

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut Menteri Kesehatan RI tahun 2010, batas usia remaja adalah antara 10 sampai 19 tahun. Pertumbuhan fisik menyebabkan remaja membutuhkan asupan gizi yang lebih besar dari pada masa anak-anak. Ditambah lagi pada masa ini, remaja sangat aktif dengan berbagai kegiatan, baik itu kegiatan sekolah maupun olahraga. Khusus pada remaja putri, asupan gizi juga dibutuhkan untuk persiapan reproduksi (Arisman, 2003).

Buah dan sayur memiliki berbagai manfaat bagi tubuh. Kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan zat gizi seperti vitamin, mineral, dan serat sehingga dapat menimbulkan terjadinya berbagai penyakit. *Dietary Guidelines for America* memberikan minimal 5 porsi buah dan sayur dalam sehari. Di Indonesia berdasarkan gizi seimbang dianjurkan untuk mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 5-8 porsi dalam sehari (Yayasan Institut Danone & Nakita, 2010).

Berdasarkan *The World Health Report* (WHO, 2007), kurangnya konsumsi sayur dan buah diperkirakan akan menjadi penyebab kanker gastrointestinal sebesar 19%, penyakit jantung iskemik sebesar 31%, dan stroke sebesar 11% di seluruh dunia. Ada sekitar 2,7 juta penduduk dunia yang meninggal setiap tahunnya akibat konsumsi sayur dan buah yang rendah. Rendahnya konsumsi kedua sumber serat tersebut menjadikannya masuk ke dalam 10 besar faktor penyebab kematian di dunia (WHO, 2002). Dalam laporan hasil Riskesdas (Depkes, 2007), menyatakan bahwa kurang mengonsumsi sayur dan buah menjadi salah satu dari 3 faktor risiko untuk penyakit tidak menular utama seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, kanker, stroke, dan penyakit obstruktif akut.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah yang mencukupi dapat menurunkan risiko terjadinya beberapa

penyakit kronik. Hasil penelitian (He *et al.*, 2007) menunjukkan bahwa peningkatan konsumsi sayur dan buah yang sebelumnya kurang dari 3 porsi menjadi 5 porsi sehari berkaitan dengan penurunan risiko terjadinya penyakit jantung koroner. Studi *meta-analysis* (Dauchet *et al.*, 2005) risiko terjadinya stroke menurun sebesar 11% untuk setiap tambahan porsi buah per hari. Pada studi yang dilakukan (Terry dan Wolt, 2001) menunjukkan individu yang mengonsumsi sayur dan buah 4-6 porsi per hari terjadi penurunan risiko kanker esophagus sebesar 40-60% dibandingkan dengan yang hanya mengonsumsi sayur dan buah 1-2 porsi per hari. Menurut Horne (2010), kurang mengonsumsi sayuran dan buah erat kaitannya dengan obesitas.

Indonesia yang merupakan negara yang kaya akan sayur dan buah namun asupan sayur dan buah pada remaja sekolah masih kurang dari angka kecukupan yang dianjurkan. Pentingnya konsumsi sayur dan buah ini masih kurang disadari oleh penduduk Indonesia. Menurut hasil laporan Riskesdas (Depkes, 2007) secara keseluruhan penduduk Indonesia yang berumur 10 tahun ke atas mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 5 porsi dalam sehari hanya sebesar 6,4%. Di Provinsi Jawa Barat hanya terdapat 3,6% yang mengonsumsi sayuran dan buah sebanyak 5 porsi. Berdasarkan hasil Riskesdas Provinsi Jawa Barat 2007, penduduk Kabupaten Bekasi yang mengonsumsi sayur dan buah 5 porsi hanya 4%. Konsumsi buah dan sayur yang memenuhi rekomendasi pada penduduk Bekasi masih rendah dari rata-rata konsumsi nasional.

Banyak hal yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada remaja. Jenis kelamin dapat mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada remaja. Pada beberapa penelitian ditemukan bahwa perempuan lebih banyak mengonsumsi sayur dan buah di bandingkan dengan pria, meskipun wanita mengonsumsi dengan porsi yang lebih kecil (Baker & Wardle, 2003).

