

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Konsumsi buah dan sayur setiap hari merupakan salah satu indikator dalam Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Rumah Tangga diharapkan anggota keluarga dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat serta tercukupi kebutuhan gizinya<sup>(1)</sup>. Konsumsi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia merupakan pemakaian barang hasil produksi seperti bahan pakaian, makanan dan sebagainya untuk memenuhi keperluan hidup<sup>(2)</sup>. Pengertian konsumsi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) salah satunya yaitu menikmati bahan makanan, seperti buah dan sayur. Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin, mineral dan serat pangan bagi tubuh. Beberapa vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh<sup>(3)</sup>. Sehingga konsumsi buah dan sayur yakni jenis dan jumlah buah dan sayur yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan tubuh.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gr perorang perhari, yang terdiri dari 250 gr sayur (setara dengan 2 ½ gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gr buah (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 ½ potong pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi orang Indonesia terdapat anjuran dalam melakukan Konsumsi Buah dan Sayur yakni diatur dalam Permenkes Nomor 41 Tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang yang menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan sebanyak 300-400 gr perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah dan 400-600 gr perhari bagi remaja dan orang dewasa<sup>(3)</sup>.

Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2018 proporsi penduduk kurang konsumsi makan sayur dan buah dengan umur lebih dari 5 tahun adalah sebesar

95,5%. Data Riskesdas di Provinsi Jawa Timur pada tahun dan proporsi penduduk yang sama dengan kurang konsumsi sayur dan buah sebesar 93,4% data tersebut menunjukkan penurunan jumlah konsumsi buah dan sayur dibandingkan saat tahun 2013 sebesar 95,3%. Kota Malang juga menunjukkan penurunan proporsi jumlah konsumsi buah dan sayur pada tahun 2018<sup>(4)</sup>.

Menurut WHO (*World Health Organization*) kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat menyebabkan penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes, hipertensi dan kanker. Risiko kematian yang telah terjadi akibat kurangnya asupan buah dan sayur meliputi kanker pencernaan sebesar 14%, penyakit jantung sebesar 11% dan stroke sebesar 9%. Selain itu terdapat faktor lain yang mempengaruhi akibat kurang mengkonsumsi buah dan sayur. Faktor yang ditimbulkan dari kurangnya konsumsi buah dan sayur dapat dilihat antara lain dari tingkat kesejahteraan keluarga rendah, ketersediaan buah dan sayur di rumah kurang dan masih kurang dukungan keluarga dalam mengonsumsi buah dan sayur<sup>(5)</sup>. Selain itu, terdapat faktor lain yang mempengaruhi kurangnya konsumsi buah dan sayur yaitu pengetahuan dan pendidikan ibu tentang konsumsi buah dan sayur<sup>(6)</sup>.

Faktor lain yang mempengaruhi akibat kurangnya konsumsi buah dan sayur salah satunya yaitu mengenai kurangnya pengetahuan ibu, terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan konsumsi buah dan sayur yang meliputi jumlah porsi minimal buah dan sayur serta manfaat dari mengonsumsi buah dan sayur<sup>(7)</sup>. Ibu berperan penting dalam semua aspek yang berkaitan dengan kesehatan keluarga termasuk dalam pengaturan makan keluarga. Salah satunya dalam mengatur konsumsi buah dan sayur, Ibu memiliki peran penting dalam mengatur jumlah konsumsi buah dan sayur yang akan dikonsumsi oleh keluarga<sup>(8)</sup>.

Kurangnya pengetahuan dan akses informasi menyebabkan seseorang memiliki keterbatasan pengetahuan tentang bahaya perilaku tidak sehat<sup>(9)</sup>. Semakin sering seseorang mendapatkan informasi maka akan semakin

meningkat pengetahuannya dan akan mempengaruhi sikap dan perilakunya<sup>(10)</sup>. Informasi mudah didapatkan melalui berbagai media, seperti media promosi kesehatan.

Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik melalui media cetak, elektronika, dan media luar ruang, sehingga pengetahuan sasaran dapat meningkat dan dapat berubah ke arah yang positif terhadap kesehatan<sup>(11)</sup>.

Berbagai macam media promosi kesehatan yang dapat dilakukan untuk edukasi. Salah satunya adalah media audio visual berupa video. Video merupakan media audio visual yang dapat mengungkapkan objek dan peristiwa seperti keadaan sesungguhnya dengan menggunakan video dapat memahami pesan pembelajaran secara bermakna sehingga dapat memperoleh informasi secara utuh. Selain itu media audio visual disampaikan melalui proses yang memberikan stimulus terhadap mata (penglihatan) dan telinga (pendengaran)<sup>(12)</sup>.

