

*Lampiran 8.* Kuesioner Penelitian

**KUESIONER PENELITIAN**

**“PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH DASAR TERKAIT PROGRAM GERMAS KONSUMSI BUAH DAN SAYUR DI MI TARBIYATUL ULUM KOTA BATU”**

---

**Tanggal Pengisian** : .....

**Pre-Test/Post-Test**

**Identitas Responden :**

1. Nama : .....(Inisial)
2. Umur : .....(Tahun Lahir)
3. Jenis Kelamin : .....

**Pilihlah salah satu jawaban dan silanglah (X) jawaban yang menurut Anda paling benar !**

1. Manfaat utama mengonsumsi buah dan sayur adalah ....
  - a. **Sebagai sumber vitamin, mineral, serat ,dan zat pengatur tubuh**
  - b. Dapat mengenyangkan perut
  - c. Agar tubuh tidak lemas
  - d. Sebagai sumber kestabilan
2. Apa yang dimaksud dengan buah ....
  - a. Makanan yang mudah dibeli
  - b. Makanan yang enak
  - c. Makanan yang manis
  - d. **Makanan yang berasal dari tumbuhan yang mengandung biji kaya vitamin, mineral, dan serat**
3. Apa yang dimaksud dengan sayur ....
  - a. Makanan yang mudah dicari
  - b. Makanan yang pahit



- a. 100 – 200
  - b. 300 – 400**
  - c. 500 – 600
  - d. 700 – 800
10. Dibawah ini sayur yang mengandung vitamin D terdapat pada ....
- a. Brokoli**
  - b. Kecambah
  - c. Jagung
  - d. Wortel
11. Dibawah ini, manakah sayuran yang mengandung vitamin B serta tinggi zat besi ....
- a. Tomat
  - b. Terong
  - c. Bayam**
  - d. Jamur Tiram
12. Dibawah ini merupakan buah yang mengandung vitamin E serta tinggi asam folat ialah ....
- a. Alpukat**
  - b. Jeruk
  - c. Lemon
  - d. Nanas
13. Buah-buahan yang berwarna merah yang bermanfaat sebagai pelindung pembuluh darah dan serabut otot ....
- a. Mangga
  - b. Apel
  - c. Nanas
  - d. Strawberry**
14. Berikut ini adalah buah dan sayur berwarna putih yang bermanfaat sebagai pengontrol tekanan darah adalah ....
- a. Alpukat dan Bayam
  - b. Anggur dan Terong Ungu

- c. Pepaya dan Wortel
  - d. Sirsak dan Sawi Putih**
15. Jeruk merupakan buah yang kaya akan vitamin ....
- a. Vitamin K
  - b. Vitamin C**
  - c. Vitamin B12
  - d. Vitamin E
16. Kedelai termasuk sayuran yang mengandung banyak vitamin D. Vitamin D adalah vitamin yang baik untuk menjaga kesehatan tulang dan gigi. Menjaga kesehatan tulang dan gigi termasuk manfaat utama dari ....
- a. Mengonsumsi obat-obatan
  - b. Mengonsumsi *junkfood*
  - c. Mengonsumsi sayur dan buah**
  - d. Mengonsumsi jajanan
17. Ocha adalah anak yang gemar mengonsumsi buah dan sayur. Setiap hari Ocha rutin mengonsumsi buah dan sayur serta melakukan olahraga. Dia terlihat jarang sakit, selalu aktif, dan berat badannya pun selalu stabil. Dari pernyataan di atas manfaat utama mengonsumsi buah dan sayur adalah ....
- a. Menstabilkan emosi
  - b. Meningkatkan kecepatan berpikir
  - c. Meningkatkan kekuatan otot
  - d. Meningkatkan sistem kekebalan tubuh**
18. Liora adalah anak yang tidak suka mengonsumsi sayur dan buah. Setiap pagi Liora mudah merasa sakit perut dan susah Buang Air Besar (BAB) hal ini disebabkan karena ....
- a. Liora gemar minum soda
  - b. Liora gemar makan junk food
  - c. Liora tidak gemar makan buah dan sayur**
  - d. Liora gemar makan permen

19. Ganta sering tidak masuk sekolah karena sakit. Ganta gemar sekali jajan sembarangan dan tidak mau mengonsumsi buah dan sayur. Akibat dari tidak mengonsumsi buah dan sayur adalah ....
- a. **Mudah terserang penyakit**
  - b. Mudah marah
  - c. Mudah menangis
  - d. Mudah lapar
20. Marsha adalah seorang anak yang memiliki berat badan berlebih atau obesitas. Obesitas disebabkan oleh 5system gaya hidup yang tidak sehat. Upaya apa yang dapat dilakukan agar berat badan Marsha turun dan terkontrol ....
- a. Tidur sepanjang hari
  - b. **Olahraga disertai mengonsumsi buah dan sayur yang cukup**
  - c. Bermain mulai pagi hari hingga sore hari
  - d. Mengonsumsi *junk food* tiap hari