

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Gizi merupakan kebutuhan dasar manusia yang amat penting, gizi dibutuhkan untuk mempertahankan kelangsungan hidup dan memberikan bahan bakar bagi berbagai proses tubuh dalam mencapai kualitas hidup. Gizi juga dipandang sebagai faktor penentu yang penting dalam upaya mempertahankan kesehatan dan mencegah penyakit. Salah satu tujuan gizi adalah peningkatan konsumsi sayur dan buah serta sereal (Dhian, 2009). Penyebab masalah gizi diantaranya adalah kurangnya asupan sayur dan buah pada anak – anak. Diperkirakan sebanyak 80% anak – anak didunia tidak menyukai sayur dan buah, sedangkan sayur dan buah merupakan penyumbang utama untuk gizi dan diet seimbang pada anak – anak dan dewasa.

Konsumsi sayur dan buah sangat penting dalam kehidupan sehari – hari karena berfungsi sebagai zat pengatur yang mengandung zat gizi seperti vitamin dan mineral yang memiliki kadar air tinggi, memiliki sumber serat makanan dan sebagai antioksidan. Selain itu kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat mengakibatkan menurunnya imunitas tubuh seperti: mudah terkena flu, gangguan pencernaan, gusi berdarah, sariawan, gangguan mata dll (Sedioetama, 2004).

Sayur dan buah merupakan sumber zat gizi mikro yang sangat bermanfaat bagi tubuh, karena kedua komponen gizi tersebut sangat penting dalam proses metabolisme tubuh sebagai zat pengatur dan *antibody*, serta bermanfaat menurunkan insiden terkena penyakit kronis. Sayur dan buah merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap harinya. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengkonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak – anak, terutama pada anak usia prasekolah yakni 3 – 6 tahun, karena pada usia tersebut merupakan masa

emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi anak – anak (Santoso & Ranti, 2009).

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin dan mineral yang diperlukan tubuh untuk mengatur proses dalam tubuh. Meskipun kebutuhannya *relative* kecil, fungsi vitamin dan mineral tidak dapat digantikan oleh pangan lain. Apabila vitamin dan mineral ini tidak memenuhi kecukupan, maka tubuh akan mengalami defisiensi vitamin dan mineral yang dapat mengakibatkan berkurangnya daya tahan tubuh (Sedioetama, 2004).

Salah satu kelompok umur yang paling rentan jika kurang mengkonsumsi sayur dan buah yaitu anak – anak karena masa anak – anak merupakan periode penting pada pertumbuhan manusia. Pada periode ini merupakan saat yang tepat untuk membangun tubuh dan menanamkan kebiasaan pola makan yang sehat pada anak – anak, karena jika sejak anak – anak pola makan seseorang sudah tidak sehat, maka hal tersebut akan berdampak pada kesehatan (Astawan, 2008 B).

Sehubungan dengan pentingnya konsumsi sayur dan buah, oleh karena itu organisasi pangan dan pertanian dunia *Food and Agriculture Organization* (FAO), merekomendasikan warga dunia untuk mengkonsumsi sayur dan buah secara teratur sebanyak 75 kg/kapita/tahun. Begitupun dengan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan agar mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 400 gram/hari. Berdasarkan laporan Riskesdas 2007, secara keseluruhan penduduk berumur 10 tahun keatas mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 5 porsi dalam sehari hanya sebesar 6,4% dan berdasarkan data riskesdas 2013 konsumsi sayur dan buah pada masyarakat Indonesia sekitar 10,7%. Berdasarkan laporan riskesdas 2013, kurangnya konsumsi sayur dan buah pada penduduk DKI berusia 10 tahun keatas sebanyak 95%.

Konsumsi sayur dan buah dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu diantaranya kemampuan ekonomi, ketersediaan, promosi tentang sayur dan buah, serta pengetahuan tentang manfaat mengonsumsi sayur dan buah yang sangat berpengaruh terhadap pola dan perilaku konsumsi. Salah satu hal yang dapat meningkatkan tingkat konsumsi sayur dan buah ialah melalui promosi kesehatan yaitu pendidikan gizi (Terry, 2011).

Pada umumnya sikap kritis dan hati-hati anak dalam soal makan belum dimiliki anak Indonesia. Banyak alat dan cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kewaspadaan, dan perilaku makan anak. Salah satunya yaitu melalui video edukatif untuk memberikan pendidikan gizi kepada anak sedini mungkin. Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi, yaitu melalui proses pendidikan. Beberapa penelitian menemukan bahwa pendidikan gizi sangat efektif untuk merubah pengetahuan dan sikap anak terhadap makanan (Februhartanty, 2007).

