

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah dasar adalah masa di mana usianya dari 6-12 tahun sedang mengalami pertumbuhan. Pada Usia ini ditandai dengan kondisi yang berdampak signifikan pada penyesuaian pribadi dan sosial pada anak, seperti tahap kelompok, usia penyesuaian diri, usia kreatif dan usia bermain. Sehingga anak sekolah membutuhkan makanan yang cukup mengandung protein, vitamin, dan mineral untuk bergerak, bermain, belajar lebih baik, tumbuh kembang dengan baik (Suryandi et al., 2018)

Dalam tubuh ini memenuhi kebutuhan harian dengan memerlukan asupan zat gizi yang seimbang. Anjuran konsumsi sayur buah termasuk dalam 10 pesan yang terdapat pada pedoman gizi seimbang. Konsumsi buah dan sayur ini yang tidak memadai akan kaitannya dengan kesehatan yang buruk. Data World Health Organization (WHO) sebanyak 3,9 juta kematian di seluruh dunia berkaitan dengan meningkatnya resiko penyakit tidak menular akibat rendahnya konsumsi sayur buah. Diperkirakan sebanyak 80% anak-anak di dunia ini yang tidak menyukai buah dan sayur (Wijayanti et al., 2021)

Hasil survei oleh WHO menunjukkan bahwa wilayah Asia Tenggara, khususnya Indonesia, Sri Lanka, dan Thailand, memiliki konsumsi buah dan sayur terendah dengan jumlah konsumsi buah dan sayur harian anak usia 5-14 tahun hanya 198 gram pada anak laki-laki dan 183 gram pada anak perempuan.

Konsumsi buah dan sayur anak yang masih rendah disebabkan karena kelompok makanan tersebut biasanya kurang disukai anak. Padahal, buah dan sayur sangat penting untuk dikonsumsi, terutama untuk anak usia sekolah, karena zat gizi yang terkandung di dalamnya digunakan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan serta mencegah penyakit tidak menular seperti kanker ketika dewasa (Farida et al., 2022)

Survey World Health Organization (WHO) Masyarakat Indonesia terutama balita dan anak usia sekolah di anjurkan untuk mengonsumsi sayur buah 300-400 gram untuk setiap orang-orang perhari (Isnainingsih, 2019). Data melaporkan Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi konsumsi sayur dan buah yang kurang pada anak usia >5 tahun sebesar 923.670 juta pada tahun 2018. Proporsi penduduk usia >5 tahun yang tidak mengonsumsi sayur dan buah sehingga di kepulauan riau sebesar 10.568 juta sedangkan di Karimun sebesar 1.178 juta pada tahun 2018 (Kemenkes, 2019)

Pentingnya Konsumsi Sayur dan buah salah satunya nutrisi karena mengandung zat gizi mikro yang sangat bermanfaat bagi proses metabolisme tubuh. Ada beberapa Manfaat sayur dan buah bagi tubuh untuk memenuhi kebutuhan serat, vitamin, mineral dan enzim yang membantu proses pencernaan, system kardiovaskuler termasuk juga pencegahan penyakit kronis. Buah dan sayur memperoleh tubuh yang baik bagi anak, remaja maupun dewasa sehingga dapat memperoleh pertumbuhan yang cepat, peningkatan tekanan darah dan hemoglobin (Alberta et al., 2020) Asupan buah dan sayur yang rendah meningkatkan resiko obesitas dan gangguan pencernaan. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur dan buah seperti sikap, pengetahuan, kesukaan, ketersediaan, dan promosi yang dapat mendukung anak pada konsumsi sayur dan buah (Oktavia et al., 2022). Kandungan

vitamin yang ada di sayuran dan buah- buahan dapat mencegah penyakit kronis seperti jantung, kanker, diabetes, dan obesitas. sayuran dan buah-buahan memberikan manfaat yang dapat menyehatkan pencernaan sehingga meningkatkan daya serap terhadap nutrisi secara optimal, jika nutrisi tubuh terpenuhi dengan baik maka akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan tubuh anak. Selain itu, mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran yang mengandung banyak vitamin A dan C dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan mampu mencegah munculnya berbagai penyakit di masa yang akan datang.

