

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia sekolah dasar, adalah usia yang gemar dalam memilih jajanan sembarangan. Survey BPOM juga membuktikan bahwa 45% jajanan sekolah merupakan makanan jajanan yang berbahaya.¹ Anak – anak pada umumnya belum memiliki sifat kritis dan hati – hati dalam memilih makanan.²

Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa pada anak sekolah dasar usia ≥ 10 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2007 ke 2013 pada pola konsumsi makanan beresiko. Pola konsumsi makanan beresiko antara lain kebiasaan mengkonsumsi penyedap, makanan / minuman manis, dan makanan berlemak adalah perilaku makan yang beresiko menyebabkan penyakit degeneratif. D.I.Yogyakarta menjadi salah satu dari lima provinsi dengan proporsi tertinggi yang memiliki pola makan beresiko. Proporsi penduduk usia ≥ 10 tahun yang mengkonsumsi ≥ 1 kali dalam sehari paling banyak konsumsi bumbu penyedap (77,8%), diikuti makanan dan minuman manis (69,2%), dan makanan berlemak (50,7%). Satu dari sepuluh penduduk mengonsumsi mi instan ≥ 1 kali per hari. Proporsi ini meningkat dari hasil Riskesdas tahun 2007 sebelumnya.³

Pola makan yang salah ini merupakan penyebab dari timbulnya masalah kekurangan dan kelebihan gizi. Masalah kekurangan gizi (undernutrition) termasuk pendek (stunting), KEP, kurus, dan sangat kurus.

Masalah kelebihan gizi (overnutrition), termasuk kegemukan/ obesitas.⁴ Masalah gizi pada usia anak sekolah bermacam-macam, salah satunya adalah KVA atau Kekurangan Vitamin A yang disebabkan karena kurangnya konsumsi vitamin yang diperoleh dari makanan sehari-hari. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi KVA adalah dapat dengan meningkatkan konsumsi vitamin dengan cara menambah konsumsi buah dan sayuran.⁵

Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anak-anak berusia ≥ 10 tahun di DIY yang kurang konsumsi sayuran dan buah sebesar 84%.³ Anak usia sekolah dasar (SD) merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan yang bergizi seimbang begitu penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif. Peran dan dukungan orang terdekat memengaruhi kebiasaan makan anak. Apabila kebiasaan makan baik, dengan menerapkan makanan sehat dan bergizi seimbang sejak dini, maka kebiasaan tersebut akan berpengaruh hingga tumbuh dewasa nanti.⁶

Masih sangat rendahnya konsumsi sayur dan buah di masyarakat, diperlukan adanya kampanye “Makan Sayur dan Buah” dalam upaya mencapai Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) terutama pada anak usia sekolah dan remaja sebagai penerus bangsa.⁷

Sebanyak 52,7% anak SD mempunyai pengetahuan gizi masih kurang. Salah satu penyebab malnutrisi pada anak adalah rendahnya pengetahuan gizi pada anak-anak.⁸ Salah satu upaya meningkatkan

pengetahuan gizi adalah melalui pendidikan gizi. Upaya pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan tentang gizi di kalangan masyarakat karena siswa sekolah diharapkan dapat menjadi jembatan bagi guru dalam menjangkau orangtua.⁹

Pendidikan gizi atau lebih dikenal dengan kegiatan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, dan perilaku gizi masyarakat adalah salah satu upaya penanggulangan beban ganda masalah gizi dan PTM yang paling efektif dan mempunyai daya ungkit tinggi untuk mengubah perilaku konsumsi makanan ke arah yang sehat melalui Pedoman Gizi Seimbang. Salah satu bentuk KIE dalam bidang gizi adalah kegiatan penyuluhan.⁴

