak belajar tentang hal-hal penting tentang sosialisasi saat berada dalam kelompok sebaya. Termasuk belajar memenuhi aturan kelompok, setia kawan, bertanggung jawab, dan bersaing secara sehat dengan orang lain.
- c. Anak sekolah dasar memiliki kecenderungan untuk merasakan, melakukan, atau menunjukkan secara langsung. Menurut teori perkembangan kognitif, anak sekolah dasar memasuki fase operasional konkret. Jika anak-anak usia sekolah dasar melakukan tugas mereka sendiri, penjelasan guru tentang materi pembelajaran akan lebih mudah dipahami.

L. Kerucut Pengalaman



Gambar 2.2 Kerucut Pengalaman Edgar Dale

Menurut *Edgar Dale* bahwa daya ingat siswa terhadap proses pembelajaran adalah sebagai berikut :

1. Siswa memiliki kemampuan untuk mengingat 20% dari apa yang dia baca atau dia dengar
2. Siswa memiliki kemampuan untuk mengingat 30% dari apa yang dia lihat
3. Siswa memiliki kemampuan untuk mengingat 50% dari apa yang dia dengar dan dia lihat
4. Siswa memiliki kemampuan untuk mengingat 70% dari apa yang dikatakan
5. Siswa memiliki kemampuan untuk mengingat 90% dari apa yang dia lakukan

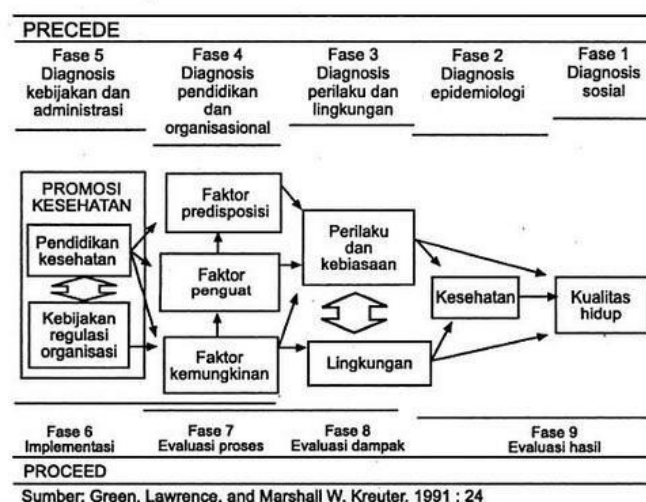
Menurut *Cone of experience Edgar Dale* saat menggunakan media edukasi, lebih baik memulai dengan pengalaman sengaja dan paling konkret. Indera penciuman, peraba, pendengaran, perasaan, dan penglihatan termasuk dalam pengalaman langsung tersebut (Syamsidar, 2019 ; Rifaldo dkk, 2021).

M. Kerangka Teori

Teori PRECEDE (*Predisposing, Reinforcing, and Enabling Causes in Educational Diagnosis and Evaluation*) adalah model pendekatan yang dapat digunakan untuk mendiagnosis masalah kesehatan atau sebagai alat untuk merencanakan kegiatan perencanaan kesehatan (Santi, 2019).

