

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Umum Lokasi

Sekolah Dasar Negeri 81 Pekanbaru adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SD di Tangkerang Barat, Kec. Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. Dalam menjalankan kegiatannya, SD Negeri 81 Pekanbaru berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. SD Negeri 81 Pekanbaru terletak strategis ditengah kota yaitu di Jl. Gabus No. 06, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. SD Negeri 81 Pekanbaru merupakan sekolah dasar yang telah terakreditasi grade A dengan nilai 95 (akreditasi tahun 2019) dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah. Pembelajaran di SD Negeri 81 Pekanbaru dilakukan pada Double Shift. Dalam seminggu, pembelajaran dilakukan selama 6 hari.



Gambar 1. SD Negeri 81 Pekanbaru

SD Negeri 81 Pekanbaru dibawah komando seorang kepala sekolah dengan nama Hasra Isnaldi dan operator sekolah Nopielfariandi. Siswa aktif di sekolah ini sebanyak 382 siswa. Siswa laki-laki berjumlah 196 orang dan siswa perempuan berjumlah 186 orang dengan jumlah tenaga kependidikan yaitu sebanyak 22 orang. Sekolah ini memiliki memiliki luas 2.385 m² dengan 9 ruang kelas, 1 perpustakaan dan 4 sanitasi siswa dan juga terdapat kantin sekolah.

Berdasarkan hasil obeservasi kantin di SDN 81 lebih menjual jajanan seperti gorengan, snack serta minuman. Di kantin sekolah tidak terdapat makanan seperti sayur dan buah. Jajanan disekolah juga dapat berpengaruh terhadap apa yang di konsumsi anak sehingga bisa berdampak pada kebiasaan. Jika makanan yang dijual

di kantin kurang sehat, siswa cenderung lebih mudah memilih untuk mengonsumsi makanan tersebut sehingga kebiasaan yang terbentuk dari lingkungan dapat menjadi faktor penentu dalam memilih makanan di kantin.

5.2 Karakteristik Responden

Berdasarkan data karakteristik responden, pada penelitian ini sampel yang diambil adalah anak sekolah dasar usia 8-9 tahun yang duduk di kelas 3 sekolah dasar yang berjumlah 43 responden. Adapun distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Karakteristik responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	20	46,5
Perempuan	23	53,5
Total	43	100
Usia		
8 Tahun	9	20,9
9 Tahun	34	79,,1
Total	43	100
Pekerjaan Ayah		
PNS	6	14,0
Pegawai Swasta	7	16,3
Pedagang	14	32,6
Supir	6	14,0
Buruh	10	23,3
Total	43	100
Pekerjaan Ibu		
Pedagang	9	20,9
Ibu Rumah Tangga	30	69,8
Pegawai Swasta	4	9,3
Total	43	100
Pendidikan Ayah		
SD	0	0
SMP	7	23,3
SMA	20	46,5
D3/S1/S2	13	30,2
Total	43	100
Pendidikan Ibu		
SD	0	0
SMP	11	25,6
SMA	23	53,5
D3/S1/S2	9	20,9
Total	43	100

Berdasarkan Tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi jenis kelamin dari 43 responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 orang dengan persentase 55,3% dan sebagian besar siswa berusia 9 tahun sebanyak 34 orang dengan persentase 78,7%.

Menurut UNICEF kelompok umur 5-9 tahun merupakan masa transisi, dimana anak mulai masuk sekolah dasar dan memiliki kebiasaan makan yang terus berkembang. Sehingga pada masa ini perlu membangun kebiasaan makan sehat pada anak yang akan berdampak jangka panjang dengan membentuk kebiasaan makan sepanjang hayat pada anak. Kebiasaan makan sehat tersebut salah satunya dengan membiasakan anak mengonsumsi sayur dan buah (Keeley et al. 2019). Pada penelitian ini umur 8-9 tahun termasuk ke dalam rentang masa transisi.

