

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah adalah mereka yang berusia antara 6 dan 12 tahun. Anak-anak sekolah adalah aset berharga bagi publik. Anak-anak pada usia ini mengalami pertumbuhan fisik, intelektual, mental, dan sosial yang cepat, anak membutuhkan lebih banyak nutrisi untuk mempertahankan perkembangan dan fungsinya. Anak-anak pada usia ini membutuhkan lebih banyak makanan, perlu diperhatikan pola makan anak yang seimbang (Marhamah, 2015).

Menurut Balitbang Kemenkes RI (2013), gizi seimbang adalah komposisi gizi harian yang terdiri dari berbagai unsur gizi dalam jenis dan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh. Meningkatkan konsumsi sayur dan buah sebesar 300–400 gram per orang per hari merupakan salah satu pesan gizi seimbang (Kemenkes RI, 2014). Anak-anak sekolah yang makan lebih sedikit buah dan sayuran akan memiliki berbagai masalah gizi. Hasil penelitian Siagian, dkk., (2017) dalam Azadirachta dan Sumarmi (2018) menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi buah dan sayuran dengan obesitas pada siswa sekolah dasar. Anak-anak yang tidak mendapatkan cukup serat dapat mengalami obesitas dan masalah pencernaan lainnya, seperti sembelit. Konstipasi ini disebabkan oleh kurangnya asupan serat pada sayuran dan buah-buahan yang harus dimakan oleh anak sesuai dengan anjuran yang dianjurkan untuk memenuhi asupan serat hariannya (Claudina, dkk., 2018).

Rendahnya tingkat anak-anak dalam makan buah-buahan dan sayuran adalah hasil dari pola makan anak yang tidak stabil. Selain itu karena masyarakat saat ini sering mengkonsumsi makanan instan dan anak yang rendah sayur-sayuran dan buah-buahan sehingga memengaruhi konsumsi sayur dan buah di kalangan anak sekolah (Lupiana dan Sadiman, 2017). Berdasarkan hasil survei Riskesdas yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2018, diketahui bahwa 96,9% anak usia 5 hingga 9 tahun bahkan 96,8% pada anak usia 10 hingga 14 tahun tidak cukup mengkonsumsi buah dan sayur (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Survei Riskesdas Provinsi Bali, 97,5% penduduk Provinsi Bali berusia 10 tahun ke atas mengkonsumsi lebih sedikit buah dan sayuran (kurang dari 5 porsi per minggu) pada tahun 2013 daripada yang direkomendasikan (Kemenkes RI, 2013) dan 85,64% pada tahun 2018 pada usia di atas 5 tahun (Kemenkes RI, 2018). Kekurangan buah dan sayur juga meningkat di perkotaan, termasuk proporsi penduduk berusia 10 tahun ke atas yang mengkonsumsi lebih sedikit buah dan sayuran dari 97,3 persen di Kota Denpasar pada tahun 2007 (Kemenkes RI, 2007) menjadi 99,5 persen pada tahun 2013 (Kemenkes RI, 2013), dan persentase penduduk Kota Denpasar berusia 5 tahun ke atas yang mengkonsumsi lebih sedikit buah dan sayuran (kurang dari 5 porsi per minggu), menurut data Riskesdas Provinsi Bali tahun 2018 yaitu sebesar 83,76% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut penelitian oleh (Sinaga, dkk., 2019) menunjukkan bahwa siswa SD Papandayan mengkonsumsi sayur ≥ 100 g per hari dan buah 60-120 g per hari, sedangkan siswa SD Cibanteng mengkonsumsi sayuran 50-100g/hari dan buah-buahan < 60 g/hari, maka dari data tersebut dapat dikatakan bahwa siswa kedua sekolah dasar ini mengkonsumsi sayur dan buah dengan tingkat yang rendah.

Menurut sebuah penelitian (Dewantari dan Widiani, 2011), pengenalan buah dan sayur pada anak, tingkat pengetahuan anak, ketersediaan buah dan sayur dalam keluarga, serta preferensi buah dan sayur merupakan beberapa faktor yang dapat memengaruhi perilaku konsumsi buah dan sayur di sekolah dasar. Tingkat pengetahuan adalah salah satu faktor yang disebutkan. Minimnya pengetahuan tentang pola makan sehat dan seimbang di masa dewasa diakibatkan oleh kurang efektifnya pendidikan gizi anak sejak dini (Asy'ariyah, dkk., 2015).

Kurangnya pemahaman tentang makan buah dan sayuran oleh anak akan menyebabkan masalah yang akan berdampak negatif pada perkembangannya. Anak-anak diberi kesempatan untuk mengalami kekurangan gizi dan penyakit yang terkait dengan konsumsi buah-buahan dan sayuran (Asy'ariyah, dkk., 2015). Akibatnya, anak perlu pengetahuan atau informasi tentang gizi yang dapat mengubah pengetahuan dan sikap siswa. Sehingga dapat mewujudkan negara maju dengan kesehatan, kecerdasan dan produktivitas yang tinggi (Sinaga, dkk., 2019).