Berbagai metode telah dikembangkan didunia pendidikan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan. Salah satu media pendidikan yang dapat digunakan untuk menarik perhatian siswa adalah *motion graphic*. *motion graphic* adalah potongan – potongan media visual berbasis waktu yang menggabungkan berbagai elemen – elemen seperti animasi 2D dan 3D, video, film, tipografi, ilustrasi, fotografi dan music (Humairah & Trinanda, 2015). Media *motion graphic* ini sangat cocok untuk anak sekolah dasar, karena media ini memiliki beberapa kelebihan yaitu media yang berisi informasi melalui gambar bergerak sehingga dapat menarik perhatian siswa untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, dan merupakan media pembelajaran yang simple dan menyenangkan.

Pendidikan Gizi adalah pendekatan penyebar luasan informasi gizi berdasarkan kaidah-kaidah ilmu gizi. Umumnya, informasi disampaikan sesuai masalah-masalah yang dihadapi dalam masyarakat, seperti bagaimana memilih makanan yang bergizi, kebiasaan makan, makanan

yang berhubungan dengan berbagai penyakit serta bagaimana cara mempertahankan berat badan ideal (Isobel, 2007).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sedini mungkin (Machfoedz, 2007). Berdasarkan penelitian Soekirman (2011) pada 300 lebih responden dari berbagai kalangan diperoleh hasil bahwa sebanyak 54% responden menyatakan bahwa cara yang paling efektif untuk mensosialisasikan gizi adalah melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 91% responden menyatakan sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi, diikuti dengan sekolah menengah pertama (19%), sekolah menengah atas (11%), dan perguruan tinggi (9%) (Soekirman, 2011).

#### **B. Identifikasi Masalah**

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin dan mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk mengatur proses dalam tubuh. Meskipun kebutuhan sayur dan buah *relative* kecil, namun fungsi vitamin dan mineral tidak dapat digantikan oleh pangan lain. Berdasarkan laporan Riskesdas pada tahun 2007 secara keseluruhan penduduk berumur 10 tahun ke atas mengkonsumsi buah dan sayur sebanyak 5 porsi dalam sehari hanya sebesar 6,4% dan berdasarkan data riskesdas 2013 konsumsi buah dan sayur pada masyarakat Indonesia sekitar 10,7%. Padahal buah dan sayur merupakan sumber vitamin dan mineral yang sangat penting untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu faktor yang mempengaruhi kurangnya konsumsi buah dan sayur adalah kurangnya pengetahuan tentang manfaat mengkonsumsi buah dan sayur yang sangat berpengaruh terhadap pola dan perilaku konsumsi. Pada penelitian ini akan diteliti mengenai pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur, sehingga dapat mengetahui seberapa besar media *Motion Graphic* dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap para siswa-siswi kelas V Sekolah Dasar.

### C. Perumusan Masalah

Dengan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada perbedaan pengaruh peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur sesudah diberikan intervensi berupa vidio *Motion Graphic* pada siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri Kapuk 06 Pagi Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan Sekolah Dasar Negeri Kapuk 07 Petang Jakarta Barat sebagai kelompok kontrol?”.

### D. Pembatasan Masalah

Atas pertimbangan kemampuan peneliti dan waktu penelitian, maka peneliti membatasi masalah pada penelitian ini hanya untuk melihat perubahan pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur pada siswa/i kelas V sekolah dasar setelah dilakukan interensi dan menganalisa perbedaan antara kelompok perlakuan yang diberikan media vidio *motion graphic* dan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi berupa media vidio *motion graphic* dan hanya diberikan materi dengan *menggunakan power point*. Penelitian ini hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan asal sekolah.

### E. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap pengetahuan dan Sikap konsumsi buah dan sayur siswa/i kelas V di Sekolah Dasar Negeri Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat dan Sekolah Dasar Negeri Kapuk 07 Petang Jakarta Barat.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan asal sekolah.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur pada siswa kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi dan SDN Kapuk 07 Petang.
- c. Mengidentifikasi skor pengetahuan konsumsi sayur dan buah, sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 07 Petang Jakarta Barat sebagai kelompok kontrol.
- d. Mengidentifikasi skor sikap konsumsi sayur dan buah, sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 07 Petang Jakarta Barat sebagai kelompok kontrol.
- e. Menganalisa perbedaan pengetahuan konsumsi buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa *media motion graphic* pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi.
- f. Menganalisa perbedaan sikap konsumsi buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa *media motion graphic* pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi.
- g. Menganalisa perbedaan pengetahuan konsumsi buah dan sayur antara kelompok perlakuan *motion graphic* dengan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat dan siswa/i kelas V di SDN Kapuk 07 Petang Jakarta Barat.
- h. Menganalisa perbedaan sikap konsumsi buah dan sayur antara kelompok perlakuan *motion graphic* dengan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat dan siswa/i kelas V di SDN Kapuk 07 Petang Jakarta Barat.