Berdasarkan tabel di atas juga dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi dari pekerjaan orang tua responden sebagian besar pekerjaan ayah responden yaitu pedagang sebanyak 14 responden dengan persentase 32,6% dan pekerjaan ibu responden sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 30 responden dengan persentase 69,8%, pendidikan terakhir ayah responden sebagian besar Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan persentase 46,5% dan pendidikan terakhir ibu responden sebagian besar Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan persentase 53,5%.

Berdasarkan penelitian (Rachman et al., 2017) mengatakan bahwa Pemenuhan kebutuhan suatu keluarga bergantung pada pendapatan keluarga terutama pendapatan orang tua. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Semakin tinggi pendapatan maka semakin besar peluang untuk memilih makanan yang baik. dan penelitian (Anggreny & Niriyah, 2022) yang mengatakan bahwa Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki, maka akan memiliki kecenderungan mendapatkan pengetahuan yang lebih baik dan perilaku yang lebih terbuka.

Pada penelitian ini terlihat bahwa bahwa pendapatan keluarga sebagian sebagian besar pekerjaan ayah responden yaitu pedagang dan sebagian besar ibu responden bekerja sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan orang tua dapat berpengaruh terhadap pendapatan keluarga juga terhadap ketersediaan pangan seperti sayur dan buah dalam rumah tangga. Sejalan dengan perubahan pendapatan seseorang maka akan diikuti pula dengan perubahan dalam susunan makanan yang dikonsumsi. Seseorang dengan

status ekonomi yang tinggi cenderung akan mengonsumsi makanan dengan memperhatikan kandungan gizi. Pada penelitian ini juga terlihat bahwa pendidikan terakhir orang tua sebagian besar yaitu sekolah menengah atas (SMA), Pendidikan orang tua juga dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan ketersediaan pangan seperti sayur dan buah dalam rumah tangga. Dengan demikian, tingkat pendidikan seorang ibu juga dapat mempengaruhi pengetahuan akan konsep pentingnya sayur dan buah dalam proses perkembangan anak.

5.3 Gambaran Kebiasaan Konsumsi Sayur Pada Anak Usia Sekolah Dasar

Sayuran merupakan sumber zat gizi seperti vitamin, mineral, serat dan fitokimia. Zat mikronutrien tersebut sangat penting dibutuhkan untuk anak-anak dalam masa tumbuh kembangnya untuk mendukung pertumbuhan fisik, pematangan intelektual dan sosial, sistem imun dan sistem hormon, serta merupakan salah satu bentuk preventif penyakit degeneratif di usia dewasa atau lanjut usia. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi sayur dan buah rendah terkait dengan kurangnya pembiasaan konsumsi sejak dini serta akses terhadap sayur dan buah yang rendah (Siregar, 2023). Berikut hasil penelitian berdasarkan kebiasaan konsumsi sayur pada anak usia sekolah dasar :

Tabel 4. Kebiasaan konsumsi sayur responden

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Sering	19	44,2
Jarang	24	55,8
Total	43	100

Berdasarkan Tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi konsumsi sayur pada anak usia sekolah dasar di SD Negeri 81 Pekanbaru sebagian besar sebanyak 24 responden (55,8%) jarang dalam mengonsumsi sayur.

Dalam penelitian ini berdasarkan hasil observasi terhadap 43 responden menunjukkan bahwa konsumsi sayur pada anak usia sekolah dasar sebanyak 27 responden (57,4%) jarang dalam mengonsumsi sayur. Kurangnya konsumsi sayur pada anak di sebabkan karena kurangnya variasi sayuran dan ketersediaan sayuran dalam rumah tangga. Ketersediaan sayur dalam rumah tangga dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu pendapatan orang tua yang berpengaruh terhadap variasi sayuran yang di pilih dalam keluarga. Kurangnya variasi sayuran yang

dihidangkan juga dapat berdampak pada rasa tidak ingin anak untuk mencoba sayuran lain sehingga anak hanya mengenal beberapa sayuran yang sering mereka konsumsi seperti bayam, kangkung, wortel, tomat dan timun.