Berdasarkan penelitian (Rasmussen *et al.*, 2006) menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor determinan yang berhubungan dengan

konsumsi buah dan sayur pada anak-anak dan remaja yaitu faktor usia, jenis kelamin, sosial ekonomi, preferensi, kebiasaan/asupan makan orang tua dan ketersediaan buah dan sayur di rumah. Selain itu, menurut (Worthington, 2000) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi individu yang dibagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal, diantaranya kebutuhan dan karakteristik fisiologis, preferensi, perkembangan psikososial, kepercayaan, citra tubuh/body image, konsep diri dan status kesehatan, sedangkan faktor eksternal, diantaranya besar dan karakteristik keluarga, kebiasaan orang tua, sosial budaya, pengetahuan gizi, teman sebaya, pengalaman individu, media massa/iklan dan fast food (makanan cepat saji).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi sayuran dan buah yaitu, pemilihan media harus memperhatikan faktor -faktor antara lain media yang digunakan harus dapat menarik minat dan perhatian siswa (*attention*), sesuai dengan tujuan pembelajaran dan kebutuhan serta kondisi anak (*relevance*), media mampu menimbulkan rasa percaya pada anak bahwa mereka mampu menyerap informasi yang diberikan (*confidence*) dan media tidak hanya memberikan pengetahuan kepada anak tetapi juga mampu menimbulkan rasa senang atau hiburan (Arikunto, 2009).

Media film animasi atau kartun merupakan media grafis yaitu berupa gambar kartun yang didukung oleh *software* sehingga dapat menampilkan kartun bergerak dua dimensi dengan alur cerita menarik yang dikemas dalam bentuk video. Film animasi atau kartun merupakan gambar simpel yang hampir pasti muncul narasi. Gambar kartun mempunyai sifat menghibur, namun pada materi tertentu di dalam penggolongannya mempunyai nilai edukatif yang sangat kaya akan ilustrasi, alur cerita yang ringkas, dengan perwatakan orang yang realistis dapat menarik semua siswa. Kartun dapat secara efektif digunakan oleh pendidik dalam upaya membangkitkan minat peserta didik (Gentong, 2011).

Berdasarkan penelitian (Erviana dkk, 2012) menyatakan bahwa responden yang diberikan penyuluhan dengan video memiliki pengetahuan baik karena informasi yang disampaikan lebih mudah di pahami. Penelitian Rahmawati, dkk (2007) menyebutkan bahwa pengetahuan dan sikap meningkat secara signifikan setelah diberikan intervensi berupa media audiovisual karena pada media audiovisual responden dapat melihat gambar-gambar.

Melihat masih banyak prevalensi kurangnya konsumsi sayuran dan buah pada remaja, sehingga di perlukan metode edukasi agar membantu remaja memahami pentingnya konsumsi sayuran dan buah. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 60 siswa kelas 7 dan 8 yang di pilih secara acak di SMPN 4 Setu, Bekasi didapatkan siswa kelas 7 yang tidak mengkonsumsi sayuran sekitar 43,3% dan yang tidak mengkonsumsi buah sekitar 56,7% sedangkan di kelas 8 yang tidak mengkonsumsi sayuran sekitar 63,3% dan yang tidak mengkonsumsi buah sekitar 43,3%.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tingkat Provinsi Jawa Barat tahun 2007 remaja awal usia 10-14 tahun yang mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 5 porsi atau lebih dalam sehari hanya 4,5%. Angka tersebut menunjukkan nilai yang lebih rendah dibandingkan angka nasional konsumsi sayur dan buah pada remaja 10-14 tahun di Indonesia yang sebesar 6,4%.

Berdasarkan penelitian (Rasmussen *et al.*, 2006) menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor determinan yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur pada anak-anak dan remaja yaitu faktor usia, jenis kelamin, sosial ekonomi, preferensi, kebiasaan/asupan makan orang tua dan ketersediaan buah dan sayur di rumah.

