

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Anak Sekolah Dasar (SD)

a. Pengertian Anak SD

Anak sekolah dasar adalah mereka yang berusia antara 6 – 12 tahun atau biasa disebut dengan periode intelektual. Pengetahuan anak akan bertambah pesat seiring dengan bertambahnya usia, keterampilan yang dikuasainya semakin beragam. Minat anak pada periode ini terutama terfokus pada segala sesuatu yang bersifat dinamis bergerak. Implikasinya adalah anak cenderung untuk melakukan beragam aktivitas yang akan berguna pada proses perkembangannya kelak (Jatmika, 2005).

b. Siswa Sekolah Dasar Kelas Rendah

Usia sekolah dasar disebut juga periode intelektualitas, atau periode keserasian bersekolah. Pada umur 6 – 7 tahun seorang anak dianggap sudah matang untuk memasuki sekolah. Periode sekolah dasar terdiri dari periode kelas rendah dan periode kelas tinggi. Karakteristik siswa kelas rendah sekolah dasar adalah sebagai berikut: (1) adanya kolerasi positif yang tinggi antara keadaan kesehatan pertumbuhan jasmani dengan prestasi sekolah, (2) adanya kecenderungan memuji diri sendiri, (3) suka membanding-bandingkan

dirinya dengan anak lain, (4) pada masa ini (terutama pada umur 6 – 8 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak, (5) tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang ada di dalam dunianya, (6) apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu dianggap tidak penting (Notoatmodjo, 2012).

c. Siswa Sekolah Dasar Kelas Tinggi

Karakteristik siswa kelas tinggi sekolah dasar adalah sebagai berikut: (1) adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, (2) realistik, mempunyai rasa ingin tahu dan ingin belajar, (3) menjelang akhir masa ini telah ada minat terhadap hal-hal atau mata pelajaran khusus, para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor, (4) pada umur 11 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugasnya dan memenuhi keinginannya; setelah kira-kira umur 11 tahun pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha menyelesaikannya sendiri, (5) pada masa ini anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah, (6) anak-anak pada masa ini gemar membentuk kelompok sebaya, biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Di dalam permainan ini biasanya anak tidak lagi terikat kepada aturan permainan yang tradisional; mereka membuat peraturan sendiri (Notoatmodjo, 2012).

d. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Supriasa (2013), karakteristik anak usia sekolah umur 6-12 tahun terbagi menjadi empat bagian terdiri dari :

1) Fisik/Jasmani

- a) Pertumbuhan lambat dan teratur.
- b) Anak wanita biasanya lebih tinggi dan lebih berat dibanding laki-laki dengan usia yang sama.
- c) Anggota-anggota badan memanjang sampai akhir masa ini.
- d) Peningkatan koordinasi besar dan otot-otot halus.
- e) Pertumbuhan tulang, tulang sangat sensitif terhadap kecelakaan.
- f) Pertumbuhan gigi tetap, gigi susu tanggal, nafsu makan besar, senang makan dan aktif.
- g) Fungsi penglihatan normal, timbul haid pada akhir masa ini.

2) Emosi

- a) Suka berteman, ingin sukses, ingin tahu, bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri, mudah cemas jika ada kemalangan di dalam keluarga.
- b) Tidak terlalu ingin tahu terhadap lawan jenis.

3) Sosial

- a) Senang berada di dalam kelompok, berminat di dalam permainan yang bersaing, mulai menunjukkan sikap

kepemimpinan, mulai menunjukkan penampilan diri, jujur, sering punya kelompok teman-teman tertentu.

b) Sangat erat dengan teman-teman sejenis, laki-laki dan wanita bermain sendiri-sendiri.

4) Intelektual

a) Suka berbicara dan mengeluarkan pendapat minat besar dalam belajar dan keterampilan, ingin coba-coba, selalu ingin tahu sesuatu.

b) Perhatian terhadap sesuatu sangat singkat.

2. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan terjadi setelah melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu (Wahit, 2006 dalam Mubarak dkk., 2007).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014).

b. Pengertian Belajar

Belajar adalah modifikasi atau memperteguh kelakuan melalui pengalaman (*Learning is defined as modification or strengthening of behavior through experiencing*). Menurut pengertian ini, belajar merupakan proses, suatu kegiatan dan bukan suatu penguasaan hasil latihan melainkan pengubahan kelakuan. Pengertian ini sangat berbeda dengan pengertian lama tentang belajar, yang menyatakan bahwa belajar adalah memperoleh pengetahuan, belajar adalah latihan-latihan pembentukan kebiasaan secara otomatis dan seterusnya (Mubarak, dkk., 2007).

c. Metode Pembelajaran

Menurut Sutikno dalam Sujarwo (2012), metode pembelajaran adalah cara-cara menyajikan materi pelajaran yang dilakukan oleh pendidikan agar terjadi proses pembelajaran pada diri siswa dalam upaya untuk mencapai tujuan.

