

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Anak Sekolah Dasar

Usia yang digolongkan sebagai anak usia sekolah adalah mulai dari 6 hingga 12 tahun (Mc Williams, 1993). Pada fase ini anak mulai mengenali lingkungan baru, yaitu sekolah. Sebagian besar waktu anak banyak dihabiskan di luar rumah untuk sekolah dan juga bermain bersama teman-temannya.¹¹

Usia sekolah adalah usia puncak pertumbuhan anak sekolah dasar yang berusia sekitar 7-12 tahun. Usia sekolah merupakan masa-masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Kesehatan yang optimal akan menghasilkan pertumbuhan yang optimal pula. Perhatian terhadap kesehatan sangatlah diperlukan, pendidikan juga digalakan untuk perkembangan mental yang mengacu pada keterampilan anak.³

Perkembangan kognitif menurut Piaget dibagi menjadi empat bagian yaitu sebagai berikut.⁶

- a. Tahap memonitor (umur 0-2 tahun) merupakan tahap pertumbuhan kemampuan anak dengan kegiatan motorik dan persepsinya yang masih sederhana.

- b. Tahap preoperasional (umur 2-7/8 tahun). Dalam tahap ini dibagi menjadi dua tahap.
 - 1) Tahap preoperasional (umur 2-4 tahun), anak sudah dapat menggunakan bahasa dalam mengembangkan konsepnya walaupun masih sangat sederhana.
 - 2) Tahap intuitif (umur 4-7/8 tahun), pada usia ini anak telah dapat mengungkapkan isi hatinya secara simbolik terutama bagi anak yang memiliki pengalaman luas.
- c. Tahap operasional konkret (umur 7 atau 8-11 atau 12 tahun), pada tahap ini anak telah memiliki kecakapan berpikir logis, akan tetapi hanya dengan benda-benda yang masih bersifat konkret.
- d. Tahap operasional formal (umur 11/12-18 tahun), pada tahap ini anak sudah mampu berpikir abstrak dan logis dengan menggunakan pola berpikir “kemungkinan”.

2. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi objek. Sebagian

besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata).¹²

b. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Secara garis besarnya dibagi dalam 6 tingkat pengetahuan..¹²

1) Tahu

Tahu diartikan sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2) Memahami

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui.

3) Aplikasi

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.

4) Analisis

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui.

5) Sintesis

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan salah satu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6) Evaluasi

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang sebagai berikut.¹³

1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah (baik formal maupun non formal). Pendidikan adalah sebuah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok dan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

2) Informasi

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis, dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu (Undang-Undang teknologi Informasi).

3) Social, budaya dan ekonomi

Kebiasaan yang dilakukan tanpa melalui penalaran maka pengetahuannya akan bertambah walaupun tidak dilakukan. Status ekonomi akan menentukan tersedianya fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga akan mempengaruhi pengetahuan.

4) Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan, karena adanya timbal balik ataupun tidak, yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

5) Pengalaman

Pengalaman merupakan cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu.

6) Usia

Usia berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia maka semakin berkembang pola pikir dan daya tangkapnya sehingga pengetahuan akan semakin membaik.

3. Penyuluhan Gizi

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melaksanakan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan.¹⁴

Menurut Departemen Kesehatan (1991), penyuluhan gizi merupakan proses belajar untuk mengembangkan pengertian dan sikap yang positif terhadap gizi agar yang bersangkutan dapat memiliki dan membentuk kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Secara umum, tujuan penyuluhan gizi adalah suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat, khususnya golongan rawan gizi (ibu hamil, ibu menyusui, dan anak balita) dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi. Adapun tujuan yang lebih khusus sebagai berikut.¹⁴

- a. Meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.
- b. Menyebarkan kosep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.

4. Sayur dan Buah

a. Buah

1) Definisi Buah

Buah adalah bagian tanaman hasil perkawinan putih dan benang sari. Pada umumnya bagian tanaman ini merupakan tempat biji. Dalam pengertian sehari-hari, buah diartikan sebagai semua produk yang dikonsumsi sebagai pencuci mulut atau *desserts*.¹⁵

2) Penggolongan Buah

Penggolongan buah berdasarkan warnanya, buah dibagi menjadi beberapa kelompok sebagai berikut.¹⁶

a) Warna kuning-oranye

Warna kuning-oranye disebabkan oleh kandungan karotenoid. Karotenoid dapat mencegah kanker kandung kemih. Selain karotenoid, warna oranye pada buah disebabkan flavonoid hesperetin.

