

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) telah menetapkan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) sebagai pandemi global pada Rabu, 11 Maret 2020 (Yang, et al., 2020). Keputusan ini didasarkan pada sebaran 118.000 kasus di 114 negara. Virus corona pertama kali terdeteksi di kota Wuhan pada akhir Desember 2019. Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan sudah terjadi penyebaran antar Negara (Rahman S, Bahar T., 2020). Di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 kasus pertama COVID-19 dilaporkan. Dalam waktu kurang dari sebulan, infeksi telah menyebar ke berbagai negara bagian. Kasus telah meningkat secara eksponensial sejak minggu kedua April karena infeksi menyebar ke hampir semua provinsi di Indonesia. Hingga minggu pertama Juli 2021 jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 di Indonesia sebesar 2.379.397, dengan jumlah yang meninggal 62.908 orang, dan jumlah yang sembuh sebesar 1.973.388 orang (Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, 2021).

COVID-19 merupakan penyakit menular yang diakibatkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 adalah jenis baru dari corona virus yang belum pernah diidentifikasi pada manusia. Setidaknya ada dua jenis virus corona yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala parah, antara lain Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Gejala umum infeksi COVID-19 ini sangat mirip dengan gejala flu seperti demam, batuk, pilek, dan sakit kepala. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari, dengan masa inkubasi maksimal 14 hari. Kasus COVID-19 yang parah dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernafasan akut, gagal ginjal, bahkan kematian (Kemenkes RI, 2020).

Membiasakan pola hidup sehat sangat penting untuk diterapkan di masa pandemi saat ini, perlu untuk menjaga diri serta keluarga dan juga harus meningkatkan imunitas tubuh yang merupakan kekuatan dan pertahanan tubuh melawan bakteri, virus dan organisme penyebab penyakit yang mungkin anak sentuh, konsumsi, dan hirup setiap hari. Meningkatkan imunitas tubuh merupakan salah satu kunci agar tidak tertular virus COVID-19 (Pradipta, 2020)

Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber terbaik berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan dapat berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh dan membantu meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi saat ini (Kemenkes RI, 2020). Sistem kekebalan tubuh merupakan keadaan seseorang yang mampu melawan penyakit tertentu, terutama dengan mencegah perkembangan mikroorganisme patogen atau menangkal efek produknya. Sistem kekebalan terdiri dari dua bagian yaitu innate immune dan adaptive immune. Sistem imun bawaan adalah sistem pertahanan awal (first defense), bersifat tidak fleksibel dan terdiri dari hambatan fisik, faktor terlarut, dan fagositosis sel (Mulyani, 2020).

Manfaat buah dan sayur juga dapat mencegah penyakit kronis seperti penyakit jantung, kanker, diabetes dan obesitas, serta mengatasi kekurangan zat gizi mikro (FAO, 2010). Menurut Frida, manfaat sayur dan buah untuk anak memberikan manfaat kesehatan bagi pencernaannya, meningkatkan kekuatan serat untuk nutrisinya, memperkuat daya tahan tubuh, dan membantu mengembangkan berbagai manfaat kesehatan di masa depan. . Buah dan sayuran menawarkan manfaat positif seperti peningkatan fokus dan peningkatan memori jangka panjang (Frieda, 2016).

Konsumsi sayur dan buah pada anak masih sangat rendah, karena kelompok makanan ini biasanya tidak digemari anak-anak. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui sebanyak (96,8%) remaja usia 10-14 tahun masuk dalam kategori kurang konsumsi sayur buah yaitu

porsi makan buah dan sayurinya <5 porsi per hari dalam seminggu (Riskesdas, 2013). Menurut Riskesdas tahun 2013, menunjukkan bahwa 93,5% penduduk berusia di atas 10 tahun memiliki asupan sayur dan buah di bawah nilai yang dianjurkan (Riskesdas, 2013).

