

ABSTRAK

Masalah gizi yang sering timbul pada kelompok usia anak sekolah diantaranya adalah anemia defisiensi gizi. Salah satu perilaku gizi yang salah pada anak sekolah adalah kurang mengonsumsi buah dan sayur yang merupakan sumber zat gizi vitamin dan mineral. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari tingkat pengetahuan, sikap, tindakan konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar melalui metode ceramah dan kombinasi ceramah-*cooking class*.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre experimental dengan rancangan pretest posttest design, dengan subyek penelitian adalah siswa kelas 4 SDIT Al Uswah Bangil Kabupaten Pasuruan yang terbagi dalam dua kelompok yaitu kelompok edukasi gizi dengan ceramah dan kelompok ceramah kombinasi *cooking class*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, analisa data menggunakan analisis deskriptif dan statistik.

Hasil penelitian menunjukkan edukasi gizi melalui ceramah dapat meningkatkan pengetahuan ($p=0,010$) dan sikap responden ($p=0,000$), sedangkan metode kombinasi ceramah *cooking-class* dapat meningkatkan pengetahuan ($p=0,004$), sikap ($p=0,010$) dan tindakan responden ($p=0,002$). Sedangkan pengukuran antar metode menunjukkan tingkat perbedaan yang signifikan pada tindakan konsumsi buah dan sayur pada *post test* ($p=0,049$).

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah edukasi gizi metode ceramah dan kombinasi ceramah-*cooking class* dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan sikap siswa. Metode kombinasi ceramah *cooking-class* dapat meningkatkan tindakan siswa dalam konsumsi buah dan sayur. Perlunya dilakukan edukasi gizi dengan metode kombinasi ceramah *cooking-class* kepada siswa sekolah dasar dengan didampingi oleh guru kelas dan edukasi gizi kepada orang tua murid.

Kata kunci: pengetahuan, sikap, tindakan, ceramah, *cooking class*.