Contoh : belimbing, nangka, durian, dan nanas

b) Warna merah cerah

Warna merah cerah disebabkan oleh likopen. Likopen bersifat antioksidan sehingga bermanfaat sebagai pencegah kanker.

Contoh : semangka (banyak mengandung air), pepaya, jambu biji merah, dan jambu air merah.

c) Warna merah gelap dan biru-ungu

Warna merah gelap, 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 buah disebabkan oleh senyawa yaitu: pigmen leukoantosianin dan katekin, isoflavon, alisin, dan lain.

Contoh : salak, kelengkeng, sawo, duku, dan rambutan.

3) Kandungan Gizi

Kandungan gizi pada setiap buah-buahan berbeda-beda, tetapi umumnya semakin beragam buah yang dimakan semakin baik, karena semakin lengkap zat gizi dan manfaatnya (Irianton dan Waluyo, 2007). Buah merupakan sumber vitamin A, vitamin B kompleks, vitamin C, serta beberapa mineral seperti kalsium (Ca), dan kalium (K). Buah berwarna kuning atau jingga merupakan sumber vitamin A yang baik. Sumber vitamin C adalah sayuran dan buah-buahan segar.¹⁶

b. Sayur

1) Definisi Sayur

Sayuran adalah tanaman hortikultura yang umumnya mempunyai umur relative pendek (kurang dari setahun) dan merupakan tanaman musiman. Setiap jenis dan varietas sayuran mempunyai warna, rasa, aroma dan kekerasan yang berbeda-beda sehingga bahan pangan sayuran dapat menambah variasi makanan. Ditinjau dari segi nilai gizinya, sayuran mempunyai arti penting sebagai sumber mineral dan vitamin yang antara lain vitamin A dan C.¹⁵

Sebagai bahan pangan sayuran mempunyai keunggulan dibandingkan dengan bahan pangan lainnya, yaitu dalam hal sebagai berikut.¹⁷

- a) Setiap jenis sayuran mempunyai rasa segar dan khas, memiliki aroma dan warna spesifik. Hal tersebut menjadikan sayuran banyak digunakan sebagai pemicu selera makan (appetizer) dan sebagai jus.
- b) Sayuran mempunyai kadar air, vitamin, mineral, dan serta tinggi, tetapi rendah energi, lemak, dan karbohidrat, sehingga digunakan sebagai makanan penurun berat badan.
- c) Sayuran merupakan sumber zat gizi dan zat non gizi yang mempunyai peran penting bagi kesehatan. Sebagai sumber zat

gizi, sayur berperan dalam mengatur pertumbuhan, pemeliharaan, dan penggantian sel-sel tubuh. Zat non gizi pada sayuran berperan dalam pencegahan dan pengobatan berbagai macam penyakit.

2) Penggolongan Sayur

Sayuran dibedakan atas sayuran daun, sayuran bunga, sayuran buah, sayuran biji muda, sayuran batang muda, sayuran akar, serta sayuran umbi.¹⁷

- a) Sayuran daun, contohnya: kangkung, katuk, sawi, bayam, dan selada air.
- b) Sayuran bunga, contohnya: kembang turi, brokoli, kembang kol.
- c) Sayuran buah, contohnya: terung, cabai, paprika, labu, ketimun, dan tomat.
- d) Sayuran biji muda, contohnya: kapri muda, jagung muda, kacang panjang, buncis, dan semi/baby corn.
- e) Sayuran batang muda, contohnya: sayuran berwarna hijau, kacang polong, kol, brokoli.

3) Kandungan Gizi

Kandungan gizi pada sayur dibedakan menjadi dua yaitu kandungan gizi dan kandungan non gizi.¹⁸

- a) Kandungan gizi meliputi karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin, dan air.
- b) Kandungan non gizi meliputi serat, enzim, karoten, klorofil, dan flavonoid.

- i. Serat

- Serat dalam sayuran berguna untuk memperlancar buang air besar (BAB) seperti sawi hijau, bayam, kacang panjang, lobak dan wortel.

- ii. Karoten

- Karoten atau vitamin A banyak terdapat pada sayuran buah yang berwarna kuning oranye, seperti wortel, tomat, dan labu.

