

ABSTRAK

Buah dan sayur merupakan salah satu penunjang 4 sehat 5 sempurna. Buah-buahan dan sayuran sangat penting dikonsumsi demi menjaga kesehatan dan mengoptimalkan kerja tubuh. Khususnya untuk anak yang masih dalam tahap tumbuh kembang. Namun faktanya, Riskesdas tahun 2018 menyatakan 95% anak di atas usia 5 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur. Meninjau penyebabnya, dr Frieda Handayani Kawanto, SP.A(K) menyatakan bahwa hal itu disebabkan karena kesulitan ibu untuk memperkenalkan sayur dan buah kepada anak sehingga tidak tercipta pola hidup yang sehat sedari dini. Sedangkan menurut Rose Gerber, ketidaksukaan anak terhadap buah dan sayur dikarenakan saat makan, kedua hal tersebut tidak diiringi dengan suasana yang menyenangkan, hadir dalam bentuk paksaan, serta tampilan keduanya yang tidak menarik. Terence M. Dovey menyatakan, anak jadinya akan sering melakukan pemilihan (*Picky Eating*) terhadap buah dan sayur. Jika dibiasakan, hal tersebut akan terbawa hingga dewasa dan menyebabkan gangguan pertumbuhan, obesitas, dan memicu penyakit tidak menular. Maka, pada intinya peran orangtua, khususnya ibu lah yang menjadi pusat kendali. Dari kesulitan yang dipaparkan tersebut diatas, tercipta sebuah metode dan strategi kampanye sebagai solusi bagi ibu untuk melatih anak mengonsumsi buah dan sayur, khususnya bagi anak berusia 5-12 tahun di Bandung Timur. Peran ibu sebagai perantara dapat melatih, dan membujuk anak mau makan buah dan sayur.

Diharapkan perancangan kampanye kesehatan ini dapat menciptakan suasana makan buah dan sayur menjadi menyenangkan, mencegah anak dari pilih-pilih makan serta pembiasaan hidup sehat di masa mendatang.

Kata Kunci : Kampanye Kesehatan, Pilih-pilih Makan, Buah dan sayur, Menyenangkan, Sehat