

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Data Umum

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK PKK yang terletak di Kelurahan Kalijudan Kota Surabaya. Sekolah ini memiliki dua kelas yaitu kelas TK A dan TK B, terdapat ruangan kepala sekolah menjadi satu ruangan dengan ruang guru. Tenaga pengajar di sekolah tersebut berjumlah dua orang yang masing-masing memiliki tanggung jawab untuk mengajar satu kelas, sekolah tersebut memiliki kepala sekolah dan bendahara. Jumlah murid untuk TK A adalah 21 anak yang rata-rata umurnya 4-5 tahun dan untuk TK B jumlah murid 17 anak yang rata-rata usianya >5 tahun.

4.1.2 Karakteristik Responden

1. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Responden	Persentase %
Laki-laki	3	60
Perempuan	2	40
Jumlah	5	100

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar laki-laki sebanyak 3 (60%) anak dan perempuan sebanyak 2 anak (40%) dari 5 responden.

2. Usia

Umur	Responden	Persentase %
1-3	0	0
4-6	5	100
Jumlah	5	100

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa jumlah umur responden yang paling banyak berumur 4-6 tahun yaitu sebanyak 5 anak (100%)

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Hasil Kemampuan Dalam Pemilihan Konsumsi Makanan Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sebelum Diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya.

Pada saat penelitian sebelum diberikan permainan *vegetable puzzle* pada anak, peneliti memberikan kuesioner pada orang tua yang berisi tentang pertanyaan konsumsi makanan sayur. Dari hasil observasi sebelum diberikan *vegetable puzzle* yaitu anak jarang cukup

mengonsumsi makanan sayur, dari sebagian orang tua mengatakan anak cenderung memilih makanan dengan rasa kesukaan mereka dan anak cenderung tidak mau makan sayur hal ini di sebabkan kurangnya pengetahuan anak terhadap sayuran.

Pendidikan gizi yaitu suatu informasi mengenai gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan anak yang diharapkan dapat merubah kebiasaan makan pada anak ke pola makan seimbang. Pendidikan gizi pada anak sekolah harus diberikan dengan cara dan media yang sesuai agar dapat menarik perhatian anak dan juga dapat memudahkan anak dalam menerima informasi mengenai gizi (Demitri dkk, 2015). Oleh karena itu beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menyampaikan informasi atau pengetahuan khususnya mengenai gizi adalah tidak hanya kesesuaian isi tetapi juga cara komunikasi terhadap subjek penelitian.

Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah

Frekuensi Sebelum diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK

Kalijudan Surabaya

	Responden	Presentase %
Kurang	1	20
Cukup	3	60
Baik	1	20
Jumlah	5	100

Tabel 4.3 Distribusi Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sebelum Diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan *vegetable puzzle* pada anak usia pra sekolah sebagian besar tergolong cukup yaitu sebanyak 3 anak usia pra sekolah.

4.2.2 Respon Anak Usia Pra Sekolah Saat Diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya.

Peneliti melakukan intervensi selama 30 menit mulai jam 08.00-08.30 WIB dan dilakukan 4 kali pertemuan.

1. Respon An. Y Saat Dilakukan Permainan *Vegetable puzzle*

Sebelum dilakukan terapi responden pertama mengatakan tidak suka makan sayur dikarenakan tidak enak, selain itu ibu an. Y jarang menyediakan sayur saat makan, an. Y lebih suka makan jajan dan suka ketika disediakan nasi goreng, saat diberikan permainan berupa *vegetable puzzle* an. Y sangat antusias, an. Y dapat menyebutkan 3 nama sayur yaitu wortel, bayam dan terong namun tidak bisa menyebutkan manfaat dari sayur. Selama kegiatan permainan an. Y tidak dapat mengikuti kegiatan sampai akhir karena dia bosan dengan permainannya.

2. Respon An. K Saat Dilakukan Permainan *Vegetable puzzle*

Sebelum dilakukan terapi responden pertama mengatakan suka makan sayur, karena ibu an. K selalu menyediakan sayur saat

makan, namun terkadang an. K perlu dipaksa untuk menghabiskan makanan yang sudah tersedia sayur, saat diberikan permainan berupa *vegetable puzzle* an. K sangat antusias, an. K dapat menyebutkan 6 nama sayur yaitu bayam, wortel, kangkung, buncis, tomat dan gubis namun hanya bisa menyebutkan satu manfaat dari sayur bayam. Selama kegiatan permainan an. K dapat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.

