

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak adalah anugerah terindah dalam kehidupan sehingga harus benar-benar diperhatikan mengenai pertumbuhan dan perkembangannya. Anak adalah harapan dan masa depan orang tua, dengan membekalinya sejak dini maka diharapkan kelak menjadi pribadi yang unggul dan mampu berkompetisi di era globalisasi (Dewi dkk, 2013).

Pada usia sekolah adalah pertumbuhan yang maksimal bagi anak, dengan memberikan makanan yang bergizi dan seimbang akan sangat membantu bagi tubuh. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat maksimal apabila terpenuhinya konsumsi makanan yang sehat. Jenis makanan yang baik dan bisa bermanfaat bagi tubuh yaitu makanan yang mengandung komponen unsur gizi berupa karbohidrat, vitamin, protein dan mineral, pada beberapa unsur ini terdapat dalam sayuran dan buah-buahan.

Komponen gizi berupa sayuran dan buah-buahan adalah sumber zat gizi mikro yang sangat berguna bagi tubuh manusia, dan sangat berperan penting pada proses metabolisme tubuh sebagai zat pengatur dan antibody serta bermanfaat bagi manusia untuk menurunkan insiden terkena penyakit kronis. Mengonsumsi suatu jenis makanan yang memiliki zat gizi yang baik sesuai dengan kebutuhan tubuh, hal ini akan berpengaruh terhadap status gizi seseorang sehingga tubuh akan terpelihara serta berguna untuk perbaikan sel-sel yang ada di dalam tubuh dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangannya. Maka dari itu tubuh sangat membutuhkan zat gizi tersebut (Afani dkk, 2015).

Mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk pola makan seimbang. Sayur dan buah didalam mengandung vitamin dan mineral, serat makanan beserta zat-zat *phytochemical* yang diperlukan oleh tubuh, tanpa adanya vitamin dan mineral pemanfaatan zat gizi yang dikonsumsi tidak optimal serta tanpa adanya serat makanan buang air besar tidak lancar. Pada sayur dan buah terdapat vitamin C, asam folat, dan golongan karoten yang akan bekerja sebagai antioksidan.

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 bahwa konsumsi buah dan sayur di Indonesia sangat kurang, hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang manfaat dari sayur dan buah. Kurangnya masyarakat mengonsumsi buah dan sayur dapat menimbulkan penyakit kanker gastrointestinal sebesar 19%, penyakit jantung iskemik sebesar 31% dan penyakit stroke sebesar 11% diseluruh dunia. Kematian akibat kurangnya mengonsumsi sayur dan buah yaitu sekitar 2,7 juta atau 4,9 %.

Menurut Worthington (dalam Nenobanu dkk, 2018), terdapat dua faktor yang mempengaruhi terhadap perilaku konsumsi individu yaitu faktor internal dan eksternal, untuk faktor internal antara lain preferensi/kesukaan, kebutuhan dan karakteristik fisiologi, kepercayaan, citra tubuh/ *body image*, perkembangan psikososial, konsep diri dan status kesehatan. Faktor eksternal antara lain kebiasaan orang tua, pendapatan orang tua, sosial budaya, besar dan karakteristik keluarga, teman sebaya, pengalaman individu, pengetahuan gizi, pengaruh keterpaparan media/iklan dan makanan cepat saji.

Menurut *Food and Agriculture Organization* (FAO) atau organisasi pangan dan pertanian dunia telah merekomendasikan masyarakat dunia untuk

mengonsumsi sayur dan buah secara teratur yaitu sebanyak 75 kg/kapita/tahun. WHO merekomendasikan sayur dan buah dikonsumsi 400 gram setiap harinya atau sebanyak 3-5 porsi (Afani dkk, 2015).