Dampak yang mengakibatkan kurangnya konsumsi buah dan sayur adalah kurangnya nutrisi di dalam tubuh seperti vitamin, mineral, serat dan tidak seimbangnya asam basa di tubuh, sehingga mengakibatkan timbulnya berbagai penyakit. Selain itu juga dapat menurunkan imunitas atau kekebalan tubuh di antaranya mudah terkena flu, mudah mengalami stress atau depresi, tekanan darah tinggi, sembelit, gusi bedarah, sariawan, gangguan mata, kulit keriput, arthritis, osteoporosis, jerawat, kelebihan darah dan kanker. konsumsi buah dan sayur dapat juga menyebabkan overweight dan obesitas pada anak usia sekolah sehingga apabila di biarkan terus menerus meningkatkan resiko penyakit kardiovaskular pada saat dewasa nanti. Dalam Laporan WHO ditemukan bahwa sebanyak 31%terkena penyakit jantung dan 11 % terkena penyakit stroke diseluruh duniadi sebabkan oleh kurangnya asupan buah dan sayur didalam tubuh (Sagita et al., 2020)

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahunya seseorang terhadap objek melalui indera yang di milikinya (mata, hidung, telinga).Pengetahuan juga dihasilkan sangat dipengaruhi oleh perhatian dan persepsi terhadap objek.

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang berkaitan dengan (setuju dan tidak setuju) dapat dikatakan juga bahwa sikap adalah suatu kumpulan gejala dalam merespon objek, sehingga sikap itu menimbulkan pikiran, perasaan, perhatian dan gejala kejiwaan yang lain. Pengetahuan dan sikap anak sekolah tentang buah dan sayur adalah mencakup tentang pentingnya buah dan sayur, manfaat buah dan sayur pendapat atau penilaiannya terhadap hal-halnya dengan berkaitan dengan konsumsi tentang buah dan sayur bagi kesehatan seseorang (Alberta et al., 2020)

Melihat masalah tersebut maka perlu dilakukan upaya untuk menanggulangi kurangnya pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar. Salah satu upaya dapat dilakukan sesuai kebijakan yang tercantum dalam rencana strategis pembangunan gizi Indonesia 2015-2019 yaitu memberikan informasi melalui intervensi promosi kesehatan dengan strategi kegiatan pendidikan kesehatan, karena perubahan seseorang dapat dimulai dengan pemberian informasi dan pengetahuan. Sehingga diharapkan dengan penyampaian pesan-pesan tentang buah dan sayur dapat merubah perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa sekolah dasar.

Pendidikan kesehatan yang baik dan optimal akan tercapai jika metode dan media yang digunakan harus disesuaikan dengan sasaran yang akan di tuju. Cara yang dapat dilakukan pendekatan kelompok untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan media promosi kesehatan. *Snakes and ladders* merupakan media promosi kesehatan yang dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah. Permainan ini merupakan permainan yang menyenangkan sehingga anak tertarik untuk belajar sambil bermain ular tangga dapat membantu aspek perkembangan kecerdasan anak (Handayani et al., 2018).

Kelebihan snakes and ladders sebagai media belajar diantaranya terdapat beberapa macam-macam pengetahuan tentang buah dan sayur, dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam memecahkan jawaban, adanya partisipasi aktif dari siswa untuk belajar, Dapat memberikan umpan balik secara langsung bagi siswa sekolah dasar.

