

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang memproduksi sayur dan buah yang berlimpah namun asupan buah dan sayur khususnya remaja pada anak usia sekolah masih kurang dari angka kecukupan yang dianjurkan. Di Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 gram (g) perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah (Kemenkes RI., 2014). Menurut data Riskesdas pada tahun 2013, proporsi penduduk ≥ 10 tahun kurang makan sayur dan buah adalah sebesar 93,5%, hasil ini tidak tampak berbeda dengan hasil Riskesdas pada tahun 2007 yaitu sebesar 93,6%, sementara itu hasil Riskesdas pada tahun 2018 merilis indikator GERMAS (Gerakan Masyarakat Sehat) termasuk didalamnya mengonsumsi sayur dan buah belum menunjukkan perbaikan dibanding Riskesdas tahun 2013 (Kemenkes RI., 2018).

Menurut definisi WHO (2013), batasan usia anak sekolah adalah 5-14 tahun. Anak Usia Sekolah merupakan masa yang sangat menentukan dalam pertumbuhan dan perkembangan, asupan makanan yang bergizi seimbang begitu penting untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif, selain itu peran dan dukungan orang terdekat memengaruhi kebiasaan makan anak.

Berbagai faktor berpengaruh terhadap pola dan perilaku konsumsi buah dan sayur di masyarakat, pengaruh tersebut dapat dikelompokkan ke dalam faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri atas faktor-faktor yang berpengaruh positif dan negatif terhadap konsumsi buah dan sayur yang berasal dari pengetahuan dan sikap, sedangkan faktor eksternal merupakan peluang dan hambatan yang berpengaruh terhadap konsumsi sayuran dan buah yang berasal dari luar diri seperti tingkat pendidikan ibu, aktifitas fisik, ketersediaan sayuran dan buah serta keterpaparan media massa (Anggraeni dan Trini, 2018). Berbagai masalah kesehatan dapat disebabkan oleh kurangnya konsumsi sayuran dan buah. Asupan sayur dan buah yang tidak mencukupi kebutuhan gizi menjadi penyebab 14% kasus kanker gastrointestinal, 11% penyakit jantung iskemik, dan 9% pada kasus stroke (WHO., 2011), sementara FAO (2015) menyampaikan berbagai

penyakit lainnya seperti diabetes, penyakit kardiovaskular serta masalah kesehatan terkait defisiensi zat gizi mikro. Sebaliknya, mengonsumsi cukup sayur dan buah setiap hari dapat menurunkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes, penyakit jantung, stroke, dan kanker serta membantu mencukupi kebutuhan serat harian serta membantu melindungi terhadap kekurangan gizi (WHO., 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 24 Maret 2019, peneliti telah memilih dua lokasi penelitian di desa Arjasa. Lokasi pertama yaitu di SDN Darsono, disana peneliti hanya menemukan 1 anak memiliki status gizi kurang dari 4 anak lainnya memiliki status gizi normal, sementara lokasi kedua yaitu MIN 1 Jember, peneliti menemukan dua permasalahan gizi yaitu anak dengan status gizi kurang dan status gizi lebih. Bersumber dari laporan Dinas Kesehatan Jember (2017), anak usia sekolah di desa Arjasa pada tingkat Madrasah Ibtidaiyah (MI), pada siswi memiliki status gizi normal 142 anak, status gizi kurang 22 anak dan status gizi lebih 16 anak. Sementara pada siswa dengan status gizi normal 139 anak, status gizi kurang 29 anak dan status gizi lebih 16 anak. Dari hasil analisis, maka MIN 1 Jember lebih tepat dijadikan sebagai subyek penelitian mengenai pembuatan media kesehatan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan diketahui subjek penelitian sebagian besar asupan sayur dan buah pada anak usia sekolah masih tergolong kurang dari angka kecukupan yang dianjurkan, dimana makanan yang sering dikonsumsi yaitu tempe, tahu, ikan dan sayur bening. Sayur bening diolah hanya dengan 1 macam jenis sayur dengan berbahan sayur lokal yang sering ditemukan di daerah rumah seperti kulupan terong, kacang panjang dan sawi putih. Sedangkan sangat jarang mengonsumsi buah-buahan.

