

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, proporsi kurang konsumsi sayur dan buah di Indonesia sebesar 95,4% dan di Jawa Barat sebesar 98,1% (1). Proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi di Kota Bandung yaitu 99,17% yang terdiri dari 17,67% tidak konsumsi, 74,29% konsumsi 1–2 porsi dan 7,21% konsumsi 3–4 porsi. Serta proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi pada anak usia 5–14 tahun di Kota Bandung yaitu 98,39% yang terdiri dari 17,58% tidak konsumsi, 72,93% konsumsi 1–2 porsi, dan 7,87% konsumsi 3–4 porsi (2). Jika dibandingkan dengan kelompok usia remaja, dewasa, dan lansia, proporsi konsumsi sayur dan buah pada anak Sekolah D adalah yang terendah (3).

Anak-anak di sekolah dasar (SD) adalah salah satu kelompok yang paling rentan terhadap masalah gizi. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan orang tua, makanan yang tidak seimbang, dan ekonomi yang kurang (4). Anak SD merupakan kelompok usia rawan yang membutuhkan perhatian khusus dari keluarga, karena pada usia ini anak sedang mengalami pertumbuhan pesat (*growth spurt*). Selama periode ini, defisiensi gizi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak (5). Berbagai dampak yang dapat terjadi jika kurang mengkonsumsi buah dan sayur, seperti mudah terserang penyakit, sering mengalami masalah gusi, obesitas, kurangnya konsentrasi dan lemas (6).

Obesitas merupakan salah satu dampak yang dapat terjadi jika kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Menurut hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, secara nasional masalah gemuk pada anak usia 5 – 12 tahun masih tinggi yaitu 20%, yang terdiri dari 10,8% gemuk dan 9,2% obesitas, di Jawa Barat masalah gemuk yaitu 21,3% yang terdiri dari 11,7% gemuk dan 9,6% obesitas (1) dan di Kota Bandung masalah gemuk yaitu 20,65% yang terdiri dari 12,7% gemuk dan 7,95%

obesitas (2). Obesitas pada anak SD disebabkan oleh pola makan dan pola hidup yang tidak seimbang antara lain konsumsi makanan yang tinggi kalori, lemak, garam dan gula serta kurang mengonsumsi sayur dan buah. Konsumsi sayur dan buah pada anak SD masih rendah.

Sayur dan buah penting untuk dikonsumsi terutama bagi anak-anak khususnya anak usia sekolah dasar, karena merupakan sumber serat dan mikronutrien seperti vitamin dan mineral yang dibutuhkan tubuh (7). Akan tetapi konsumsi sayur dan buah masih rendah. Konsumsi sayur dan buah dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari pengetahuan dan sikap, sedangkan faktor eksternal terdiri dari ketersediaan pangan sayur dan buah, pendidikan ibu (orangtua), pendapatan keluarga, dan media sosialisasi (8).

Pengetahuan sayur dan buah pada anak sekolah dasar dapat dikatakan masih rendah. Menurut hasil penelitian Amalia pengetahuan gizi anak kelas 4 dan 5 sekolah dasar tergolong rendah, sehingga diperlukan adanya pemberian edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah tentang sayur dan buah untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dasar (9). Penelitian Bourdeaudhuij *et al.* juga menemukan bahwa pengetahuan gizi anak usia sekolah dasar mengenai konsumsi buah dan sayur berhubungan signifikan dengan konsumsi buah dan sayur (10).

Perilaku konsumsi sayur dan buah anak SD masih rendah karena anak SD lebih banyak mengonsumsi makanan jajanan. Menurut penelitian Syifa konsumsi sayur dan buah pada anak SD masih rendah dan belum sesuai dengan yang dianjurkan. Karena masih sangat rendahnya konsumsi buah dan sayur di masyarakat, maka diperlukan adanya edukasi terkait konsumsi buah dan sayur terutama pada anak usia sekolah dasar (11). Promosi gizi melalui komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) untuk keluarga dan anak-anak dilakukan untuk meningkatkan kesadaran konsumsi buah dan sayuran (12).

Menurut salah satu teori pendidikan teori konstruktivitis - Piaget, potensi kognitif anak dapat dirangsang melalui pendidikan dan permainan serta memberi kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebaya. Dengan memperhatikan karakteristik anak sekolah dasar yang senang bermain, maka penting untuk memberikan intervensi edukasi gizi dengan cara bermain sambil belajar. Beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa intervensi yang bersifat permainan memberi dampak peningkatan pengetahuan yang signifikan pada populasi anak sekolah dasar. Dalam konteks ini permainan dapat membangkitkan motivasi siswa untuk belajar aktif serta sebagai strategi belajar sambil bermain yang tepat bagi siswa termasuk dalam hal edukasi bidang gizi (13).

