

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di Indonesia, sering kali tidak memenuhi kebutuhan gizi yang seimbang. Masalah ini semakin diperparah dengan rendahnya pengetahuan anak-anak mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah bagi kesehatan (Nuraeni, Karimah, dan Setiawati 2023). Rendahnya konsumsi sayur dan buah dapat menghambat pertumbuhan pada anak, karena sayuran dan buah-buahan menyediakan zat gizi makro maupun zat gizi mikro penting seperti serat, vitamin A, C, dan asam folat, yang mendukung fungsi usus serta proses perkembangan anak secara optimal (Gudik. 2021).

Secara global, konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah masih rendah yaitu 34% anak mengkonsumsi buah kurang dari sekali sehari dan 21% mengkonsumsi sayuran dengan frekuensi yang sama (Beal, Morris, dan Tumilowicz 2019). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia yang dilaporkan pada tahun 2023, lebih dari 90% penduduk berusia lima tahun ke atas tidak mengkonsumsi sayur dan buah dalam jumlah yang cukup, dengan hanya 1,5% anak sekolah yang memenuhi rekomendasi konsumsi 5 porsi per hari. Dalam rentang waktu lima tahun, terjadi penurunan signifikan dalam konsumsi sayur dan buah yang cukup di kalangan penduduk NTT berusia lima tahun ke atas. Riset Kesehatan Dasar Indonesia mencatat bahwa pada tahun 2018, angka tersebut mencapai 7,6%, namun merosot tajam menjadi hanya 2,33% pada tahun 2024 (SKI, 2023). Sebuah penelitian pada tahun 2020 menemukan bahwa defisiensi mikronutrien pada anak usia sekolah mempengaruhi prestasi akademik mereka (Arika, Anantanyu, dan Dewi 2020). Selain itu, kurangnya asupan sayur dan buah pada anak cenderung diikuti dengan tingkat aktivitas fisik yang rendah (Fadilah dan Ekayanti 2023). Badan Pusat Statistik melaporkan asupan rata-rata sayur per penduduk di Kabupaten Kupang adalah sekitar 0,066 kg per minggu dimana masih jauh di bawah angka yang

direkomendasikan (BPS 2025). Berdasarkan laporan dari orang tua dan guru SDTK Kasih Karunia, 6 dari 10 anak mengkonsumsi sayur dan buah 2-3 kali sehari, sementara 4 anak lainnya jarang makan sayur dan buah karena kurangnya minat serta ketidaktahuan mengenai manfaat dan dampak negatif dari kurangnya konsumsi sayur dan buah.

Sayuran dan buah – buahan adalah sumber utama mikronutrien, termasuk vitamin dan mineral yang sangat penting untuk kesehatan, terutama bagi anak-anak usia sekolah. Mikronutrien ini mendukung pertumbuhan optimal dan meningkatkan imunitas, serta melindungi diri dari infeksi (Taheri dkk. 2021). Selain itu, kandungan serat dalam sayur dan buah juga penting untuk kesehatan pencernaan (Milajerdi dkk. 2021). Diet yang tidak sehat, termasuk asupan sayur dan buah yang tidak cukup, berkontribusi pada masalah gizi serius seperti stunting, underweight, obesitas, dan masalah kesehatan lainnya (Pangestu 2020 ; Khan 2022). Defisiensi mikronutrien pada anak-anak dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik, perkembangan kognitif, dan prestasi akademik mereka (Appannah dkk. 2021). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan edukasi dan kesadaran mengenai konsumsi sayur dan buah untuk mendukung kesehatan dan perkembangan anak usia sekolah.

Media edukasi, seperti televisi, film, dan media sosial, memiliki pengaruh kuat terhadap pola makan anak karena karakter yang menarik di dalamnya membentuk persepsi positif dan mendorong konsumsi makanan tertentu (Alruwaily dkk. 2020; Kang dkk. 2020). Untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah, media edukasi yang lebih efektif, seperti cerita bergambar dengan tema superhero atau dongeng, dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan informasi gizi (Pradini 2021; Alfina 2024; Sabrina dkk, 2023). Namun, penelitian yang mempertimbangkan konteks budaya lokal dalam pengembangan media edukasi tersebut masih kurang, padahal pendekatan ini berpotensi meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah. Berbagai program dan strategi pun telah diupayakan untuk meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah, baik di tingkat internasional maupun nasional. Organisasi Kesehatan Dunia

(WHO) merekomendasikan konsumsi sayur dan buah yang cukup yaitu setidaknya lima porsi sehari untuk mencegah berbagai masalah kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui program Isi Piringku berupaya meningkatkan konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di Indonesia. Namun kenyataannya, konsumsi sayur dan buah di kalangan ini masih kurang. Untuk mengatasi masalah rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah, penelitian ini mengusulkan pengembangan media edukasi berbasis budaya lokal, yaitu cerita bergambar Suri Ikun yang diadaptasi dari karakter tradisional Timor. Media ini diharapkan dapat menarik perhatian anak-anak melalui karakter yang familiar, cerita yang menarik, dan fitur interaktif, sehingga meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya gizi dan mendorong konsumsi sayur dan buah yang cukup. Pendekatan ini diharapkan lebih efektif dibandingkan media edukasi konvensional karena relevan dengan konteks budaya anak-anak, sehingga meningkatkan motivasi dan kesadaran mereka akan pentingnya pola makan sehat. Media cerita bergambar yang mengangkat kearifan lokal juga terbukti dapat membuat anak-anak lebih termotivasi dan menyadari akan manfaat dari isi pengajaran dengan cara menyenangkan dan mudah dipahami (Novianti, Hidayat, dan Alia 2023; Wahyuni, Suparman, dan Anwar 2023).

Berdasarkan data dan masalah yang telah diuraikan pada latar belakang, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “pengaruh media cerita bergambar Suri Ikun terhadap frekuensi konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di SDTK Kasih Karunia Kabupaten Kupang”.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh media cerita bergambar Suri Ikun terhadap frekuensi konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah di SDTK Kasih Karunia Kabupaten Kupang.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh media cerita bergambar Suri Ikun terhadap frekuensi konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dasar di SDTK Kasih Karunia Kabupaten Kupang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik anak sekolah berdasarkan jenis kelamin, umur, jumlah anggota keluarga, besar uang jajan per hari/minggu, pendidikan orang tua dan pekerjaan orang tua.
2. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi sayur dan buah responden sebelum dilakukan intervensi.
3. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi sayur dan buah responden sesudah dilakukan intervensi.
4. Menganalisis pengaruh media cerita bergambar Suri Ikun terhadap frekuensi konsumsi sayur dan buah responden.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat memperkaya pengetahuan, sikap dan akhirnya meningkatkan perilaku konsumsi sayur dan buah pada anak-anak. Penelitian ini berkontribusi sebagai landasan teori bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat Praktis

Bagi orang tua dan pihak sekolah dapat menjadi panduan dan dasar dalam mendorong kebiasaan makan sehat. Bagi pembuat kebijakan, penelitian ini bertujuan untuk memberikan rekomendasi berbasis bukti dalam program kesehatan masyarakat. Bagi pengembang media dan industri makanan, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan untuk menciptakan produk yang mendukung konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah.

1.5. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Novelty/ke-baruan
1.	Indira Pradini, Dudung Angkasa, Idrus Jusat, Lintang Dewanti, Yulia Purwara Wahyuni, (2021)	Pemberian Buku Cerita Bergambar Bertema "Superhero" dapat Meningkatkan Pengetahuan Sayur dan Buah Anak usia sekolah	Penelitian ini merupakan penelitian quasi ekperimen dengan <i>Non-equivalent control group</i> dengan <i>pre-post test</i> .	Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap yang signifikan pada kelompok yang diberikan buku cerita bergambar.	Penelitian ini menggunakan media cerita bergambar berbasis lokal dengan tema diadaptasi dari cerita rakyat daerah tempat penelitian yaitu cerita Suri Ikun dari Pulau Timor.
2.	Tiara Yulie Alfina, Dino Sumaryono, Ismiati (2024)	<i>The Effect of Storytelling Method Through Fairy Tale Book Media on Children'S Knowledge and Attitudes About Fruit and Vegetable Consumption.</i>	Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif pra-eksperimental satu kelompok.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi media buku dongeng terhadap pengetahuan dan sikap siswa menunjukkan pengaruh yang signifikan.	Penelitian ini menggunakan metode penelitian dimana menggunakan desain quasi eksperimen dengan kelompok kontrol.
3.	Galuh Sabrina dkk (2023)	Edukasi dan Sosialisasi Isi Piringku pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Al-	Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen dengan pendekatan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari	Penelitian ini menggunakan media cerita bergambar

Falah Kabupaten Gorontalo	<i>one-group pretest- posttest design</i>	metode bercerita melalui buku dongeng terhadap pengetahuan dan sikap anak mengenai konsumsi sayur dan buah.	berbasis lokal Suri Ikun dan metode penelitian yang digunakan adalah dengan pendekatan kelompok kontrol/ dua grup.
---------------------------------	---	---	--
