

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sayuran merupakan bahan pangan yang tinggi akan kadar air, memiliki berbagai khasiat bagi tubuh, antara lain mengandung berbagai nutrisi, selain itu juga dapat melancarkan pencernaan. Namun di samping khasiatnya yang begitu berlimpah, banyak masyarakat yang enggan untuk mengkonsumsi sayuran, terutama anak-anak. Ada berbagai alasan anak-anak tidak ingin memakan sayuran, antara lain rasanya yang pahit atau hambar, seratnya sulit di cerna, dan sedikit kalori sehingga anak-anak pun mudah merasa lapar setelah memakan sayuran saja.

*"Sayur dan buah itu adalah komponen penting bagi pemenuhan kebutuhan gizi. Tapi nyatanya, data malah menunjukkan bahwa jumlah anak yang kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah, sangatlah tinggi,"* (Prof. Dr. Ir. Hardinsyah, MS, Ketua Umum Pergizi Pangan Indonesia)

Konsumsi sayur dan buah pada anak masih sangat minim dan masih banyak yang belum sesuai dengan rekomendasi (Pedoman Gizi Seimbang ,2014).

Sayuran memiliki beberapa warna alami seperti hijau, merah, ungu, kuning / oranye, putih. Warna alami pada sayuran menunjukkan nutrisi yang ada pada sayur tersebut. Menurut dr. Samuel Oetoro, MS, SpGK, dokter spesialis gizi, di dalam sayuran terkandung pigmen, yaitu kumpulan zat warna yang memberi warna pada suatu bahan. Pigmen karoten yang terdapat dalam sayuran adalah senyawa larut lemak yang berfungsi melindungi tanaman dari kerusakan selama proses fotosintesis.

Salah satu dampak karena tidak mengkonsumsi sayuran sejak usia dini adalah timbulnya penyakit kronis di usia mendatang. Misalnya kanker usus, karena sistem pencernaan pada tubuh manusia membutuhkan serat yang tidak lain berasal dari

sayuran untuk menyerap kelebihan air dalam usus besar, mempertahankan kelembaban dalam kotoran, dan membantu mengeluarkan feses dari tubuh. Dengan demikian, asupan serat yang cukup untuk melindungi manusia dari wasir, kanker usus besar, sembelit kronis, dan fisura. Jika kebiasaan memakan sayuran tidak ditanamkan sejak usia dini, maka akan menimbulkan dampak negatif tersebut.

Anak-anak pada usia Sekolah Dasar lebih senang bermain dibandingkan dengan belajar. Mereka lebih tertarik kepada visual dibandingkan dengan tulisan. Media untuk pembelajaran sangat mempengaruhi ketertarikan anak-anak dalam pelajaran. Dengan melihat permasalahan seperti ini, penulis akan mencoba memecahkan masalah tersebut dengan cara menggunakan desain komunikasi visual yang berisi tentang pengetahuan sayuran berdasarkan warna kepada anak-anak. Media visual yang penulis pilih merupakan media yang dapat memberikan ilmu dikala mereka bermain dan tidak membuat mereka mudah bosan

## **1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup**

Dari hasil penelitian diatas, berikut penulis akan membahas pokok-pokok rumusan permasalahan yang akan dijawab dalam penulisan, yaitu :

1. Bagaimana menyampaikan manfaat sayuran berdasarkan warnanya kepada anak-anak usia Sekolah Dasar dengan cara yang tidak membosankan.
2. Bagaimana cara yang tepat untuk memberikan informasi manfaat sayuran berdasarkan warna kepada anak usia Sekolah Dasar, sehingga mereka lebih tertarik untuk mengonsumsi sayuran.

Berdasarkan pokok-pokok permasalahan yang ada diatas, maka ruang lingkup penelitian dipusatkan kepada anak-anak usia sekolah dasar di kota-kota besar di Indonesia. Yang akan dirancang adalah pembuatan media yang menarik, dan sesuai dengan anak.

## **1.3 Tujuan Perancangan**

Berdasarkan pokok masalah yang telah dirumuskan, berikut akan disebutkan garis-garis besar yang ingin dicapai dari setiap permasalahan

1. Menyampaikan pentingnya sayuran berdasarkan warna bagi kesehatan untuk anak-anak usia sekolah dasar, dengan cara santai dan menyenangkan.
2. Merancang media yang sesuai untuk memberikan informasi manfaat sayuran berdasarkan warna kepada anak usia Sekolah Dasar, sehingga mereka lebih tertarik untuk mengonsumsi sayuran, dengan menggunakan visual yang cocok dan menarik bagi anak-anak.

#### **1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data**

Berikut adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan penulis :

##### **1. Wawancara**

Wawancara dilakukan kepada Ibu Grace Puspasari, dr., M.Gizi selaku dokter dan ahli gizi , untuk mendapatkan data mengenai masalah gizi dan penyakit pada anak usia Sekolah Dasar. Wawancara dilakukan pada tanggal 31 Agustus 2017 pukul 09.00 wib.