Pelajar MIN 1 Jember juga cenderung memilih makanan terutama pada sayur dan buah. Pelajar cenderung menyukai beberapa jenis sayur dan buah tertentu selain itu juga ditemukan fakta lain bahwa menurut seorang guru mengatakan bahwa anak sekolah disana hanya mampu menyebutkan beberapa jenis sayur dan buah yang biasa mereka konsumsi. Analisis situasi lingkungan dilakukan dengan memperhatikan keadaan lingkungan sekitar yang dapat memengaruhi konsumsi sayur dan buah oleh pelajar. Analisis situasi lingkungan juga didapatkan informasi

bahwa belum pernah melibatkan suatu media tertentu dalam suatu pembelajaran. Dari wawancara tersebut, guru juga memberikan saran kepada peneliti untuk mengembangkan media yang menarik dan disukai anak khususnya dalam mengenalkan beragam jenis sayuran dan buah serta kandungan gizi. Analisis situasi lingkungan selanjutnya, peneliti memaparkan beberapa media promosi kesehatan berupa media permainan seperti monopoli, ular tangga, *flash card* dan kartu kuartet. Dari hasil analisis situasi tersebut diperoleh bahwa permainan monopoli dan ular tangga memiliki aturan permainan yang sukar dipahami sehingga dapat menimbulkan kericuhan saat permainan berlangsung, sementara *flash card* menampilkan gambar kurang bervariasi sehingga pelajar disana kurang tertarik. Sedangkan kartu kuartet lebih diminati oleh pelajar, hal ini dikarenakan media kartu kuartet lebih menyenangkan dan mudah dimainkan. Berdasarkan informasi tersebut, peneliti mendapatkan tujuan awal dalam melakukan pengembangan suatu produk berupa kartu kuartet tentang pengenalan beragam jenis sayuran dan buah serta kandungan gizi.

. Pemilihan dalam pembuatan kartu kuartet, karena dalam memainkan kartu ini membutuhkan tingkat konsentrasi dan daya analisis, sehingga untuk memenangkan permainan ini pemain harus memahami betul isi dari masing-masing topik yang tergambar pada tiap kartu, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa dengan suasana yang menyenangkan, karena anak tidak merasa sedang belajar namun lebih cenderung bermain terlebih lagi jika kartu bergambar disajikan dengan tampilan yang menarik (berwarna) sesuai dengan potensi visual anak, yang dipandang lebih praktis karena menarik dan mudah dimainkan serta sarat pesan gizi (Fatmah, 2014). Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian Sutriyanto (2016) membuktikan bahwa penggunaan kartu kuartet lebih efektif dalam penyampaian materi, selain itu permainan edukatif kartu kuartet dapat digunakan secara luas sebagai metode penyuluhan kesehatan.

Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Kartu Kuartet Sebagai Media Pengenalan Beragam Jenis Sayur dan Buah Pada Pelajar di MIN 1 Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pembuatan kartu kuartet sayur dan buah sebagai media pengenalan beragam jenis sayur dan buah serta kandungan gizi pada pelajar kelas 5 dan 6 MIN 1 Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian adalah untuk membuat kartu kuartet sayur dan buah sebagai media pengenalan beragam jenis sayur dan buah serta kandungan gizi pada pelajar kelas 5 dan 6 di MIN 1 Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hasil pengembangan media kartu kuartet pintar sayur buah oleh validator ahli media, dan ahli materi.
2. Untuk menghasilkan produk kartu kuartet konsumsi sayur dan buah pada pelajar kelas 5 dan 6 di MIN 1 Jember.
3. Untuk mengetahui daya terima kartu kuartet di lingkungan sekolah MIN 1 Jember

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi subjek penelitian yaitu dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan baru tentang pemahaman media edukasi konsumsi sayur dan buah berupa kartu kuartet sayur dan buah, dan diharapkan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah. Subjek penelitian dalam penelitian ini yaitu pelajar kelas 5 dan 6 MIN 1 Jember.