Metode pembelajaran tersebut terdiri dari :

1) Metode Pembelajaran Kooperatif

Menurut Slavin pembelajaran kooperatif adalah pembelajaran yang dilakukan secara berkelompok, siswa dalam satu kelas dijadikan kelompok-kelompok kecil yang terdiri 4 sampai 5 orang untuk memahami konsep yang difasilitasi guru.

2) Metode Pembelajaran Berbasis Masalah

Penyampaian materi dengan menggunakan metode pembelajaran berbasis masalah memungkinkan menggunakan hal-hal yang terjadi dalam kehidupan seperti halnya pelajaran fisika yang terkait dekat dengan kehidupan sehari-hari.

Hal ini sesuai yang dikemukakan Abbas, (2000) menyatakan bahwa metode pembelajaran berbasis masalah adalah metode pembelajaran dengan pendekatan pembelajaran siswa pada masalah autentik, sehingga siswa dapat menyusun pengetahuannya sendiri, menumbuh kembangkan keterampilan yang lebih tinggi dan inkuiri, memandirikan siswa, dan meningkatkan kepercayaan diri sendiri.

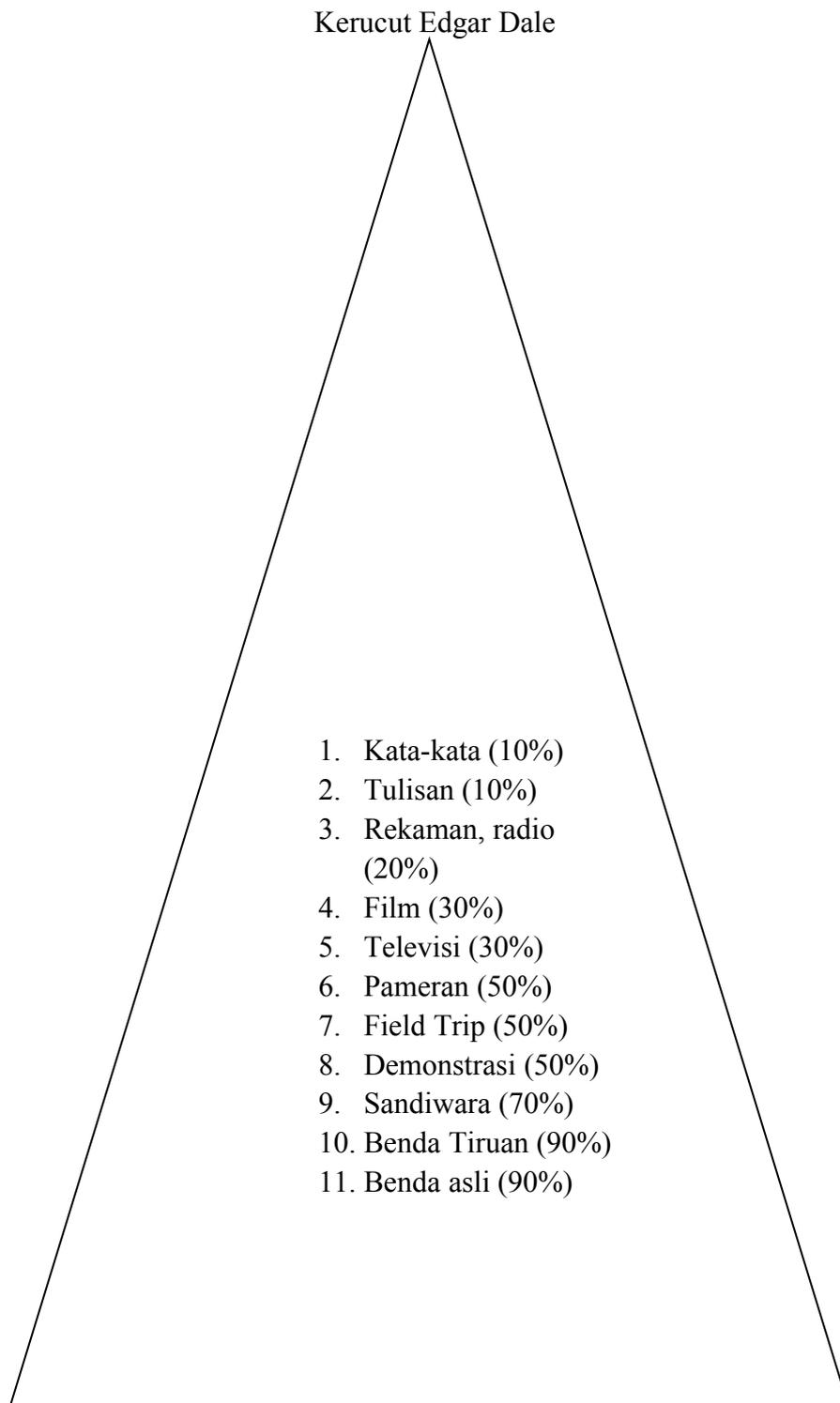
d. Alat Bantu/Media

Alat bantu pendidikan adalah alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran. Alat bantu ini lebih sering disebut sebagai alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan memperagakan sesuatu di dalam proses pendidikan atau pengajaran. Alat peraga ini disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap manusia diterima atau ditangkap melalui panca indra. Semakin banyak indra yang digunakan untuk menerima sesuatu maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh.

Dengan perkataan lain alat peraga ini dimaksudkan untuk mengerahkan indra sebanyak mungkin kepada suatu objek, sehingga mempermudah pemahaman (Notoatmodjo, 2007).

Seseorang atau masyarakat di dalam proses pendidikan dapat memperoleh pengalaman atau pengetahuan melalui berbagai macam alat bantu pendidikan. Tetapi masing-masing alat mempunyai intensitas yang berbeda-beda di dalam membantu permasalahan seseorang. Elgar Dale membagi alat peraga tersebut menjadi 11 macam, dan sekaligus menggambarkan tingkat intensitas tiap-tiap alat tersebut dalam sebuah kerucut (Notoatmodjo, 2007).

Dari kerucut Edgar Dale dapat dilihat bahwa lapisan yang paling dasar adalah benda asli dan yang paling atas adalah kata-kata. Hal ini berarti bahwa dalam proses pendidikan, benda asli mempunyai intensitas paling tinggi untuk mempersepsikan bahan pendidikan atau pengajaran. Sedangkan penyampaian bahan yang hanya dengan kata-kata saja sangat kurang efektif atau intensitasnya paling rendah (Notoatmodjo, 2007).