Menurut penelitian (Sari & Rovendra, 2023) menyatakan bahwa Rendahnya konsumsi sayur terjadi karena ibu tidak dapat menyediakan sayur dan buah yang bervariasi yang menyebabkan kebosanan terhadap sayur pada anak dan kurangnya keterampilan ibu dalam mengolah sayur dan buah menjadi bentuk yang menarik minat anak usia 6-9 tahun. Selain itu juga di pengaruhi oleh kebiasaan anak mengkonsumsi jajanan ringan dan siap saji sehingga kebutuhan sayur terabaikan. Selain karna variasi yang kurang beberapa faktor lain berpengaruh terhadap konsumsi sayur pada anak usia sekolah dasar diantaranya pendapatan dan pengetahuan orang tua. Dan penelitian (Mardiana et al., 2018) mengatakan bahwa adanya hubungan antara sosial ekonomi (pendapatan orangtua) dengan konsumsi buah pada remaja dikarenakan 83,3% pendapatan orangtua responden tinggi sehingga meningkatkan konsumsi buah. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi. Semakin tinggi pendapatan maka semakin besar peluang untuk memilih pangan yang baik. Tingkat pendapatan akan mencerminkan kemampuan untuk membeli bahan pangan. Konsumsi makanan yang baik jumlah maupun mutunya dipengaruhi oleh faktor pendapatan orangtua.

Pada penelitian ini pendapatan keluarga dapat dilihat dari pekerjaan orang tua yaitu sebagian besar ayah dari responden merupakan pedagang dan sebagian besar ibu responden bekerja sebagai ibu rumah tangga. Pada penelitian juga terlihat bahwa tingkat pendidikan orang tua sebagian besar yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA). Rendahnya pendidikan orang tua juga merupakan salah satu faktor dapat berdampak pada kurangnya pengetahuan terkait pentingnya mengonsumsi sayur sehingga anak kurang motivasi untuk lebih ingin mengonsumsi sayur. Selain pengetahuan, pendapatan juga memiliki peran dalam ketersediaan pangan di keluarga, rendahnya pendapatan orang tua juga dapat berdampak pada kurangnya ketersediaan pangan seperti sayuran sehingga anak kurang dalam mengonsumsi sayur.

Menurut penelitian (Putra, 2019), menunjukan bahwa di SDN Sekaran 1 terdapat hubungan antara pendidikan ibu responden dengan konsumsi buah dan sayur. Hal ini berarti semakin rendah pendidikan ibu responden maka berdampak pada rendahnya

pengetahuan ibu terhadap pola konsumsi buah dan sayur sehingga konsumsi buah dan sayur pada anak juga ikut rendah dan Semakin tinggi pendapatan seseorang atau meningkatnya tingkat ekonomi keluarga cenderung diikuti dengan tingginya jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi. Tingkat ekonomi juga mencerminkan kemampuan untuk membeli bahan pangan, termasuk buah dan sayur.

Konsumsi sayuran sangat bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan dan pertumbuhan, terutama sangat penting dikonsumsi untuk anak-anak khususnya anak usia sekolah dasar, zat gizi yang terkandung dalam sayur dibutuhkan tubuh untuk digunakan dalam proses metabolisme. Diantara manfaat sayur dan buah sangat kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lain yang dibutuhkan oleh tubuh manusia (Nelista & Fembi, 2024).

5.4 Gambaran Kebiasaan Konsumsi Buah Pada Anak Usia Sekolah Dasar

Kurang konsumsi sayur dan buah pada anak dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak, menurunkan kekebalan tubuh anak, menghambat sistem pencernaan anak. Selain itu kurang konsumsi buah pada anak juga dapat meningkatkan resiko obesitas atau kelebihan berat badan pada anak yang berdampak pada rentannya anak terkena penyakit tidak menular di masa yang akan datang (Gerritsen et al., 2019). Berikut hasil penelitian berdasarkan kebiasaan konsumsi buah pada anak usia sekolah dasar :

Tabel 5. Kebiasaan konsumsi buah responden

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Sering	20	46,5
Jarang	23	53,5
Total	43	100

Dari Tabel 5 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi kebiasaan konsumsi buah pada anak usia sekolah dasar di SD Negeri 81 Pekanbaru sebagian besar sebanyak 23 responden (55,3%) jarang dalam mengonsumsi buah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Isnainingsih et al., 2022), yang menyatakan bahwa perilaku konsumsi buah dan sayur yang pada siswa-siswi kelas IV di SD Wonolelo Pleret Bantul Yogyakarta dengan kategori baik sebanyak 15 orang (38%) dan dengan kategori tidak baik sebanyak 24 orang (62 %).

