

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Kelompok anak sekolah merupakan salah satu segmen penting di masyarakat dalam upaya peningkatan pemahaman dan kesadaran gizi sejak dini. Anak sekolah merupakan sasaran strategi dalam perbaikan gizi masyarakat dan merupakan generasi penerus tumpuan bangsa sehingga perlu disiapkan dengan baik kualitasnya (Kemenkes, 2001). Kemenkes RI masih giat dalam upaya penanggulangan masalah kesehatan anak usia sekolah di Indonesia. Tiga masalah utama yang menjadi fokus utama ialah kebiasaan merokok pada usia sekolah, kurang makan sayur dan buah, dan perilaku mencuci tangan agar bisa mencegah penyakit (Nawawi, 2013).

Dalam hidangan orang Indonesia, sayur dan buah adalah sebagai pelengkap makanan pokok, pemberi serat dalam hidangan serta pembasah karena umumnya sayur dimasak berkuah. Zat gizi pada sayur dan buah seperti karbohidrat, lemak, protein, mineral dan vitamin merupakan kebutuhan dasar anak dan masalah kesulitan makan pada anak merupakan masalah yang sangat sering dihadapi baik oleh para orangtua maupun para dokter atau petugas kesehatan lain. Walaupun demikian, tidak banyak literature membahas tentang hal ini secara spesifik dan mendalam, padahal dampak tidak terpenuhinya kebutuhan gizi yang dapat mengakibatkan keadaan malnutrisi (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011). Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah pengetahuan yang kurang mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah (Faridah, dkk, 2019)

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadi 'beban ganda masalah gizi' di masyarakat. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS). Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011).

Berdasarkan hasil analisis Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 diketahui bahwa prevalensi kurang makan buah dan sayur pada kelompok usia 10 – 14 tahun masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 93,6% (Depkes, 2007). Berdasarkan hasil *Global School-Based Student Health Survey* tahun 2007 untuk konsumsi sayur, sebanyak 80,4% siswa laki-laki dan 86,2% siswa perempuan setidaknya satu kali per hari selama 30 hari terakhir.

Penelitian mengenai pengetahuan gizi anak usia sekolah juga telah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh Achadi, *et. al* (2010) pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak sekolah dasar di Kota Depok yang menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan sebesar 67,81 poin. Penelitian yang dilakukan oleh Atmaja (2010) di wilayah perkotaan dan pedesaan Banten menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut-turut sebesar 69,57 poin dan 70,65 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah.

Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi, yaitu melalui proses pendidikan. 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 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%).

Penyuluhan gizi merupakan suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu/masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan dan mempertahankan gizi baik. Salah satunya adalah pentingnya pengetahuan anak tentang buah dan sayur. Di Indonesia buah dan sayur merupakan bahan pangan yang sangat mudah didapatkan. Buah-buahan merupakan salah satu sumber bahan pangan yang potensial dan banyak mengandung zat gizi terutama vitamin. Selain sebagai sumber vitamin, buah-buahan juga mengandung mineral dan pada jenis buah-buahan tertentu juga menghasilkan cukup banyak energi.

Sayuran merupakan salah satu sumber daya yang banyak terdapat di sekitar, mudah diperoleh, dan relatif murah (Jahari dan Sumarno, 2001).

Buah dan sayur memiliki peranan yang sangat besar bagi tubuh kita yaitu sebagai sumber vitamin dan mineral yang diperlukan oleh tubuh yang berfungsi sebagai zat pengatur. Buah dan sayur memiliki aneka jenis dan warna yang beragam dapat saling melengkapi kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh kita. Disamping itu, salah satu bahan pangan yang banyak mengandung serat terdapat pada buah dan sayur. Serat mempunyai peranan dalam proses pencernaan yang sangat penting. Serat melancarkan pencernaan, bahkan pada mereka yang menderita kelebihan gizi, serat dapat mencegah dan mengurangi resiko penyakit akibat kegemukan (Jahari dan Sumarno, 2001).