Permainan roda berputar, juga dikenal sebagai *roulette*, adalah salah satu media permainan yang dapat digunakan untuk belajar sambil bermain. Permainan roda berputar ini dapat dimodifikasi untuk membantu siswa belajar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lely di SDN Kedurus 1 menunjukkan bahwa media pembelajaran roda berputar (*spinning wheel*) layak digunakan dalam proses pembelajaran di sekolah dasar. Dengan hasil analisis validasi materi yang telah dilakukan oleh peneliti mendapatkan persentasi sebesar 88%, serta validasi materi mendapatkan persentasi sebesar 90%. Hasil analisis kepraktisan media mendapatkan persentasi 90% dari respon pendidik dan mendapatkan persentasi 90% dari respon peserta didik. Pada tahap analisis keefektifan media mendapatkan presentasi ketuntasan belajar sebesar 84,61% (14).

Penelitian yang dilakukan oleh Simanjuntak & Andayani juga menunjukkan bahwa adanya pengaruh edukasi kesehatan dengan metode permainan roda putar (*spin wheel*) terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai covid 19 di SD Cahaya Pengharapan Abadi Deli Serdang (15). Sejalan juga dengan penelitian Eka, Nur dan Tri didapatkan data skor pengetahuan pada kelompok intervensi roda putar mengalami peningkatan 2,4 poin sedangkan pada kelompok kontrol/leaflet menyatakan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan sebesar 1 poin. Sikap pada kelompok intervensi roda putar meningkat lebih tinggi

daripada kelompok kontrol leaflet, masing masing sebesar 6,5 poin dan 2,5 poin dan penelitian tersebut menyatakan bahwa roda putar lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap daripada *leaflet* (13).

Hasil penelitian yang dilakukan pada siswa SD di Kota Bandung menunjukkan bahwa banyak siswa belum paham akan pentingnya sayur dan buah dan sebagian besar siswa kesulitan dalam menyebutkan nama-nama sayur maupun buah. Hal tersebut dapat disebabkan karena siswa kurang terpapar sayur dan buah dalam sehari-hari, dan sebagian besar orang tua hanya mengenalkan dan memberikan sayur dan buah yang terbatas, sehingga sayur dan buah menjadi suatu hal yang asing bagi anak, terlepas lagi dengan kebiasaan makan anak usia sekolah dasar yang masih *picky eater*. Contohnya, siswa hanya menyukai sayuran dalam bentuk daun seperti bayam dan kangkung dibandingkan dalam bentuk daging buah seperti labu siam dan terong (16).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa SDN 186 Cipadung Kota Bandung dan SDN 125 Taruna Karya Kota Bandung didapatkan bahwa siswa belum pernah mendapatkan edukasi gizi mengenai sayur dan buah sehingga banyak siswa belum paham akan pentingnya sayur dan buah. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Roda Berputar Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Sekolah Dasar.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh media roda berputar terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh media roda berputar terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Memperoleh data pengetahuan gizi mengenai sayur dan buah pada anak sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
- b. Memperoleh data perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
- c. Menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan sayur dan buah pada anak sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
- d. Menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
- e. Menganalisis perbedaan peningkatan pengetahuan sayur dan buah setelah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
- f. Menganalisis perbedaan peningkatan perilaku setelah diberikan edukasi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini meliputi edukasi gizi menggunakan media roda berputar terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan sarana dalam menambah pengetahuan, pemahaman, serta pengalaman mengkaji masalah pada bidang gizi masyarakat khususnya dalam pendidikan gizi terkait sayur dan buah pada anak sekolah dasar.

1.5.2 Bagi Siswa Sekolah Dasar

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan anak sekolah dasar terkait gizi pada anak sekolah.

1.5.3 Bagi Sekolah Dasar

Penelitian diharapkan dapat menambah sarana pendidikan terkait gizi pada anak sekolah dasar disamping mata pelajaran yang sudah diberikan dalam kurikulum sekolah dasar.

1.5.4 Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung

Penelitian diharapkan dapat menambah bahan literatur dan referensi yang dapat digunakan sebagai sumber pustaka penelitian berikutnya dan dapat menambah perkembangan di bidang IPTEK gizi dan kesehatan terkait gizi anak sekolah dasar.