

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Buah dan sayur merupakan sumber zat gizi mikro yang sangat penting bagi proses metabolisme tubuh terutama dalam pemenuhan nutrisi manusia. Selain itu, keduanya menjadi salah satu bahan pangan yang banyak mengandung sumber serat, vitamin, dan mineral (Hidayati et al., 2017). Buah dan sayur adalah sumber nutrisi yang penting untuk dikonsumsi setiap hari, tidak hanya bagi orang dewasa melainkan juga bagi anak-anak (Sagita et al., 2020).

Anak usia sekolah adalah anak dengan usia antara 6-12 tahun yang terbagi menjadi 2 masa yakni masa kelas rendah yaitu kelas 1-3 (6-9 tahun) dan masa kelas tinggi yaitu kelas 4-6 (10-12 tahun) (Chandry et al., 2021). Masa anak adalah waktu dimana dasar-dasar pengetahuan diperoleh untuk mencapai keberhasilan dalam penyesuaian diri dengan kehidupan dewasa (Hariani, 2021). Perhatian terhadap asupan gizi dan pola makan sehari-hari sangat penting bagi anak-anak (Isnainingsih et al., 2022). Pola makan yang diterapkan pada masa anak-anak dapat memberikan dampak pada kebiasaan makan saat dewasa, sehingga membiasakan anak untuk mengonsumsi buah dan sayur sejak dini sangatlah penting (Bestari 2014).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), tingkat konsumsi buah dan sayur di Indonesia tergolong rendah, terutama di

kalangan anak-anak usia 5-14 tahun, dengan rata-rata konsumsi harian sebesar 198 gram untuk anak laki-laki dan 183 gram untuk anak perempuan (Hidayati et al., 2017). Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi kurangnya konsumsi buah dan sayur pada kelompok usia ≥ 5 tahun meningkat sebesar 2,0% dibandingkan tahun 2013 yaitu menjadi 95,5% (Sari et al. 2023). Sementara pada kelompok anak usia sekolah, persentasinya lebih tinggi berkisar sekitar 96% (Mandagie et al., 2023).

Selanjutnya di Provinsi Jawa Tengah, terdapat sekitar 83,79% penduduk usia ≥ 5 tahun memiliki konsumsi buah dan sayur yang kurang. Di Kabupaten Grobogan sendiri, penduduk usia ≥ 5 tahun yang tidak mengonsumsi buah dan sayur sebesar 3,77%, dari proporsi makan 1-2 porsi perhari sebesar 64,05%, 3-4 porsi per hari sebesar 25,98 %, dan 5 porsi atau lebih per hari hanya 6,19% dalam seminggu (Riskesdas Jawa Tengah, 2018). Sedangkan menurut *World Health Organization* (WHO) dan Pedoman Gizi Seimbang 2014, anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 300-400 gram/hari (Isnainingsih et al., 2022). Penduduk dikategorikan memiliki konsumsi buah dan sayur yang “cukup” jika mereka mengonsumsi setidaknya 5 porsi per hari dan dikategorikan “kurang” apabila konsumsi buah dan sayur kurang dari ketentuan tersebut (Riskesdas Jawa Tengah, 2018).

Kurangnya asupan buah dan sayur pada anak menjadi salah satu faktor utama masalah gizi pada anak terutama pada proses pertumbuhan dan

perkembangan anak. Kekurangan konsumsi buah dan sayur dapat mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan zat gizi seperti vitamin, mineral, serta serat sehingga dapat menimbulkan munculnya berbagai macam penyakit seperti penurunan sistem kekebalan tubuh, rentan terhadap flu, gangguan pencernaan, mudah mengalami depresi, masalah pada gusi, sariawan, gangguan penglihatan, hipertensi, obesitas, anemia dan gejala seperti lemah, letih, lesu, malas, kurang konsentrasi (Herman et al., 2020; Putri & Rozalina, 2022).

Rendahnya konsumsi buah dan sayur pada anak dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan dan sikap mengabaikan akan pentingnya manfaat kesehatan dari buah dan sayur (Alberta et al., 2020). Selain itu, pada anak usia sekolah, rendahnya konsumsi ini bisa dipengaruhi oleh karakteristik anak yang mulai menolak perintah dan lebih banyak terpengaruh oleh teman sebaya daripada orang tua dan anggota keluarga. Faktor lainnya termasuk kurangnya kesadaran baik anak maupun orang tua tentang pentingnya nutrisi dari buah dan sayur, ketersediaan pangan, serta kurangnya media informasi yang diterima (Hariani, 2021).