- iii. Klorofil

- Klorofil banyak terdapat pada sayuran yang berwarna hijau

- c. Pesan Gizi Seimbang (Piring Makanku, Sajian Sekali Makan)

- Pada tahun 2014, Pemerintah (Kementerian Kesehatan) menerbitkan Pedoman Gizi Seimbang, pedoman tersebut berisi 10 pesan Pedoman Gizi Seimbang yang salah satunya adalah “Banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan”. Berikut dapat dilihat seberapa banyak porsi sayur dan buah dalam sajian sekali makan.



Gambar 1. Piring makanku: Sajian sekali makan

Berdasarkan Gambar 1 menunjukkan gambaran sajian setiap kali makan. Gambar piring makanku ini menggambarkan anjuran makan yang sesuai dimana separuh porsi ($1/2$ piring) dari total setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan separuhnya ($1/2$ piring) adalah makanan pokok dan lauk-pauk. Piring makanku menganjurkan mengkonsumsi sayuran harus lebih banyak dari buah, dan makanan pokok lebih banyak dari lauk-pauk. Di dalam piring makanku juga menganjurkan untuk minum setiap kali makan, bisa sebelum, ketika atau sesudah makan.

Berbagai kajian menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup turut berperan dalam menjaga kenormalan tekanan darah, kadar gula dan kolesterol darah. Konsumsi sayur dan buah yang cukup juga menurunkan risiko sulit buang air besar (BAB/sembelit) dan kegemukan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup turut berperan dalam

pencegahan penyakit tidak menular kronik. Konsumsi sayuran dan buah-buahan yang cukup merupakan salah satu indikator sederhana gizi seimbang.¹⁹

Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 g perorang perhari, yang terdiri dari 250 g sayur (setara dengan 2 ½ porsi atau 2 ½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 g buah, (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 ½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400-600 g perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur.¹⁹

5. Media

a. Pengertian Media

Media pendidikan atau promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronika dan media luar ruang, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan sasaran dan dapat mengubah perilaku ke arah yang positif.¹²

Media adalah sumber belajar, maka secara luas media dapat diartikan sebagai manusia, benda ataupun peristiwa yang memungkinkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam proses belajar media memiliki arti penting, karena dalam kegiatan tersebut ketidakjelasan dari bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara.²⁰

b. Tujuan Media Promosi Kesehatan

Tujuan media sangat diperlukan dalam pelaksanaan promosi kesehatan antara lain sebagai berikut.¹²

- 1) Media dapat mempermudah penyampaian informasi.
- 2) Media dapat menghindari kesalahan persepsi
- 3) Dapat memperjelas informasi
- 4) Media dapat mempermudah pengertian
- 5) Mengurangi komunikasi yang verbalistik
- 6) Dapat menampilkan objek yang tidak bisa ditangkap dengan mata
- 7) Memperlancar komunikasi.

c. Fungsi media

Media memiliki beberapa fungsi diantaranya sebagai berikut.²¹

- 1) Media pembelajaran dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki oleh para audience. Pengalaman tiap audience berbeda-beda, tergantung dari factor-faktor yang menentukan

kekayaan pengalaman anak, seperti ketersediaan buku. Jika audience tidak mungkin dibawa ke objek langsung yang dipelajari, maka objeklah yang dibawa ke audience. Objek bisa dalam bentuk nyata, miniature, model, maupun bentuk gambar-gambar yang dapat disajikan secara audio visual dan audial.

- 2) Media pembelajaran dapat melampaui batasan ruang promosi. Banyak hal yang tidak mungkin dialami secara langsung di dalam promosi oleh para audience tentang suatu objek, yang disebabkan karena: (a) objek terlalu besar; (b) objek terlalu kecil; (c) objek yang bergerak terlalu lambat; (d) objek yang bergerak terlalu cepat; (e) objek yang terlalu kompleks; (f) objek yang bunyinya terlalu halus; (g) objek mengandung bahan berbahaya dan resiko tinggi. Melalui penggunaan media yang tepat, maka semua objek itu dapat disajikan kepada audience.
- 3) Media pembelajaran memungkinkan adanya interaksi langsung antara audience dengan lingkungannya.
- 4) Media menghasilkan keseragaman pengamatan.
- 5) Media dapat menanamkan konsep dasar yang benar, konkret, dan realistis.
- 6) Media membangkitkan keinginan dan minat baru.
- 7) Media membangkitkan motivasi dan merangsang anak untuk belajar.

