



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa pertumbuhan paling penting dalam kehidupan manusia terjadi pada masa kanak-kanak, karena gizi yang diperoleh pada masa ini seluruhnya akan diproses untuk keperluan tumbuh kembang organ tubuh serta sistem saraf pada anak (<http://www.blueband.co.id>, diakses pada 24 Februari 2017). Faktanya, hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2014 menunjukkan bahwa 93% anak-anak di Indonesia tidak memperoleh gizi yang cukup. Hal tersebut dikarenakan kurangnya mengonsumsi sayur dan buah (www.health.detik.com, diakses pada 9 Desember 2016). Kurangnya konsumsi sayur pada anak terjadi karena anak-anak tidak menyukai sayuran. Mereka tidak menyukai sayuran karena rasanya pahit, bercita rasa kuat, teksturnya yang lunak, serta serat dan tekstur sayuran yang sulit untuk dikunyah. Kurangnya konsumsi sayur bagi anak akan memberikan dampak negatif dalam pemenuhan gizinya karena dapat membuat pertumbuhan anak terhambat (www.motherandbaby.co.id, diakses pada 9 Desember 2016).

Penulis melakukan wawancara pada 14 Desember 2016 terhadap beberapa orang tua sebagai verifikasi sumber data dari fenomena di atas. Dari hasil wawancara tersebut, ada 8 dari 10 orang tua memiliki anak yang tidak suka atau memilih-milih jenis sayuran tertentu. Hasil wawancara tersebut membuktikan bahwa saat ini, masih banyak anak-anak yang suka memilih-milih makanan, terutama sayuran.

Orang tua memiliki peran yang penting untuk menyasati sayuran agar mau dikonsumsi oleh anak. Menurut K.N Rosandrani, ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menyasati menu makanan bagi anak yang tidak menyukai sayuran, salah satunya adalah dengan mengolah sayuran ke dalam bentuk makanan seperti cemilan yang disukai seperti dipanggang, diberi gula, digoreng, dan sebagainya agar anak menyukainya. Cara tersebut dapat menyasati rasa sayuran yang tidak disukai anak agar terasa lezat, bergizi, serta dapat lebih mudah diterima oleh lidah anak-anak (<http://nationalgeographic.co.id>, diakses pada 24 Februari 2017). Penulis melakukan survei kepada 26 responden pada tanggal 22 Februari 2017, guna untuk mencari tahu apakah para orang tua sudah mencoba metode membuat kreasi makanan dari sayur untuk mengajak anak mereka mengonsumsi sayuran. Dari hasil survei yang dilakukan, diperoleh data bahwa 58% orang tua yang memiliki permasalahan anak tidak suka makan sayuran, belum pernah mencoba metode kreatif menyasati sayuran. Banyak orang tua belum mengetahui metode ini meskipun 42% orang tua sudah mencoba metode kreatif lain seperti mencincang sayur kecil-kecil, dibuat salad, menata makanan anak, dan sebagainya, namun belum terlalu berhasil dan mereka berusaha untuk mencari metode lain yang lebih efektif.

Berdasarkan pemaparan di atas, penulis ingin membantu memberikan solusi kepada orang tua untuk menyasati menu dari sayuran agar bisa disukai oleh anak, yaitu melalui perancangan buku resep kreasi makanan sehat dari sayuran untuk anak-anak yang tidak suka makan sayuran. Perancangan buku resep kreasi makanan sehat dari sayuran ini diharapkan dapat membantu dan

memberikan inspirasi baru untuk para orang tua mengajak anak-anak untuk mengonsumsi sayuran melalui metode membuat makanan yang sehat dan disukai anak agar kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, berikut adalah rumusan masalah yang dirumuskan penulis :

1. Bagaimana merancang buku resep kreasi makanan sehat dari sayur untuk anak-anak yang tidak suka mengonsumsi sayuran.

1.3. Batasan Masalah

Berikut adalah batasan masalah yang penulis buat agar perancangan desain buku resep kreasi makanan dari sayuran untuk anak-anak yang tidak sayur agar tidak keluar dari tujuan perancangan. Batasan yang dimaksud berupa batasan demografis, geografis, dan psikografis. Batasan geografis adalah batasan dalam fokus area tertentu, batasan demografis yaitu memiliki fokus tentang target yang akan dituju, dan batasan psikografis memiliki fokus pada bagaimana perilaku dan pola hidup target tersebut.

1. Geografis

Dari segi geografis, penulis akan membatasi dalam wilayah Tangerang yang merupakan salah satu daerah perkotaan besar di Indonesia.

2. Demografis

Dari segi demografis, target utama adalah ibu rumah tangga berumur 26-50 tahun, bergolongan menengah dan menengah atas yang memiliki anak-anak *picky eater* atau suka memilih-milih makanan, terutama sayuran.

3. Psikografis

Dari segi psikografis, target utama adalah ibu rumah tangga yang suka memasak di rumah dan tertarik dengan makanan sehat. Target memiliki gaya hidup modern dan tinggal di kota besar, serta peduli dengan gizi dan kesehatan anak.

Penulis juga akan melakukan batasan dalam perancangan buku ini, yaitu :

1. Buku ini adalah buku resep yang akan menampilkan konten-konten berupa informasi gizi, tips dan trik menghadapi anak-anak yang suka pilih-pilih makanan, dan sebanyak dua belas jenis resep makanan sehat yang terbuat dari sayuran untuk anak-anak.
2. Resep makanan diambil dari referensi buku atau sumber *website* yang sudah memperoleh izin dari narasumber untuk dimasukkan ke dalam buku serta beberapa resep yang didiskusikan dengan narasumber, yaitu Ibu Neura Azzahra selaku pemilik katering makanan anak yang telah berpengalaman sejak 2010.

1.4. Tujuan Tugas Akhir

Tujuan yang ingin dicapai dalam perancangan ini berujung pada rumusan dan batasan masalah di atas, yaitu merancang buku resep kreasi makanan sehat untuk anak-anak yang tidak suka mengonsumsi sayuran.

1.5. Manfaat Tugas Akhir

Penulis berharap melalui perancangan Tugas Akhir ini dapat memberikan banyak manfaat kepada berbagai pihak, yaitu :

1. Manfaat bagi Penulis

Melalui perancangan tugas akhir ini, penulis mempelajari bagaimana melihat permasalahan yang ada pada masyarakat dan berpikir secara kritis dalam menemukan solusi dari masalah tersebut. Penulis juga dapat lebih mengasah ilmu desain yang telah dipelajari selama kuliah dengan lebih baik dan menghasilkan sebuah karya desain yang tepat dan menjadi solusi bagi orang lain.

2. Manfaat bagi orang lain

Penulis berharap semoga perancangan tugas akhir ini dapat terwujud dengan baik sehingga pesan yang ingin disampaikan penulis melalui hasil akhir karya dapat menjangkau dan membantu banyak orang, terutama target yang dituju yaitu ibu rumah tangga yang memiliki kesulitan dalam mengajak anak-anak mengonsumsi sayuran, serta memperoleh pengetahuan baru tentang membuat kreasi sayuran dalam makanan yang sehat namun juga lezat dan disukai anak.

3. Manfaat bagi universitas

Penulis berharap semoga perancangan tugas akhir ini bisa menjadi bahan referensi di universitas, terutama bagi mahasiswa lain yang akan atau sedang membuat tugas akhir dengan topik serupa, agar dapat memperoleh gambaran tentang bagaimana proses yang terjadi selama pengerjaan tugas akhir ini.