Perilaku konsumsi buah dan sayur yang tidak baik dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor dari luar diri seorang tersebut, seperti di lingkungan seseorang tersebut mayoritas tidak memiliki keterbiasaan untuk mengonsumsi buah dan sayur setiap harinya. Faktor dari dalam diri seseorang, seperti tidak terbiasa untuk mengonsumsi buah dan sayur dan tidak memiliki kemauan untuk mengonsumsi buah dan sayur (Isnainingsih et al., 2022).

Dalam penelitian ini berdasarkan hasil observasi terhadap 43 responden menunjukkan bahwa konsumsi buah pada anak usia sekolah dasar sebanyak 23 responden (53,5%) jarang dalam mengonsumsi buah.

Menurut penelitian (Anggreny & Niriayah, 2022) mengatakan bahwa rendahnya tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi tentang pentingnya mengonsumsi sayur dan buah yaitu dibagi menjadi 2 kategori yaitu faktor internal (pengetahuan dan sikap ibu), faktor eksternal (umur, pendidikan, pekerjaan ibu), ketersediaan sayur dan buah di rumah, dan tingkat ekonomi. Pendidikan seorang ibu dalam menyusun menu seimbang adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi sayur dan buah pada anak. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan baik akan memiliki pengetahuan tentang konsep gizi anak yang baik pula.

Pada penelitian ini kurangnya konsumsi sayur dan buah pada anak terjadi karena ketersediaan buah dalam rumah tangga masih sangat kurang serta masih anak kurang keterbiasaan untuk mengonsumsi buah sehingga anak jarang dalam mengonsumsi buah. Adanya ketersediaan buah yang cukup dalam keluarga akan mendorong anak untuk terbiasa mengonsumsi buah. Pendapatan orang tua juga dapat berpengaruh terhadap ketersediaan buah di rumah tangga. Dalam penelitian ini dilihat dari pekerjaan orang tua yaitu sebagian besar ayah dari responden merupakan pedagang dan sebagian besar ibu responden bekerja sebagai ibu rumah tangga.

Menurut penelitian (Rachman et al., 2017) mengatakan bahwa Pemenuhan kebutuhan suatu keluarga bergantung pada pendapatan keluarga terutama pendapatan orang tua. Pendapatan merupakan faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi. Semakin tinggi pendapatan maka semakin besar peluang untuk memilih makanan yang baik. Sejalan dengan perubahan pendapatan seseorang maka akan diikuti pula dengan perubahan dalam susunan makanan yang dikonsumsi. Seseorang dengan status ekonomi yang tinggi cenderung akan mengonsumsi

makanan dengan memperhatikan kandungan gizi. Dalam penelitian ini juga mengatakan bahwa Ketersediaan buah dapat mempengaruhi seseorang dalam mengkonsumsi buah dan sayur baik di rumah maupun di sekolah. Jika ketersediaan buah kurang maka akan menyebabkan berkurangnya tingkat kesukaan terhadap buah tersebut.

Peran orang tua juga berpengaruh terhadap konsumsi anak. Tekanan untuk selalu makan buah serta pemberian makan buah pada anak dapat menumbuhkan pola kebiasaan makan buah pada anak. Pada penelitian ini terlihat bahwa tingkat pendidikan orang tua sebagian besar yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA).

Menurut penelitian (A'ini & Alfy, 2023) mengatakan bahwa tingkat pendidikan orang tua memiliki pengaruh signifikan terhadap tindakan asuh anak, termasuk dalam hal memberikan makanan, pola konsumsi pangan, dan status gizi. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki, maka akan memiliki kecenderungan mendapatkan pengetahuan yang lebih baik dan perilaku yang lebih terbuka.