- 8) Media memberikan pengalaman yang integral/menyeluruh dari yang konkret sampai abstrak.
- d. Jenis-jenis media berdasarkan fungsinya
- 1) Media cetak, yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan pesan visual. Macam-macam media cetak adalah sebagai berikut.
 - a) Poster
 - b) Leaflet
 - c) Brosur
 - d) Majalah
 - e) Surat kabar
 - f) Lembar balik
 - g) Sticker dan pamphletKelebihan media cetak antara lain sebagai berikut.
 - a) Tahan lama
 - b) Mencakup banyak orang
 - c) Biaya tidak tinggi
 - d) Tidak perlu listrik
 - e) Dapat dibawa kemana-mana
 - f) Dapat mengungkit rasa keindahan
 - g) Mempermudah pemahaman
 - h) Meningkatkan gairah belajar.

Kelemahan media cetak antara lain sebagai berikut.

- a) Media ini tidak dapat menstimulir efek suara dan efek gerak
 - b) Mudah terlipat
- 2) Media elektronik yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronika. Macam-macam media elektronika adalah sebagai berikut.

- a) TV
- b) Radio
- c) Film
- d) Video film
- e) Cassette
- f) SD
- g) VCD

Kelebihan media elektronik antara lain sebagai berikut.

- a) Sudah dikenal masyarakat
- b) Mengikutsertakan semua panca indera
- c) Lebih mudah dipahami
- d) Lebih menarik karena ada suara dan gambar bergerak
- e) Bertatap muka
- f) Penyajian dapat dikendalikan
- g) Jangkauan relatif lebih besar

h) Sebagai alat diskusi dan dapat diulang-ulang.

Kelemahan media elektronik antara lain sebagai berikut.

- a) Biaya lebih tinggi
- b) Sedikit rumit
- c) Memerlukan listrik
- d) Memerlukan alat canggih untuk produksinya
- e) Memerlukan persiapan matang
- f) Peralatan selalu berkembang dan berubah
- g) Memerlukan keterampilan penyimpanan
- h) Memerlukan terampil dalam pengoperasian.

3) Media luar ruang yaitu media yang pesannya disampaikan di luar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis, seperti berikut.

- a) Papan reklame yaitu poster dalam ukuran besar yang dapat dilihat secara umum di perjalanan.
- b) Spanduk yaitu suatu pesan dalam bentuk tulisan dan disertai gambar yang dibuat di atas secarik kain dengan ukuran tergantung kebutuhan dan dipasang di suatu tempat strategi agar dapat dilihat oleh semua orang.
- c) Pameran
- d) Banner
- e) TV layar lebar

Kelebihan media luar ruang antara lain sebagai berikut.

- a) Sebagai informasi umum dan hiburan
- b) Mengikutsertakan semua panca indera
- c) Lebih mudah dipahami
- d) Lebih menarik karena ada suara dan gambar bergerak
- e) Bertatap muka
- f) Penyajian dapat dikendalikan
- g) Jangkauan relatif lebih besar

Kekurangan media luar ruang antara lain sebagai berikut.

- a) Biaya lebih tinggi
- b) Rumit
- c) Ada yang memerlukan listrik
- d) Ada yang memerlukan alat canggih untuk produksinya
- e) Perlu persiapan matang
- f) Peralatan selalu berkembang dan berubah
- g) Perlu keterampilan penyimpanan
- h) Perlu keterampilan dalam pengoperasian.

4) Media *Booklet*

Booklet merupakan media pendidikan atau promosi kesehatan yang digolongkan sebagai media cetak sebagai alat bantu untuk menyampaikan pesan kesehatan. *Booklet* adalah suatu

media yang menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku berupa tulisan maupun gambar.²²

Booklet merupakan media untuk menyampaikan pesan-pesan dalam bentuk buku yang berisi tulisan dan gambar, berukuran kecil tidak lebih dari 24 lembar. Isi *booklet* harus jelas, tegas dan dimengerti.²³

Beberapa keuntungan *booklet* adalah sebagai berikut.

- a) Dapat disimpan lama
- b) Sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri
- c) Pengguna dapat melihat isinya pada saat santai
- d) Dapat membantu media lain
- e) Mengurangi kegiatan mencatat
- f) Isi dapat dicetak kembali

Namun kelemahan *booklet* antara lain sebagai berikut.