Menurut hasil laporan Riskesdas (Depkes, 2007) secara keseluruhan penduduk Indonesia yang berumur 10 tahun ke atas mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 5 porsi dalam sehari hanya

sebesar 6,4%. Di Provinsi Jawa Barat hanya terdapat 3,6% yang mengonsumsi sayuran dan buah sebanyak 5 porsi. Berdasarkan hasil Risesdas Provinsi Jawa Barat 2007, penduduk Kabupaten Bekasi yang mengonsumsi sayur dan buah 5 porsi hanya 4%. Konsumsi buah dan sayur yang memenuhi rekomendasi pada penduduk Bekasi masih rendah dari rata-rata konsumsi nasional.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 60 siswa kelas 7 dan 8 yang di pilih secara acak di SMPN 4 Setu, Bekasi didapatkan siswa kelas 7 yang tidak mengonsumsi sayuran sekitar 43,3% dan yang tidak mengonsumsi buah sekitar 56,7% sedangkan di kelas 8 yang tidak mengonsumsi sayuran sekitar 63,3% dan yang tidak mengonsumsi buah sekitar 43,3%.

### **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari pembahasan terlalu luas dan dalam hal ini Penulis memiliki sejumlah keterbatasan, terutama waktu, biaya, tenaga dan kemampuan akademik. Maka permasalahan penelitian ini dibatasi hanya pada Pengaruh Media Audiovisual Video Mengenai Sayuran dan Buah Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Asupan Sayuran dan Buah di SMPN 4 Setu, Bekasi.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat disimpulkan bahwa perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana Pengaruh Media Audiovisual Video Mengenai Sayuran dan Buah terhadap Pengetahuan, Sikap dan Asupan Sayuran dan Buah Pada Anak SMPN 4 Setu, Bekasi Tahun 2016.

## **E. Tujuan Penelitian**

### **1.1 Tujuan Umum**

Diketuainya pengaruh media audiovisual mengenai sayuran dan buah terhadap pengetahuan, sikap dan asupan sayuran dan buah pada remaja SMPN 4 Setu, Bekasi Tahun 2018.

### **1.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 2) Mengidentifikasi pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian audiovisual video pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 3) Mengidentifikasi sikap sebelum dan sesudah pemberian audiovisual video pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 4) Mengidentifikasi asupan sayur dan buah sebelum dan sesudah pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 5) Mengidentifikasi pengetahuan pada kelompok kontrol siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 6) Mengidentifikasi sikap pada kelompok kontrol siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 7) Mengidentifikasi asupan sayur dan buah pada kelompok kontrol siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 8) Menganalisis pengaruh media audiovisual video terhadap pengetahuan sayuran dan buah pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- 9) Menganalisis pengaruh media audiovisual video terhadap sikap sayur dan buah pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- 10) Menganalisis pengaruh media audiovisual video terhadap asupan sayur dan buah pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi sebelum dan sesudah penyuluhan.

- 11) Menganalisis asupan sayur dan buah pada kelompok kontrol siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 12) Menganalisis perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.
- 13) Menganalisis perbedaan sikap antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan penelitian dalam mencari informasi dan melakukan penelitian di bidang gizi.

### **2. Bagi Instansi**

Sebagai Informasi dan pengetahuan bagi mahasiswa/i tentang pengaruh media audiovisual video mengenai sayuran dan buah terhadap pengetahuan, sikap dan asupan sayur dan buah pada siswa-siswi SMPN 4 Setu, Bekasi.

### **3. Bagi Sekolah**

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberi saran kepada pihak sekolah, sehingga dapat memberikan perhatian dan intervensi terhadap pengetahuan, sikap dan asupan sayur dan buah kepada siswa-siswi.

### **4. Bagi Masyarakat**

Sebagai informasi bagi masyarakat untuk menambah pengetahuan pengaruh media audiovisual video mengenai sayuran dan buah terhadap pengetahuan, sikap dan asupan sayuran dan buah, yang nantinya diharapkan dapat membantu masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan asupan sayuran dan buah pada remaja.

