

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sayuran hijau pada umumnya kaya akan sumber gizi yang penting bagi manusia. Pengikutsertaan sayuran hijau dalam makanan sehari-hari akan meningkatkan mutu gizi keseluruhan meskipun banyak variasi dalam komposisi kimianya (Winarno, 2012). Sayuran mengandung vitamin dan mineral. Dimana vitamin A penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, untuk penglihatan yang normal dan untuk keadaan kulit yang baik jika pertumbuhan, perkembangan anak dan penglihatannya tidak baik maka anak kurang bisa menyerap pelajaran disekolah yang mengakibatkan hasil belajarnya menurun (Departemen kesehatan, 2010).

Sayuran bila dikonsumsi setiap hari mampu memelihara kesehatan tubuh. Hal ini memperkecil resiko tubuh mendapatkan serangan berbagai penyakit seperti hipertensi, jantung koroner, diabetes militus dan kanker. Karena didalam sayuran terdapat senyawa yang berguna untuk menstimulasi daya tahan tubuh atau kekebalan tubuh yang diistilahkan dengan *imunopotentiator* (Dina, 2011).

Sayur daun kacang panjang, bayam, sawi, daun katuk, kangkung, wortel, labu siam mengandung banyak zat besi dimana zat besi sangat dibutuhkan oleh anak-anak, karena anak-anak sangat rentan terkena defisiensi besi padahal masa kanak-kanak merupakan masa vital bagi pertumbuhan dan perkembangan

tubuh yang besar pengaruhnya terhadap pembentukan Sumber Daya Manusia (IPB. 2010).

Berdasarkan data ketersediaan sayuran Indonesia pada Januari 2008 besarnya konsumsi sayuran bangsa Indonesia 37,94 kg/kapita/tahun, angka tersebut masih relatif rendah dibandingkan dengan rekomendasi dari standart FAO yaitu 65,75 kg/kapita/tahun. Tantangan yang dihadapi adalah peningkatan produksi yang dibarengi oleh peningkatan kualitas hasil serta peningkatan kesadaran masyarakat untuk mengkonsumsi sayuran lebih banyak (Siswono, 2011). Rekomendasi kecukupan konsumsi sayur untuk anak sekolah adalah 150-200 gram perorang/hari (Kementrian Kesehatan, 2014). Berarti penduduk Indonesia yang berjumlah kurang lebih 170 juta jiwa memerlukan 34.000 ton sayuran/hari, tetapi pada kenyataannya rata-rata 50% penduduk Indonesia yang mengkonsumsi sayuran. Dan di temukan bahwa 56,6% anak sekolah tidak mau mengkonsumsi sayuran (Sulistiyani, 2012).

Dari hasil observasi saya pada tanggal 18 Januari 2017 di SD Negeri 116254 di Ranto Jior Labuhan Batu Selatan, dengan tingkat pendidikan orangtua yang berbeda-beda hasil rata-rata konsumsi sayur masih kurang dari rekomendasi kecukupan konsumsi sayur untuk anak sekolah yaitu 150-200 gram perorang /hari (Kementrian Kesehatan, 2014). Selain faktor tingkat pendidikan orangtua, orangtua sibuk dengan pekerjaan, sehingga tidak sempat mengolah sayur menjadi suatu olahan makanan yang baru, orangtua kurang peduli dan kurang mensiasati bagaimana supaya anak suka mengkonsumsi sayuran, orangtua kurang tahu betapa pentingnya manfaat sayuran dalam pertumbuhan anak.