- a) Hanya bermanfaat untuk orang yang melek huruf
- b) Menuntut kemampuan untuk membaca
- c) Menuntut kemauan baca sasaran, terlebih pada masyarakat yang kebiasaan membacanya rendah.

Menurut Setiana (dalam Puspitaningrum, 2017), manfaat *booklet* sebagai media komunikasi pendidikan kesehatan antara lain membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat, membuat sasaran pendidikan tertarik dan ingin tahu lebih dalam untuk

meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penemuan informasi oleh sasaran pendidikan serta mendorong keinginan orang untuk mengetahui lalu mendalami dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik. Di dalam penelitiannya menunjukkan bahwa media *booklet* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi. Hal ini sesuai dengan tujuan pemberian media *booklet* yaitu menghasilkan peningkatan pengetahuan yang akan mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku.⁹

Menurut Nurrohimah (2017), alasan diberikannya pendidikan kesehatan dengan media *booklet* karena dengan media *booklet* materi yang diberikan tidak hanya berupa tulisan tetapi dilengkapi dengan gambar berwarna sehingga akan membuat remaja putri lebih tertarik untuk membacanya. Hal ini dibuktikan dalam hasil penelitiannya yang menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan *booklet* anemia terhadap pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa pendidikan kesehatan dengan pemberian *booklet*. Sesuai dengan teori menurut Kemm dan Close dalam Aini (2010) *booklet* memiliki beberapa kelebihan yaitu dapat dipelajari setiap saat,

karena desain berbentuk buku dan memuat informasi relatif lebih banyak dibandingkan dengan poster.⁸

5) *Leaflet*

Leaflet adalah suatu bentuk media publikasi yang berupa kertas selebaran dengan ukuran tertentu, disajikan dalam bentuk lembaran kertas berlipat dan tanpa lipatan. *Leaflet* dapat dibuat dengan teknik secara langsung serta melalui teknik cetak (sablon, *offset*).²¹

Leaflet adalah selebaran kertas yang dilipat sehingga dapat terdiri atas beberapa halaman. *Leaflet* didefinisikan sebagai selebaran kertas yang berisi tulisan tentang sesuatu masalah untuk suatu saran dan tujuan tertentu.¹⁴

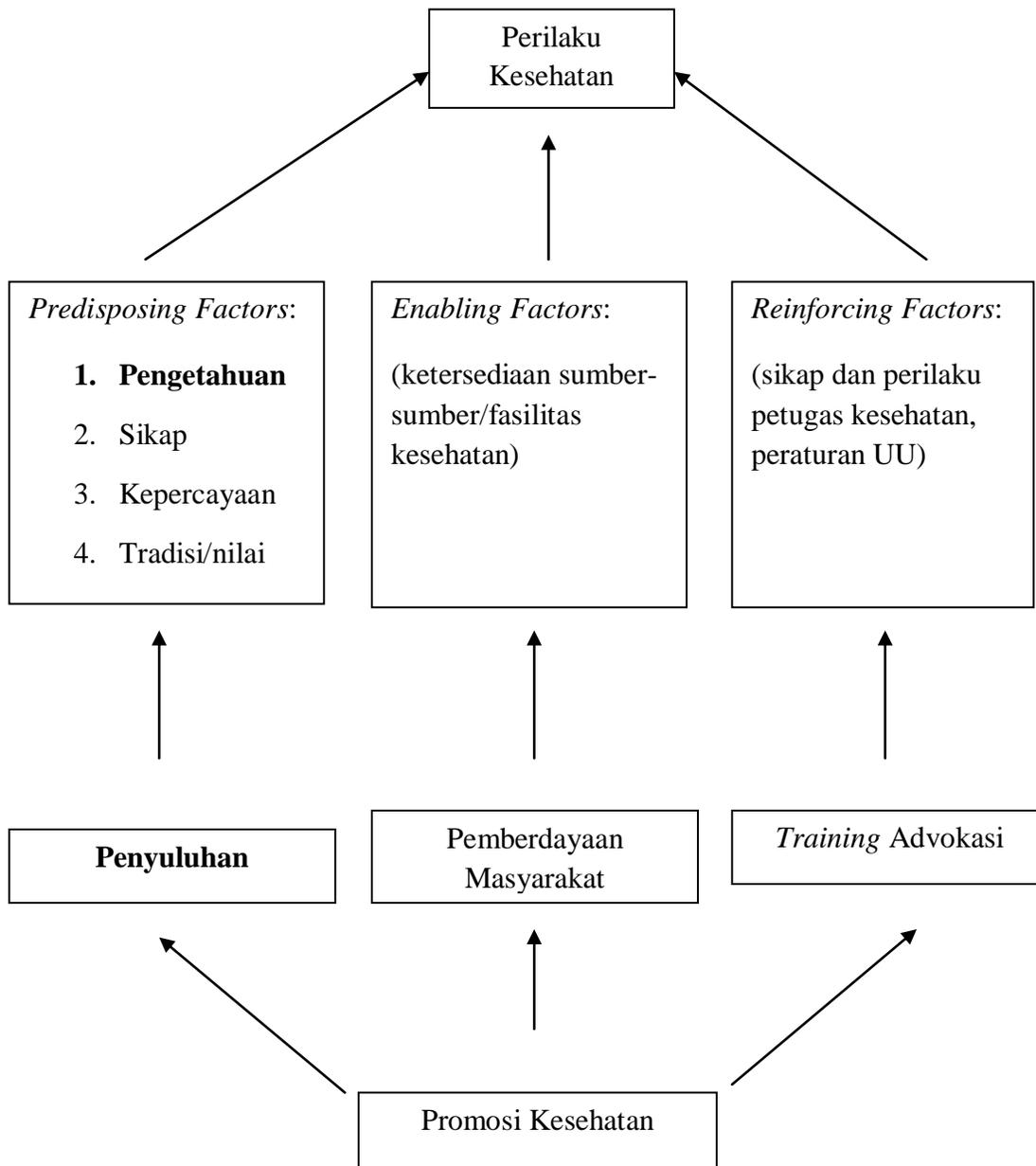
Keuntungan *Leaflet* antara lain sebagai berikut.

