

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Metode Karyawisata

Menurut Nana (2005:87) “metode karyawisata disini berarti kunjungan keluar kelas dalam raangka belajar. Menurut Zakiyah Daradjat (1996: 164-166) : “Karyawisata adalah suatu kunjungan ke suatu tempat di luar kelas yang dilaksanakan sebagai bagian integral dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Menurut Pupuh (2007:62) “metode karyawisata adalah meetode dalam proses belajar mengajar siswa diajak ke luar sekolah untuk meninjau teempat-tempat tertentu, hal ini bukan rekreasi, tetapi untuk belajar atau memperdalam pelajarannya dengan melihat langsung.

Dari beberapa pengertian diatas terlihat bahwa metode karyawisata adalah cara mengajar yang dilaksanakan dengan membawa siswa ke suatu tempat atau objek di luar kelas atau objek di luar sekolah yang dilaksanakan sebagai bagian intergral dari pengajaran dengan cara siswa mengamati langsung objek yang akan dipelajari, sehingga mendapatkan pengalaman belajar dengan mengadakan penelitian dan penyelidikan terhadap sumber-sumber belajar yang nyata dibawah bimbingan guru dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

1. Motivasi Penggunaan Metode Karyawisata

Menurut Zakiah Daradjat,dkk (2011: 255), motivasi karyawisata adalah:

- a. Mencari pengetahuan tentang hal-hal tertentu
- b. Melatih dan mengembangkan sikap keagamaan siswa
- c. Membangkitkan minat dan perhatian
- d. Mengembangkan apresiasi terhadap berbagai hasil kebudayaan

Langkah-langkah Menggunakan Metode Karyawisata
Perencanaan yang matang dan baik akan membantu atau mempermudah

seorang untuk mencapai tujuan, demikian juga halnya dengan metode karyawisata. Kegiatan ini akan terelisasi dengan baik jika program yang telah di rancang terlaksana sesuai dengan rencana yang ada.

2. Manfaat Penggunaan Metode Karyawisata

Menurut Zakiah Daradjat,dkk (2011: 255-256), karyawisata adalah kegiatan pendidikan yang realistik dan berguna untuk memperoleh pengalaman langsung. Mengandung berbagai manfaat bagi siswa, diantaranya:

- a. Mendorong belajar melalui pengamatan sendiri secara langsung.
- b. Mengadakan pemahaman atau wawasan terhadap lingkungan setempat.
- c. Mengintegrasikan pelajaran di kelas dengan kehidupan di luar kelas

3. Kelebihan dan Kekurangan Metode Karyawisata

a. Keunggulan

Menurut TayaYusuf dan Syaiful Anwar (1995: 85-86), keunggulan dan kekurangan metode karyawisata adalah sebagai berikut:

- a) Keunggulan siswa dapat menyaksikan secara langsung bagaimana proses pembuatan/ merakit mobil, merancang/ menenun pakaian yang indah dan bagaimana kehidupan binatang di kebun binatang yang jarang mereka lihat di kelas itu.
- b) Dapat menjawab masalah atau pertanyaan sekaligus selama di lapangan dengan mempertanyakan, mengamati, mencatat, menyimpulkan dan lain-lain terhadap hal-hal yang belum/kurang dipahami.
- c) Dengan melalui dua hal tersebut di atas, dimungkinkan siswa dapat mempraktikkan hasil karyawisata/hasil kunjungannya.
- d) Pengetahuan siswa menjadi integral/terpadu.

- e) Sebagai selingan yang menyenangkan yang dapat menimbulkan semangat baru untuk belajar dengan baik dan sungguh-sungguh.
 - f) Menimbulkan cakrawala pikir/horizon yang luas dan intuitif.
- b. Kekurangan

Dalam pelaksanaannya metode karyawisata memiliki kekurangan dan keterbatasan, yaitu terletak pada:

- a) Dari segi perencanaan dan pelaksanaannya, metode karyawisata ini memakan waktu cukup lama/panjang
- b) Dilihat dari segi tenaga dan biaya, metode ini juga tampak kurang efektif dan efisien.
- c) Dapat membawa risiko perjalanan cukup besar.

B. Sayuran dan Kesehatan Anak Usia Dini

Sayuran adalah tanaman hortikultura, umumnya mempunyai umur relative pendek dan merupakan tanaman musiman. Sayur-sayuran mempunyai arti penting sebagai sumber mineral dan vitamin A maupun C.