Konsumsi sayur dan buah merupakan bagian penting dalam pencapaian gizi seimbang. Dalam mengonsumsi sayur dan buah setiap hari seharusnya kita perlu mengikuti Pedoman Gizi Seimbang sesuai Permenkes No. 41 Tahun 2014. Sebanyak 3-4 porsi sayur dan 2-3 porsi buah setiap hari atau setengah bagian piring berisi buah dan sayur (lebih banyak sayuran) setiap kali makan (Kemenkes RI, 2017). Diketahui bahwa kurangnya mengonsumsi sayur dan buah dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pengetahuan, kesukaan, sikap, ketersediaan sayuran dan buah-buahan di rumah, ketersediaan sayuran dan buah-buahan di sekolah, pengaruh lingkungan keluarga, pengaruh lingkungan sekolah, dan peran media sosial, serta media massa (Khairunnisa et al., 2022)

Pengetahuan tentang sayur dan buah merupakan faktor individu yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah. Pengetahuan tentang sayur dan buah adalah kemampuan seseorang untuk memahami kandungan gizi serta kegunaan zat gizi dari buah dan sayur di dalam tubuh. Pengetahuan yang dihasilkan sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek, terutama sayuran dan buah-buahan. Sedangkan untuk sikap yang dimaksud adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu khususnya sayur dan buah, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju) (Saputro, 2021). Tingkat pengetahuan gizi buah dan sayur seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam mengonsumsi buah dan sayur, yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan seseorang itu sendiri. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang tentang buah dan sayur maka diharapkan semakin baik pula konsumsi buah dan sayurinya (Khomsan, 2012).

Ada berbagai cara yang dapat dilakukan untuk mengajak anak mengonsumsi sayur dan buah, dengan media yang secara tidak langsung mengajak mereka memahami bahwa sayuran dan buah dapat meningkatkan imunitas bagi tubuh. Salah satunya media visual berbentuk board game dipilih sebagai media karena board game merupakan media yang baik untuk menyampaikan informasi secara persuasif dan dapat menciptakan interaksi secara langsung dengan orang lain. Anak-anak masih suka bermain dan tidak menyukai sesuatu yang membosankan dan tidak menarik. Permainan yang dirancang, selain berguna untuk memberikan pengetahuan kepada anak-anak tentang sayur dan buah yang dapat meningkatkan imunitas, mereka juga dapat melatih kreativitas dalam menyelesaikan tantangan dan memperoleh ilmu dengan cara yang berbeda serta membantu peran orang tua dalam mengajak anak untuk mengonsumsi sayur dan buah (Wijaya et al., 2017).

Hasil survei yang telah dilakukan pada siswa-siswi di SD Negeri 08 Seberang Musi, didapatkan bahwa prevalensi pengetahuan sebesar 46,66%, tidak suka konsumsi sayur sebesar 16,7% dan 66,7% yang hanya suka konsumsi beberapa buah. Hal ini menunjukkan bahwa di SD Negeri 08 Seberang Musi masih ditemukan siswa-siswi kurangnya tingkat pengetahuan dan mayoritas siswa-siswi belum pernah mengikuti edukasi mengenai sayur dan buah. Berdasarkan uraian diatas, menunjukkan bahwa anak usia sekolah memiliki pengetahuan kurang tentang asupan sayur dan buah untuk imunitas.

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh permainan jalur pertualangan gizi (JAPIZI) terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah mengenai asupan buah dan sayur untuk imunitas di era pandemi.

B. Identifikasi Masalah

Pada minggu pertama Juli 2021 jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 di Indonesia sebesar 2.379.397, dengan jumlah yang meninggal 62.908 orang, dan jumlah yang sembuh sebesar 1.973.388 orang (Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19, 2021). Membiasakan pola hidup sehat sangat penting untuk diterapkan di masa pandemi saat ini, perlu untuk menjaga diri serta

keluarga dan juga harus meningkatkan imunitas tubuh yang merupakan kekuatan dan pertahanan tubuh melawan bakteri, virus dan organisme penyebab penyakit yang mungkin anak sentuh, konsumsi, dan hirup setiap hari. Meningkatkan imunitas tubuh merupakan salah satu kunci agar tidak tertular virus COVID-19 (Kemenkes RI, 2020 ; Pradipta & Nazaruddin, 2020). Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber terbaik berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan dapat berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh dan membantu meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi saat ini (Kemenkes RI, 2020).

Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 diketahui sebanyak (96,8%) remaja usia 10-14 tahun masuk dalam kategori kurang konsumsi sayur buah yaitu porsi makan buah dan sayurnya <5 porsi per hari dalam seminggu (Riskesmas, 2013). Menurut Riskesmas tahun 2013, menunjukkan bahwa 93,5% penduduk berusia di atas 10 tahun memiliki asupan sayur dan buah di bawah nilai yang dianjurkan (Riskesmas, 2013). Konsumsi sayur dan buah merupakan bagian penting dalam pencapaian gizi seimbang.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih fokus dan tidak meluas dari pembahasan maka peneliti memberikan batasan masalah anak di SD Negeri 08 Seberang Musi, hal ini dikarenakan faktor-faktor yang melatarbelakangi manfaat konsumsi sayur dan buah terlalu luas dan membutuhkan waktu yang lama untuk dibahas.

D. Perumusan Masalah

Adakah pengaruh permainan jalur pertualangan gizi (japizi) terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah mengenai asupan buah dan sayur untuk imunitas di era pandemi?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh permainan jalur pertualangan gizi (Japizi) terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah mengenai asupan buah dan sayur untuk imunitas di era pandemi

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin) pada anak SDN 08 Seberang Musi
- b. Mengidentifikasi pengetahuan mengenai asupan sayur dan buah untuk imunitas pada anak Sekolah Dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi permainan JAPIZI (Jalur Pertualangan Gizi)
- c. Mengidentifikasi sikap terhadap asupan sayur dan buah untuk imunitas pada anak Sekolah Dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan permainan JAPIZI (Jalur Pertualangan Gizi)
- d. Menganalisis perbedaan pengetahuan mengenai asupan sayur dan buah untuk imunitas pada anak Sekolah Dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi permainan JAPIZI (Jalur Pertualangan Gizi)
- e. Menganalisis perbedaan sikap terhadap asupan sayur dan buah anak Sekolah Dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi permainan JAPIZI (Jalur Pertualangan Gizi)
- f. Menganalisis daya terima media permainan Jalur Pertualangan Gizi (JAPIZI)

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengaruh edukasi gizi mengenai asupan sayur dan buah untuk imunitas.

2. Bagi Responden

Memberikan pengetahuan bagi anak Sekolah Dasar tentang asupan sayur dan buah untuk imunitas.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengalaman juga bisa menambah pengetahuan dan wawasan edukasi gizi mengenai asupan sayur dan buah untuk imunitas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan wawasan dan tambahan informasi yang dapat digunakan sebagai dasar bagi peneliti selanjutnya serta dapat menjadikan salah satu bahan pembelajaran, khususnya mengenai asupan sayur dan buah untuk imunitas.

G. Keterbaruan Penelitian

Beberapa penelitian terkait dengan pengaruh edukasi gizi mengenai daya tahan tubuh dengan mengonsumsi sayur dan buah.

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
1.	Tri Sari Wijayanti, Adhila Fayasari, Tri Ardianti Khasanah (2021)	Permainan Edukasi Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan Dan Konsumsi Sayur Buah Pada Remaja Di Jakarta Selatan	Menganalisis pengaruh media permainan edukasi terhadap pengetahuan dan konsumsi sayur buah pada remaja di SMP Negeri 238 Jakarta Selatan.	<i>Quasi Experiment</i>	Ada perbedaan pengetahuan dan konsumsi sayur buah sebelum dan sesudah diberi intervensi pada kedua kelompok ($p < 0,05$). Peningkatan skor pengetahuan secara signifikan lebih tinggi pada kelompok ceramah-permainan dibandingkan dengan yang mendapatkan ceramah saja ($p < 0,05$; selisih skor 26). Tidak ada perbedaan skor peningkatan konsumsi sayur buah antara kelompok ceramah-permainan dan ceramah ($p = 0,554$; $p = 0,516$), namun ada

