

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pertumbuhan serta perkembangan anak secara optimal terjadi pada fase *golden age*. Pentingnya fase usia dini ditegaskan oleh (Maria dkk., 2023), yang menyatakan bahwa masa 0-6 tahun merupakan periode emas perkembangan anak, di mana stimulasi yang diberikan sangat menentukan pembentukan aspek fisik, sosial, emosional, dan kognitif di masa depan. Dalam studi tersebut dijelaskan bahwa mutu pendidikan dan pengasuhan pada tahap ini sangat berpengaruh terhadap keberhasilan perkembangan anak secara menyeluruh. Keseimbangan karbohidrat, protein, dan lemak serta vitamin dan mineral memegang peranan krusial dalam setiap tahap tumbuh kembang anak. Karbohidrat berfungsi sebagai sumber energi utama bagi otak dan tubuh, protein mendukung pertumbuhan jaringan serta sistem kekebalan tubuh, sementara lemak membantu perkembangan otak dan penyerapan vitamin penting (Savarino dkk., 2021).

Sayur dan buah merupakan sumber pangan yang kaya akan vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan konsumsi minimal 400 gram sayur dan buah per hari untuk mencegah berbagai penyakit kronis dan defisiensi nutrisi. Meskipun kebutuhannya relatif kecil, fungsi vitamin dan mineral tersebut sangat vital dan hampir tidak dapat digantikan oleh zat gizi lainnya.

Namun, kenyataannya konsumsi sayur dan buah di Indonesia masih jauh dari ideal. Berdasarkan data yang dipublikasikan melalui situs web resmi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, sebanyak 95,5% penduduk Indonesia pada tahun 2018 mengonsumsi sayur dan buah kurang dari jumlah yang dianjurkan, lalu meningkat menjadi lebih dari 96% masyarakat Indonesia yang masih kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah. Angka ini menunjukkan tantangan besar dalam mencapai pola makan bergizi seimbang di Indonesia.

Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia 2023 yang dipublikasikan di situs web Kementerian Kesehatan, sebanyak 67,0% anak usia 5-9 tahun hanya mengonsumsi buah dan sayur sebanyak 1-2 porsi per hari dalam satu minggu, jumlah

ini tergolong sangat rendah dibandingkan dengan rekomendasi WHO. Hanya 2,3% dari kelompok ini yang mengonsumsi buah dan sayur lebih dari 5 porsi per hari, sementara 18,5% tidak mengonsumsi sayur dan buah sama sekali dalam seminggu (Tim Riskesdas, 2023). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas anak usia dini belum memiliki kebiasaan makan sehat yang mencukupi, yang dapat berdampak pada kecukupan gizi dan tumbuh kembang mereka. Rendahnya konsumsi ini menjadi perhatian penting dalam upaya pencegahan masalah gizi seperti *stunting* pada anak Indonesia.

Anak-anak usia dini membutuhkan pendekatan belajar yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif mereka. Penggunaan media interaktif dalam pembelajaran yang menyenangkan terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang lebih efektif dan menarik, serta mendorong perkembangan kemampuan berpikir logis dan pemecahan masalah secara optimal (Aulia Maulida Kurnia Utomo & Rina Windiarti, 2023). Berdasarkan temuan tersebut, diperlukan media pembelajaran yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga mampu melibatkan anak secara aktif dalam proses belajar. Hal ini menunjukkan bahwa *game* tidak hanya mampu menarik perhatian anak, tetapi juga dapat membantu mereka memahami informasi dengan cara yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan.