Menurut Almatsier (dalam Afani dkk, 2015) bahwa untuk mengonsumsi buah yang dianjurkan yaitu sebanyak 2-3 potong per hari seperti buah papaya, pisang dan buah lainnya sedangkan untuk sayuran yang dalam bentuk tercampur sebanyak 1 ½ - 2 mangkok per harinya. Konsumsi buah dan sayur di Indonesia yang dianjurkan terdapat pada Tumpeng Gizi Seimbang yaitu untuk mengonsumsi buah sebanyak 2-3 porsi sehari dan untuk sayuran dianjurkan mengonsumsi 3-5 porsi dalam sehari.

Menurut Ronasari (2017), mengenai pengetahuan anak usia 5-12 tahun mengenai jenis, manfaat, kandungan serta adanya akibat kurang mengonsumsi buah dan sayur masih dalam kategori kurang. Penelitian yang dilakukan oleh *lock et al* di beberapa Negara bagian Afrika dan Asia dengan jumlah 14 wilayah bagian menyatakan bahwa anak yang usia 5-14 tahun mengonsumsi sebanyak 20% buah dan sayur lebih rendah dibandingkan dengan orang dewasa yang berusia 30-59 tahun. Konsumsi buah dan sayur pada anak usia 5-14 tahun di Asia Tenggara hasilnya sangat rendah yaitu 182 g/hari yang masih jauh dari anjuran WHO yaitu 400g/ hari. Anak usia sekolah dan balita dianjurkan mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 300-400 gram yang terdiri dari 250 gram sayuran (setara dengan 3-5 porsi atau 2,5 gelas sayur yang setelah dimasak dan ditiriskan) dan sebanyak 150 gram buah atau (setara dengan 2-3 porsi atau 3 buah jeruk ukuran sedang, 3

buah pisang ukuran sedang, dan 1,5 potong papaya yang berukuran sedang (Pedoman gizi seimbang, 2014).

World Health Organization (WHO), merekomendasikan mengenai konsumsi buah dan sayur adalah 400 gram per hari untuk kelompok usia. Rata-rata konsumsi buah dan sayur pada anak yang berusia 5-14 tahun seluruh dunia adalah 265 gram per hari hal ini menyatakan adanya pengonsumsi buah dan sayur yang masih kurang. Di Benua Asia, khususnya Asia Tenggara rata-rata konsumsi buah dan sayur pada anak usia 5-14 tahun juga masih sangat rendah yaitu sebesar 182 gram per hari untuk setiap orang anak (Nurmahmudah dkk. 2015).

Berdasarkan studi yang dilakukan di 5 negara di Asia Tenggara yaitu Negara India, Indonesia, Myanmar, Sri Lanka, dan Thailand menyatakan bahwa prevalensi kurangnya konsumsi buah dan sayur di negara India sebesar 85,1%, Myanmar sebesar 83,3% sebesar 83,3%, Sri Lanka sebesar 77,1% dan Indonesia sebesar 75,2% (Balitbangkes, 2014).

Hasil penelitian di Indonesia mengenai konsumsi buah dan sayur menjelaskan masih kurang. Penduduk Indonesia yang berusia 10 tahun ke atas yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 93,5% dan untuk penduduk yang berusia 10-14 tahun prevalensinya besar yaitu sebesar 91% (Putra, 2016).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Departemen Kesehatan RI 2013 ditemukan penduduk Indonesia rata-rata 93,5% kurang mengonsumsi buah dan sayur. Provinsi yang paling rendah untuk konsumsi buah dan sayur yaitu Sumatra Barat dengan (97,8%) dan Riau (97,7%) dan untuk

Provinsi Gorontalo dengan proporsi kurang mengkonsumsi buah dan sayur semakin meningkat mulai dari 83,5% menjadi 92,5% penduduk yang dikategorikan jika dalam sehari mengkonsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi, seharusnya seluruh masyarakat Gorontalo dapat mengkonsumsi buah dan sayur setiap harinya sesuai yang direkomendasikan hal ini guna mencegah dari berbagai penyakit degeneratif.