Menurut sebuah studi penelitian yang dilakukan oleh Sagita et al. (2020), dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Sekolah Dasar”, menyebutkan 58% responden memiliki pengetahuan yang kurang, 23% responden memiliki pengetahuan yang cukup, serta sebanyak 19% responden memiliki pengetahuan mengenai konsumsi sayur dan buah yang baik. Sedangkan menurut penelitian

Wulansari & Chandra (2019), dengan judul “Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah Bagi Anak Sekolah Di SDN 082/IV Sijenjang”, menyebutkan pengetahuan gizi anak sekolah mengenai buah dan sayur yang kurang sebesar 75,8%.

Pemberian pendidikan kesehatan untuk anak usia sekolah merupakan sebuah strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta pemahaman yang baik mengenai pentingnya mengonsumsi buah dan sayur untuk kesehatannya. Anak usia sekolah merupakan masa yang bagus untuk mendapatkan edukasi tentang kesehatan. Sekolah menjadi tempat yang tepat untuk mendapatkan pengetahuan akan hal tersebut juga berperan penting dalam membentuk kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur pada anak.

Strategi pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan dapat dilakukan melalui berbagai media, termasuk media cetak, media elektronik, dan media luar ruangan (Firdaus & Ruhmawati, 2021). Salah satu media yang populer digunakan yaitu media elektronik (media audiovisual) berupa video animasi. Dalam hal ini, media video animasi digunakan untuk mempermudah dalam penyampaian informasi kepada anak usia sekolah tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur.

Media video animasi merupakan media perpaduan gambar dan suara yang menyerupai karakter kartun yang bergerak (Andriyani & Kurniasari, 2022). Media ini sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah yang cenderung memiliki tingkat keingintahuan dan minat belajar yang tinggi

dimana proses pembelajaran akan menjadi lebih menarik dan tidak membosankan, lebih mudah menyerap di pikiran dibandingkan dengan kata-kata, dan tentunya lebih efektif (Setiyawan, 2021).

Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahmi dan Alfurqan (2021) bahwa pemanfaatan media animasi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap minat belajar siswa dengan hasil analisis uji t-test diperoleh nilai t hitung = $35,386 > 2,0423$ (t tabel) dan besar nilai signifikansi probability $0,000 < 0,05$ dan dilihat dari angka *mean difference* sebesar 22,406 dan rerate pretest sebesar 68,12 hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media animasi mampu memberikan perubahan yang lebih baik sebesar 27,1%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti melakukan wawancara kepada siswa kelas 4 di SDN 1 Godan Kecamatan Tawangharjo terkait dengan pengetahuan mengenai buah dan sayur ke 14 siswa, 6 diantaranya tidak menyukai buah dan sayur dan sebanyak 12 siswa yang menjawab salah ketika diminta menjawab beberapa pertanyaan tentang manfaat, kandungan, anjuran mengonsumsi buah dan sayur, serta dampak apabila kekurangan mengonsumsi buah dan sayur. Sejalan dengan program pemerintah, yaitu GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) yang berfokus pada 3 aktivitas utama, diantaranya memeriksa kesehatan secara rutin, melakukan aktivitas rutin, dan mengonsumsi buah dan sayur (Kemenkes RI, 2017) dalam (Sitanggang et al., 2023) yang telah dilaksanakan oleh sekolah setiap hari sabtu dengan mewajibkan siswa membawa bekal buah dan sayur.