Sayuran merupakan sebutan umum bagi bahan pangan asal tumbuhan yang biasanya mengandung kadar air tinggi dan dikonsumsi dalam keadaan segar. Sebutan untuk beraneka jenis sayuran disebut sayur mayur. Sejumlah sayuran dapat di konsumsi mentah tanpa dimasak tetapi juga sementara ada yang harus diolah terlebih dahulu. Sayuran merupakan sumber zat besi dan mineral, serta vitamin B kompleks yang baik bagi tubuh (Behrman dkk, 1996). Serat pangan pada sayuran juga menguntungkan bagi kesehatan yaitu berfungsi mengontrol berat badan atau kegemukan (obesitas), menanggulangi penyakit diabetes, mencegah gangguan gastrointestinal, kanker kolon, serta mengurangi kolesterol darah dan penyakit kardiovaskuler (Santoso, 2011).

Menurut Pratitasari (2010), ada banyak faktor yang dapat menyebabkan menurunnya tingkat konsumsi sayur secara langsung terutama pada anak - anak diantaranya tidak diperkenalkan sejak dini, cita rasa unik, sayuran selalu menjadi menu wajib, suasana dan penyajian yang kurang

menarik. Wortel dan tomat merupakan beberapa contoh dari sayuran yang jarang dikonsumsi secara langsung oleh masyarakat padahal gizi dari keduanya sangat baik bagi tubuh. Tomat (*Lycopersicon esculentum*) juga merupakan bahan pangan yang mengandung berbagai zat gizi, tetapi yang paling penting adalah kandungan likopen dari buah tersebut. Selain sebagai pigmen pemberi warna merah pada tomat, likopen juga merupakan antioksidan yang sangat baik bagi tubuh. Likopen banyak dijumpai pada tomat dan hasil olahannya (Khomsan, 2009).

1. Penggolongan Sayur

Menurut Astawan (2008), berdasarkan bagian tanaman yang dapat dimakan, sayuran dibedakan menjadi:

- a. Sayuran daun seperti kangkung, sawi, kaatuk dan bayam.
- b. Sayuran bunga seperti brokoli dan kembang kol.
- c. Sayuran buah seperti terong, cabe, ketimun dan tomat.
- d. Sayuran biji muda seperti asparagus dan rebung.
- e. Sayuran akar seperti wortel dan lobak.
- f. Sayuran umbi seperti kentang dan bawang.

2. Kandungan Sayuran

Sayur merupakan sumber serat, vitamin A, vitamin C, Vitamin B khususnya asam folat, berbagai mineral seperti magnesium, kalium, kalsium, dan Fe, namun tidak mengandung lemak dan kolesterol. Setiap sayur mempunyai kandungan vitamin dan mineral yang berbeda. Menurut Sekarindah (2008), kandungan vitamin dan mineral sayur memang berbeda-beda, tidak saja diantara berbagai spesies dan varietas, namun juga di dalam varietas sendiri yang tumbuh pada kondisi lingkungan yang berbeda, iklim, macam tanah dan pupuk, semuanya berpengaruh terhadap kandungan vitamin dan mineral dalam produk buah dan sayur yang dihasilkan. Menurut Khomsan, dkk (2008), buah dan sayur mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan. Ada dua alasan utama yang membuat konsumsi buah dan sayur penting untuk kesehatan, yaitu:

- a. sayur sangat kaya akan kandungan vitamin, mineral dan zat gizi lainnya yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Tanpa mengonsumsi sayur, maka kebutuhan gizi seperti vitamin C, vitamin A, potassium dan folat kurang terpenuhi. Oleh karena itu, sayur merupakan sumber makanan yang baik dan menyehatkan.
- b. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa orang yang mengonsumsi sayur dapat menurunkan insiden terkena penyakit kronis. Salah satu studi epidemiologi yang mengkaji secara umum terhadap perilaku sekelompok masyarakat menunjukkan bahwa masyarakat Cina, Jepang dan Korea lebih sedikit terkena kanker dan penyakit jantung koroner dibandingkan masyarakat Eropa dan Amerika. Hal ini disebabkan karena masyarakat Korea, Jepang dan Cina dikenal sangat suka mengonsumsi sayuran lebih banyak dari Negara Eropa dan Amerika. Buah-buahan dan sayuran segar juga mengandung enzim aktif yang dapat mempercepat reaksi-reaksi kimia di dalam tubuh. Komponen gizi dan komponen aktif non-nutrisi yang terkandung dalam sayur berguna sebagai antioksidan untuk menertalkan radikal bebas, anti kanker dan menetralkan kolesterol jahat. Selain itu, dalam sayuran dan buah terdapat dua jenis serat yang bermanfaat bagi kesehatan pencernaan dan mikroflora usus, yaitu serat larut air dan tidak larut air. Serat larut air dapat memperbaiki performa mikroflora usus sehingga jumlah bakteri baik dapat tumbuh dengan sempurna. Sedangkan, serat tidak larut air akan menghambat pertumbuhan bakteri jahat sebagai pencetus berbagai macam penyakit (Khomsan, dkk,2008).

