

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anak usia sekolah (AUS) 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.

Usia sekolah dasar, adalah usia yang gemar dalam memilih jajanan sembarangan. Survey BPOM juga membuktikan bahwa 45% jajanan sekolah merupakan makanan jajanan yang berbahaya. Anak – anak pada umumnya belum memiliki sifat kritis dan hati – hati dalam memilih makanan. Peran dan dukungan orang terdekat seperti keluarga mempengaruhi 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 (Mohammad, 2015).

Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anak-anak berusia  $\geq 10$  tahun di DIY yang kurang konsumsi sayuran dan buah sebesar 89.7%. 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.

Masih sangat rendah konsumsi sayur dan buah di masyarakat, di perlukannya edukasi konsumsi buah dan sayur terutama pada anak usia sekolah sebagai penerus bangsa(Tuzzahroh F,2015).

Sebanyak 52,7% anak SD mempunyai pengetahuan tentang gizi yang masih kurang. salah satu upaya guna meningkatkan pengetahuan gizi pada anak – anak. Salah satu upaya guna meningkatkan pengetahuan gizi adalah melakukan pendidikan gizi. Upaya pendidikan gizi di sekolah memiliki peluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan tentang gizi di masyarakat karena siswa sekolah di harapkan dapat menjadi jembatan bagi guru untuk menjangkau orang tua (Sulityoningsing, 2011)

Pendidikan gizi atau lebih dikenal dengan kegiatan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, dan perilaku gizi pada masyarakat adalah salah satu upaya penanggulangan beban ganda masalah gizi dan PTM yang paling efektif dan mempunyai daya angkut tinggi untuk mengubah perilaku konsumsi makanan yang sehat melalui Pedoman Gizi Seimbang. Salah satu bentuk KIE dalam bidang gizi adalah kegiatan penyuluhan. Penyuluhan gizi sebaiknya di berikan sedini mungkin, pendidikan gizi dapat di berikan melalui penyulihan, poster, leaflet,booklet atau menggunakan media tas yang meliki desain buah dan sayur beserta manfaat nya(Edberg, 2010) diambil (mulisna,2018).

Usia untuk di berikannya penyuluhan gizi ada usia anak sekolah dasar adalah usua 9 th keatas karena pada usai tersebut anak berada dalam operasional formal, yaitu mampu untukberpikir secara abstrak, menalar secara logis menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia (Edberg, 2010).

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 konsumsi sayur dan buah. Anak usia sekolah dasar merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan

perkembangan yang baik karena pada masa itu anak sudah mulai mengerti dan memahami tentang pentingnya makanan bergizi seimbang. Apabila kebiasaan makan dengan menetapkan makanan sehat dan bergizi, maka kebiasaan tersebut akan berpengaruh hingga timbul dewasa nanti (Mohammad, 2015) diambil (mulisna,2018). Oleh karena itu perlu adanya peningkatan pengetahuan mengenai konsumsi sayur dan buah melalui kegiatan edukasi penyuluhan gizi khususnya tentang sayur dan buah untuk anak sekolah dasar. 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. Salah satunya tas yang di gunakan sebagai media gambar guna meningkatkan pengetahuan bagi anak sekolah dasar, di karenakan tas yang selalu di bawa ke sekolah dan memiliki gambar yang dapat menarik perhatian anak untuk dilihat dari situ anak akan tertarik untuk membaca dan memahami pada gambar yang ada di tas.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian pemberian pesan gizi melalui media tas dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur siswa sekolah dasar.

#### B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka di peroleh rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Apakah ada peningkatan pengetahuan dari pemberian pesan gizi melalui media tas dan media *Leaflet* perbanyak konsumsi buah dan sayur pada anak SDN Sindurejan, Yogyakarta dan SDN 1 kadipiro, bantul
- b. Apakah ada peningkatan sikap dari pemberian pesan gizi melalui media tas dan media *Leaflet* perbanyak konsumsi buah dan sayur terhadap peningkatan sikap konsumsi buah dan sayur pada anak SDN Sindurejan, Yogyakarta dan SDN 1 kadipiro, bantul

### C. Tujuan penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui peningkatan pengetahuan dan sikap setelah di beri media tas dan media *Leaflet* tentang pesan gizi konsumsi buah dan sayur

#### 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui peningkatan pengetahuan konsumsi buah dan sayur sesudah di lakukan edukasi konsumsi buah dan sayur melalui media tas
- b. Mengetahui peningkatan sikap konsumsi buah dan sayur sesudah di lakukan edukasi konsumsi buah dan sayur melalui media tas
- c. Mengetahui peningkatan pengetahuan konsumsi buah dan sayur sesudah di lakukan edukasi konsumsi buah dan sayur melalui media *Leaflet*
- d. Mengetahui peningkatan sikap konsumsi buah dan sayur sesudah di lakukan edukasi konsumsi buah dan sayur melalui media *Leaflet*

