

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak usia sekolah dasar adalah investasi negara karena mereka generasi penerus yang harus diperhatikan pertumbuhannya. Pemberian zat gizi yang tepat dalam kuantitas dan kualitas yang diperlukan untuk pertumbuhan optimal anak usia sekolah. Anak pada usia tersebut belum bisa menentukan yang baik untuk dikonsumsi, sehingga mereka lebih sering tertarik makan sesuai dengan tampilan (Syam *et al.*, 2018). Adapun salah satu cara untuk menjaga gizi seimbang adalah dengan mengonsumsi sayur dan buah sesuai anjuran. Anak-anak perlu mengonsumsi sayur dan buah setiap hari karena kandungannya penting bagi pertumbuhan. Sayur dan buah berperan penting dalam mengatur fungsi tubuh, menyediakan vitamin dan mineral, serta mengandung antioksidan. Masyarakat Indonesia masih mengonsumsi sayuran dan buah dalam jumlah relatif rendah dibandingkan dengan negara-negara yang memiliki sumber daya terbatas. Kebiasaan mengonsumsi sayur dan buah dalam jumlah rendah dapat menyebabkan berbagai penyakit, seperti infeksi saluran pernapasan, gangguan pencernaan, penuaan dini pada kulit, serta obesitas (Dajesetya, 2016).

Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Risdesdas) Provinsi Jawa Barat tahun 2018, pada kelompok umur dari 10-14 tahun di Kota Tasikmalaya yang tidak pernah mengonsumsi buah dan sayur yaitu 18,63%, sedangkan untuk yang mengonsumsi kurang dari anjuran sebanyak 1-2 porsi dengan total 72,07 %. Pada anak kelompok umur 5-9 tahun yang tidak pernah mengonsumsi yaitu 16,54% dan untuk yang mengonsumsi kurang dari anjuran 1-2 porsi yaitu 73,79% (Dinkes, 2018). Rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar menunjukkan perlunya upaya edukasi gizi yang efektif dan sesuai dengan karakteristik anak. Oleh karena itu, diperlukan suatu media pembelajaran yang mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang anjuran konsumsi sayur buah. Media adalah alat bantu yang digunakan untuk menciptakan suasana belajar yang efektif. Media merupakan salah satu strategi pembelajaran yang ingin disampaikan kepada siswa. Media pembelajaran menjadi alat penting dalam mendukung keberhasilan pembelajaran serta mendorong siswa menjadi lebih aktif (Hasan *et al.*, 2021).

Berbagai media pembelajaran dapat digunakan untuk mendukung proses belajar, seperti media visual, audio, maupun audiovisual. Menurut penelitian (Aprianty *et al.*, 2024), hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah dilakukan edukasi menggunakan media lagu, terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang konsumsi sayur dan buah, namun frekuensi konsumsinya masih belum optimal. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan

belum sepenuhnya diikuti dengan perubahan perilaku. Oleh karena itu, diperlukan media edukasi lain yang lebih variatif, mudah digunakan, dan bersifat visual untuk membantu meningkatkan pemahaman serta minat anak dalam mengonsumsi sayur dan buah. Salah satu media yang termasuk dalam kategori visual yaitu *Flashcard*. *Flashcards* adalah alat pembelajaran yang berbentuk kartu kecil bergambar yang dapat membantu siswa memahami sistem pembelajaran. *Flashcard* ini biasanya dibuat dengan foto, simbol, dan gambar yang ditempelkan pada sisi depan, dan pada sisi belakangnya terdapat penjelasan berupa kata atau kalimat. Keunggulan media pembelajaran *Flashcard* yaitu dapat membantu siswa mengingat setiap huruf atau kata, memiliki tampilan gambar yang mendukung sehingga menjadi lebih mudah diingat oleh siswa (Angreany and Saud, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada hari Selasa tanggal 11 November 2025 melalui wawancara dengan kepala sekolah, bahwa di SDN Babakan Peundeuy belum pernah dilakukan edukasi tentang konsumsi sayur dan buah. Kepala Sekolah juga menyatakan bahwa dalam kegiatan Makan Bergizi Gratis (MBG), siswa biasanya langsung mengambil buah terlebih dahulu, sementara sayur jarang sekali diminati. Hasil observasi pada 24 anak sekolah dasar yang mendapatkan program Makan Bergizi Gratis (MBG) seluruh buah dikonsumsi, hanya saja sayur tidak dimakan. Hal ini menunjukkan bahwa minat anak terhadap sayur masih rendah, dan diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih menarik agar mereka lebih tertarik dan sadar akan pentingnya mengonsumsi sayur sesuai anjuran (Arnizam, 2024). Peneliti juga menanyakan terkait preferensi media pembelajaran, 23 dari 24 anak sekolah dasar lebih tertarik *flashcard* dibandingkan media lainnya. Melihat kondisi tersebut, penulis ingin melakukan penelitian tentang anjuran konsumsi sayur buah dengan penggunaan *flashcard* sebagai alat bantu dalam proses pembelajaran.

B. Rumusan Masalah

Penggunaan media pembelajaran yang menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah sesuai dengan pedoman gizi seimbang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana “Rancangan *prototype* berbasis *Flashcard* tentang anjuran sayur dan buah pada anak sekolah dasar di SDN Babakan Peundeuy Kelurahan Tanjung, Kecamatan Kawalu, Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Merancang *prototype* berbasis *Flashcard* tentang anjuran sayur dan buah pada anak sekolah dasar di SDN Babakan Peundeuy, Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kebutuhan rancangan *prototype* berbasis *Flashcard* anjuran sayur dan buah pada anak sekolah dasar.
- b. Mengetahui kelayakan para ahli media, ahli bahasa dan ahli materi pada rancangan *prototype* berbasis *Flashcard* anjuran sayur dan buah untuk anak sekolah dasar.
- c. Mengetahui kelayakan pengguna hasil rancangan *prototype* berbasis *Flashcard* anjuran sayur dan buah pada anak sekolah dasar di SDN Babakan Peundeuy Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan memperluas wawasan, meningkatkan pengetahuan, serta memperoleh pengalaman langsung dalam melaksanakan penelitian di bidang gizi, khususnya terkait dengan pengembangan media *Flashcard* sebagai *prototype* edukatif mengenai anjuran asupan sayur dan buah.

2. Bagi Responden

Anak sekolah dasar dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi yang bermanfaat dalam menambah pengetahuan anjuran konsumsi sayur buah pada anak sekolah dasar.

3. Bagi Institusi

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya diharapkan dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan rujukan dan referensi lanjutan yang akan melakukan kajian ataupun penelitian terhadap pengembangan media *Flashcard* mengenai asupan sayur buah pada anak sekolah dasar. Bagi SDN Babakan Peundeuy diharapkan dapat menjadikan media edukasi ini sebagai alat pembelajaran yang menarik dan interaktif sehingga dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar.