BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan anak usia 6-12 tahun yang sudah dapat mereaksikan rangsang intelektual atau melaksanakan tugas-tugas belajar yang menuntut kemampuan intelektual atau kemampuan kognitif seperti: membaca, menulis, dan menghitung. Anak usia sekolah ini merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan mempengaruhi pemebentukan karakteristik dan kepribadian anak.(Marpaung *et al.*, 2022) .

Anak sekolah rentan mengalami masalah gizi karena kebutuhan zat gizi yang meningkat untuk menopang pertumbuhan dan perkembangan anak. Zat gizi yang dapat menunjang proses tumbuh kembang anak diantaranya adalah vitamin dan mineral yang banyak terdapat pada sayur dan buah.(Arza and Nola Sari, 2021).

Sayur dan buah adalah bahan pangan yang mengandung vitamin dan mineral. Kandungan zat gizi pada buah dan sayur memberi manfaat bagi kesehatan, perkembangan serta pertumbuhan pada seseorang yang mengonsumsinya. Ada pedoman gizi seimbang yang terdapat beberapa pesan penting salah satunya adalah konsumsi buah dan sayur agar setiap individu memiliki pola hidup yang sehat. Seseorang yang kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat memberi dampak negatif terhadap kesehatan salah satunya dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit tidak menular akibat asupan buah dan sayur rendah.(Silvani and Kurniasari, 2022).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi konsumsi sayur dan buah yang kurang pada anak usia ≥ 5 tahun yaitu sebesar 2,0% dibanding tahun 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) menunjukkan bahwa 95,4% penduduk Indonesia usia ≥5 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia, termasuk anak-anak, belum memenuhi anjuran konsumsi buah dan sayur yang disarankan WHO.

Buah dan sayur penting untuk kesehatan karena mengandung berbagai vitamin, mineral, dan serat yang dibutuhkan tubuh. Berbagai faktor dapat mempengaruhi

rendahnya konsumsi sayur dan buah, di antaranya adalah kemampuan ekonomi, ketersediaan, serta pengetahuan tentang manfaat mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang sangat berpengaruh terhadap pola dan perilaku konsumsi.(Amelia and Fayasari, 2020).

Anak-anak dengan pengetahuan gizi yang rendah cenderung memilih jajanan hanya berdasarkan rasa, warna, atau harga tanpa mempertimbangkan nilai gizinya. Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam membentuk perilaku konsumsi makanan yang sehat. Terutama bagi anak usia sekolah, karena pada masa ini anak sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik maupun kognitif. Asupan gizi yang tepat akan membantu mendukung kemampuan belajar, daya tahan tubuh, serta pembentukan kebiasaan makan sehat jangka panjang.(Putri A, Marselinus *et al.*, 2025).

Masalah gizi yang dihadapi oleh usia anak-anak yang banyak ditemui adalah ketidaksukaannya terhadap konsumsi buah dan sayur. Konsumsi buah dan sayur di Indonesia sendiri merupakan hal yang masih tergolong rendah dan asupannya masih berada dibawah konsumsi yang di anjurkan. Anjuran pada pedoman gizi seimbang yaitu 300-400 gr/hari yang dibagi menjadi 150 gram buah dan 250 gram sayuran atau jika dalam porsi makan untuk buah yaitu 2-3 porsi, dan untuk sayur sebanyak 3-4 porsi setiap harinya (Fitriyani and Risky Sefrina, 2022).

Prevalensi konsumsi buah dan sayur pada anak-anak di Sumatera Utara, serta di Indonesia secara umum, masih rendah. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia, termasuk anak-anak di Sumatera Utara, tidak memenuhi anjuran konsumsi buah dan sayur. Data prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur untuk anak-anak >5 Tahun di Sumatera Utara sebesar 95,9%. Oleh karena itu, perlu adanya upaya peningkatan kesadaran dan konsumsi buah dan sayur pada anak-anak di Sumatera Utara.(Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018)

Berdasarkan hasil penelitian Zalfaa Aziizah Firdaus bahwa edukasi tentang pola makan sehat dan tidak sehat melalui media video animasi menghasilkan perbedaan pengetahuan yang signifikan. Tingkat pengetahuan yang baik tentang buah dan sayur merupakan komponen dan akibat dari pengetahuan. Responden yang telah belajar

tentang manfaat makan buah dan sayur dapat menggunakan informasi ini untuk mengembangkan rencana untuk memasukkan makan buah dan sayur ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. (Firdaus *et al.*, 2021)

Pengetahuan edukasi tentang konsumsi buah dan sayur dasar dengan media video animasi terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar yang disampaikan melalui materi buah dan sayur dengan berbagai informasi tentang konsumsi buah dan sayur akan memberikan dampak yang positif. Penggunaan media video animasi dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan siswa siswi sekolah dasar.(Firdaus *et al.*, 2021)

Berdasarkan survei pendahuluan di SDN 101902 Sekip, memiliki jumlah siswa 46 orang dari kelas IV dan Kelas V. Hasil observasi dan wawancara singkat dengan dengan kepala sekolah dan guru ditemukan bahwa pemahaman anak-anak terhadap pentingnya konsumsi buah dan sayur masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari pilihan makanan yang dikonsumsi sehari-hari, dimana Sebagian besar siswa lebih menyukai jajanan tidak sehat.

Selain itu layanan Kesehatan dan edukasi gizi di lingkungan sekolah relative terbatas, belum adanya program edukasi yang berkelanjutan menjadi salah satu faktor mengapa pengetahuan serta sikap terhadap makanan sehat belum terbentuk secara optimal. Kondisi ini menunjukkan pentingnya intervensi edukatif yang efektif dan menarik,seperti melalui media video animasi, agar pesan gizi dapat diterima dengan baik oleh anak-anak. Edukasi ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif anak terhadap konsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan uraian diatas,peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi terhadap pengetahuan,sikap konsumsi buah dan sayur anak sekolah dasar di SDN 101902 Sekip.

B. Rumusan Masalah

Mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Buah dan Sayur Anak Sekolah Dasar Di SDN 101902 Sekip.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menilai pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap tentang buah dan sayur pada anak sekolah di SDN 101902 Sekip.

2. Tujuan Khusus

a. Menilai pengetahuan anak sekolah dasar tentang buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan video animasi.
b. Menilai sikap anak sekolah dasar tentang buah dan sayur sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan video animasi.
c. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan video animasi terhadap pengetahuan anak sekolah dasar di SDN 101902 Sekip.
d. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan video animasi terhadap sikap anak sekolah dasar di SDN 101902 Sekip.

D. Manfaat

1. Manfaat bagi institusi Pendidikan

Menjadi bahan evaluasi dan inovasi bagi sekolah dalam merancang metode pembelajaran gizi yang lebih menarik dan efektif.

2. Manfaat bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti untuk pembelajaran penelitian ilmiah sekaligus mengaplikasikan ilmu yang sudah di dapat selama perkuliahan.

3. Manfaat bagi anak sekolah dasar

Meningkatkan pengetahuan dan sikap positif tentang buah dan sayur serta membantu anak mendorong perubahan perilaku makan menjadi lebih sehat dan seimbang.