Penelitian yang telah dilakukan oleh (Sha An Ali et al., 2020) dengan berjudul “ Preferensi, sikap, pengakuan dan pengetahuan tentang asupan buah dan sayur di antara anak melayu “ jenis penelitian ini studi cross-sectional, jumlah sampel sebanyak 134 anak sekolah dasar (70 laki- laki dan 64 perempuan). Hasil Penelitian anak-anak menunjukkan tingkat sikap, pengakuan, dan pengetahuan sedang secara keseluruhan dengan skor rata-rata SD 70,3 , (19,9), 76,3, (18,1), dan 73.6 (17,5) masing-masing terhadap asupan buah dan sayuran. Sebagian besar anak (53,0%) tidak mengetahui porsi buah dan sayuran yang direkomendasikan setiap hari, sedangkan 40,0% anak menyatakan sikap rendah terhadap makan beragam buah dan sayur.

Penelitian yang telah di lakukan (Oktavia et al., 2022)dengan judul“Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media game busar terhadap pengetahuan komsumsi buah dan sayur pada murid kelas 4 dan 5 di SDN 007 pagi kebayoran Lama Utara.” Jenis Penelitian ini studi kuantitatif dengan desain pre-experimental tipe one group pretest-posttest, jumlah populasi dari studi ini 128 siswa dengan sampel 56 yang sudah ditentukan dengan uji paired sample t-test. Hasil Penelitian 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.

Bedasarkan Hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan di SD 009 Bukit Tembak dari 10 siswa 7 diantaranya tidak suka mengkonsumsi buah dan sayur. 3 dari siswa

suka mengkonsumsi buah dan sayur. dapat di simpulkan dari wawancara 7 siswa alasan tidak suka mengonsumsi buah dan sayur karena orang tua siswa tidak memaksa dan mengenalkan buah dan sayur sedari kecil. Sehingga kurangnya pengetahuan anak tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur. Serta kurangnya minat siswa dalam mengonsumsi buah dan sayur.

Bedasarkan latar belakang di atas peneliti melakukan pendidikan kesehatan menggunakan *Snakes and Ladders* selama seminggu dalam 5 kali dapat mengetahui Pengetahuan dan Sikap terhadap konsumsi buah dan sayur. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “ Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan *Snakes and Ladders* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SDN 009.”

B. Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Berpengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan *Snakes and Ladders* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas I SDN 009 Bukit Tembak.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan *Snakes and Ladders* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas I SDN 009 Bukit Tembak.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan *Snakes and Ladders*. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur sesudah di berikan pendidikan kesehatan menggunakan *Snakes and Ladders*.
- b. Untuk menganalisa Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan *Snakes and Ladders* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa Kelas I SDN 009 Bukit Tembak.

3. Manfaat Penelitian

- a. Untuk Praktik Keperawatan

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa keperawatan bahwa pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan *snakes and ladders* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur.

- b. Untuk Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini di harapkan mampu memberikan pemikiran dan memperkaya penelitian yang telah ada di mata kuliah keperawatan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan *Snakes and ladders* terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi buah dan sayur.

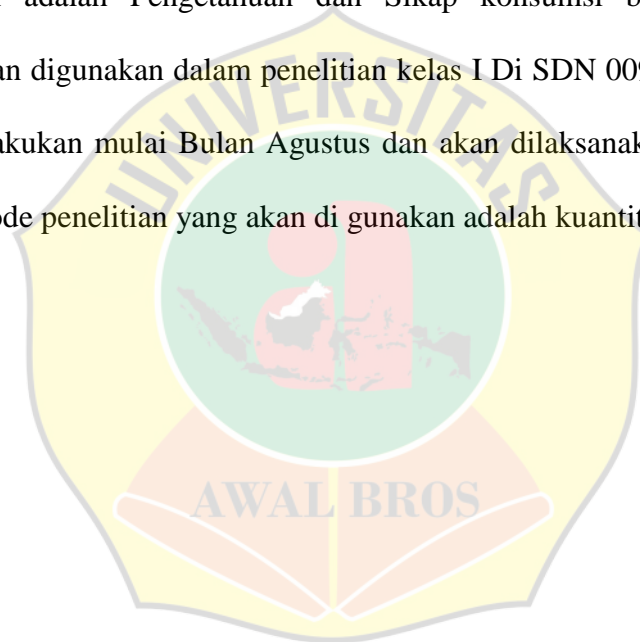
- c. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan informasi mengenai pendidikan kesehatan menggunakan *snakes and ladders* terhadap pengetahuan dan sikap anak diharapkan penelitian selanjutnya lebih lanjut tentang pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dengan variabel