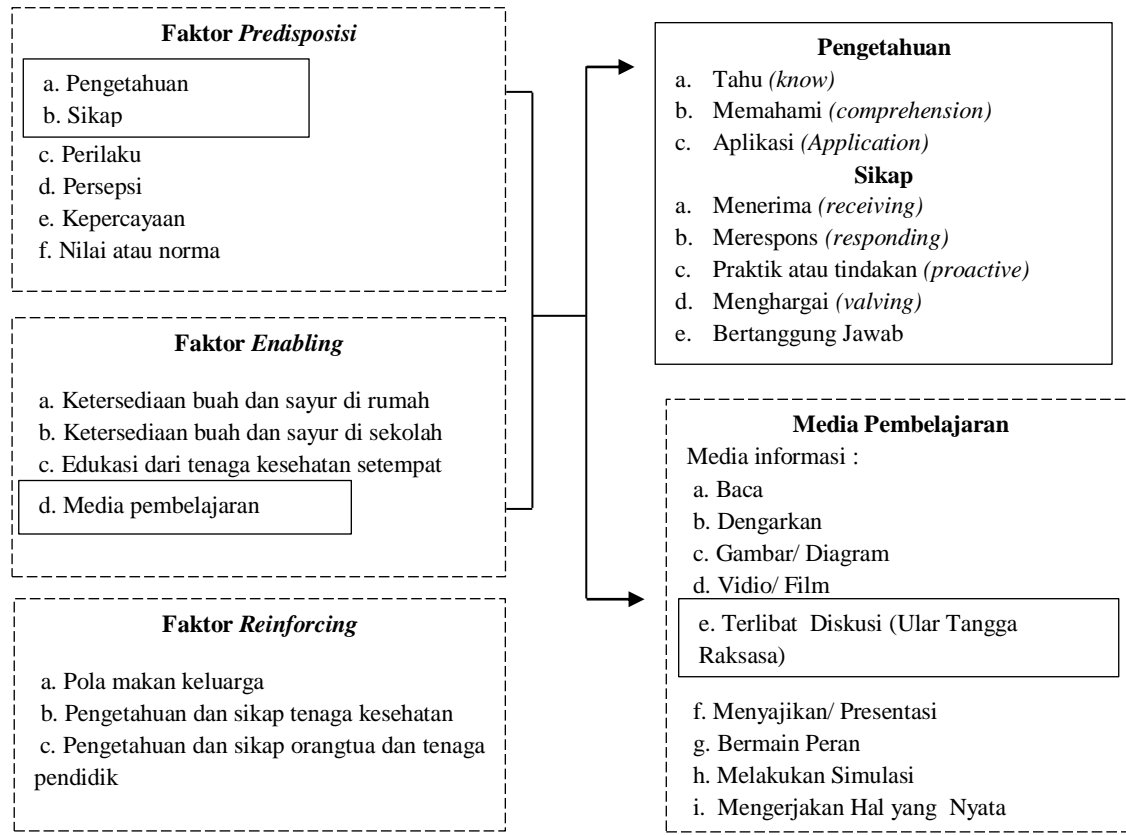
Pada tahun 1991, Green memperbarui kerangka tersebut menjadi PRECEDE-PROCEED. PROCEED (*Policy, Regulatory, Organizational, Construct, in Educational and Environmental Development*). PRECEDE digunakan untuk fase diagnosis masalah, penetapan prioritas masalah dan tujuan program, sedangkan PROCEED digunakan untuk menetapkan sasaran dan kriteria kebijakan, serta implementasi dan evaluasi.

Agar suatu konsep rencana dalam lingkup promosi kesehatan dapat disusun sesuai dengan tujuan awal, maka teori Lawrence Green model PRECEDE dimana perubahan perilaku dipengaruhi oleh faktor predisposing, reinforcing dan enabling sebagai model yang digunakan untuk menggambarkan faktor yang mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar Negeri 2 Sidorahayu.



Sumber : Green, Lawrence and Marshall W. Kreuter (1991)

N. Kerangka Konsep



Bagan 2.1 Kerangka Konsep

Sumber : Modifikasi dari teori *Lawrence Green* & teori kerucut pengalaman *Edgar Dale*

Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti



: Pengaruh

Faktor yang mempengaruhi terbentuknya suatu perilaku ada 3 yaitu :

1. Faktor Predisposisi

Faktor predisposisi adalah hal-hal yang mempermudah atau memprediksi perilaku seseorang. Berdasarkan kerangka konsep pada bagian *predisposisi* pengetahuan dan sikap seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor yang melatarbelakanginya.

Notoatmodjo (2012) mengemukakan, seseorang dapat dikatakan memiliki pengetahuan apabila seseorang tersebut telah mengetahui dan memahami. Sedangkan seseorang yang memiliki sikap dapat terlihat dari respon yang ditunjukkan, apakah seseorang tersebut dapat menerima (*receiving*), merespon (*responding*) melalui intervensi yang diberikan.