Orang tua merupakan aspek yang sangat mendukung terhadap tumbuh kembang anak terutama menyiapkan makanan yang baik bagi anak. Pendapatan orang tua adalah hasil jerih payah orang tua yang dapat diartikan dengan tingkat dan nilai tertentu. Ekonomi ataupun pendapatan orang tua yang dihasilkan tinggi dapat menunjang tersedianya makanan seperti buah dan sayur di rumah tangga dapat terpenuhi dan juga beragam. Penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang bekerja dan mendapatkan penghasilan secara signifikan berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur. Anak yang jarang mengkonsumsi buah dan sayur banyak ditemukan pada anak dengan orang tua yang memberikan contoh perilaku yang tidak baik.

Pada era globalisasi dan perkembangan teknologi yang semakin canggih, seseorang akan cenderung berperilaku konsumtif dengan melihat banyaknya produsen yang menyediakan berbagai makanan yang menarik. Iklan dapat mempengaruhi konsumen agar dapat tertarik dan memberikan respon terhadap produk dan jasa yang ditawarkan. Media digunakan untuk menyebarluaskan iklan. Media cetak berupa koran, tabloid, majalah dan lain-lain, sedangkan media elektronik berupa televisi, radio dan lain-lain. Iklan yang disampaikan melalui

media elektronik seperti televisi merupakan hal yang menarik dan tepat karena dapat menghibur dan jangkauan lebih luas sehingga para konsumen terutama untuk anak-anak yang dengan mudah menangkap informasi yang diiklankan.

Perkembangan teknologi dan media massa sangat berperan dalam pemilihan makanan. Iklan makanan adalah salah satu faktor yang bisa mempengaruhi perilaku makan pada anak-anak, selain fungsinya menjadi media pemasaran makanan, media massa juga mempunyai peranan yang paling penting untuk menunjukkan sumber informasi mengenai gizi. Menurut penelitian Farisa (2009), menunjukkan bahwa konsumsi buah dan sayur yang lebih banyak terdapat pada responden mengaku telah terpapar media iklan yaitu sebesar 92,5% sedangkan untuk responden yang tidak terpapar sebesar 8,5% (Libri dkk, 2017).

Sekolah SDN NO. 33 Kota Selatan merupakan salah satu sekolah yang menerapkan sistem *full day school* dimana anak lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah untuk belajar dan mengenal hal-hal baru serta bermain bersama teman-temannya. Beragam pengetahuan yang bisa didapat oleh anak melalui metode pembelajaran di sekolah yang disampaikan langsung oleh guru pada saat proses belajar mengajar, dan informasi melalui teman bermain dari anak tersebut.

Lokasi penelitian yang diambil yaitu di SDN No. 33 Kota Selatan, terkait dengan penelitian yang diambil mengenai perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa sekolah dasar, sekolah ini dipilih karena berlokasi di pusat Kota Gorontalo dan berdekatan dengan salah satu pasar tradisional yang ada di Provinsi Gorontalo yaitu pasar sentral, dengan akses tempat pembelanjaan yang tidak jauh seharusnya dapat terpenuhi dengan baik gizi dari pada siswa tersebut, dan juga

lingkungan sekolah yang berada pada pusat kota yang ramai dimana siswa dan siswi disekolah ini sudah cepat mengenal dan mengetahui informasi pada era sekarang, dibandingkan dengan yang bersekolah dipedesaan yang akses informasinya masih lambat. Akan tetapi siswa yang menempuh pendidikan di sekolah ini yang mempunyai latar belakang orang tua dari kalangan yang berbeda-beda sehingga masih kurang memperhatikan dan menyediakan makanan yang di konsumsi oleh anak setiap harinya.

