NAMA SISWA : SDN …… KELAS……..

SOAL POST *TEST*

No	Pernyataan Tentang Pengetahuan Gizi Seimbang	Lingkari Jawaban yang Benar		Koding (Diisi Petugas)
P1	Gambar kerucut diatas menggambarkan 4 sehat 5 sempurna	Benar	Salah	[ ]
P2	Makan aneka ragam makanan setiap hari	Benar	Salah	[ ]
P3	Tidak ada satu jenis makanan yang paling baik	Benar	Salah	[ ]
P4	Tidak ada satu jenis makanan yang mengandung zat gizi lengkap, kecuali ASI	Benar	Salah	[ ]
P5	Setiap bahan makanan tidak perlu dicuci sebelum diolah.	Benar	Salah	[ ]
P6	Nasi tidak bisa diganti dengan bihun, kentang, roti	Benar	Salah	[ ]
P7	Sayur mengandung vitamin dan mineral	Benar	Salah	[ ]
P8	Telur sama baiknya dengan daging	Benar	Salah	[ ]
P9	Ikan, telur, daging, ayam banyak mengandung protein	Benar	Salah	[ ]
P10	Merebus sayuran terlalu lama akan menyebabkan vitamin banyak berkurang	Benar	Salah	[ ]
P11	Buah mengandung vitamin dan mineral	Benar	Salah	[ ]
P12	Kekurangan vitamin C dapat menyebabkan sariawan	Benar	Salah	[ ]
P13	Buah dan sayur banyak mengandung antioksidan	Benar	Salah	[ ]

P14	Vitamin, mineral dan serat banyak terdapat di buah dan sayuran	Benar	Salah	[ ]
P15	Kacang-kacangan seperti kacang hijau, kacang merah, kacang kedelai, dan kacang tanah merupakan makanan yang menyehatkan	Benar	Salah	[ ]
P16	Susu adalah minuman yang harus selalu ada di saat makan	Benar	Salah	[ ]
P17	Buah yang dimakan segar lebih baik daripada buah yang dikalengkan	Benar	Salah	[ ]
P18	Buah jambu biji banyak mengandung vitamin C	Benar	Salah	[ ]
P19	Sayur bermanfaat untuk melancarkan pencernaan	Benar	Salah	[ ]
P20	Makanan sehat adalah makanan yang mahal harganya	Benar	Salah	[ ]

No	**Pernyataan/Pertanyaan Tentang Sikap Gizi Seimbang**	**Lingkari Jawaban Yang Benar**				**Koding (Diisi Petugas)**
P21	Saya perlu makan makanan yang seimbang karena baik untuk pertumbuhan dan perkembangan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P22	Sebaiknya makan sayur setiap hari	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P23	Saya lebih suka minum sari buah kemasan daripada buah utuh	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P24	Saya lebih suka makan hanya dengan sayuran tanpa ada lauk dan pauk	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P25	Saya suka menghabiskan sayuran setiap kali makan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P26	Saya harus mengonsumsi beraneka ragam makanan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P27	Makan buah cukup 2 kali seminggu	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P28	Menurut saya, sayur yang murah seperti kangkung, bayam,katuk, kurang banyak mengandung vitamin	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]

P29	Saya lebih suka makan gorengan daripada puding buah	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P30	Menurut saya, Buah yang murah seperti pisang, nanas, pepaya kurang banyak mengandung vitamin	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P31	Menurut saya, mengonsumsi buah dan sayuran secara teratur dapat mencegah tubuh dari penyakit	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P32	Menurut saya, jenis buah dan sayur yang dikonsumsi setiap hari haruslah beraneka ragam	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P33	Saya harus makan sangat banyak setiap hari	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P34	Susu harus saya minum setiap hari, karena susu adalah bagian dari 4 sehat 5 sempurna	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P35	Bagi Saya, buah dan sayur tidak cocok untuk dijadikan snack/camilan	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P36	Sebaiknya, makan buah setiap hari	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P37	Buah dan sayur dapat membuat makanan saya menjadi lebih terasa lezat.	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P38	Saya lebih suka makan hanya dengan lauk dan pauk tanpa ada sayuran	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P39	Saya tidak suka makan sayur, karena ……..	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]
P40	Saya tidak suka makan buah, karena ……..	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju	[ ]

Sumber: Respati (2011), dalam Lingga (2015) dengan modifikasi