2. Faktor Enabling

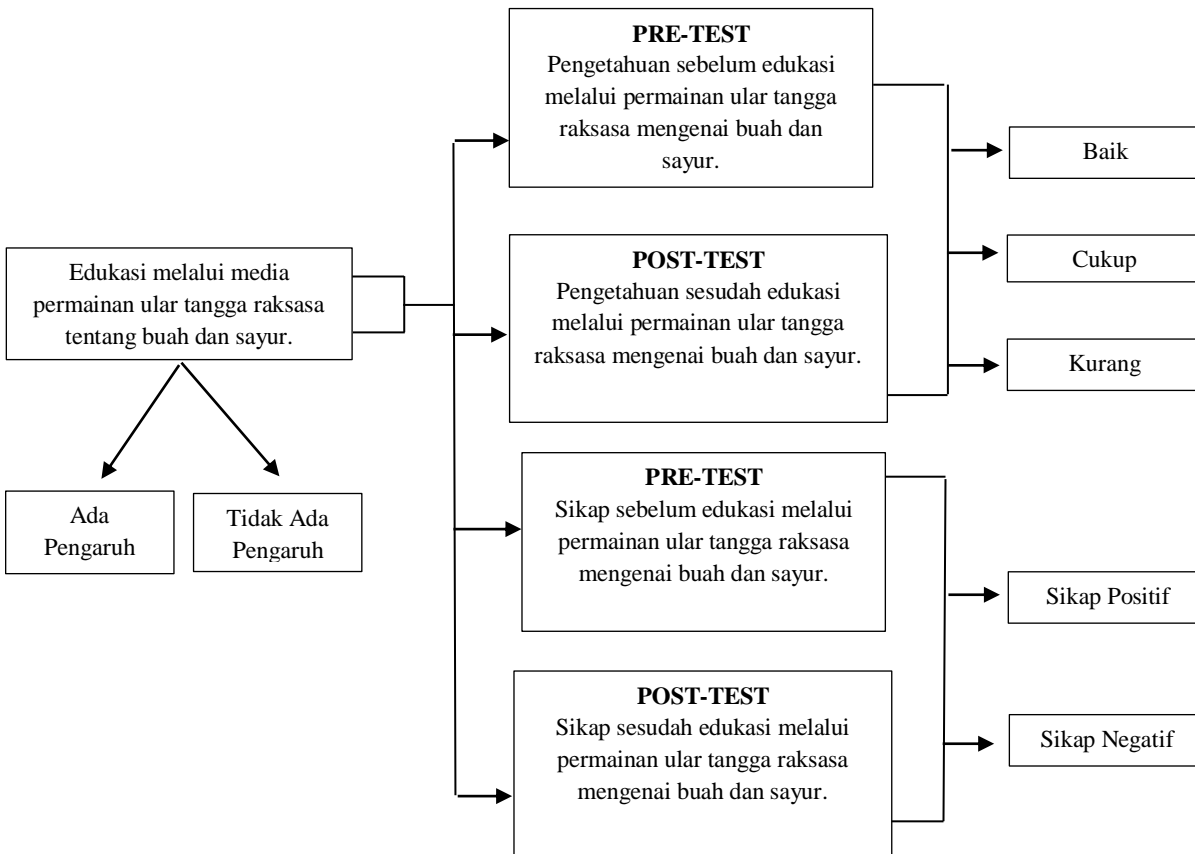
Faktor yang mendukung tindakan atau perilaku seseorang disebut faktor enabling. Pada faktor ini mencakup media informasi berupa media alat peraga berdasarkan teori kerucut dari *Edgar Dale* sebagai media edukasi menggunakan permainan ular tangga raksasa, dengan melibatkan anak melalui diskusi melalui apa yang didengar dan dilihat dikatakan bahwa dapat memberikan kemampuan mengingat peserta didik terhadap apa yang disampaikan sebesar 50%.

3. Faktor Reinforcing

Faktor yang mendorong atau memperkuat perilaku seseorang disebut faktor reinforcing. Seringkali seseorang mengetahui bahwa mereka harus berperilaku dengan cara yang sehat dan selamat, tetapi tidak melakukannya. Pola makan keluarga, pengetahuan dan sikap tenaga kesehatan, dan pengetahuan dan sikap orang tua dan tenaga pendidik adalah beberapa faktor-faktor ini.

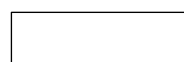
O. Kerangka Kerja

Berdasarkan kerangka konsep yang telah dijabarkan, maka kerangka kerja dari penelitian ini adalah:

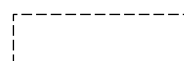


Bagan 2.2 Kerangka Kerja

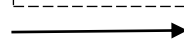
Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti



: Pengaruh

Melalui kerangka kerja peneliti dapat mengukur pengetahuan dan sikap responden terhadap mengkonsumsi buah-buahan dan sayur-mayur, dengan ada pengaruh atau tidak ada pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap responden melalui pengukuran hasil *pretest* dan *post test* dengan indikator yang menunjukkan hasil baik, cukup, dan kurang untuk pengetahuan dan indikator yang menunjukkan hasil sikap positif dan sikap negatif untuk sikap.

P. Hipotesis

H1 : Hipotesis penelitian ini menunjukkan ada pengaruh edukasi kesehatan melalui media permainan ular tangga raksasa terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur anak SDN 2 Sidorahayu, Kecamatan Wagir, Kabupaten Malang.