3. Respon An. Az Saat Dilakukan Permainan *Vegetable puzzle*

Sebelum dilakukan terapi responden pertama mengatakan tidak suka makan sayur dikarenakan tidak enak, selain itu ibu an. Az jarang menyediakan sayur saat makan, an. Az selalu dipaksa untuk mau makan sayur oleh ibunya, saat di sekolah an. Az lebih suka makan jajan, saat diberikan permainan berupa *vegetable puzzle* an. Az sangat antusias, an. Az sedikit dapat menyebutkan 2 nama sayur yaitu wortel dan tomat namun, tidak bisa menyebutkan manfaat dari sayur. Selama kegiatan permainan an. Az dapat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.

4. Respon An. R Saat Dilakukan Permainan *Vegetable puzzle*

Sebelum dilakukan intervensi responden pertama mengatakan suka makan sayur wortel, terkadang tidak suka dengan sayur lainnya, ibu an. R jarang menyediakan sayur saat makan, saat diberikan permainan berupa *vegetable puzzle* an. R sangat antusias, an. R dapat menyebutkan 8 nama sayur yaitu wortel, tomat, buncis,

kecambah, bayam, kangkung, terong dan sawi namun tidak bisa menyebutkan manfaat dari sayur. Selama kegiatan permainan an. R dapat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.

5. Respon An. N Saat Dilakukan Permainan *Vegetable puzzle*

Sebelum dilakukan intervensi responden pertama mengatakan suka makan sayur, ibu an. N sering menyediakan sayur saat makan namun sering tidak dihabiskan, saat diberikan permainan berupa *vegetable puzzle* an. N sangat antusias, an. N dapat menyebutkan 8 nama sayur yaitu buncis, wortel, tomat, bayam, kangkung, kecambah, terong dan sawi. An.N dapat menyebutkan manfaat dari sayur. Selama kegiatan permainan anak N dapat mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir.

4.2.3 Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sesudah Diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya.

Frekuensi	Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sesudah Diberikan <i>Vegetable puzzle</i> di TK PKK Kalijudan Surabaya	
	Responden	Presentase %
Kurang	1	20
Baik	4	80
Jumlah	5	100

Table 4.4 Distribusi Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sesudah Diberikan *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa sesudah diberikan *vegetable puzzle* pada anak pra sekolah tergolong baik yaitu sebanyak 4 anak (80%) bisa menyebutkan rata-rata 4-8 nama-nama sayur dan kurang sebanyak 1 anak (20%) bisa menyebutkan 2 nama-nama sayur dari 5 responden.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Kemampuan Anak Usia Pra Sekolah Dalam Pemilihan Konsumsi Sayur Sebelum Penggunaan Media *Vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan *vegetable puzzle* pada anak usia pra sekolah sebagian besar tergolong cukup dengan kriteria nilai 56-75% yaitu sebanyak 3 anak yaitu pada an. Az selalu dipaksa makan sayur oleh ibunya, an. R suka makan sayur namun tidak suka dengan sayur lainnya sehingga ibunya jarang menyediakan makanan sayur dan an. N suka makan sayur namun sering tidak dihabiskan. Dari ketiga anak yang cukup konsumsi sayur dan satu anak kurang konsumsi sayur hal ini terjadi karena, tertarik pada jajanan luar dari pada makanan yang bersayur. Tidak efektifnya

pendidikan gizi pada anak semenjak usia dini berdampak pada pengetahuan yang kurang tentang pola konsumsi makanan yang sehat dan seimbang saat dewasa, sehingga menyebabkan perilaku yang salah (Kementerian Kesehatan RI, 2011).

Pada usia pra sekolah gizi seimbang sangat dibutuhkan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan. Pencapaian gizi seimbang pada anak akan membuat anak tumbuh sehat cerdas dan tidak mudah terserang penyakit. Menurut pedoman umum gizi seimbang, dasar piramida membuat bahan makanan sumber energy seperti nasi, gandum, umbi-umbian, sagu, pasta dan sereal paling banyak dimakan sehari-hari sebesar 3-8 porsi per hari. Dibagian tengah piramida adalah sumber zat pembangun yaitu kelompok sayuran dan buah-buahan yang idealnya dikonsumsi 3-5 porsi per hari. Sementara ditingkat atasnya adalah sumber zat pembangun yang paling sedikit dimakan antara lain ikan, ayam, daging, telur, susu, kacang-kacangan dan hasil olahan lainnya (tempe, tahu oncom) yang dikonsumsi 2-3 porsi per hari. Pada bagian ujung dari piramida adalah minyak sayur, lemak, gula, dan garam yang pemakaiannya hanya seperlunya saja (Hartomo dkk, 2010).

