

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Anak usia prasekolah adalah anak yang berusia antara 3- 6 tahun. Di Indonesia umumnya anak mengikuti program tempat penitipan anak (3 bulan-5 tahun) dan kelompok bermain (usia 3 tahun), sedangkan pada usia 4-6 tahun biasanya anak mengikuti program taman kanak-kanak (Biechler dan Snowman 2013, dalam Mustofa, 2016).

Anak usia prasekolah akan tumbuh 6,5 hingga 7,8 cm per tahun. Tinggi rata-rata anak usia 3 tahun adalah 96,2 cm, anak-anak usia 4 tahun adalah 103,7 cm dan rata-rata anak usia 5 tahun adalah 118,5 cm. Pertambahan berat badan selama periode usia prasekolah sekitar 2,3 kg per tahun. Rata-rata berat badan anak usia 3 tahun adalah 14,5 kg dan akan mengalami peningkatan menjadi 18,6 kg pada usia 5 tahun (Kyle, 2019). Anak usia prasekolah berada pada masa kanak-kanak awal. Periode ini berasal sejak anak dapat bergerak sambil berdiri sampai anak masuk sekolah, dicirikan dengan aktivitas yang tinggi dan penemuan-penemuan. Periode ini yaitu saat perkembangan fisik dan kepribadian yang besar. Perkembangan motorik berlangsung terus menerus. Pada usia ini, anak-anak membutuhkan bahasa dan hubungan sosial yang lebih luas, mempelajari standar peran, memperoleh kontrol dan penguasaan diri, semakin menyadari sifat ketergantungan dan kemandirian, dan mulai membentuk konsep diri (Siskawati, 2018).

Proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia prasekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pemeliharaan kesehatan, gizi (sayuran) dan stimulasi psikososial. Anak harus dibesarkan dalam lingkungan dan rumah yang sehat, mendapat pelayanan kesehatan dasar (imunisasi), mendapatkan gizi yang cukup dan seimbang, sejak dini ditanamkan kebiasaan hidup bersih. Makan teratur sangat diperlukan oleh anak, karna makan merupakan kebutuhan mendasar bagi hidup manusia serta dengan makan yang teratur sangat diperlukan untuk memenuhi asupan gizi pada manusia (Dejestya, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) rata-rata konsumsi buah dan sayur di Indonesia hanya 2,5 porsi sehari. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 sebanyak 95,5 % masyarakat Indonesia berusia 5 tahun ke atas kurang mengonsumsi serat dalam bentuk sayur dan buah. Salah satu pesan dari gizi seimbang adalah meningkatkan konsumsi sayur dan buah sebanyak 300 - 400 gram per hari bagi anak balita dan anak usia sekolah (Kemenkes RI, 2017). Survei Konsumsi Makanan Individu Provinsi Jawa Tengah tahun 2014, rerata konsumsi sayur umur 5-12 tahun hanya sebanyak 14,16%, sedangkan berdasarkan Badan Pusat Statistik (2022) rata-rata konsumsi sayur perkapita seminggu di Kabupaten Cilacap sebanyak 1,688%.

Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi gizi seimbang. Sayur dan buah merupakan makanan yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah sangat penting untuk di konsumsi sejak usia anak-anak. Indonesia merupakan negara yang kaya akan sayur-sayuran dan

buah-buahan. Konsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan bagi masyarakat Indonesia masih relatif rendah dibandingkan dengan negara-negara yang tidak memiliki sumber daya sebagai penghasil sayur dan buah (Dejestya, 2016). Secara umum sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin, mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh. Oleh karena itu, konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi seimbang (Pedoman Gizi Seimbang, 2014).

Salah satu faktor penyebab anak tidak suka makan sayur bersumber pada orang tua yang berperan penting terhadap kebiasaan makan anak. Banyak sekali alasan yang dikeluarkan oleh anak untuk menolak untuk makan sayur. Mulai dari tidak menyukai rasa, bau dan juga tekstur, selain itu kurangnya variasi olahan pada sayur yang disajikan sehingga anak menganggap kalau sayur memiliki rasa yang tidak enak (Raditrini, 2016). Beberapa faktor lain yang mempengaruhi pilihan makanan diantaranya faktor penentu biologis (rasa lapar, nafsu makan), faktor penentu ekonomi (biaya, pendapatan dan ketersediaan), faktor penentu fisik (akses, pendidikan, keterampilan, waktu), faktor penentu sosial (budaya, keluarga, teman sebaya, pola makan), faktor penentu psikologis (suasana hati, stress dan rasa bersalah), sikap, kepercayaan dan pengetahuan tentang makanan (Dejestya, 2016).