- a) Dapat disimpan dalam waktu lama
- b) Lebih informatif dibanding dengan poster
- c) Dapat dijadikan sumber pustaka/referensi
- d) Dapat dipercaya, karena dicetak oleh lembaga resmi
- e) Jangkauan dapat lebih luas, karena satu *leaflet* mungkin dibaca oleh beberapa orang.
- f) Penggunaan dapat dikombinasikan dengan media lain
- g) Mudah dibawa kemana-mana.

Keterbatasan *leaflet* antara lain seperti berikut.

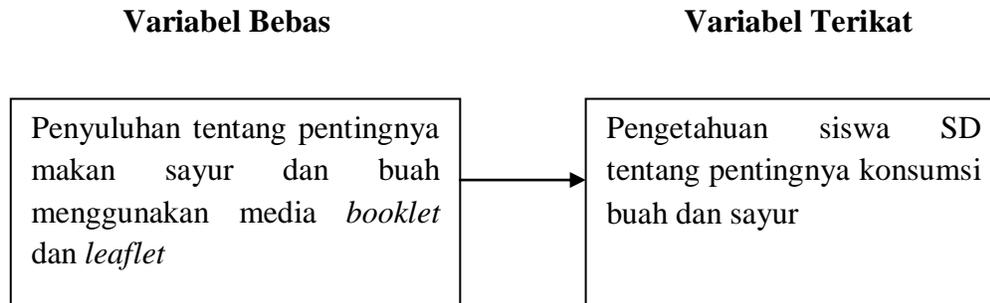
- a) Hanya bermanfaat untuk orang yang melek huruf dan tidak dapat dipakai oleh orang yang buta huruf.
- b) Mudah tercecer dan hilang.
- c) Perlu persiapan khusus untuk membuat dan menggunakannya.

B. Kerangka Teori



Gambar 2. Kerangka Teori tentang Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Pentingnya Makan Sayur dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar Lawrence Green (1980)²⁴

C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep tentang Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Pentingnya Makan Sayur dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar

D. Hipotesis Penelitian

1. Pengetahuan siswa tentang pentingnya makan sayur dan buah meningkat setelah diberikan penyuluhan menggunakan media *booklet* dibandingkan dengan sebelum penyuluhan.
2. Pengetahuan siswa tentang pentingnya makan sayur dan buah meningkat setelah diberikan penyuluhan menggunakan media *leaflet* dibandingkan dengan sebelum penyuluhan.
3. Penyuluhan dengan media *booklet* lebih efektif meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya makan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar dibandingkan dengan media *leaflet*.