Fenomena anak sulit makan sayur atau tidak mau makan sayur didukung dari faktor orang tua dan dari anaknya sendiri. Faktor dari orang sendiri yaitu sayuran tidak diperkenalkan sejak dinni, misalnya dengan memperkenalkan macam-macam sayuran dan mamfaatnya dan menu makanan yang dibedakan maksudnya banyak

peran orang tua terutama ibu yang menyiapkan menu khusus untuk anaknya mulai dari jenis sumber makanan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral hingga sayuran, sedangkan tanpa disadari para ibu tidak menyediakan menu yang sama untuk mereka sendiri. Para ibu lebih cenderung menyediakan menu yang sesuai dengan lidah mereka untuk mereka sendiri, padahal menu yang sesuai selera itu lebih banyak tidak mengandung sayuran, hal ini merupakan contoh yang tidak baik bagi anak karena anak lebih cenderung meminta makanan yang sama dengan makanan si ibu, (Pratitasari, 2010). Faktor lain anak tidak mau mengkonsumsi sayuran yaitu dari anaknya sendiri yaitu suasana dan penyajian sayuran yang kurang menarik, kurangnya informasi mamfaat sayuran, rasa sayuran yang pahit dan unik, perlu diingat pada masa pertumbuhan anak lebih menyukai makanan yang rasanya manis, hambar dan asin karena mereka sedang belajar membedakan rasa, tekstur sayuran yang lunak makanan seperti ini dianggap oleh anak-anak makanan yang tidak segar, sehingga mereka tidak mau memakannya (Pratitasari, 2010 dan *Faculty of Medicine Airlangga University*, 2010).

Konsumsi sayur yang jarang sebelum dilakukan permainan menggunakan media *vegetable puzzle* terhadap kemampuan konsumsi sayur dimungkinkan karena anak pra sekolah sebagian besar tidak tahu mamfaat sayuran beserta akibatnya, selain itu sebagian dari orang tua responden tidak berusaha membujuk anaknya makan sayuran walaupun setiap hari dihidangkan men sayuran, kecuali menu sayuran yang

disukai responden barulah responden makan sayur. Konsumsi sayur pada anak pra sekolah akan meningkat jika faktor dari anaknya sendiri mengerti sayuran sangat baik bagi tubuhnya dan didukung dari orang tua yang selalu berusaha membujuk anaknya untuk makan sayur.

4.3.2 Identifikasi Respon Anak Usia Pra Sekolah Saat Diberikan Permainan *Vegetable puzzle* Terhadap Kemampuan Konsumsi Sayur di TK PKK Kalijudan Surabaya

Peneliti melakukan intervensi selama 7 hari dari tanggal 26 Februari sampai 5 Maret 2019. Penelitian dilakukan setiap hari selama 30 menit dari jam 08.00 sampai 08.30 WIB, penelitian dilakukan di TK PKK Kalijudan Surabaya. Sebelum dilakukan penelitian pada pertemuan pertama atau post test (tanggal 25 Februari 2019) peneliti menjelaskan tentang tujuan permainan *vegetable puzzle* untuk meningkatkan konsumsi sayur pada anak usia pra sekolah, serta meminta ibu responden menyepakati kontrak untuk pertemuan selanjutnya, baik kelima responden dan keluarga responnya sangat baik dan mengerti serta antusias untuk melakukan permainan *vegetable puzzle* dan semua orang tua sangat kooperatif dalam permainan media *vegetable puzzle*.

Anak-anak pada usia pra-sekolah masa ini adalah masa yang penting untuk pertumbuhannya. Mereka membutuhkan banyaknya zat-zat gizi yang mendukung pertumbuhan dan kesehatannya. Anak-anak akan memperoleh makanan bergizi yang tepat bila kebutuhan zat-zat

gizi yang diperlukan tubuhnya terpenuhi oleh makanan yang dikonsumsinya. Adapun makanan yang dibutuhkan mengandung vitamin dan zat besi yang terdapat pada sayuran.

