

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Tingkat kesukaan adalah kesanggupan untuk menghabiskan makanan yang disajikan dari segi sosial budaya pangan yang berhubungan dengan konsumsi makanan dalam menerima atau menolak dengan bentuk atau jenis makanan tertentu, perilaku seseorang dapat berakar dari kebiasaan kelompok dan penduduk. Pada umumnya kebiasaan makan seorang anak tidak didasari atas keperluan fisik akan zat-zat gizi yang terkandung dalam makanan. (Rudiatin, 2010).

Tingkat kesukaan adalah daya terima makanan pada seseorang cita rasa makanan mencakup dua aspek utama , yaitu rasa dan penampilan makanan. Kedua aspek ini sama pentingnya untuk diperhatikan agar betul-betul dapat menghasilkan makanan yang memuaskan (Moehyi, 2007).

Dari kutipan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat kesukaan merupakan kesanggupan seseorang untuk mengkonsumsi makanan dengan menghabiskan makanan yang sudah disediakan dan dipersiapkan sebaik-baiknya dari rasa hingga penampilan.

Tingkat kesukaan anak merupakan masa dimana anak berkembang untuk menjadi dewasa, memiliki daya terima terhadap makanan yang dihidangkan sehingga terpenuhi kebutuhan nutrisi yang diperlukan oleh setiap anak sekolah.

Sekaran ini banyak anak sekolah menyukai bakso sebagai makanan jajanan baik disekolah maupun diluar sekolah. Bakso adalah salah satu makanan yang dibuat dari bahan baku tepung, daging ayam dan beberapa tambahan bahan

lainnya dengan cara dihaluskan. Sebelum dibentuk, bahan dicampur dan diaduk menjadi adonan yang menyatu kemudian direbus.( Purnomo, 2011).

Bakso merupakan makanan yang sangat populer bahkan digemari di Indonesia, dari kalangan muda hingga kalangan tua, dari golongan bawah maupun golongan atas. Dari yang berjualan dikios-kios sampai pedagang-pedagang yang menjajakan jualannya dengan menggunakan gerobak. Bakso dapat dibuat dari daging sapi, ayam, maupun ikan. Salah satu bakso yang dikenal masyarakat adalah bakso sayuran, bakso ini berguna untuk anak sekolah karena sayuran pada umumnya kaya akan sumber gizi yang penting bagi manusia. Sayuran 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).

Pentingnya sayuran bagi anak sekolah adalah untuk kesehatan tubuh, pola hidup sehat selalu mengedepankan asupan sayuran serta sumber protein yang

lebih banyak, jantung menjadi sehat, beberapa serat dalam sayuran dapat membantu kinerja jantung semakin optimal, meningkatkan system imun, pencernaan yang sehat, dan meningkatkan kesehatan syaraf dan mata serta meningkatkan kecerdasan otak anak.

Berdasarkan data ketersediaan sayuran Indonesia pada Januari 2008 besarnya konsumsi sayuran bangsa Indonesia 37,94 kg/kapita/tahun, angka tersebut masih relative 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). Penduduk Indonesia yang berjumlah kuranglebih 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).

Menurut pusat penelitian dan pengembangan upaya kesehatan masyarakat (2016) hasil analisis lanjut diperoleh bahwa sebanyak 97,1% penduduk Indonesia pada semua kelompok umur, konsumsi sayur dan buah masih rendah bila dibandingkan dengan anjuran konsumsi sayur dan buah dalam pedoman gizi seimbang 2014. Proporsi penduduk terbanyak yang kurang mengonsumsisi sayur dan buah adalah pada kelompok remaja (13-18 tahun) yaitu sebesar 98,4%. Kondisi ini mengindikasikan bahwa konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia masih belum sesuai dengan gizi seimbang. Anjuran kecukupan konsumsi sayur dan buah untuk usia remaja dan dewasa adalah minimal sebanyak 400 gram/orang/hari dan

untuk anak balita (<5 tahun), usia 5-12 tahun sebanyak 300 gram/orang/hari. Bila dilihat dari rerata konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia adalah sebanyak 108,8 gram/orang/hari, kondisi ini masih jauh dari yang diharapkan (sekitar seperempat dari kecukupan yang dianjurkan).

