BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Konsumsi buah dan sayur di Indonesia masih kurang dari setengah konsumsi yang telah direkomendasikan. Kebanyakan masyarakat Indonesia mengkonsumsi buah dan sayur yaitu sebanyak 173 gram dalam sehari, angka tersebut terlihat lebih kecil dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang telah direkomendasikan yaitu sebesar 400 gram perkapita dalam sehari. Dalam mengkonsumsi buah lebih sedikit dibandingkan dengan konsumsi sayur yaitu 67 gram sedangkan untuk sayur yaitu 107 gram per kapita dalam sehari. Masyarakat Indonesia tidak semuanya mengkonsumsi buah, terdapat 97,3% mengkonsumsi sayur dan 73,6% mengkonsumsi buah di tahun 2016. Konsumsi buah terjadi penurunan sebanyak 3,5% sedangkan untuk konsumsi sayur mengalami penurunan sebanyak 5,3% (Ridwan M, 2017). Penyebab terhadap kurang dalam konsumsi buah dan sayur salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan seorang anak yang akan berdampak pada perilaku anak tersebut (Tia, SS., dkk. 2019).

Berdasarkan hasil Riskesdas (2010), menunjukkan bahwa masih banyak penduduk yang tidak cukup mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 93,6%. Pada hasil Riskesdas tahun 2013 pada usia >10 tahun yang mengonsumsi kurang dari 5 porsi buah dan sayur dalam sehari sebanyak 93,5%, sedangkanproporsi konsumsi buah dan sayur lebih dari 5 buah dan sayur tiap harinya pada data Riskesdas masih terbilang rendah yaitu 3,3% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, proporsi konsumsi sayuran dan buah-buahan kurang dari 5 porsi dalam sehari pada usia ≥ 5 tahun secara nasional sebesar 95.5%. Sedangkan, untuk Provinsi Jawa Barat proporsi konsumsi sayuran dan buah-buahan kurang dari 5 porsi dalam sehari pada usia ≥ 5 tahun sangat tinggi di atas proporsi secara nasional yaitu 98.2%. Berdasarkan hal tersebut menunjukan hasil semakin rendahnya konsumsi sayuran dan buah-buahan pada usia ≥ 5 tahun. Dikarenakan terdapat kurangnya konsumsi buah dan sayur, maka perlu untuk diberikan intervensi agar dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah khususnya di Provinsi Jawa Barat terutama pada anak-anak (Salsabila, ST., 2019).

Kekurangan mengkonsumsi buah dan sayur dapat merugikan kesehatan tubuh manusia. Ketika kurang dalam konsumsi buah dan sayur, maka tubuh akan mengalami kekurangan nutrisi yang ada di dalam buah dan sayuran yaitu vitamin, mineral, serat, dan zat gizi lainnya. Buah-buahan dan sayuran segar mengandung enzim aktif yang mempercepat reaksi kimia yang ada dalam tubuh. Kandungan pada buah dan sayur berguna sebagai antioksidan untuk membebaskan radikal bebas, antikanker dan menetralkan kolestrol jahat (Muna, NI, 2019).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), kurang dalam mengonsumsi buah dan sayur menimbulkan berbagai macam penyakit degeneratif antara lain obesitas, diabetes, hipertensi, tekanan darah tinggi, dan kanker. Hal tersebut bisa menyebabkan kematian dini dan kehidupan produktif yang hilang karena cacat,28% dari kematian di seluruh dunia disebabkan karena rendahnya konsumsi buah dan sayur. Hal itu saja tidak cukup, kurang konsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan sekitar 14% dari kematian akibat kanker pencernaan, sekitar 11% dari jantung dan sekitar 9% kematian stroke. Rekomendasi kecukupan konsumsi

buah untuk mencegah penyakit kronis adalah 400-600 gram per hari (Rachman, BN, dkk, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap delapan anak sekolah dasar, menyatakan bahwa mereka hanya mengkonsumsi buah dan sayur 1-2 porsi saja dalam sehari, hal tersebut tidak sesuai dan kurang dari porsi konsumsi buah dan sayur yang direkomendasikan oleh WHO, yaitu konsumsi buah dan sayur adalah 400 g (5 porsi) per hari, dari delapan anak hanya tiga anak yang suka makan sayur dan buah walaupun dalam jangka waktu konsumsi yang jarang, pada saat ditanya mengenai pencernaan, kebanyakan dari mereka menjawab susah untuk buang air besar dengan jangka waktu 2-3 hari sekali saja jika ingin buang air besar hal tersebut dikarenakan kurang mengonsumsi serat dan cairan sehingga penceraan menjadi tidak lancar.