### D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang keilmuan gizi masyarakat

#### E. Manfaat Penelitian

- a. Untuk peneliti sebagai menambah wawasan terkait pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur pada usia anak sekolah di Indonesia serta sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.
- b. Untuk masyarakat khususnya bagi orang tua diharapkan dari penelitian ini dapat di jadikan sebagai informasi untuk mengetahui pentingnya mengkonsumsi buah dan sayur bagi tubuh anak.
- c. Untuk guru dan sekolah dapat menjadikan media alternative sebagai pembelajaran guna meningkatkan pengetahuan tentang buah dan sayur

#### F. Keaslian Peneliti

Penelitian mengenai “pemberian pesan gizi dengan tas berdesain ‘perbanyak konsumsi buah dan sayur’ dalam meningkatkan praktek konsumsi buah dan sayur siswa sekolah dasar”

- 1) Cahya Destiyani,dkk(2015)” pengaruh edukasi gizi menggunakan media *fingerpuppets* Terhadap konsumsi buah dan sayur pada anak kelompok a di taman kanak-kanak negeri pembina pontianak barat”. Desain penelitian yang di gunakan adalah *eksperimen* dengan *pritest – posttest*. hasil dari penelitian di lakukan perhitungan dengan uji-t melalui program SPSS 17 dengan hasil edukasi gizi menggunakan media *finger puppets* yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan t hitung adalah -5,036 dengan tingkat sig. (2tailed)= 0,001 sehingga nilai t tabel= 2,228 pada taraf signifikasi ( $\alpha = 0,05$ ), karena  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ .

Persamaan :Kedua penelitian ini sama – sama melakukan edukasi konsumsi buah dan sayur, menggunakan *pritest – posttest*. Sasarn dari penelitian ini adalah siswa sekolah dasar dengan melakukan edukasi buah dan sayur melalui media tas.

Perbedaan : penelitian cahya destiyani, dkk menggunakan sasaran padana kelompok anak di taman kanak – kanak dan media yang padana kelompok anak di taman kanak – kanak dan media yang di gunakan media *finger puppets*.

2) Fitria laras azadirachta, sri sumarn (2017). “Pendidikan gizi menggunakan media buku saku meningkatkan pengetahuan dan praktik konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar”. Penelitian ini menggunakan desain *quasy experimental* dengan rancangan *pre-test post-test control group design*. Besar sampel ditentukan menggunakan total sampling, diperoleh 60 siswa, dengan rincian 20 siswa kelas 4 dan 5 SDN Kandang Tepus I sebagai kelompok kontrol yang diberi perlakuan dengan menggunakan media *leaflet* dan 40 siswa kelas 4 dan 5 SDN Kandang Tepus II sebagai kelompok perlakuan yang diberi perlakuan dengan media buku saku.

Persamaan :Menggunakan *quasy experimental* dengan rancangan pretest – posttest *without control group design*

Perbedaan : pada penelitian fitria laras azadirachta, sri sumarni melakukan pendidikan gizi menggunakan media buku saku meningkatkan pengetahuan dan praktik konsumsi sayur dan buah pada sekolah dasar.

Penelitian berlangsung selama 2 minggu, dengan rincian satu kali pertemuan setiap minggu. Pada pertemuan pertama, minggu pertama, kelompok kontrol dan perlakuan

diberi penjelasan terlebih dahulu tentang pelaksanaan penelitian kemudian mereka diberi surat kesediaan untuk mengikuti penelitian ini dengan persetujuan orang tua.

- 3) Irma handayani ,dkk(2018), “pengaruh penyuluhan dengan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan tentang buah dan sayur pada siswa mts-s almanar kecamatan hampan perak”. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini terdiri dari 2 kelompok, dimana kelompok satu kelompok yang mendapat perlakuan penyuluhan gizi dengan media permainan ular tangga yang dimodifikasi tentang buah dan sayur yaitu siswa MTs-S Almanar Hampan Perak, kelompok dua kelompok yang tidak mendapat perlakuan yaitu siswa MTs-S Sabila Hampan Perak.

Persamaan :sama sama menggunakan rancangan *pretest-posttest control group design*

Perbedaan : penelitian irma handayani,dkk melakukan pengaruh penyuluhan dengan media ular tangga terhadap pengetahuan buah dan sayur pada anak MTS

Uji Statistik yang digunakan adalah uji *mann whitney* dengan menggunakan taraf signifikan  $p < 0,05$  karena data tidak berdistribusi normal.