Dari hasil observasi yang telah penulis lakukan di SMP Swasta Imelda Medan pada tanggal 18 Agustus 2017 peneliti mendapatkan data melalui pertanyaan yang diamati kepada para siswa mengenai mengonsumsi sayuran yang disebarkan kepada 33 siswa SMP Swasta Imelda Medan terdapat 18 siswa (54,5%) tidak menyukai sayur, 15 siswa (45,5%) menyukai sayur. Yang melatar belakangi siswa tidak suka mengonsumsi sayur, alasan mereka karena sayur bau, keras, pahit dan warna yang mencolok. Salah satu cara untuk mengoptimalkan siswa untuk dapat mengonsumsi makan sayuran ialah membuat bakso sayur. Sayuran yang dipilih dalam pengolahan bakso sayur yaitu sayur wortel, sawi, labu siam, dikarenakan sayuran tersebut 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, dan juga sayuran tersebut dapat mendukung perkembangan otak anak di usia pertumbuhan, memperbaiki fungsi daya ingat serta konsentrasi siswa (IPB.2010). Selain itu, sayuran dipilih karena harga yang terjangkau, dan mudah ditemukan dipasaran. Selain harga murah sayuran ini mudah didapat. Sayuran wortel, sawi, dan labu siam terbuang dan busuk karena masyarakat sama sekali tidak mengetahui cara untuk mengolah suatu makanan yang bermanfaat

untuk meningkatkan tingkat kesukaan sayur pada anak. Oleh karena itu dari ketiga sayuran tersebut dapat diolah menjadi bakso sayur.

Bakso sayuran adalah salah satu makanan yang dibuat dari bahan baku sayur, tepung dan beberapa tambahan bumbu lainnya dengan cara dihaluskan terlebih dahulu. Sebelum dibentuk, bahan dicampur dan diaduk menjadi adonan yang menyatu dan lembut (Purnomo, 2011).

Dari uraian diatas penulis ingin mengetahui lebih lanjut bagaimana tingkat kesukaan bakso sayuran siswa SMP Swasta Imelda Medan, dimana bakso yang terbuat dari sayuran menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan tingkat kesukaan anak-anak yang tidak menyukai sayur-sayuran. Bakso sayuran bergizi karena di dalam sayur-sayuran banyak terdapat zat gizi seperti vitamin dan mineral (Alamsyah, 2013). Pengolahan sayuran menjadi bakso sayuran menjadi salah satu alternative yang cukup baik dalam pemenuhan kebutuhan gizi dalam kehidupan sehari-hari terutama anak-anak.

Berdasarkan pemikiran tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Tingkat Kesukaan Bakso Sayuran Siswa Kelas VIII SMP Swasta Imelda Medan”** .

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kesukaan siswa pada bakso sayuran?

2. Bagaimana tingkat kesukaan bakso sayuran (wortel, sawi dan labusiam) siswa SMP Swasta Imelda Medan?
3. Bagaimana kebiasaan siswa mengkonsumsi sayuran di SMP Swasta Imelda Medan?
4. Bagaimanakah tanggapan siswa terhadap bakso sayuran siswa SMP Swasta Imelda Medan?
5. Berapa banyak bakso sayuran yang dikonsumsi siswa SMP Swasta Imelda Medan?
6. Berapa banyak sayuran yang digunakan dalam setiap adonan bakso?
7. Berapakah ukuran konsumsi sayuran perhari yang dibutuhkan siswa?

### **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Olahan bakso sayuran dibatasi pada bakso wortel, sawi, dan labu siam
2. Tingkat kesukaan siswa dibatasi pada rasa, aroma, tekstur, warna
3. Subjek penelitian siswa kelas VIII-A SMP Swasta Imelda Medan.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kesukaan siswa pada rasa, aroma, tekstur dan warna bakso sayuran wortel, sawi dan labu siam?
2. Bagaimana rangking tingkat kesukaan bakso sayuran wortel, sawi dan labu siam?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini, adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kesukaan siswa pada rasa, aroma, tekstur dan warna bakso sayuran wortel, sawi, dan labu siam.
2. Untuk mengetahui rangking tingkat kesukaan bakso sayuran wortel, sawi dan labu siam.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Sebagai penganekaragaman produk makanan berbasis sayuran wortel, sawi, labu siam yang selama ini hanya dibuat masakan oleh orang tua siswa.
2. Menambah informasi tentang manfaat sayuran wortel, sawi dan labu siam bagi kesehatan.
3. Meningkatkan nilai ekonomis sayuran yang selama ini belum dimanfaatkan secara optimal.
4. Menggali kekayaan alam yang diolah menjadi pangan.
5. Memberikan sumbangan yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, khususnya sayuran terhadap kesehatan masyarakat.