Penyuluhan gizi sebaiknya diberikan sedini mungkin, pendidikan gizi dapat diberikan melalui penyuluhan, pemberian poster, leaflet atau booklet pada anak sekolah. Usia yang sesuai untuk diberikan penyuluhan gizi adalah usia 11 tahun karena pada usia tersebut anak berada dalam operasional formal, yaitu mampu untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia.¹⁰

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 25 Mei 2018 yang dilakukan pada 26 siswa usia 11-12 tahun di Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman menyatakan bahwa dalam sehari hanya mengkonsumsi sayur dan buah 1-2 kali. Rekomendasi konsumsi sayur buah menurut WHO 2003 adalah 400gram atau setara dengan 5 porsi per hari untuk semua kelompok usia. Tidak sedikit siswa sekolah dasar yang masih memiliki pemahaman yang

salah mengenai manfaat sayur dan buah. Oleh karena itu perlu adanya peningkatan pengetahuan mengenai sayur dan buah melalui kegiatan penyuluhan gizi khususnya tentang sayur dan buah untuk anak sekolah dasar.¹¹ Banyak alat dan cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kewaspadaan dan perilaku makan anak. Media yang tepat akan menimbulkan semangat belajar sendiri sesuai dengan minat dan kemampuannya. Media harus dibuat dengan tidak mengesampingkan syarat media yang baik dan benar, agar informasi dapat diterima sesuai dengan keinginan penyampai pesan.¹¹

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian penyuluhan dengan judul “Pengaruh Media Lembar Balik Pop-Up terhadap Pengetahuan Sayur dan Buah Siswa Sekolah Dasar Negeri Cebongan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

Apakah penyuluhan menggunakan media lembar balik pop-up dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai sayur dan buah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penggunaan media lembar balik pop-up terhadap peningkatan pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar dibanding dengan kelompok penyuluhan metode lembar balik.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar sebelum penyuluhan menggunakan media lembar balik *pop-up*.
- b. Mengetahui pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar sesudah penyuluhan menggunakan media lembar balik *pop-up*.
- c. Mengetahui perbedaan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan dengan metode penyuluhan menggunakan media lembar balik *pop-up*.
- d. Mengetahui perbedaan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah sesudah penyuluhan dan sesudah penyuluhan dengan metode penyuluhan menggunakan media lembar balik.
- e. Mengetahui pengaruh media lembar balik pop-up terhadap peningkatan pengetahuan sayur dan buah siswa sekolah dasar.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang keilmuan Gizi Masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Media Lembar Balik Pop-Up ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan inovasi media penyuluhan tentang sayur dan buah.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis lembar balik pop-up yang berguna bagi :

a. Bagi siswa

Siswa mampu memiliki sikap positif dan lebih memahami dalam pengetahuan sayur dan buah melalui penyuluhan menggunakan media lembar balik *pop-up*.

b. Bagi guru dan sekolah

Dapat menjadi alternative media pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan tentang sayur dan buah.

c. Bagi penyuluh gizi kesehatan

Dapat menjadi alternative media dalam penyuluhan mengenai sayur dan buah.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai “Pengaruh Media Lembar Balik *Pop-Up* terhadap Pengetahuan Sayur dan Buah Siswa Sekolah Dasar Negeri Cebongan” belum pernah dilakukan. Beberapa penelitian tentang penyuluhan menggunakan media diantaranya adalah:

Tabel 1. Penelitian tentang penyuluhan menggunakan media

No	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Ferwanda (2017) Efektivitas Buku Edukatif Berbasis <i>Games</i> Terhadap Perubahan Pengetahuan Serta Sikap Tentang Sayur Dan Buah	Penelitian mengenai peningkatan pengetahuan sayur dan buah menggunakan media	1. Media yang digunakan 2. Subyek penelitian
2	Candra (2015) Pemanfaatan Media Lembar Balik Flanel Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mengenal Bilangan 1 Sampai 10 Siswa Tunagrahita Kelas I SDLB	-	1. Media yang digunakan 2. Subyek penelitian 3. Metode penelitian 4. Variabel