Gambar 1. Kerucut Edgar Dale tentang 11 Macam Alat Peraga/Media

e. Macam-Macam Alat Bantu/Media

Menurut Notoatmodjo (2007), pada garis besarnya hanya ada tiga macam alat bantu pendidikan (alat peraga). Macam-macam alat bantu tersebut diantaranya :

- 1) Alat bantu lihat (*visual aids*) yang berguna dalam membantu menstimulasi indra mata (penglihatan) pada waktu terjadinya proses pendidikan. Alat ini ada dua bentuk :
 - a) Alat yang diproyeksikan, misalnya slide, film, film strip, dan sebagainya.
 - b) Alat-alat yang tidak diproyeksikan:
 - i. Dua dimensi, gambar peta, bagan, dan sebagainya.
 - ii. Tiga dimensi, misalnya bola dunia, boneka, dan sebagainya.
- 2) Alat bantu dengar (*audio aids*), yaitu alat yang dapat membantu untuk menstimulasikan indra pendengar pada waktu proses penyampaian bahah pendidikan atau pengajaran. Misalnya piringan hitam, radio, pita suara, dan sebagainya.
- 3) Alat bantu lihat dengar, seperti televisise dan *video cassette*.
Alat-alat bantu pendidikan ini lebih dikenal dengan *Audio Visual Aids (AVA)*.

Penggunaan media secara kreatif akan memungkinkan audien untuk belajar lebih baik dan dapat meningkatkan performa mereka sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Tujuan penggunaan media

sebagai sumber belajar adalah untuk memudahkan anak didik memperoleh pengetahuan dan ketrampilan, ketidakjelasan bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara (Mubarak, dkk, 2007).

f. Simulasi (Permainan)

Menurut Supriasa (2013), metode simulasi adalah permainan yang direncanakan yang maknanya dapat diambil untuk kepentingan sehari-hari. Metode simulasi dapat dilaksanakan untuk memaknai masalah hubungan antar-manusia. Keunggulan metode simulasi adalah partisipasi peserta dalam suatu kegiatan, peserta langsung mengalami dan berbuat, suasana lebih santai dan peserta dapat memahami permasalahan dalam kehidupan sehari-hari, dari permainan dalam sidang peserta dapat menarik makna sesuai dengan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari, dan permainan akan menimbulkan kesan yang mendalam. Kelemahan dari metode simulasi adalah apabila topik permainan tidak tepat, tujuan simulasi tidak akan tercapai, membutuhkan alat-alat untuk mendukung permainan, kadang-kadang peserta sulit ditunjuk dan menolak menjadi pemain dalam simulasi, dan umumnya berhenti pada permainan dan makna atau manfaatnya tidak dapat digali.