## G. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Studi Penelitian Terkait

No	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1	Muhammad Yusuf Bachtiar (2015)	Perbedaan Pengetahuan Pada Pendidikan Kesehatan Metode Ceramah dan Media Leaflet dengan Metode Ceramah dan Media Video Tentang Bahaya Merokok di SMK Kasatrian Solo.	<p>1. Rata-rata nilai <i>pre test</i> pengetahuan pada kelompok metode ceramah dan media leaflet dan kelompok metode ceramah dan media video tidak jauh berbeda selisihnya yaitu 21,00 dan 19,67.</p> <p>2. Hasil rata-rata <i>Post Test</i> pengetahuan pada kelompok metode ceramah dan media leaflet dan kelompok metode ceramah dan media video selisihnya yaitu 22,20 dan 22,07.</p> <p>3. Kesimpulan, berdasarkan hasil penelitian metode ceramah dan media video lebih berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang bahaya merokok.</p>
2	Ambarwati, Ayu Khoirotul, Fifit Kurniawati, Tika Diah, dan Sarah Darojah (2014)	Media Leaflet, Video dan Pengetahuan Siswa SD Tentang Bahaya Merokok.	<p>1. Pada pendidikan leaflet diperoleh nilai rata-rata <i>pre test</i> sebesar 8,46 dan <i>post test</i> sebesar 9,38, sehingga terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 0,92 point. Sedangkan pada kelompok video didapatkan nilai rata-rata <i>pre test</i> sebesar 7,58 dan <i>post test</i> sebesar 7,40 sehingga terjadi penurunan 0,18 point.</p> <p>2. Pada penelitian ini media leaflet lebih efektif digunakan sebagai media pendidikan kesehatan pada anak SD dibandingkan media Video.</p>

No	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
3	Ayu Dewi Lestari (2012)	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMPN 226 Jakarta Selatan.	<p>1. Siswa yang konsumsi buah dan sayuran kurang sebesar 68,9%, sedangkan yang konsumsi buah dan sayuran cukup sebesar 31,1%.</p> <p>2. Siswa yang menyukai buah dan sayuran sebesar 81,1%, sedangkan siswa yang tidak menyukai buah dan sayuran sebesar 18,9%.</p> <p>3. Siswa yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebesar 63,2%, sedangkan siswa yang memiliki pengetahuan gizi baik sebesar 36,8%.</p>
4	Soraya Farisa (2012)	Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan, dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SMPN 8 Depok.	<p>1. Terdapat 57,5% responden mengonsumsi buah dan sayur dengan baik yang memenuhi anjuran 400gr per hari.</p> <p>2. Responden laki-laki 54,7% dan perempuan sebanyak 60% mengonsumsi buah dan sayur dengan baik.</p> <p>3. Terdapat 85,6% responden memiliki preferensi baik terhadap buah dan sayur.</p> <p>4. Terdapat 92,5% responden memiliki sikap baik terhadap buah dan sayuran</p> <p>5. Terdapat 68,8% responden memiliki pengetahuan baik mengenai buah dan sayur.</p> <p>6. Ada hubungan yang bermakna antara sikap, pengetahuan, ketersediaan dirumah dan keterpaparan media massa, dengan konsumsi buah dan sayur.</p>

No	Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
5	Fatima Tuzzahroh (2015)	Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di SDN Karangasem III Kota Surakarta	<p>1. Presentase pengetahuan responden sebelum intervensi kategori kurang diperoleh nilai sebesar 29,4%. Nilai ini berubah signifikan menjadi 2% setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi.</p> <p>2. Presentase pengetahuan responden sebelum intervensi kategori baik diperoleh nilai sebesar 5,9%. Nilai ini berubah signifikan menjadi 31,3% setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi.</p>
6	Nurul Lolona Lingga (2013)	Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas VI SDN Tanjung Duren Utara 01 Pagi, Jakarta Barat.	<p>1. Terjadi rata-rata peningkatan skor pengetahuan dan sikap pada responden laki-laki sesudah pemberian intervensi media animasi yaitu masing-masing sebesar 39,57 dan 73,14.</p> <p>2. Terjadi rata-rata peningkatan skor pengetahuan dan sikap pada responden perempuan sesudah pemberian intervensi media animasi yaitu masing-masing sebesar 39,12 dan 69,84.</p> <p>3. Terdapat pengaruh pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas VI.</p>

Beberapa hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sebagai berikut :

- a. Tempat penelitian di SMPN 4 Setu, Bekasi.
- b. Penelitian ini lebih membahas pengaruh media audiovisual video mengenai sayuran dan buah.
- c. Dari beberapa penelitian yang sudah ada belum ada yang membahas Pengaruh Media Audiovisual video mengenai pengetahuan, sikap dan asupan sayuran dan buah.