lain.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berjudul “ Pengaruh Pendidikan Kesehatan menggunakan *Snakes and Ladders* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur pada siswa SDN 009 Bukit Tembak”. Dari judul di atas maka ditetapkan Variabel independen adalah Pendidikan kesehatan menggunakan *Snakes and Ladders* dan Variabel dependen adalah Pengetahuan dan Sikap konsumsi buah dan sayur. Responden yang akan digunakan dalam penelitian kelas I Di SDN 009 Bukit Tembak. Penelitian akan dilakukan mulai Bulan Agustus dan akan dilaksanakan Di SDN 009 Bukit tembak. Metode penelitian yang akan di gunakan adalah kuantitatif.



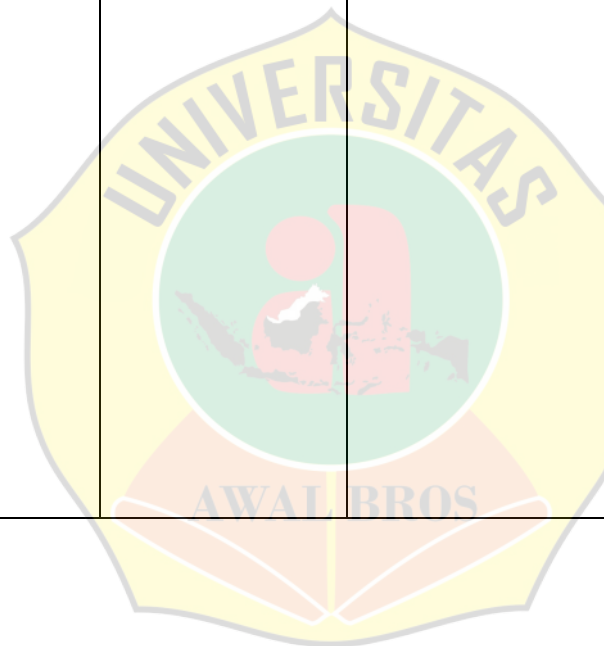
E. Penelitian Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul penelitian	Metodologi	Hasil Penelitian
1.	(Sha An Ali et al., 2020)	<p>“Preferences, attitudes, recognition and knowledge of fruit and vegetable intake among malay children.”</p> <p>“Preferensi, sikap, pengakuan dan pengetahuan tentang Asupan Buah dan Sayur di antara anak melayu.”</p>	<p>Desain : Menggunakan studi cross sectional</p> <p>Populasi : Siswa sekolah</p> <p>Sampel : 39 orang</p>	<p>Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak Melayu memiliki tingkat pengetahuan sedang (73,6%) tentang asupan buah dan sayur. Tingkat ini lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian Bundhun et al. yang melaporkan tingkat pengetahuan gizi 53,3% mengenai asupan buah dan sayuran di antara populasi anak-anak Mauritius.</p>
2	(Hong & Piaseu, 2017)	<p>“Prevalence and derterminan adequacy consumption vegetables and fruit in elementary school children in Nakhon Pathom Thailand.”</p> <p>“Prevelensi dan determinan kecukupan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah</p>	<p>Desain : Menggunakan studi cross sectional</p> <p>Populasi : Siswa kelas 4,5 dan 6</p> <p>Sampel : 609 siswa</p>	<p>Hasil : Proporsi anak dengan asupan buah dan/atau sayur yang cukup rendah. Kovariat faktor pribadi dan lingkungan anak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan asupan buah dan/atau sayuran yang cukup ($P < 0,05$). Analisis regresi logistik menunjukkan bahwa faktor-faktor berikut berhubungan positif dengan asupan sayur yang cukup; kelas bawah, sikap positif</p>