Dibandingkan dengan suplemen obat-obatan kimia yang dijual di toko-toko, buah dan sayuran jauh lebih aman tanpa efek samping yang berbahaya, serta dari sisi harga umumnya jauh lebih murah dibanding suplemen yang memiliki fungsi yang sama. Meskipun demikian, masyarakat Indonesia masih banyak yang kurang mengonsumsi sayur dan buah terutama anak-anak. Banyak anak-anak di jaman modern ini lebih menyukai makanan *fast food* seperti *pizza*, *burger*, *Kentucky*, dll daripada buah dan sayur yang banyak mengandung vitamin, mineral dan serat yang baik bagi tubuh (Jahari dan Sumarno, 2001).

Konsumsi buah dan sayuran segar yang kaya akan vitamin, mineral, serat dan air juga dapat melancarkan pembersihan sendiri pada gigi, sehingga luas permukaan plak dapat dikurangi dan pada akhirnya dapat mencegah karies gigi pada anak-anak. Buah-buahan segar berperan sangat efektif untuk membantu kebersihan gigi apabila dikonsumsi sesudah makan (Jahari dan Sumarno, 2001).

Melalui Jurnal Gizi dan Pangan (Maret 2004), terungkap bahwa anak Indonesia hanya mengonsumsi setengah dari porsi serat yang dianjurkan. Sementara itu, konsumsi serat anak di kota lebih rendah ketimbang di pedesaan. Hal ini sesuai juga dengan catatan *World Health Organization* (WHO) yang memperlihatkan, orang Indonesia mengonsumsi sayur dan buah hanya sebanyak 2,5 porsi perhari atau 34,55 kg pertahun. Jumlah itu jauh dibawah anjuran *Food Agriculture Organization* (FAO) untuk konsumsi buah perkapita pertahun sebanyak 73 kg. (Agustina, 2015)

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar. Dalam proses belajar dibutuhkan alat bantu atau media yang dapat digunakan untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Beberapa penelitian meningkatkan pengetahuan anak dengan menggunakan media telah dilakukan oleh Saloso (2011) dengan menggunakan lagu dan kartu bergambar, Ikada (2010) dengan buku cerita bergambar, Mustafida (2009) dengan media surat kabar, Alkhosim, Harahap & Arita (2009) dengan media komik, Veranita (2001) dengan menggunakan papan flannel dan masih banyak penelitian lainnya. Penelitian tersebut menunjukkan adalah perubahan positif terhadap peningkatan pengetahuan anak.

Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa (Moerdiyanto, 2008). Perkembangan teknologi tak selamanya berdampak baik pada anak. Meski banyak permainan didalamnya, orangtua tidak dapat menjamin keamanannya. Boneka adalah jenis mainan masih yang digemari oleh anak-anak dan sangat banyak ditemui dipasar dengan berbagai bentuk dan jenis bahannya. Boneka ada yang terbuat dari plastik, kayu, *fiber glass*, keramik atau kaca (Jafar, 2015).

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media berupa boneka flanel berbentuk sayur dan buah yang didalamnya terdapat penjelasan dari manfaat sayur dan buah tersebut. Metode penyuluhan ini disebut penyuluhan massa (Notoatmodjo, 1997). Penelitian tentang pengetahuan dan sikap anak tentang manfaat sayur dan buah masih jarang dilakukan di Banten, khususnya Tangerang.

Hasil dari pengamatan awal peneliti di MI Nurul Falah Tangerang, jajanan kantin yang mengandung sayur dan buah masih kurang. Makanan yang dijual dikantin sekolah kebanyakan menjual mie instan, chiki, permen dan agar-agar manis. Minuman yang dijual kebanyakan minuman manis dalam kemasan seperti teh, soda dan lain-lain. Siswa dan siswi juga jarang yang membawa bekal makanan sayur dan buah. Dengan demikian perlu dilakukan penelitian tentang manfaat sayur dan buah agar siswa siswi dapat memilih makanan yang baik untuk kesehatannya, penelitian tersebut akan diberikan kepada siswa siswi MI Nurul Falah Tangerang.

