

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia dikenal sebagai Negara tropis yang mempunyai banyak sekali aneka ragam buah-buahan. Buah adalah salah sumber zat gizi yang bermanfaat untuk tubuh karena mengandung zat mikro yang baik untuk proses metabolisme tubuh. Kandungan gizi dalam buah beragam macamnya dari vitamin A, B, C, E, Asam Folat, dan vitamin K (Ramayulis, 2016). Menurut WHO (2014) dianjurkan setiap orang mengkonsumsi buah-buahan sebesar 150 gram per harinya. Tingkat konsumsi buah rakyat Indonesia masih relatif rendah yaitu 88,5 gram dibawah standar konsumsi yang dianjurkan WHO dikatakan oleh Presiden RI Joko Widodo dalam Gelar Buah Nusantara 2021. Pemerintah Indonesia telah melakukan upaya untuk mengubah pola pikir masyarakat untuk hidup lebih sehat dengan pendekatan melalui program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat).

Orang tua yang memiliki ilmu dan pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi pola perilaku konsumsi buah terhadap anak (Annur, 2014). Bagi masyarakat Indonesia anak usia sekolah dianjurkan konsumsi buah sebanyak 300 - 400 gram per harinya. Hasil survei dari WHO wilayah Asia Tenggara khususnya Indonesia memiliki tingkat konsumsi buah dan sayur terendah pada usia 5-14 tahun yaitu anak laki-laki 183 gram per harinya dan anak perempuan 198 gram per harinya. Hasil riset Riskesdas pada tahun 2018 tingkat konsumsi buah masyarakat Indonesia usia ≥ 5 tahun masih kurang dari 5 porsi per harinya dengan presentase sebesar 95,5%. Penelitian *American Society for Nutrition* (2019) kurangnya konsumsi buah dapat mengakibatkan 1 dari 7 kematian karena penyakit jantung. Anak dapat mengalami defisiensi vitamin serta penyakit kronis karena kekurangan gizi seimbang dari konsumsi buah (WHO, 2003).

Peran orang tua sebagai *nutrition parenting* sangat diperlukan untuk mengupayakan anak memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan sehat menurut Dr. Rita (*The Asian Parents*). Pembentukan kebiasaan atau perilaku anak

dipengaruhi oleh lingkungan sosial atau dikenal dengan *social learning* (Santrock, 2007). Pola perilaku orang tua dalam memilih makanan secara langsung atau tidak langsung akan ditiru oleh anak karena orang tua merupakan karakter utama dalam keluarga. Hal tersebut berkaitan dengan hubungan yang signifikan antar orang tua dan anak. Kegiatan makan bersama dengan keluarga menjadi moment penting untuk menanamkan persepsi terhadap anak. Psikolog klinis Anna Surti (2017) mengatakan pola pemberian makan yang keliru dapat membuat anak menolak seperti pola permisif dan acuh tak acuh. Peran orang tua sebagai pendidik serta penyedia dan akses buah saling berkaitan (Afif dan Sumarmi, 2017). Faktor pendidikan orang tua dan pengetahuan cara mengolah serta memilih buah dapat mempengaruhi ketertarikan anak (Mohammad & Madanijah, 2015).

Setiap individu memiliki preferensi makan masing-masing yaitu dari penilaian subjektif terhadap rasa ataupun kesukaan. Hasil penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya oleh Dewi (2013) bahwa anak memiliki tanggapan positif terhadap buah karena kecenderungan memiliki rasa yang manis. Orang tua yang tidak bisa mengatasi ketidaksukaan ini jangka panjangnya dapat menimbulkan dampak yang lebih buruk yaitu *food neophobia* dan *picky eater*. Menurut Taylor & Emmett (2020) menyatakan bahwa *food neophobia* dan *picky eater* adalah kedua hal yang berbeda namun masih memiliki keterkaitan. Keduanya saling terlibat terhadap penolakan atau penerimaan suatu makanan terutama yang berhubungan dengan buah-buahan dan sayur-sayuran. *Food neophobia* adalah gejala yang paling serius dimana rasa ketakutan pada anak untuk mencoba olahan baru baik yang disebabkan dari segi visual ataupun rasa. Hal ini juga mengacu terhadap pola konsumsi dalam jumlah besar terhadap makanan yang dikenali atau tidak dikenali (Kutbi, 2020). *Picky eater* adalah sifat anak yang pilih-pilih terhadap makanan. Orang tua yang kerap kali melakukan pemaksaan makanan dengan cara yang salah kepada anak juga dapat berdampak buruk ketika mencapai usia dewasa (Torres, 2020).