C. Dampak Kurang Sayuran

Beberapa dampak apabila seseorang kurang konsumsi buah dan sayur menurut Ruwaidah (2007), antara lain:

1. Meningkatkan Kolesterol Darah
2. Gangguan Penglihatan/Mata

3. Menurunkan Kekebalan
4. Meningkatkan Risiko Kegemukan
5. Meningkatkan Risiko Kanker Kolon
6. Meningkatkan Risiko Sembelit (Konstipasi)

D. Pentingnya Sayuran Untuk Anak

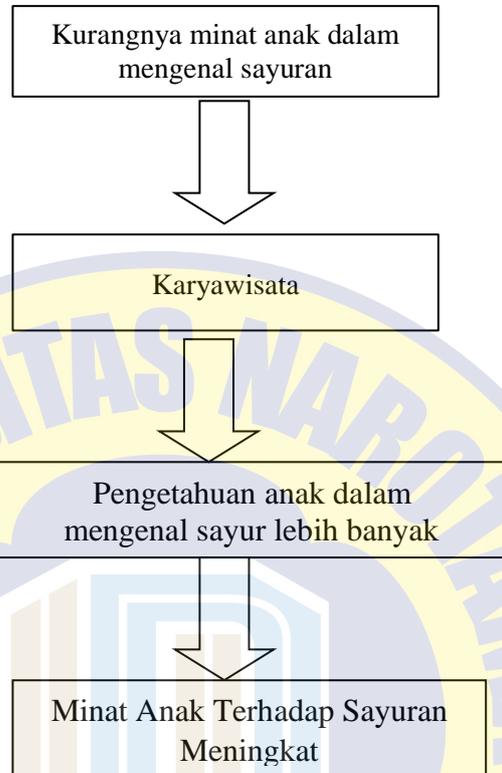
Sayuran adalah sumber nutrisi penting yang dibutuhkan anak untuk perkembangan. Sayuran mengandung kalori dan lemak yang rendah. Sayuran jika dikonsumsi membuat pola makan anak menjadi lebih sehat dan berenergi. Asupan sayuran secara teratur yang tepat dapat mengurangi risiko berbagai jenis penyakit. Serat dari sayuran dapat mencegah kanker usus besar, tekanan darah tinggi dan penyakit lainnya.

Sayuran mengandung zat gizi yang sangat baik, serta memiliki banyak manfaat. Manfaat mengonsumsi sayuran untuk anak :

1. Membantu pertumbuhan anak
2. Dapat melindungi anak dari penyakit
3. Membantu mencegah dehidrasi
4. Mencegah obesitas
5. Kaya Akan serat
6. Mengandung mineral yang dibutuhkan tubuh

Konsumsi sayuran pada anak Indonesia masih sangat minim Southeast Asian Food and Agriculture Science and Technology (SEAFAST) Center Institut Pertanian Bogor (IPB) melansir data konsumsi sayuran masyarakat Indonesia, masih kurang. Di bawah standar Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). “Survei kami konsumsi sayuran baru mencapai 180 gram per kapita perhari, padahal standar WHO 400gram perkapita perhari”, kata Direktur SEAFAST Center, IPB, Nuri Andarwulan seperti dilansir Antara, Senin (23/4).

E. Kerangka Pikir Minat Anak Terhadap Sayuran



Gambar 2.1

Kerangka Pikir Minat Anak Terhadap Sayuran

PRO PATRIA

Dengan adanya metode pembelajaran yang monoton atau kurang variatif sehingga diperlukan perubahan, supaya anak tidak cepat bosan dan lebih tertarik pada materi yang diberikan, sehingga lebih mudah mengenalkan sayuran kepada anak-anak. Melalui metode karya wisata anak - anak dapat memperoleh pemahaman baru dan pengetahuan lebih banyak tentang sayuran dan manfaatnya.

F. Penelitian yang relevan

Penelitian ini mengenai efektivitas metode karyawisata untuk meningkatkan minat anak pada sayuran yang relevan sebagai berikut.