Peneliti memilih siswa kelas IV sebagai sampel karena siswa kelas IV merupakan siswa yang termasuk mudah menerima pesan sehingga dapat mempengaruhi perubahan pengetahuan dan sikap kearah yang lebih positif (Arimurti, 2012). Alasan lain adalah karena siswa kelas IV yang mendapatkan izin dari pihak sekolah untuk diadakan penelitian.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media boneka terhadap pengetahuan dan sikap tentang manfaat sayur dan buah pada siswa siswi MI Nurul Falah Tangerang 2017?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan gizi dengan media boneka terhadap pengetahuan dan sikap tentang manfaat sayur dan buah pada siswa siswi MI Nurul Falah Tangerang 2017.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur.
- b. Mengetahui skor pengetahuan dan sikap tentang manfaat sayur dan buah siswa siswi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- c. Mengetahui perbandingan pengetahuan tentang manfaat sayur dan buah siswa siswi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- d. Mengetahui perbandingan sikap tentang manfaat sayur dan buah siswa dan siswi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- e. Mengetahui perbandingan pengetahuan tentang manfaat sayur dan buah kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- f. Mengetahui perbandingan sikap tentang manfaat sayur dan buah kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- g. Menganalisis perbedaan pengetahuan tentang manfaat sayur dan buah siswa siswi sebelum dan sesudah penyuluhan.

- h. Menganalisis perbedaan sikap tentang manfaat sayur dan buah siswa dan siswi sebelum dan sesudah penyuluhan.
- i. Menganalisis perbedaan pengetahuan tentang manfaat sayur dan buah kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- j. Menganalisis perbedaan sikap tentang manfaat sayur dan buah kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti mendapat tambahan ilmu dan pengalaman sehingga bias berbagi ilmu yang dimiliki kepada para siswa sekolah dasar.

##### 2. Bagi Responden

Dapat meningkatkan sikap dan pengetahuan siswa siswi tentang manfaat sayur dan buah.

##### 3. Bagi Sekolah

Dapat meningkatkan pengetahuan para guru serta lingkungan sekolah tentang manfaat sayur dan buah.

##### 4. Bagi FIKES UEU

Dapat memperkaya penelitian yang telah dilakukan dan dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya, serta dapat memberikan informasi dan wawancara mengenai media yang efektif dalam menyampaikan informasi pada siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang.

#### E. Keterbaruan Penelitian

**Tabel 1.1. Beberapa penelitian tentang media penyuluhan gizi serta sayur dan buah**

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
1	Arimurti, 2012	Pengaruh Pemberian Komik Pendidikan Gizi	Dependen: Pengetahuan Gizi Anak	<i>True Experiment</i>	Pemberian Komik pendidikan gizi

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
		Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SDN Sukasari 4 Kota Tangerang Tahun 2012	Independen: Pemberian Komik Pendidikan Gizi		berpengaruh pada pengetahuan gizi dengan adanya peningkatan skor yang signifikan dari hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> $P < 0,05$
2	Lingga, 2015	Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat	Dependen: Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Independen: Pemberian Media Animasi	<i>Quasi Eksperiment</i>	Pemberian Media Animasi berpengaruh terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang $P < 0,05$
3	Sartika, 2011	Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Perilaku	Dependen: Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Serat	<i>Quasi Eksperiment</i>	Penyuluhan gizi memberikan pengaruh terhadap

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
		Konsumsi Serat Pada Siswa SD/MI	Independen: Penyuluhan Gizi (Kartu Bergambar, Cari Kata dan Simulasi Makanan Sumber Serat)		pengetahuan dan perilaku konsumsi serat pada siswa SD/MI dengan adanya peningkatan skor pada hasil <i>pre</i> dan <i>post test</i> . P < 0,05

Dari beberapa penelitian tersebut, belum ada penelitian yang menggunakan media boneka sebagai media penyuluhan gizi kepada siswa siswi Sekolah Dasar. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang sebelumnya, penyuluhan yang dilakukan adalah penyuluhan tentang manfaat sayur dan buah dengan media boneka dan penambahan sampel kontrol. Dengan desain penelitian menggunakan *quasi experiment*.

#### F. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Ibtidaiyah Swasta Nurul Falah Tangerang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari 2017.