Selain kendala diatas, anak yang mengalami gangguan proses makan dimulut yang mengakibatkan gangguan mengunyah dan menelan bahan makanan yang berserat atau bertekstur kasar seperti sayur sehingga tingkat kesukaan mengkonsumsi sayur relatif rendah. Masalah yang lain ditemukan dari salah satu siswa, ada terasa aneh pada saat makan sayur seperti rasa pahit pada sayur sehingga tidak suka makan sayur. Masalah lainnya ditemukan ada beberapa siswa yang tidak mengenal sayuran karna faktor dari orang tua mereka yang terlambat memperkenalkan sayuran pada saat MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) sehingga siswa tidak suka mengkonsumsi sayur. Fenomena anak tidak suka makan sayur adalah masalah yang harus dituntaskan dengan cara mengolah sayuran menjadi suatu bahan makanan yang baru. Adapun jenis sayuran yang ada di Ranto Jior adalah sawi, labu siam, dan wortel paling sering ditemukan karena harga murah. Selain harga murah sayuran itu mudah didapat dan hasil pertanian penduduk setempat. Sayuran wortel, sawi dan labu siam terbuang dan busuk karena penduduk setempat tidak ada sama sekali pengetahuan untuk mengolah suatu makanan yang bermanfaat untuk meningkatkan tingkat kesukaan sayur pada anak. Oleh karena itu dari ketiga sayuran tersebut dapat diolah seperti *nugget* sayur.

Nugget sayuran adalah salah satu makanan yang dibuat dari bahan baku sayur- sayuran, tepung - tepungan dan beberapa tambahan bumbu lainnya dengan cara dihaluskan terlebih dulu. Sebelum dibentuk, bahan dicampur dan diaduk menjadi adonan yang menyatu dan lembut (Purnomo, 2011). *Nugget* yang terbuat dari sayuran (vegetarian) menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan tingkat

kesukaan anak-anak yang tidak menyukai sayur-sayuran. Nugget sayuran bergizi karena di dalam sayur-sayuran banyak terdapat zat gizi seperti vitamin dan mineral (Alamsyah, 2013). Pengolahan sayuran menjadi nugget vegetarian menjadi salah satu alternatif yang cukup baik dalam pemenuhan kebutuhan gizi dalam kehidupan sehari-hari terutama anak-anak.

Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan penelitian ini dengan judul **“Analisis Tingkat Kesukaan *Nugget* Sayuran Siswa Kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kesukaan *nugget* wortel Siswa Kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
2. Bagaimana tingkat kesukaan *nugget* sawi Siswa Kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
3. Bagaimana tingkat kesukaan *nugget* labu siam Siswa Kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
4. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kesukaan siswa mengkonsumsi sayuran Siswa Kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
5. Bagaimanakah tanggapan siswa terhadap *nugget* wortel di SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?

6. Bagaimanakah tanggapan siswa terhadap *nugget* sawi di SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
7. Bagaimanakah tanggapan siswa terhadap *nugget* labu siam di SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
8. Bagaimana kebiasaan siswa mengkonsumsi sayuran di SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Olahan nugget sayur yaitu sawi, wortel dan labu siam.
2. Tingkat kesukaan yang terdiri dari sangat suka, suka, tidak suka dan sangat tidak suka nugget sayur dengan kriteria rasa.
3. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kesukaan siswa mengkonsumsi sayuran .

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kesukaan siswa pada olahan *nugget* Wortel siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
2. Bagaimana tingkat kesukaan siswa pada olahan *nugget* Sawi siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?
3. Bagaimana tingkat kesukaan siswa pada olahan *nugget* Labu siam siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?

4. Faktor-aktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kesukaan siswa mengkonsumsi nugget sayuran siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini, adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kesukaan siswa pada rasa olahan *nugget* sayuran wortel siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
2. Untuk mengetahui tingkat kesukaan siswa pada rasa olahan *nugget* sayuran Sawi siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
3. Untuk mengetahui tingkat kesukaan siswa pada rasa olahan *nugget* sayuran Labu siam siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan.
4. Untuk mengetahui Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat ketidaksukaan siswa mengkonsumsi nugget sayuran siswa kelas III SD Negeri 116254 Ranto Jior Kabupaten Labuhan Batu Selatan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Bahan masukan bagi bagi orangtua dan guru untuk meningkatkan tingkat kesukaan siswa mengkonsumsi sayur di SD Negeri 116254 Ranto Jior.
2. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa dalam meneliti masalah yang sama pada lokasi yang berbeda.
3. Untuk menambah pengetahuan dan meningkatkan wawasan berfikir peneliti khususnya dalam bidang penelitian.