Perbandingan efektifitas penyuluhan media booklet dan media audiovisual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi balita menunjukkan bahwa media audio visual lebih efektif dibanding booklet, karena media audiovisual menggunakan panca indra lebih banyak yaitu penglihatan dan pendengaran sedangkan booklet hanya menggunakan indra penglihatan<sup>(13)</sup>.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada delapan Ibu Rumah Tangga di wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang didapatkan bahwa Ibu dengan proporsi kurang dalam mengkonsumsi sayur dan buah sebanyak 85,7% yaitu terdapat tujuh ibu rumah tangga yang masih kurang dalam mengkonsumsi sayur dan buah. Berdasarkan indikator PHBS Rumah Tangga mengenai konsumsi sayur dan buah bahwa porsi minimal dalam mengkonsumsi sayur dan buah yaitu tiga porsi untuk buah dan dua porsi untuk sayur. Untuk menguji pengaruh media audio visual peneliti juga menanyakan

secara singkat terkait media yang mudah dalam penyaluran informasi, beberapa ibu berpendapat bahwa informasi melalui media audio visual lebih mudah diterima karena sangat jelas, disertai dengan gambar dan suara serta mudah difahami. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penulis akan melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Edukasi dengan Media Video terhadap peningkatan pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Konsumsi Buah dan Sayur di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh pemberian edukasi melalui media video terhadap pengetahuan pada Ibu Rumah Tangga tentang Konsumsi Buah dan Sayur di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Media Video terhadap Pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Konsumsi Buah dan Sayur di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang

### 2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi pengetahuan Ibu Rumah Tangga di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng sebelum diberikan media video mengenai konsumsi buah dan sayur
- b) Mengidentifikasi pengetahuan Ibu Rumah Tangga di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng sesudah diberikan media video mengenai konsumsi buah dan sayur
- c) Mengetahui pengaruh edukasi media video terhadap pengetahuan Ibu Rumah Tangga di Wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang mengenai konsumsi buah dan sayur

#### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini mengenai pengaruh edukasi dengan media video terhadap pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang konsumsi buah dan sayur di wilayah RW 02 Kelurahan Bareng Kota Malang. Penelitian ini dilakukan dengan pengumpulan data primer melalui kuesioner yang disebar dengan *google form*. Kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan Ibu Rumah Tangga mengenai konsumsi buah dan sayur. Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan pengolahan dan analisis untuk mengetahui pengaruh media audio visual terhadap pengetahuan tentang konsumsi buah dan sayur. Variabel pada penelitian ini yaitu Variabel *Independent* mengenai pengaruh media video dan Variabel *Dependent* mengenai pengetahuan pada Ibu Rumah Tangga.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan atau bahan pertimbangan bagi mahasiswa.

##### 2. Lahan Penelitian

Penelitian ini dapat sebagai masukan informasi mengenai konsumsi buah dan sayur baik dari segi takaran yang dianjurkan hingga manfaat dari konsumsi buah dan sayur.

##### 3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai Pengaruh Media Video dalam meningkatkan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang Konsumsi Buah dan Sayur

##### 4. Bagi Masyarakat

Dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang hidup sehat khususnya pada Ibu Rumah Tangga tentang Konsumsi Buah dan Sayur.

## F. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa hasil penelitian yang sejenis dengan mengutarakan kesamaan dan perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan, antara lain:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Variabel	Hasil
1.	Tervam Dakhi, 2018 “Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi Melalui Media Leaflet tentang Sayur dan Buah terhadap Pengetahuan, Sikap dan Praktik Ibu Murid SDN 105349 Paluh Kemiri dalam Menyediakan Sayur dan Buah Untuk Keluarga <sup>(14)</sup> ”	Pre Eksperimental design dengan One Group Pretest-Posttest Design	Pengetahuan, sikap dan Praktik Ibu Murid SDN 105349	<p>a. Ada pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media leaflet tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan ibu dengan nilai p value 0,000.</p> <p>b. Ada pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media leaflet tentang sayur dan buah terhadap sikap ibu dengan nilai p value 0,000.</p> <p>c. Ada pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media leaflet tentang sayur dan buah terhadap praktik ibu</p>

				dalam menyediakan sayur dan buah untuk keluarga dengan nilai p value 0,000.
2.	Agus Hendra Al Rahmad, 2017 “Pemanfaatan Media Flipchart dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Konsumsi Sayur dan Buah <sup>(15)</sup> ”	Penelitian Kuantitatif dengan desain Quasi Eksperimen	Pengetahuan Ibu	d. Terdapat perbedaan signifikan antara pengetahuan sebelum penyuluhan dengan sesudah penyuluhan (p-value < 0,05). Jadi, penyuluhan menggunakan media flipchart dan tanpa media bagi ibu secara statistik menunjukkan pengaruh yang bermakna untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang konsumsi sayur dan buah-buahan di Kecamatan Kuta Baro Aceh Besar.