Penyuluhan adalah salah satu cara untuk melakukan hal ini. Penyuluhan adalah salah satu metode untuk menyampaikan pesan atau informasi kepada khalayak yang secara langsung memengaruhi pengetahuan dan sikap. Media diperlukan untuk menjadi sukses, media video adalah salah satu dari beberapa jenis media yang dapat digunakan. Media video adalah media audiovisual yang mengandung unsur gambar visual disamping unsur suara. Menurut Dwyer (2008) dalam Oktaviani dan Rarome (2019) mengklaim bahwa video dapat menangkap 94% saluran di mana pesan atau informasi mencapai pikiran orang melalui mata dan telinga dan dapat mengaktifkan 50% dari informasi itu untuk membantu orang mengingat apa yang mereka lihat dan dengar. Video dapat mengirimkan pesan yang

dapat memengaruhi emosi dan media video dapat meningkatkan pengetahuan karena menimbulkan rangsangan dan motivasi.

Sumber lain selain media video yang sering digunakan dalam penyuluhan adalah *power point*. Sri (2009) dalam Ramadhani, dkk (2020) mengatakan bahwa dikarenakan disajikan dengan cara yang menarik, dapat diulang sesuai kebutuhan, dan membuat informasi lebih mudah diikuti daripada penjelasan guru atau penyuluh, *power point* tepat digunakan dalam penyuluhan. Harus memberikan banyak informasi dan disimpan sebagai data optik. Kelemahan dari pendekatan ini termasuk persyaratan bahwa penyuluh memiliki kualifikasi tertentu serta ketelitian untuk menghasilkan bahan yang efektif.

SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman adalah salah satu satuan pendidikan tingkat dasar yang berlokasi di Kesiman Kertalangu, Kecamatan Denpasar Timur, Kota Denpasar, Bali. Menurut hasil peninjauan yang dilaksanakan oleh peneliti di SD Negeri 12 Kesiman, dengan mewawancarai siswa terkait sikap dan pengetahuannya tentang sayur dan buah, ternyata dari 32 siswa yang diambil secara acak didapatkan hasil 46,9% siswa ragu-ragu mengenai anjuran konsumsi sayur dan buah setiap harinya, 12,5% menjawab tidak tahu dan sebanyak 40,6% menjawab tahu. Kemudian, diberikan pertanyaan mengenai besar anjuran porsi konsumsi sayur dan buah setiap hari dan didapatkan hasil 56,3% siswa tidak tahu. Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan pengetahuan dan sikap mengonsumsi sayur dan buah siswa masih tergolong rendah. Sedangkan pada SD Negeri 7 Kesiman mencapai hasil yang unggul dibandingkan dengan SD Negeri 12 Kesiman, dimana sebanyak 78,9% menjawab tau mengenai anjuran konsumsi sayur dan buah. Oleh

sebab itu, peneliti menetapkan bahwa SD Negeri 12 Kesiman sebagai kelompok I dikarenakan berdasarkan data masalah pengetahuan yang lebih rendah.

Sebanyak 71,9% siswa SD Negeri 12 Kesiman dan 68,4% siswa SD Negeri 7 Kesiman menjawab ingin mengikuti penyuluhan mengenai sayur dan buah, sehingga sekolah ini dipilih dan juga merupakan salah satu sekolah yang dimana belum memiliki program terkait mengonsumsi buah dan sayur kepada anak sekolah. Selain itu, sekolah dasar ini juga belum pernah dijadikan sebagai tempat penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menguji perbedaan penyuluhan dengan video dan *power point* pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman terhadap pengetahuan dan sikap mengenai buah dan sayuran.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan yang ingin diteliti, yaitu Bagaimanakah perbedaan penyuluhan dengan media video dan media *power point* terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui perbedaan penyuluhan dengan media video dan media *power point persentation* terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai pengetahuan sebelum dan sesudah diberi penyuluhan tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman.
- b. Menilai sikap sebelum dan sesudah diberi penyuluhan tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman.
- c. Menganalisis perbedaan penyuluhan dengan media video dan media *power point* terhadap pengetahuan tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman.
- d. Menganalisis perbedaan penyuluhan dengan media video dan media *power point* terhadap sikap tentang sayur dan buah pada siswa di SD Negeri 12 Kesiman dan SD Negeri 7 Kesiman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka dalam pengembangan ilmu pengetahuan dalam memberikan penyuluhan kesehatan khususnya penyuluhan dengan menggunakan media video dan media *power point*.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian bagi peneliti lainnya untuk dipahami dan dikembangkan pada penelitian selanjutnya khususnya dalam memberikan penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media video dan media *power point*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka dalam pengembangan pengetahuan dalam memberikan penyuluhan kesehatan khususnya dengan menggunakan media video dan media *power point*.

b. Bagi Sampel

Menambah wawasan dan pengetahuan anak sekolah dasar mengenai sayur dan buah khususnya pengertian sayur dan buah, jenis sayur dan buah, manfaat sayur dan buah, anjuran konsumsi sayur dan buah, dan dampak apabila kurang mengonsumsi sayur dan buah.

c. Bagi Instansi Terkait

Memberikan masukan dan kontribusi bagi pihak sekolah untuk memberikan edukasi kepada siswa dan siswi tentang pentingnya mengonsumsi sayur dan buah.