No	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
					kecenderungan peningkatan skor konsumsi sayur buah lebih besar pada kelompok ceramah-permainan.
2.	Yeni Liza Safitri, Enik Sulistyowati, Ria Ambarwati (2021)	Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Puzzle Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sayur Dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar	Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media puzzle terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada anak sekolah dasar.	<i>Quasy experimental</i>	Rata-rata skor pengetahuan kelompok perlakuan meningkat 18,25 poin dan kelompok kontrol 12,25 poin. Ratarata skor sikap pada kelompok perlakuan meningkat 14,45 poin dan kelompok kontrol 8,70 poin. Ada perbedaan skor pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ($p= 0,014$) dan skor sikap antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ($p= 0,003$)
3.	Amanah, Ninda Risti, Agung, Fred, Par'I, Holil	Edukasi Gizi Dengan Permainan Komunikata	Untuk mengetahui pengaruh edukasi	<i>Quasi Experiment</i>	Hasil uji statistik pengetahuan didapatkan nilai $p = 0,031$ ($p \leq 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan selisih atau pengaruh pendidikan gizi terhadap

No	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
	M, Fauziyah, Rr. Nur, Syahidatunni sa, Ulfah Sofindra (2019)	Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Sayur Buah, Jajanan Dan Sarapan	menggunakan permainan komunikata terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi sayur buah, makanan jajanan dan sarapan pada siswa kelas 4		pengetahuan menggunakan media permainan komunikata pada siswa sekolah dasar, untuk sikap didapatkan nilai p sebesar 0,322 ($p \leq 0,05$) yang berarti tidak terdapat perbedaan selisih atau pengaruh pendidikan gizi terhadap sikap menggunakan media permainan komunikata pada siswa sekolah dasar.
4.	Putri Kirana Murti Dewi, Mia Srimiyati, Septiani (2019)	Pengaruh Pendidikan Gizi (Audio-Visual) Terhadap Perilaku Dan Asupan Gizi	Menganalisis pengaruh pendidikan gizi (audiovisual) pada perilaku dan asupan gizi	<i>Quasy eksperimental</i>	Hasil uji-t satu sampel berpasangan menunjukkan bahwa ada perbedaan perilaku dan asupan gizi sebelum dan sesudah pemberian konseling dengan media audiovisual tentang sayuran dan buah dengan nilai $p = 0,000$. Hasil uji

No	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
		Pada Siswa Sekolah Dasar	pada siswa sekolah dasar		One Way Anova juga menunjukkan hasil signifikan nilai $p = 0,000$.
5.	Ferwanda dan Muniroh. (2017)	Efektivitas Buku Edukatif Berbasis Games Terhadap Perubahan Pengetahuan Serta Sikap Tentang Sayur Dan Buah (Studi Di SDN Suko 1 Kabupaten Sidoarjo)	Menganalisis perubahan pengetahuan serta sikap konsumsi sayur dan buah siswa kelas 5 SDN Suko 1 Sidoarjo setelah diberi pendidikan gizi melalui media buku edukatif berbasis games.	<i>Quasi Experiment</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap ($p=0,038$) yang signifikan antara sebelum dan setelah diberi pendidikan gizi.
6.	Fitria Laras Azadirachta,	Pendidikan Gizi Menggunakan	Menganalisis pengaruh media	<i>Quasy-experiment</i>	Hasil independent t-test pada pre-test kedua kelompok menunjukkan tidak ada

No	Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
	Sri Sumarmi (2017)	Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar	buku saku terhadap peningkatan pengetahuan serta praktek konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar		perbedaan pengetahuan ($p=0,220$) dan praktik ($p=0,091$) antara kedua kelompok. Hasil post-test juga menunjukkan tidak ada perbedaan pengetahuan ($p=0,421$) dan praktik ($p=0,810$) antara kedua kelompok. Terdapat perbedaan signifikan pada pengetahuan ($p=0,000$) dan praktik ($p=0,000$) antara sebelum dan sesudah diberi media buku saku. Pada kelompok kontrol, hasil uji Wilcoxon sign rank Test menunjukkan bahwa leaflet tidak mempengaruhi pengetahuan ($p=0,052$) namun mempengaruhi praktik ($p=0,001$)

Dapat disimpulkan bahwa, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu :

- 1) Perbedaan media edukasi yang digunakan, yang mana peneliti menggunakan media permainan jalur pertualangan gizi (JAPIZI).
- 2) Perbedaan variabel dependen, yang mana peneliti memakai variabel dependen asupan sayur dan buah untuk imunitas di era pandemi.
- 3) Metode penelitian yang digunakan berbeda, yang mana peneliti menggunakan jenis penelitian pra eksperimental