Tanpa vitamin yang ada dalam sayur tubuh tidak akan bisa tumbuh dan berfungsi secara normal, berbagai proses biologis tubuh memerlukan vitamin agar dapat bekerja dengan baik, seperti pertumbuhan, proses pencernaan dan ketahanan tubuh terhadap infeksi, misalnya vitamin A bila tubuh kekurangan Vitamin A maka akan terjadi gangguan penglihatan. Gejala awal kekurangan vitamin A biasanya adalah rabun senja. Jika dibiarkan maka akan berlanjut pada timbulnya pengendapan berbusa (bintik bitot) bagian dalam putih mata (sclera) dan kornea bisa mengeras, lalu terbentuk jaringan parut umumnya disebut gejala penyakit xeroftalmia yang bisa menyebabkan kebutaan yang menetap. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ehria Wainaty (2013), menunjukkan bahwa sekitar 90% anak mengkonsumsi sayur dan buah dengan ukuran <3 porsi per hari. Untuk mengonsumsi sayuran pada anak pra sekolah diusahakan setiap hari selalu ada menu sayuran, menurut Wied (2007) syarat mengonsumsi sayuran paling sedikit 5 porsi atau sesuai dengan piramida makanan 3-5 porsi per hari.

Seperti yang diungkapkan sebelumnya anak sulit makan sayur faktornya tidak saja dari orang tua tapi juga dari anaknya sendiri yang kurang menyadari pentingnya makan sayur, tugas dari orang tua tidak hanya menyediakan sayur saja disetiap jam makan anaknya tapi

hendaknya orang tua menjelaskan mamfaat serta akibat jika tidak makan sayur agar anak sadar betapa pentingnya makan sayur, hal tersebut kenyataanya tidak didapatkan pada anak pra sekolah di TK PKK Kalijudan Surabaya.

4.3.3 Identifikasi Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah Sesudah Diberikan Permainan *Vegetable puzzle* Terhadap Kemampuan Konsumsi Sayur di TK PKK Kalijudan Surabaya

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa hasil penelitian konsumsi sayur pada anak pra sekolah sesudah diberikan permainan *Vegetable puzzle* terhadap kemampuan konsumsi sayur dari 5 anak pra sekolah menunjukkan baik kriteria nilai 75-100 % yaitu sebanyak 4 anak (80%), kurang kriteria nilainya <69% sebanyak 1 anak (20%) dari 5 responden. Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan pada anak usia pra sekolah sebagian besar anak mengikuti aturan permainan *vegetable puzzle*, anak antusias dalam mengikuti permainan dan anak tidak mengalami kendala selama proses permainan sedangkan kategori kurang anak tidak menyelesaikan permainan sampai akhir karena bosan mengikuti permainannya. Semua orang tua anak sangat kooperatif dalam kegiatan permainan *vegetable puzzle*. Hasil penelitian diatas sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Diah, 2015) di TK Sapta Prasetya mendapatkan hasil bahwa *vegetable puzzle* dapat mempengaruhi tingkat konsumsi sayur pada anak usia pra sekolah.

Media *vegetable puzzle* merupakan metode yang sesuai dengan perkembangan kognitif dan afektif anak usia pra sekolah. Saat permainan dengan media *vegetable puzzle* berlangsung merupakan proses yang penting, terjadi penyerapan pengetahuan yang disampaikan instruktur dan juga dari *vegetable puzzle* yang dimainkan kepada audience. Proses inilah yang menjadi pengalaman seorang anak dan menjadi tugas instruktur permainan untuk menampilkan kesan menyenangkan pada saat membimbing audience dalam memainkan *game* (Kusumastuti, 2010).

Berdasarkan hal tersebut *vegetable puzzle* dapat meningkatkan minat/motivasi konsumsi sayur pada anak usia pra sekolah dikarenakan anak akan mengadopsi pengetahuan yang didapat dari permainan *vegetable puzzle* yang berisi tentang pengetahuan baik, senang makan sayur, tidak rewel dan memilih-milih jenis makanan saat waktu makan tiba, selanjutnya orang tua diharapkan dapat menerapkan pesan-pesan yang disampaikan pada kehidupan sehari-hari dalam menyiapkan makanan sayur di rumah.