Tabel 2.1
Hasil Penelitian yang Relevan

No.	Judul dan Nama Pengarang	Tahun	Simpulan	Perbedaan
1	Pengaruh Metode Karyawisata Terhadap Kemampuan Bahasa Anak Usia Dini Usia 5-6 Tahun di Ar-Raudah Playgroup and Kindergarten Bandar Lampung Oleh Sovia Mas Ayu	2017	Membahas kemampuan berbahasa khususnya aspek keterampilan berbicara anak usia 5-6 tahun di Ar-Raudah Playgroup and Kindergarten. Keterampilan berbicara yang menjadi fokus pengamatan pada penelitian ini terdiri dari 4 (empat) indikator keterampilan berbicara, yaitu: (a) kemampuan menceritakan pengalamannya secara runtut; (b) kemampuan menceritakan pengalamannya secara lancar; (c) mampu menjawab pertanyaan “apa”; (d) mampu menjawab pertanyaan “siapa”. (2) Metode kuesioner atau angket, yaitu daftar pernyataan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian pada jurnal merupakan penelitian kuantitatif analitik, sedangkan peneliti menggunakan penelitian kualitatif studi kasus. 2. Subjek penelitian pada jurnal melalui anak usia 5 -7 tahun sedangkan penelitian peneliti melalui anak usia 4 – 5 tahun. 3. Teknik yang digunakan dalam jurnal penelitian menggunakan pendekatan <i>korelasi product moment</i>,

No.	Judul dan Nama Pengarang	Tahun	Simpulan	Perbedaan
			<p>tentang pengaruh metode karyawisata terhadap kemampuan bahasa khususnya aspek keterampilan berbicara, terdiri dari 4 (empat) pernyataan, yaitu tentang: (a) anak memperhatikan dan mengingat segala sesuatu yang dipelajarinya dari kegiatan karyawisata; (b) anak menunjukkan rasa senang terhadap kegiatan karyawisata; (c) anak mendapatkan informasi sederhana dan dapat menyampaikan informasi tersebut kepada orang lain; dan (d) anak mampu bercerita tentang kegiatannya selama karyawisata, dengan menggunakan kata ganti aku, saya, kamu, dia, dan mereka</p>	<p>sedangkan pada penelitian peneliti menggunakan teknik studi kasus.</p>

No.	Judul dan Nama Pengarang	Tahun	Simpulan	Perbedaan
2	Meningkatkan Nilai-Nilai Agama dan Moral Melalui Metode Karyawisata Pada Anak Kelompok A TK I PADANGAN Desa Padangan Kecamatan Ngantru Kabupaten Tulungagung, Devi Hendriyani	2014	Membahas tentang penelitian ini karya wisata merupakan sebuah alternatif pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan semangat anak untuk belajar di ruang terbuka. Anak memahami nilai-nilai moral yang ada diluar kelas, sehingga anak memperoleh pengalaman baru di tempat yang baru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian pada jurnal merupakan penelitian kuantitatif analitik, sedangkan peneliti menggunakan penelitian kualitatif studi kasus. 2. Subjek penelitian pada jurnal melalui anak TK A. 3. Teknik yang digunakan dalam jurnal penelitian menggunakan pendekatan desain dari model Kemmis dan Taggart, sedangkan pada penelitian peneliti menggunakan teknik deskriptif analitik.

No.	Judul dan Nama Pengarang	Tahun	Simpulan	Perbedaan
3	Pola Konsumsi sayur dan buah anak usia 4 – 6 tahun pada masyarakat pesisir desa randusanga kulon brebes, Marlinda Putri Dejesetya	2016	Membahas mengenai pola konsumsi sayur dan buah anak usia 4 – 6 tahun pada masyarakat pesisir meliputi jenis sayur yang tersedia, rata – rata konsumsi buah dan sayur dalam satu minggu, preferensi makanan yang disukai anak, dan lingkungan sekitar.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini menggunakan kualitatif studi kasus sedangkan penelitian peneliti menggunakan kualitatif studi kasus. 2. Subjek penelitian pada jurnal ini melalui anak usia 4 – 6 tahun, sedangkan penelitian ini anak TK A.
4	Ketersedian buah dan sayur dalam keluarga sebagai strategi intervensi peningkatan konsumsi buah dan sayur anak usia prasekolah, Erlisa Candrawati	2014	Membahas tentang mayoritas anak usia prasekolah di kelurahan pandanwangi kota malang memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur kurang dari kecukupan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif, sedangkan peneliti menggunakan penelitian kualitatif studi kasus 2. Subjek penelitian pada jurnal ini anak usia prasekolah, sedangkan peneliti anak TK A.

Berdasarkan penelitian pada tabel 2.2 dapat disimpulkan bahwa terdapat dua penelitian yang relevan mengenai metode karya wisata dengan perkembangan kognitif, metode karya wisata meningkatkan nilai agama

dengan pendekatan, subjek yang diteliti, dan pengambilan *sample* yang berbeda. Berdasarkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti membahas tentang efektifitas metode karyawisata untuk meningkatkan perkembangan kognitif dalam mengenal tumbuhan sayuran. Penelitian tersebut akan dilakukan di TK Twinkle. Pengambilan subjek pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak TK Twinkle yang berjumlah 2 anak.