Fitriani et al (2009, dalam Suryandi et al, 2018) menjelaskan bahwa kekurangan konsumsi sayur pada anak dapat berakibat buruk bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak dapat mempunyai peluang besar

untuk menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit tidak dapat memenuhi kebutuhan nutrisi anak.

Ketersediaan sayur dan buah yang banyak bukan merupakan masalah utama, namun kreatifitas ibu dalam memanfaatkan sayur dan buah yang telah tersedia akan menunjang rutinnnya penyediaan sayur dan buah di rumah yang merupakan hal yang mempengaruhi asupan konsumsi sayur dan buah keluarga terutama anak usia prasekolah dapat terpenuhi. Dalam penelitian Aini (2022) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi konsumsi sayur pada anak adalah pengetahuan dan sikap orang tua khususnya ibu memberikan pengaruh pada konsumsi sayur anak serta keadaan sosial ekonomi suatu keluarga. Suryana (2016) menjelaskan bahwa untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah setiap hari, maka diperlukan suatu metode. Pada anak, taman kanak-kanak merupakan saat yang tepat untuk melakukan edukasi gizi.

Edukasi merupakan proses interaktif yang mendorong terjadinya pembelajaran, dan pembelajaran merupakan upaya penambahan pengetahuan baru, sikap, dan keterampilan melalui penguatan praktik dan pengalaman tertentu (Smeltzer dan Bare 2008, dalam Evi, 2016). Edukasi gizi ini dapat dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi gizi melalui media bertujuan juga untuk mempermudah audiens sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami. Edukasi ini biasanya diberikan melalui media edukasi yang secara umum dibagi menjadi tiga, yaitu visual, audio, dan audiovisual (Saskhia, et al 2021).

Intervensi sejak dini diperlukan supaya anak-anak mendapat kesehatan yang optimum. Salah satunya dengan diterapkan terapi *Storytelling* (Asy'ariyah, 2015).

Pada penelitian Supriatin (2018) menyatakan bahwa edukasi dengan metode *storytelling* dapat merubah pola konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah. Anak dapat mempunyai peluang besar untuk menderita kurang gizi karena makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan nutrisinya. Untuk itu diperlukan suatu metode untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah setiap hari. Salah satunya dengan diterapkan terapi *storytelling* merupakan metode yang sesuai dengan perkembangan kognitif dan afektif anak usia prasekolah. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* adalah 0,000 dengan demikian *p value* <  $\alpha$  0,05 yang berarti terdapat pengaruh *storytelling* terhadap tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah di TK Al-Ishlah Kabupaten Cirebon.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada salah satu pengajar di TK Masyitoh dengan metode wawancara dan observasi pada tanggal 10 Maret 2023 didapatkan hasil bahwa dari 26 siswa, yang suka sayur hanya 6 anak. Selain itu, peneliti juga menanyakan langsung kepada 15 orang ibu anak usia prasekolah dan didapatkan hasil bahwa 12 anak tidak menyukai sayuran.

Berdasarkan latar belakang, teori, dan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Dengan

Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Perilaku Makan Sayuran Pada Anak Usia Prasekolah Di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena dan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Edukasi Dengan Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Perilaku Makan Sayuran Pada Anak Usia Pra Sekolah Di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan metode *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayuran pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui perilaku makan sayuran sebelum dilakukan edukasi dengan metode *storytelling* pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.
- b. Mengetahui perilaku makan sayuran setelah dilakukan edukasi dengan metode *storytelling* pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.
- c. Menganalisis pengaruh tingkat perilaku makan sayuran sebelum dan sesudah edukasi dengan metode *storytelling* kepada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi pembaca dan pengembangan ilmu khususnya mengenai pengaruh edukasi dengan metode *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayuran pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi pembaca dan pengembangan ilmu khususnya mengenai edukasi dengan metode *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayuran pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala.

#### b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai wacana untuk memberikan informasi tentang cara meningkatkan perilaku makan sayuran pada anak pra sekolah dengan benar.

#### c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai pengaruh edukasi dengan metode *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayuran pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala, mengaplikasikan mata kuliah metodologi penelitian, serta merupakan pengalaman dalam melakukan penelitian.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh edukasi dengan metode *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayuran pada anak pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala, yang sudah pernah dilakukan adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Supriatin (2018) dengan judul “Pengaruh *Storytelling* Terhadap Pola Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Usia Prasekolah Di TK Al-Ishlah Kabupaten Cirebon”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *storytelling* terhadap tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah di TK Al-Ishlah Kabupaten Cirebon. Variabel penelitian yang digunakan adalah *storytelling* sebagai variabel bebas dan pola konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah sebagai variabel terikat. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimental design* dengan pendekatan *one group pretest posttest design* menggunakan satu kelompok subjek. Sampel pada penelitian ini adalah pasien anak pra sekolah TK Al-Ishlah Kabupaten Cirebon. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Dari hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* adalah 0,000 dengan demikian  $p\ value < a\ 0,05$  yang berarti terdapat pengaruh *storytelling* terhadap tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia prasekolah di TK Al-Ishlah Kabupaten Cirebon.  
Persamaan : Desain penelitian menggunakan *quasi eksperimental design* dengan pendekatan *one group pretest posttest design* menggunakan satu kelompok subjek. Analisis bivariat yang menggunakan uji *Wilcoxon*.

Perbedaan : Judul penelitian “Pengaruh Edukasi Dengan Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Perilaku Makan Sayuran Pada Anak Usia Pra Sekolah Di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayur pada anak usia prasekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala. Variabel penelitian edukasi dengan metode *storytelling* sebagai variabel bebas dan perilaku makan sayuran pada anak usia prasekolah sebagai variabel terikat. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Elen (2018) dengan judul “Pengaruh Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Buah Dan Sayur Pada Anak Usia Sekolah Dasar”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh metode *storytelling* terhadap peningkatan pengetahuan buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar. Variabel penelitian yang digunakan adalah *storytelling* sebagai variabel bebas dan pengetahuan buah dan sayur pada anak usia sekolah dasar sebagai variabel terikat. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experiment* dengan rancangan *non randomized pretest – posttest with control group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak usia sekolah dasar yang berjumlah 60 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis menggunakan uji *Mann-Whitney*. Hasil analisis *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa nilai rata –rata pengetahuan kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu 38,43 dan pada kelompok kontrol yaitu 22,57 dengan nilai *p-value* ( $<0,001$ )

menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata pengetahuan antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah diberi pendidikan gizi.

Persamaan : Desain penelitian menggunakan *quasi eksperimental design*.

Perbedaan : Judul penelitian “Pengaruh Edukasi Dengan Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Perilaku Makan Sayuran Pada Anak Usia Pra Sekolah Di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayur pada anak usia pra sekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala. Variabel penelitian edukasi dengan metode *storytelling* sebagai variabel bebas dan perilaku makan sayuran pada anak usia pra sekolah sebagai variabel terikat. Rancangan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah *pretest – posttest without control group design*. Analisis bivariat yang akan peneliti lakukan adalah *Wilcoxon*. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Dilla (2018) dengan judul “Pengaruh Metode *Storytelling* Dalam Kegiatan *Circle Time* Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Anak Di Paud IT Cendekia Tungkop – Aceh Besar”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh metode *storytelling* yang diterapkan peneliti menggunakan interaksi ekstratekstual untuk peningkatan motivasi belajar anak didalam kegiatan *circle time*. Variabel penelitian yang digunakan adalah *storytelling* sebagai variabel bebas dan peningkatan motivasi belajar anak sebagai variabel terikat. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-eksperimental Designs* dengan pendekatan *one group pre-test post-test design*. Sampel pada penelitian

ini adalah seluruh anak Kelompok TK B PAUD IT Cendekia yang berjumlah 20 anak. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *Probability Sampling*. Uji statistik yang digunakan *Uji-t*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh metode *storytelling* didalam kegiatan *circle time* terhadap peningkatan motivasi belajar anak. Hal ini terlihat dari perbandingan nilai rata-rata sebelum dan sesudah perlakuan. Pada kondisi awal didapatkan rata-rata nilai awal sebesar 45,45, sedangkan pada kondisi akhir didapatkan rata-rata sebesar 85,05.

Persamaan : Desain penelitian yang menggunakan *quasi eksperimental design* dengan pendekatan *one group pre-test post-test design*.

Perbedaan : Judul Penelitian “Pengaruh Edukasi Dengan Metode *Storytelling* Terhadap Peningkatan Perilaku Makan Sayuran Pada Anak Usia Pra Sekolah Di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala”. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh *storytelling* terhadap peningkatan perilaku makan sayur pada anak usia prasekolah di TK Masyitoh Adiraja Kecamatan Adipala. Variabel penelitian edukasi dengan metode *storytelling* sebagai variabel bebas dan perilaku makan sayuran pada anak usia prasekolah sebagai variabel terikat. Analisis bivariat yang akan peneliti lakukan adalah *Wilcoxon*. Teknik pengambilan sampel yang akan peneliti lakukan adalah *total sampling*.