Berdasarkan hasil observasi awal di SDN No. 33 Kota Selatan pada bulan Desember 2019 dilakukan pada 10 orang siswa yang dipilih secara acak dari kelas 3, 4 dan 5 didapatkan siswa kurang mengkonsumsi buah dan sayur yaitu sebanyak 8 orang (80%) dikatakan kurang karena tidak sesuai dengan anjuran yang ada di tumpeng gizi seimbang yaitu 2-3 porsi perhari. Jenis buah sesuai yang paling banyak dikonsumsi oleh siswa yaitu pisang, pepaya, apel, mangga, dan jeruk ke lima jenis buah ini menurut siswa karena paling sering dikonsumsi dan yang paling sering tersedia di rumah, begitu pula dengan jenis sayuran yang mereka konsumsi mulai dari sayur kangkung, bayam, kacang panjang, tauge dan terung.

Sebanyak 10 orang siswa yang diobservasi didapatkan bahwa sebanyak 8 orang (80%) kurang terpapar dengan media/iklan hal ini disebabkan adanya waktu anak yang lebih banyak disekolah untuk belajar dibandingkan untuk membaca dan mendengar informasi melalui media. Sedangkan dari 10 orang siswa sebanyak 5 orang (50%) yang memiliki orang tua dengan pendapatan rendah dan jarang menyediakan buah dan sayur dirumah.

Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Keterpaparan Media/Iklan dan Pendapatan Orang Tua dengan Perilaku Mengonsumsi Buah dan Sayur pada Siswa di SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas yang telah diuraikan, maka terdapat beberapa masalah yang diidentifikasi yaitu:

1. Berdasarkan hasil observasi awal di SDN No. 33 Kota Selatan dilakukan pada 10 orang siswa yang dipilih secara acak dari kelas 3, 4 dan 5 didapatkan siswa kurang mengonsumsi buah dan sayur yaitu sebanyak 8 orang (80%) dikatakan kurang karena tidak sesuai dengan anjuran yang ada di tumpeng gizi seimbang yaitu 2-3 porsi perhari.
2. Sebanyak 10 orang siswa yang diobservasi didapatkan bahwa sebanyak 8 orang (80%) kurang terpapar dengan media/iklan hal ini disebabkan adanya waktu anak yang lebih banyak disekolah untuk belajar dibandingkan untuk membaca dan mendengar informasi melalui media.
3. Dari 10 orang siswa terdapat sebanyak 5 orang (50%) yang memiliki orang tua dengan pendapatan rendah dan jarang menyediakan buah dan sayur dirumah.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Apakah ada hubungan keterpaparan media/iklan dengan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo?
2. Apakah ada hubungan pendapatan orang tua dengan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keterpaparan media/iklan dan pendapatan orang tua dengan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.

1.4.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui keterpaparan media/iklan pada siswa SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.
2. Untuk mengetahui pendapatan orang tua pada siswa SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.
3. Untuk mengetahui perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.
4. Untuk menganalisis hubungan keterpaparan media/iklan dengan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN. No 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.

5. Untuk menganalisis hubungan pendapatan orang tua dengan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa di SDN No. 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Bagi peneliti, memberikan sebagai sumbangan ilmu serta referensi secara umum bagi kalangan kesehatan dan khususnya untuk peminatan gizi.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi SDN No. 33 Kota Selatan

Bisa menjadi informasi untuk dapat mengetahui gambaran mengenai perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa dan dapat dijadikan masukan untuk menerapkan kebijakan pentingnya mengkonsumsi makanan yang sehat.

2. Bagi institusi kesehatan

Diharapkan dapat memberikan masukan serta informasi yang terkait masalah kesehatan khususnya gizi dan perilaku mengkonsumsi buah dan sayur pada siswa agar bisa ditingkatkan pada masa yang akan datang.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai tambahan pengetahuan dan informasi untuk melihat faktor selain faktor yang diteliti yang dapat mempengaruhi kurangnya konsumsi buah dan sayur.

4. Bagi orang tua

Sebagai tambahan informasi dan masukan untuk lebih memperhatikan konsumsi buah dan sayur pada anak dan menyediakan buah dan sayur dirumah.