

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Siswa Taman Kanak-Kanak (TK) yang termasuk dalam masa pra sekolah merupakan masa keemasan (*The Golden Age*). Usia pra sekolah (3–6 tahun) merupakan masa perkembangan intelektual dan emosional yang pesat bagi anak. Anak membutuhkan asupan gizi yang adekuat untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh sebab itu nutrisi memiliki peranan penting bagi tumbuh kembangnya, dimana nutrisi didapatkan dari makanan yang dikonsumsi tiap hari. Pertumbuhan yang cepat saat masa infant berangsur-angsur melambat saat anak memasuki usia pra sekolah. Seiring dengan penurunan kecepatan pertumbuhan ini, perilaku makan menjadi berubah. Hal ini membuat anak mengalami penurunan nafsu makan dan hanya mau makan makanan yang disukai (Wardlaw & Smith, 2009).

Kebutuhan nutrisi merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurang nutrisi dalam tubuh. Makanan yang dikonsumsi akan menentukan kualitas kehidupan dimasa yang akan datang. Makanan yang dikonsumsi beragam jenis dengan berbagai cara pengolahannya. Pola makan keluarga tertentu juga menjadi pola makan anak dalam penyusunan menu. Seorang anak dapat memiliki kebiasaan makan dan selera makan yang terbentuk dari kebiasaan dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat (Diah,

2015).

Zat gizi merupakan unsur yang penting bagi tubuh. Zat gizi tersebut diantaranya adalah karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air. Beberapa dari nutrisi yang sangat berguna tersebut terkandung didalam sayuran (Almatsier, 2003). Anak cenderung tidak mau makan sayur, padahal intake protein, kalsium, zat besi, vitamin A dan D yang adekuat merupakan hal penting selama masa ini, maka harus diperhatikan oleh orang tua agar anak mendapatkan cukup nutrisi pada masa pertumbuhan, terlebih lagi asupan sayur-sayuran. Salah satu penyebab rendahnya konsumsi sayur pada anak karena anak cenderung memilih makanan dengan rasa yang sesuai preferensi kesukaan mereka, hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan anak. 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).

Berdasarkan data terdapat proporsi yang cukup besar pada anak di dunia yang tidak memenuhi rekomendasi WHO dalam konsumsi sayur dan buah, yakni setidaknya 400 gram/hari (Krolner *et al.*, 2011). Hal ini disebabkan karena anak sudah dapat memilih-milih makanan yang disukainya, hanya mau makan makanan tertentu saja dan cenderung menghindari makan sayur (Fitriani *et al.*, 2009). Diperkirakan sebanyak 80% anak-anak di dunia ini yang tidak menyukai sayur-mayur sedangkan sayur-mayur merupakan penyumbang utama untuk nutrisi dan diet seimbang pada anak-anak dan dewasa (Maryam,

2012). Menurut penelitian yang dilakukan Pabayo, Spence dan Casey (2012) menyebutkan bahwa hanya 29,6% anak usia pra sekolah di Kanada yang mengkonsumsi buah dan sayur sesuai pedoman sedangkan di Amerika Serikat sebesar 31,5% mengonsumsi sayur dan buah sesuai pedoman yang telah ditetapkan dan sisianya masih belum.

Konsumsi buah dan sayur penduduk Indonesia masih berada di bawah konsumsi yang dianjurkan, padahal Indonesia merupakan negara agraris penghasil komoditi sayur dan buah yang melimpah. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013 menunjukkan bahwa tingkat konsumsi sayur penduduk Indonesia tahun 2013 sebesar 93,5% turun dari tahun 2007 sebesar 93,6%. Sedangkan tingkat konsumsi sayur di Jawa Timur adalah berada dibawah rerata konsumsi nasional, tepatnya berada diposisi 5 terbawah diangka 92% (Kementerian Kesehatan, 2014). Menurut data survey konsumsi makanan individu Indonesia 2014 diketahui rata-rata konsumsi sayur dan olahannya pada penduduk Indonesia sebesar 45,8 gram per orang per hari (Balitbangkes, 2014). Angka tersebut masih jauh dari anjuran konsumsi buah dan sayur di Indonesia yang seharusnya sebanyak 150-200 gram sayur per orang per hari, rendahnya konsumsi tersebut menjadikannya masuk dalam 10 besar penyebab kematian di dunia (Pratitasari,2010).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 13 Februari 2019 di TK PKK Kalijudan Surabaya sebanyak 20 anak sedangkan yang tidak suka mengkonsumsi makanan sayur sebanyak 5 anak.

