

KUESIONER PENELITIAN**A. Identitas Responden**

- A1. Nomor Responden :
 A2. Nama Lengkap :
 A3. Kelas :
 A4. Jenis Kelamin :
 A5. Tanggal Lahir : / / (dd/mm/yyyy)
 A6. No. Handphone :

A. Pengetahuan		
P1	Menurut anjuran, berapa banyak buah yang sebaiknya di konsumsi dalam sehari? a. 1 porsi per hari b. 2-3 porsi per hari c. 5 porsi atau lebih per hari d. 1-3 porsi per minggu e. tidak tahu	
P2	Menurut anjuran, berapa banyak sayur yang dikonsumsi dalam sehari? a. 1 porsi per hari b. 2 porsi perhari c. 3-5 porsi per hari d. 1-3 porsi per minggu e. tidak tahu	
P3	Apa manfaat sayur dan buah bagi kesehatan? a. Menurunkan kolestrol b. Mencegah Osteoporosis c. Mengobati asam urat d. Penghilang rasa sakit e. Tidak tahu	
P4	Apa zat gizi yang banyak terkandung dalam sayur dan buah? a. Karbohidrat b. Vitamin c. Protein d. Lemak e. Tidak tahu	
P5	Menurut kamu, Vitamin apa yang banyak terdapat pada sayuran dan buah? a. Vitamin K b. Vitamin E c. Vitamin D d. Vitamin A e. Tidak tahu	
P6	Buah yang terkenal banyak mengandung Vitamin C adalah..... a. Alpukat b. Apel c. Jambu d. Pisang e. Tidak tahu	

A. Pengetahuan		
P7	Sayur dan buah dapat mencegah penyakit kanker karena mengandung.....	
	a. Antibiotik c. Zat Besi e. Tidak tahu b. Antioksidan d. Fosfor	
P8	Sayur dan buah baik untuk melancarkan pencernaan karena banyak mengandung.....	
	a. Serat c. Glukosa e. Tidak tahu b. Vitamin d. Lemak	
P9	Cara mengonsumsi buah yang paling baik adalah buah yang.....	
	a. Diolah menjadi minuman sari buah kemasan b. Diolah menjadi manisan c. Dalam keadaan mentah/segar d. Dikalengkan e. Tidak tahu	
P10	Kadar vitamin C pada sayur dan buah dapat berkurang jika, Kecuali	
	a. Disimpan di dalam lemari pendingin b. Membiarkannya lama terbuka pada udara c. Merendam dengan air d. Memasak dengan suhu tinggi pada waktu yang lama e. Tidak tahu	
P11	Bayam banyak mengandung.....	
	a. Vitamin C c. Lemak e. Tidak tahu b. Protein d. Zat Besi	
P12	Vitamin apa yang terdapat dalam buah Anggur....	
	a. Vitamin A c. Vitamin E e. Tidak tahu b. Vitamin D d. Vitamin C	
P13	Dampak dari kurangnya mengonsumsi sayuran dan buah....	
	a. Menambah nafsu makan b. Dapat menyebabkan kurangnya kebutuhan gizi seperti vitamin, mineral dan serat c. Memperlancar BAB d. Memperlancar peredaran darah e. Tidak tahu	

A. Pengetahuan

P14	Makanan yang bergizi adalah makanan yang... a. Rasanya enak dan lezat b. Cukup kandungan zat gizinya c. Dapat mengenyangkan d. Harganya mahal e. Tidak tahu	
P15	Sulitnya buang BAB dampak dari kurangnya mengonsumsi..... a. Sayur dan Buah b. Ikan c. Daging d. Ubi e. Tidak tahu	

C. SIKAP

Pilihlah jawaban dibawah ini dengan memberikan tanda (√) pada jawaban pilihan Anda.

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

No	Pernyataan Sikap	S	TS
1.	Saya akan menghindari memakan buah-buahan karena dapat membuat tubuh kegemukan		
2.	Saya akan mengonsumsi sayuran yang beraneka ragam		
3.	Saya akan lebih memilih memakan kue daripada buah atau jus		
4.	Bila ada sayuran dirumah, maka saya akan mengambil dan memakannya tanpa disuruh		
5.	Mengonsumsi buah di pagi hari sangat baik karena buah memberi cukup energi sampai saatnya makan siang.		
6.	Saya akan mengonsumsi sayuran dan buah setiap hari		
7.	Saya akan lebih memilih makan <i>Junk food</i> dibandingkan makan sayuran dan buah		
8.	Buah yang murah seperti pisang, nanas, pepaya kurang banyak mengandung vitamin		
9.	Menurut saya, buah adalah makanan yang baik untuk dikonsumsi		
10.	Saya suka mengonsumsi sayuran yang mentah		
11.	Saya lebih memilih mengonsumsi sayuran dibandingkan dengan mengonsumsi <i>Fried Chicken</i>		
12.	Setiap hari saya harus makan makanan yang beraneka ragam		
13.	Saya tidak akan makan makanan yang terdapat sayuran		
14.	Menurut saya kebiasaan mengonsumsi <i>Junk Food</i> sebaiknya dibatasi		
16.	Saya mengonsumsi sayuran dan buah karena banyak manfaatnya		

**GAMBARAN ASUPAN SAYURAN DAN BUAH PADA SISWA-SISWI SMP NEGERI
4 SETU, BEKASI.**

Formulir Metode *Food Recall* 2x24 Jam

No. Responden : _____

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	Gr

Ket : URT : Ukuran Rumah Tangga (1 gelas, 1 sendok, 1 piring, 1 mangkok, dll)