		dasar di Nakhon Pathom, Thailand.		terhadap sayuran, dan ketersediaan buah di rumah dan bahwa pendidikan ibu yang lebih tinggi, sikap anak yang positif terhadap sayuran, dan ketersediaan buah di rumah secara signifikan terkait dengan konsumsi buah yang cukup dan asupan buah dan sayuran total.
3	(Wagner & Rhee, 2018)	<p>“Nutritional Education Improves Behavior Regarding Fruits and Vegetables.”</p> <p>“Edukasi Gizi Meningkatkan perilaku terkait Buah dan sayur.”</p>	<p>Desain : Menggunakan Uji Intervensi control</p> <p>Populasi : Orang dewasa</p> <p>Sampel : 54</p>	<p>Hasil : Penentu utama yang diamati untuk memengaruhi perilaku terkait buah dan sayuran termasuk sikap, pengetahuan, dan paparan. Penerima pendidikan gizi, terutama peserta kelompok buah dan sayur, melaporkan peningkatan yang lebih besar dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait buah dan sayur dibandingkan dengan kelompok control.</p>
4	(Melnick et al., 2020)	<p>“Impact of nutrition education program on willingness preschoolers to consume fruits and vegetables.”</p> <p>“Dampak program pendidikan gizi terhadap kemauan anak prasekolah</p>	<p>Desain : Menggunakan eksperimen semu</p> <p>Populasi : Anak-anak usia 3-5 tahun</p> <p>Sampel : 341 anak-anak</p>	<p>Hasil : Model logit pengukuran berulang menilai apakah peningkatan peluang mengonsumsi sampel kecil buah dan sayuran antara Waktu 1 (pra-intervensi) dan Waktu 2 (pasca-intervensi) berbeda untuk anak-anak dalam kelompok intervensi dibandingkan dengan</p>

		<p>untuk mengkonsumsi buah dan sayur.”</p>	<p>kelompok pembanding. . Analisis menunjukkan bahwa perubahan dari waktu ke waktu dalam konsumsi tiga sampel sayuran bervariasi menurut status intervensi dengan perubahan yang lebih besar terjadi di antara anak-anak dalam kelompok intervensi (edamame: $P = 0.001$; kembang kol: $P 0.0001$ dan paprika merah: $P 0,00001$). Tidak seperti sayuran, perubahan konsumsi kedua sampel buah dari waktu ke waktu tidak berbeda antara anak-anak dalam kelompok intervensi dan kelompok pembanding.</p>
--	--	--	---



5	(Suryandi et al., 2018)	“ Perbedaan Konsumsi sayur sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan dengan metode storytelling pada anak sekolah dasar di SDN Mulyoagung 04 Dau Malang.”	Desain : Menggunakan Desain Pre eksperimen, one grup pretest dan posttest. Populasi: Anak kelas II SD Sampel : 24 Anak	Hasil : Rata-rata konsumsi sayur anak sebelum <i>storytelling</i> yaitu 90,21 gram perhari dengan 16 anak (66,7%) masuk dalam kategori kurang dan 8 anak (33,3%) masuk dalam kategori cukup, sedangkan sesudah <i>storytelling</i> rata-rata konsumsi sayur anak yaitu 128,71 gram perhari dengan 7 anak (29,2%) masuk dalam kategori kurang dan 17 anak (70,8%) masuk kategori cukup. Berdasarkan hasil analisis 13ivariate menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> didapatkan nilai signifikansi 0,002 dengan nilai <i>p-value</i> < 0,05.
6	(Kusumarani et al., 2018)	“ Pengaruh media komik terhadap pengetahuan dan sikap tentang sayur dan buah di SD aisyah dan SDN kalicik 2 Demak”	Desain : menggunakan metode <i>quasy experimental design</i> dengan rancangan pre test post test control group design Populasi : Siswa SD Asiyah dan Kalicilik SD Sampel : 32 Sampel.	Hasil : Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan pada kelompok perlakuan dan kelompok 13 control sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi melalui media komik ($p < 0,005$) namun tidak terdapat perbedaan peningkatan sikap antara kedua kelompok ($p > 0,005$).