Namun program tersebut masih belum berjalan dengan baik, siswa mengungkapkan setiap kali makan mereka selalu menyisihkan dan membuangnya bahkan ada beberapa siswa yang membawanya pulang kembali ke rumah. Hal tersebut terjadi karena masih kurangnya pengetahuan siswa dan juga di sekolah tersebut belum pernah ada penyuluhan mengenai pentingnya mengonsumsi buah dan sayur bagi kesehatan.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video animasi karena dianggap cocok dengan karakteristik anak usia sekolah, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan anak tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur. Atas dasar tersebut, maka peneliti melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Animasi terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah dalam Konsumsi Buah dan Sayur di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti dapat menentukan masalah berupa adakah Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Video Animasi terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah dalam Konsumsi Buah dan Sayur di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Video Animasi terhadap Pengetahuan Anak Usia Sekolah dalam Konsumsi Buah dan Sayur di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan anak usia sekolah dalam konsumsi buah dan sayur sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan video animasi di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan anak usia sekolah dalam konsumsi buah dan sayur sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan video animasi di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo.
- c. Menganalisa pengaruh pendidikan kesehatan dengan media animasi terhadap pengetahuan anak usia sekolah dalam konsumsi buah dan sayur di SD Desa Godan Kecamatan Tawangharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan tentang manfaat mengonsumsi buah dan sayur yang dapat dikembangkan dengan media animasi sehingga anak lebih tertarik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya mengonsumsi buah dan sayur, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan anak.

b. Bagi Instansi Pendidikan (Sekolah Dasar)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipakai untuk memperbaiki dan meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak usia sekolah melalui pendidikan kesehatan dengan video animasi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi, referensi, dan penyempurnaan bagi penelitian-penelitian selanjutnya mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur bagi kesehatan anak dan dapat dikembangkan bersama dengan media lain.

E. Sistematika Penulisan

Bagan ini merupakan bagan yang menjelaskan sistem penyusunan Skripsi. Secara umum sistematika penulisan skripsi sebagai berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Skripsi

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, sistematika penulisan, dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka , berisi tentang konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian , berisi tentang variabel penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen, pengolahan data dan analisa data, dan etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil Penelitian , berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan , berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat penelliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Penelitian sejenis pernah dilakukan oleh beberapa peneliti, antara lain :

1. Penelitian oleh (Maharani & Novieazizah, 2021), yang berjudul *“Pengaruh Video Animasi Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Kemampuan Berpikir Logis Anak Usia Dini”*. Metode penelitian yang digunakan adalah pre ekperimental design dan single group pre-test and post-test. Untuk populasi yang digunakan adalah anak kelompok A TK Dharma Wanita Desa Padas Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi dengan jumlah anak sebanyak 21 anak dengan sampling jenuh. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah participant observation. Hasil

penelitian menunjukkan video animasi pembelajaran jarak jauh berpengaruh signifikan atau efektif terhadap kemampuan berpikir logis anak kelompok A TK Dharma Wanita Padas, Kabupaten Ngawi.

2. Penelitian oleh (Sari et al., 2023), yang berjudul “*Pengaruh Edukasi Media Power Point dan Lagu Terhadap Pengetahuan Serta Sikap Konsumsi Sayur dan Buah Siswa*”. Metode yang dipakai adalah eksperimental dengan one-group pretest-posttest design. Populasi penelitian adalah siswa SDN Cireunde 01 berusia 11-12 tahun yang berjumlah 317 siswa berdasarkan data dari Data Pokok Pendidikan (DAPODIK) pada bulan Desember 2020 dengan total sampel 84 siswa. Hasil penelitian membuktikan edukasi menggunakan lagu lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa daripada edukasi menggunakan media power point dengan selisih mean sebesar 7,38. Sedangkan edukasi menggunakan lagu lebih efektif untuk merubah sikap siswa daripada edukasi menggunakan media power point dengan selisih mean sebesar 0,295.
3. Penelitian oleh (Oktavia et al., 2022), yang berjudul “*Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Game Busar terhadap Pengetahuan Konsumsi Buah dan Sayur pada Murid Kelas 4 dan 5 di SDN 07 Pagi Kebayoran Lama Utara*”. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif pre eksperimental tipe one group pretst-posttest. Jumlah populasi dari studi ini adalah 128 siswa dengan besar sampel 56 siswa dengan rumus slovin secara stratified random sampling. Hasil dari penelitian ini adalah didapatkan nilai p value sebesar 0,001 ($<0,05$) yang menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan media game busar terhadap tingkat pengetahuan konsumsi buah dan sayur.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah variabel independent pendidikan kesehatan dengan media animasi yang akan dikembangkan oleh peneliti dan variabel dependent pengetahuan anak usia sekolah dalam konsumsi buah dan sayur, peneliti menggunakan desain *Quasy Eksperiment* dengan pendekatan *Pretest-Posttest Control Group design*.