##### **2. Kuesioner**

Kuesioner dilakukan untuk mendapatkan data mengenai seberapa sering orang tua memberi anak-anaknya pengetahuan tentang manfaat sayuran berdasarkan warnanya bagi tubuh dan kesehatan. Kuesioner disebar kepada 100 orang tua yang mempunyai anak usia sekolah dasar (6 s/d 12 tahun) yang disebar 50 secara langsung dan 50 secara online. Kuesioner mulai disebar pada tanggal 2 September 2017.

##### **3. Studi Pustaka**

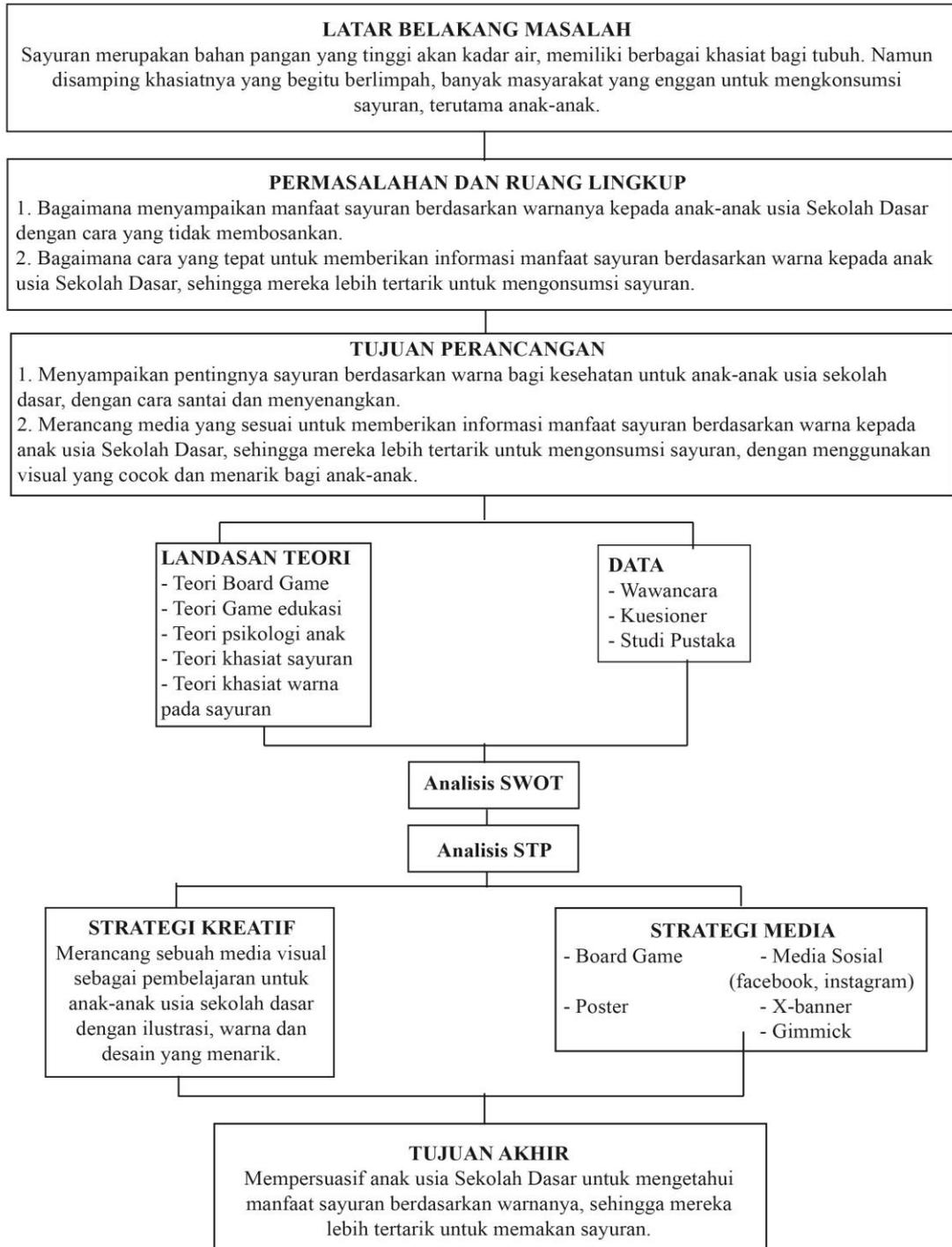
Studi pustaka dilakukan untuk memperoleh teori–teori mengenai kesehatan anak, psikologi anak, dan data tentang media Pengumpulan data Studi Pustaka dilakukan dengan cara mencari data dari buku-buku panduan dan internet.

## 1.5 Skema Perancangan

Dalam penulisan laporan ini, dilakukan dengan berbagai tahap sesuai dengan alur proses yang bersifat terurut. Berikut akan ditampilkan skema alur proses dari perancangan dari awal hingga akhir



## PERANCANGAN BOARD GAME TENTANG MANFAAT SAYURAN BERDASARKAN WARNA UNTUK ANAK-ANAK



**Skema 1.1 Skema Perancangan**

(Sumber : dokumentasi pribadi)