Anak-anak merupakan masa yang tepat untuk diberikan edukasi mengenai makanan sehat. Promosi kesehatan disekolah sangat penting, karena sekolah adalah tempat yang tepat unuk mendorong gaya hidup yang sehat, promosi kesehatan di sekolah sudah diperkuat oleh *WHO dalam Ottawa Charter for Health Promotion*, upaya promosi kesehatan di sekolah dapat meningkatkan kesehatan anak usia sekolah. Pada saat melaksanakan promosi kesehatan dapat digunakan media untuk mempermudah penyampaian pesan atau informasi pada sasaran (Salawati, L., 2018).

Media promosi kesehatan dibagi menjadi tiga macam, yaitu : media cetak, media elektronik, dan media luar ruang. Salah satu media elektronik yaitu media video animasi. Penelitian yang dilakukan oleh Aspiawati (2018), didapatkan hasilnya bahwa ada pengaruh terhadap pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan berbasis media video animasi. Selain itu,

penelitian yang dilakukan oleh Isti, LA., Agustiningsih & Wardoyo, AA., (2020), didapatkan hasil media video animasi yang dikembangkan menunjukkan bukti efektif. Berdasarkan hasil matrik media, menunjukkan bahwa media yang tepat digunakan adalah media animasi video (matrik terlampir).

Media video animasi baik untuk digunakan dalam proses pembelajaran anak sekolah dasar dikarenakan media video animasi bisa diputar dengan mudah lalu siswa akan terlihat senang dan tertarik dalam proses belajar (Muryanti U, dan Kartowagiran, B., 2018). Selain sebagai hiburan, animasi dapat menginspirasi, penuntun dan penyampaian pesan. Media animasi dapat menyampaikan pesan yang lebih efektif karena dalam media tersebut mengandung unsur video dan audio (Windari, A, 2019).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Media Video Animasi tentang Konsumsi Buah dan Sayur terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu "Bagaimana Pengaruh Media Video Animasi tentang Konsumsi Buah dan Sayur terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar?".

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah menghasilkan media yang layak dan dapat digunakan sebagai media Promosi Kesehatan dalam meningkatkan

konsumsi Buah dan Sayur di MIS Nurhayati, sehingga dapat mengetahui pengaruh media video animasi tentang konsumsi buah dan sayur terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar di MIS Nurhayati

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini antara lain :

a. Mengetahui rata-rata nilai pengetahuan anak sekolah dasar tentang konsumsi buah dan sayur sebelum diberikan intervensi menggunakan media video animasi tentang konsumsi buah dan sayur di MIS Nurhayati.

b. Mengetahui rata-rata nilai pengetahuan anak sekolah dasar tentang konsumsi buah dan sayur setelah diberikan intervensi menggunakan media video animasi tentang konsumsi buah dan sayur di MIS Nurhayati.

c. Menganalisis pengaruh media video animasi terhadap nilai pengetahuan siswa tentang konsumsi buah dan sayur di sekolah dasar MIS Nurhayati.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan, dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang konsumsi buah dan sayur melalui media video animasi, serta diharapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan terutama bagi anak sekolah dasar.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Mendapatkan tambahan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan peneliti mengenai pengaruh media video animasi mengenai konsumsi buah dan sayur terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar.

b. Bagi Siswa Sekolah Dasar

Dapat meningkatkan pengetahuan tentang konsumsi buah dan sayur melalui media video animasi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi dan dapat menambah variasi media promosi kesehatan dan menambah ide gagasan dalam penerapan strategi promosi kesehatan salah satunya dengan menggunakan media video animasi bagi anak sekolah dasar.