Penelitian yang dilakukan Diah (2015) di TK Sapta Prasetya mendapatkan hasil bahwa dari 8 siswa yang diteliti hanya terdapat 3 siswa suka mengkonsumsi sayur, sedangkan 5 orang siswa tidak mengkonsumsi sayur. Rendahnya konsumsi sayur pada siswa disebabkan karena rasa sayur yang pahit cenderung kurang disukai siswa dan juga kurangnya pengenalan oleh orang tua secara dini tentang sayur membuat anak kurang menyukai sayur.

Penelitian yang dilakukan di Bogor menghasilkan hasil dimana dari seluruh siswa TK Papandayan yang menjadi sampel penelitian terdapat 60% yang memiliki tingkat konsumsi sayur yang kurang. Hal ini disebabkan oleh uang saku siswa dan pengetahuan orang tua tentang sayur yang rendah sehingga membuat pengenalan konsumsi sayur pada anak menjadi lambat sehingga anak lebih cenderung menyukai makanan lain yang tidak sehat (Andika, 2015).

Oleh sebab itu, perlulah dilakukan intervensi sejak dini supaya anak-anak mendapat kesehatan yang optimum (Wardlaw et al., 2004). 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. Setelah itu, memilah mana yang dapat dijadikan panutan

sehingga membentuknya menjadi moralitas yang dipegang sampai dewasa (Haryani, 2011). Anak akan mengadopsi pengetahuan yang didapat dari permainan *vegetable puzzle* yang berisi tentang pesan-pesan baik, senang makan sayur, tidak rewel dan memilih-milih jenis makanan saat waktu makan tiba. Selanjutnya, anak diharapkan dapat menerapkan pesan-pesan yang disampaikan pada kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Studi Kasus Penggunaan Media *Vegetable Puzzle* Terhadap Kemampuan Pemilihan Konsumsi Makanan Sayur Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK PKK Kalijudan Surabaya”.

1.2 Pertanyaan Peneliti

Bagaimana kemampuan pemilihan makanan sayur pada anak usia pra sekolah sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan *vegetable puzzle*?

1.3 Objektif

1. Mengidentifikasi kemampuan pemilihan konsumsi makanan sayur pada anak usia pra sekolah sebelum diberikan media *vegetable puzzle* di TK PKK Kalijudan Surabaya.
2. Menjelaskan respon anak dan orang tua dalam proses pelaksanaan intervensi menggunakan *vegetable puzzle*.

3. Mengidentifikasi kemampuan pemilihan makanan sayur pada anak usia pra sekolah sesudah penggunaan media *vegetable puzzle* terhadap kemampuan konsumsi sayur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari segi pengembangan ilmu, hasil studi ini diharapkan mampu memberikan informasi tentang penggunaan media *vegetable puzzle* terhadap kemampuan pemilihan konsumsi makanan sayur pada anak usia pra sekolah di TK PKK Kalijudan Surabaya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Anak

Penggunaan media *vegetable puzzle* memudahkan anak untuk memudahkan mengkonsumsi sayur.

2. Bagi Peneliti

Melatih kemampuan untuk mengimplementasikan hasil penelitian dalam perumusan intervensi keperawatan dibidang keperawatan anak.

3. Bagi Pengajar/Keluarga

Sebagai masukan dan informasi tentang manfaat permainan *vegetable puzzle* terhadap kemampuan konsumsi sayur pada anak.

4. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi tambahan maupun data awal untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penggunaan media *vegetable puzzle* terhadap kemampuan pemilihan konsumsi makanan sayur pada anak usia pra sekolah.