Selain itu, dari hasil survei yang sudah dilakukan penulis tidak banyak menemukan media informasi berupa buku aktivitas apalagi yang spesifik membahas buah. Banyak sekali buku terkait buah-buahan yang beredar namun cenderung informasi yang disajikan kurang lengkap. Media informasi yang berisi

interaksi langsung antar orang tua dan anak untuk lebih membiasakan atau menerapkan menyukai buah juga jarang ditemui. Melihat adanya permasalahan ini penulis tertarik untuk membuat media informasi berupa buku aktivitas yang berkaitan dengan pola konsumsi buah pada anak. Adanya solusi ini orang tua dapat mempraktikkan serangkaian aktivitas dengan anaknya di rumah agar anak bisa sekaligus belajar dan mengatasi ketidaksukaanya terhadap buah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran fenomena di latar belakang maka masalah yang dirumuskan adalah bagaimana perancangan media informasi berupa buku aktivitas yang diperuntungkan untuk orang tua agar bisa diterapkan dengan anaknya yang mengalami kesulitan makan buah.

1.3 Batasan Masalah

Untuk memfokuskan penulis agar tidak terlalu luas maka dibuatlah batasan masalah yang mencakup :

A. Demografis

1) Usia

Target usia yang dituju terbagi menjadi dua yaitu orang tua dengan rentang usia 30-35 tahun (primer) yang memiliki anak dengan usia 6-9 tahun (sekunder).

2) Pendidikan

Untuk orang tua minimal SMA atau SMK sampai dengan Sarjana dan untuk anak Sekolah Dasar dari kelas 1 sampai dengan kelas 4.

3) Gender

Laki-laki dan perempuan

4) Kelas Ekonomi

Status tingkat ekonomi untuk perancangan dibatasi SES B dengan pengeluaran Rp 3,000,000 hingga Rp 5,000,000 (APJII, 2021). Dengan pola perilaku konsumtif pada orang tua yang akan melakukan segala cara untuk membantu menjaga nutrisi anak.

B. Geografis

1) Negara

Indonesia

2) Wilayah

Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi)

Fenomena penduduk kota yang dimana sangat mudah dijumpai makanan ataupun minuman siap saji sehingga terkadang lupa untuk mengonsumsi asupan gizi yang seimbang.

C. Psikografis

1) Orang tua yang peduli terhadap asupan gizi anak spesifik terhadap buah dan tertarik untuk menerapkan serangkaian aktivitas dengan anak.

2) Orang tua yang mempunyai masalah terhadap pola konsumsi buah pada anak atau *picky eater*

3) Anak yang memiliki rasa ingin tau yang tinggi dan memiliki ketertarikan dengan aktivitas dalam bentuk buku.

1.4 Tujuan Tugas Akhir

Merancang media informasi berupa buku aktivitas untuk meningkatkan kesadaran pentingnya konsumsi buah secara rutin sesuai dengan anjuran yang disarankan oleh badan kesehatan dunia.

1.5 Manfaat Tugas Akhir

Penulis membagi manfaat menjadi tiga kategori diantaranya :

1) Bagi Penulis

Perancangan buku ini bagi penulis dapat melatih *skill* dan menerapkan ilmu yang dulu telah dipelajari selama masa kuliah kedalam bentuk karya wujud nyata berupa buku. Penulis juga mendapat tambahan wawasan terkait topik tugas akhir dari pakarnya, serta dapat menerapkan ilmu yang sudah didapat dalam kehidupan sehari-hari. Perancangan tugas akhir ini juga bermanfaat agar penulis dapat mencapai standar dalam mendapatkan gelar sarjana dari program studi Desain Komunikasi Visual Universitas Multimedia Nusantara.

2) Bagi Pembaca

Perancangan buku aktivitas ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta menjadi solusi khususnya bagi orang tua yang memiliki anak dengan masalah sulit untuk konsumsi buah atau mengalami *food neophobia and picky eater* (FNPE) terhadap buah-buahan. Penulis berharap dengan adanya buku ini orang tua dan anak dapat merasakan *experience* dan *quality time* bersama dari serangkaian aktivitas yang tersedia di dalam buku. Selain itu, penulis berharap buku ini tidak hanya memberikan informasi bagi pembaca tapi juga dapat menjadi suatu solusi yang efektif.

3) Bagi Universitas

Perancangan tugas akhir ini dapat menjadi tambahan koleksi laporan bagi Universitas Multimedia Nusantara. Menjadi referensi dan acuan bagi mahasiswa mahasiswi khususnya peserta tugas akhir yang ingin mengangkat topik yang sama dengan media informasi berupa perancangan buku.

UMMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA