

INTISARI

Nama : Desinta Risma Sari
NPM : 201711088
Judul : Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Germas Konsumsi Sayur dan Buah Di Dusun Gedongan Lor Sleman Yogyakarta
Tanggal Ujian : 28 Mei 2020
Pembimbing : E. Ratnawati, M.Kep., Ns., Sp. Kep. Kom
Jumlah Pustaka : 28 pustaka
Jumlah Halaman : 64 halaman, tabel, gambar, lampiran

Angka kurangnya konsumsi sayur dan buah meningkat setiap tahunnya, jumlah kurangnya konsumsi sayur di Yogyakarta sebesar 90% (Riskesdas, 2018). Dampak kurang konsumsi sayur dan buah yaitu menimbulkan resiko terjadinya gangguan kesehatan di masa yang akan datang dan dapat beresiko dalam memicu perkembangan penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes, hipertensi dan kanker yang biasa muncul di usia dewasa maupun lanjut usia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan pengertian sayur dan buah, klasifikasi sayur dan buah, jumlah sayur dan buah yang harus dikonsumsi, manfaat konsumsi sayur dan buah, dampak kurang/tidak mengonsumsi sayur dan buah. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 70 responden. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 39 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner. Hasil penelitian 39 responden yang berpengetahuan baik, 4 responden dengan presentase (10,26%), kategori cukup 33 responden (84,61%) dan kategori kurang 2 responden dengan presentase (5,13%), untuk peningkatan pengetahuan sayur dan buah dengan cara memberikan penyuluhan rutin dikegiatan arisan PKK bekerjasama dengan pihak puskesmas dan mendorong ibu-ibu untuk memperbaiki konsumsi sayur dan buah sesuai jumlah yang dianjurkan.

Kata kunci : Tingkat Pengetahuan, Sayur dan Buah, Ibu Di Dusun Gedongan Lor Sleman