g. Permainan Kartu UNO

Permainan kartu UNO merupakan salah satu permainan kartu yang populer di seluruh dunia. Kartu yang memiliki 4 warna ini merupakan permainan kartu yang sederhana, tetapi diperlukan strategi maupun pemikiran ke depan yang menjadi kunci kemenangan dalam permainan tersebut. Permainan kartu UNO ini banyak dimainkan baik dari anak-anak sampai orang dewasa. Dalam permainan kartu UNO ini, para pemain hanya perlu mencocokkan angka atau warna dari kartu teratas di dek kartu. Yang membuat lebih menarik dari permainan kartu UNO ini adalah terdapat *action cards* yang mana mempunyai aturan khusus apabila kartu-kartu tersebut dimainkan (Nurhasanah, 2013).

Seiring perkembangan teknologi, permainan kartu UNO juga telah merambah hingga ke dalam bentuk digital. Sekarang ini telah terdapat permainan UNO yang telah didigitalisasikan ke dalam bentuk permainan perorangan dimana seorang pemain akan menghadapi *Artificial Intelligence* dalam program permainan kartu UNO dan permainan bersama yang lebih dikenal dengan *online gaming*. Untuk permainan perorangan melawan *Artificial Intelligence* tentu terasa tidak menyenangkan karena pada dasarnya permainan UNO ini merupakan permainan yang berasal dari permainan keluarga yang melibatkan banyak pemain. Permainan kartu UNO merupakan permainan yang lebih menyenangkan jika dimainkan ketika setiap

pemain saling berkompetisi dengan tujuan untuk dapat memenangkan permainan tersebut (Nurhasanah, 2013).

3. Pengetahuan Buah dan Sayur

a) Pengertian Buah dan Sayur

Buah-buahan merupakan sumber zat gizi, terutama vitamin (A dan C) dan mineral. Di samping itu, buah juga mengandung karbohidrat, lemak, dan protein (Antarlina, 2009).

Sayuran didefinisikan sebagai bagian tumbuhan yang umum dimakan untuk memenuhi kebutuhan akan gizi. Berdasarkan definisi tersebut, sayuran dapat dibedakan atas bayam, selada air, sayuran bunga contohnya kembang turi, brokoli, dan kembang kol, sayuran buah contohnya terong, cabe, paprika, labu, ketimun dan tomat, sayuran biji muda contohnya kapri muda, jagung muda, kacang panjang, buncis, dan semi/*baby corn*, sayuran batang muda contohnya asparagus, rebung dan jamur, sayuran akar contohnya bit, lobak, wortel dan rhadis, serta sayuran umbi contohnya kentang, bawang bombay, bawang merah dan bawang putih (Astawan, 2008).

b) Manfaat Buah dan Sayur

Menurut Nirmala (2012), buah dan sayur merupakan sumber zat gizi vitamin dan mineral. Vitamin yang terdapat dalam buah dan sayuran adalah provitamin A, vitamin C, K, E dan berbagai kelompok vitamin B kompleks. Di samping itu, buah dan sayuran juga kaya akan berbagai jenis mineral, di antaranya kalium (K), kalsium (Ca), natrium

(Na), zat besi (Fe), magnesium (Mg), mangan (Mn), seng (Zn) dan selenium (Se). Manfaat buah dan sayur diantaranya :

1. Mengandung enzim yang penting untuk system saluran pencernaan dan system penyerapan gizi yang terkandung dalam makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari-hari.
2. Kaya akan kandungan potassium dan sedikit kandungan sodium untuk mencegah hipertensi dan menjaga kesehatan pembuluh darah jantung.
3. Buah dan sayur yang berwarna kuning, ungu, merah dan hijau mengandung karotin yang berfungsi sebagai antioksidan kuat yang melawan pertumbuhan sel kanker dan menangkal radikal bebas.
4. Kandungan flavonoid di dalam buah dan sayur bermanfaat untuk menghalau zat potensial penyebab kanker. Juga berfungsi sebagai anti virus, anti alergi, anti peradangan, dan anti alergi.
5. Buah dan sayur mengandung serat yang berfungsi membawa lemak dan kolesterol ke luar tubuh serta melancarkan buang air besar.