Beberapa penelitian telah mengeksplorasi penggunaan media edukasi interaktif untuk meningkatkan pengetahuan dan konsumsi sayur pada anak. Misalnya, Permainan edukatif “GEMAYUR” (Gemar Makan Sayur) terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan frekuensi konsumsi sayur pada anak kelas 1 SD. Setelah diberikan edukasi melalui permainan petualangan sayur, nilai rata-rata pengetahuan anak meningkat dari 71,42 menjadi 81,29, sedangkan frekuensi konsumsi sayur naik dari 10,96 kali menjadi 13,35 kali per minggu (Margaretta Sheylla Septina dkk., 2024). Selain itu, penggunaan media tebak gambar terbukti memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan dan sikap anak prasekolah. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa dari 50 menjadi 70, serta peningkatan sikap dari 56,67 menjadi 85,33 setelah intervensi dilakukan (Isti Dwi Febriandini & Choirul Anna Nur Afifah, 2023). Penelitian-penelitian

tersebut menunjukkan bahwa pendekatan interaktif merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pemahaman anak tentang pentingnya konsumsi sayur.

Dalam penelitian ini, diusulkan pembuatan *Game* Edukasi Makan Sayur “GEMAS” untuk menjadi sarana edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan minat anak usia 5-9 tahun untuk mengonsumsi sayuran. Melalui pendekatan yang interaktif dan menyenangkan, *game* ini dapat membantu anak mengenali berbagai jenis sayur, memahami manfaatnya, dan termotivasi untuk mengonsumsinya. Dengan demikian, diharapkan terjadi perubahan positif dalam pola makan anak yang dapat berkontribusi pada peningkatan status gizi dan kesehatan mereka secara menyeluruh.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka disusun beberapa rumusan masalah sebagai acuan bagaimana untuk penyelesaiannya dalam penelitian tugas akhir.

1. Merancang *game* edukasi yang menarik dan mudah dipahami oleh anak usia 5-9 tahun untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang sayur.
2. Mengukur pengaruh *game* edukasi “GEMAS” terhadap peningkatan pengetahuan anak usia 5-9 tahun tentang sayur.
3. Menganalisis respons pengguna terhadap “GEMAS” (*Game* Edukasi Makan Sayur).

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah dari “*Game* Edukasi Pengetahuan Sayur sebagai Media untuk Meningkatkan Minat Konsumsi Sayur pada Anak Usia 5-9 Tahun” ini adalah:

1. *Game* ini ditujukan untuk anak-anak usia 5-9 tahun.
2. Materi edukasi yang disampaikan dalam *game* hanya terbatas pada pengenalan nama-nama sayur dan manfaatnya.
3. *Game* ini akan dirancang menggunakan *platform* digital berbasis 2D.
4. Pengujian *game* dilakukan di TK Al Hidayah 03 Jember dan SDN Ajung 06 Kalisat.

1.4 Tujuan

Tujuan dari dibuatnya “*Game* Edukasi Pengetahuan Sayur sebagai Media untuk Meningkatkan Minat Konsumsi Sayur pada Anak Usia 5-9 Tahun” ini adalah:

1. Merancang dan mengembangkan *game* edukasi yang interaktif dan sesuai dengan karakteristik anak usia 5-9 tahun untuk meningkatkan pengetahuan tentang sayur.
2. Mengetahui pengaruh penggunaan *game* edukasi “GEMAS” terhadap peningkatan pengetahuan anak usia 5-9 tahun mengenai jenis dan manfaat sayur.
3. Menganalisis respons pengguna, khususnya anak-anak usia 5-9 tahun, terhadap pengalaman bermain GEMAS (*Game* Edukasi Makan Sayur).

1.5 Manfaat

Melalui “*Game* Edukasi Pengetahuan Sayur sebagai Media untuk Meningkatkan Minat Konsumsi Sayur pada Anak Usia 5-9 Tahun”, diharapkan *game* ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Membantu anak-anak memahami pentingnya makan sayur dengan cara yang menyenangkan dan mudah dipahami.
2. Menjadi media tambahan untuk mengedukasi anak-anak tentang pola makan sehat.
3. Menambah wawasan dan pengalaman dalam mengembangkan media pembelajaran interaktif berbasis *game*.