## F. Hipotesis Penelitian

1. Ho: tidak ada pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap pengetahuan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.  
Ha: ada pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap pengetahuan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.
2. Ho: tidak ada pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap sikap konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.  
Ha: ada pengaruh pemberian media *Motion Graphic* terhadap sikap konsumsi buah dan sayur pada sekolah dasar.
3. Ho: tidak ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.  
Ha: ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
4. Ho: tidak ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi.  
Ha: ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
5. Ho: tidak ada perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.  
Ha: Ada perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
6. Ho: tidak ada perbedaan sikap antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.  
Ha: ada perbedaan sikap antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
7. Ho: tidak ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.  
Ha: ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

## **G. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana (S1) gizi di Universitas Esa Unggul dan untuk menambah pengetahuan peneliti tentang pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video *Motion Graphic* terhadap konsumsi buah dan sayur pada siswa/i sekolah dasar, serta sebagai media untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama menuntut ilmu di bangku kuliah.

### **2. Bagi Pengajar**

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi pihak – pihak yang menggeluti dunia pendidikan untuk terus mengembangkan dan mencari media belajar lainnya yang sesuai dengan minat dan karakteristik anak sehingga dapat meningkatkan keinginan anak untuk membaca.

### **3. Bagi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan gizi tentang konsumsi buah dan sayur, serta kesadaran gizi untuk meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada siswa/i kelas V di SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat dan siswa/i kelas V di SDN Kapul 07 Petang Jakarta Barat.

### **4. Bagi Institusi Edukasi**

Bagi Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video *Motion Graphic* terhadap konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah serta bermanfaat sebagai reerensi dalam merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi program gizi serta penanganan masalah gizi terkait konsumsi sayur dan buah.

## H. Keterbaruan Penelitian

**Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu**

No	Nama Peneliti, Tahun	Variabel		Objek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		Independen	Dependen			
1.	Yunita Dhian F (2009).	Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Konsumsi Sayur	Tingkat Konsumsi Sayur pada Anak Sekolah Dasar	Siswa Sekolah Dasar Kembang Arum 01 – 02 kec. Semarang Bara, Kota Semarang	Chi-square	Faktor yang berhubungan dengan tingkat konsumsi sayur salah satunya adalah media informasi (p=0,001).
2.	Anggraeni Enggar (2015).	Pengaruh Pelajaran Gizi Menggunakan Media Animasi dan Ceramah	Pengetahuan Gizi, Sikap dan Prilaku Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar.	Siswa III yang terdaftar di 4 Sekolah Dasar Negeri yang Terakreditasi A di kec. Kota Kediri, Jawa Timur	Uji t-independen t.	Adanya perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan Gizi pada anak sekolah dasar secara signifikan (p=0,000).
3.	Nurul Lolona Lingga (2015)	Pengaruh Pemberian Media Animasi	Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang	Siswa kelas VI SDN Tanjung Duren Utara 01 Pagi, Jakarta Barat	Paired test –	Adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap sikap (p=0,00).
4.	Esra Hotnaida Hutapea (2016).	Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Animasi	Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Sayur dan Buah	Siswa Kelas VIII SMP Negeri 08 Medan	Paired test –	Berdasarkan pengujian hipotesis diperoleh nilai t hitung

No	Nama Peneliti, Tahun	Variabel		Objek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		Independen	Dependen			
						lebih besar dari t tabel pada taraf signifikan 5%. Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara penggunaan media audio visual animasi terhadap peningkatan pengetahuan konsumsi sayur dan buah.

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah:

1. Tempat Penelitian: SDN Kapuk 06 Pagi, Jakarta Barat dan SDN Kapuk 07 Petang Jakarta Barat pada tabel 1.1 kolom 3.
2. Target Penelitian: Siswa/i kelas V dilihat pada tabel 1.1 kolom 4
3. Alat Yang digunakan: Media *Motion Graphic* dilihat pada tabel 1.1 kolom 3
4. Meneliti perbedaan pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur dengan adanya kelompok pembanding.