Menurut Astawan (2008), beberapa jenis sayuran mampu menurunkan kolesterol darah, kadar gula darah, mencegah penyebaran sel kanker, sebagai antibiotik, menyembuhkan luka lambung, mengurangi serangan rematik, mencegah karies gigi, mencegah diare, menyembuhkan sakit kepala dan lain-lain. Vitamin yang banyak

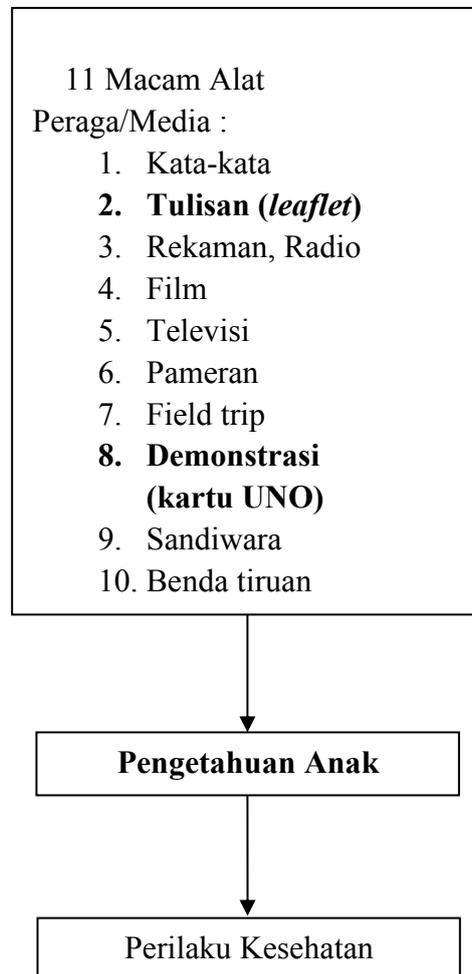
terdapat pada sayuran adalah vitamin C dan vitamin B kompleks. Beberapa sayuran juga merupakan sumber vitamin A, D dan E yang sangat potensial. Karotenoid (precursor vitamin A), vitamin C dan vitamin E merupakan antioksidan alami yang berguna melawan serangan radikal bebas, penyebab penuaan dini, dan berbagai jenis kanker.

Mineral yang banyak terdapat pada sayuran adalah zat besi (Fe), seng/zinc (Zn), tembaga (Cu), mangan (Mn), kalsium (Ca), dan fosfor (P). Beberapa dari mineral tersebut, seperti Cu, Zn, dan Mn juga merupakan mineral antioksidan. Dibandingkan dengan sumber serat pangan (*dietary fiber*) lainnya, sayuran merupakan sumber paling baik dan utama. Serat pangan bermanfaat mencegah berbagai penyakit degenerative, seperti kanker usus besar (kanker kolon), divertikulosis, aterosklerosis, gangguan jantung, stroke, diabetes mellitus, hipertensi, dan penyakit batu ginjal (Astawan, 2008).

c) Kebutuhan Buah dan Sayur

Menurut Astawan (2008), dalam sehari dianjurkan untuk mengonsumsi buah-buahan berwarna-warni sebanyak 2-4 porsi, yang satu porsinya setara dengan 150 gram. Sedangkan, dalam sehari dianjurkan mengonsumsi sayuran berwarna-warni sebanyak 3-5 porsi, satu porsinya setara dengan 75 gram sayuran mentah.

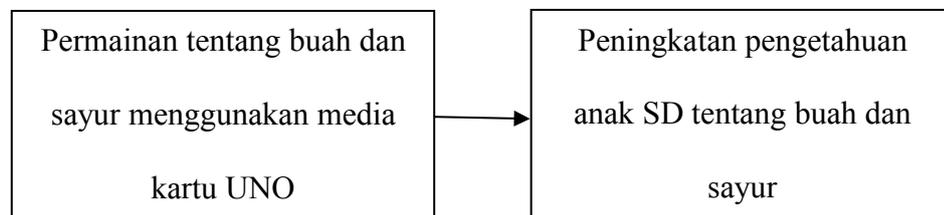
B. Kerangka Teori



Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian tentang Pengaruh Penggunaan Kartu UNO sebagai Media Permainan tentang Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar di SDN Brosot dan SDN Prembulan Galur Kulonprogo.

Sumber : Modifikasi dari Teori Kerucut Edgar Dale dan Notoatmodjo dalam buku Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, 2007.

C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian tentang Pengaruh Penggunaan Kartu UNO sebagai Media Permainan tentang Buah dan Sayur pada Anak Sekolah Dasar di SDN Brosot dan SDN Prembulan Galur Kulonprogo.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ada pengaruh penggunaan media kartu UNO terhadap pengetahuan anak sekolah dasar tentang buah dan sayur.