

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Daur kehidupan manusia, kebutuhan akan gizi secara terus menerus akan bertambah sesuai dengan kebutuhan berdasarkan kelompok umur. Hubungan antara makanan dan kesehatan sudah dikenal sejak jaman dahulu. Perlunya mengkonsumsi makanan yang bergizi dimulai saat ibu mengandung, sampai bayi lahir dan tumbuh berkembang menjadi bayi, anak, remaja, dan dewasa. Makanan yang sehat dan bergizi seimbang akan menghasilkan kualitas kesehatan yang baik (Eva, 2010). Anak usia sekolah merupakan investasi dan generasi penerus bangsa, oleh sebab itu pentingnya pemberian sumber vitamin yang kualitas dan kuantitasnya benar sesuai dengan kebutuhannya, dalam masa tumbuh kembangnya tersebut pemberian zat gizi terutama gizi mikro tidak selalu dilakukan dengan sesuai dan seimbang (Sri, Aji, & Faisal, 2014).

Masalah yang timbul akibat pemberian vitamin yang tidak benar dan menyimpang, perilaku ini mengakibatkan banyak gangguan pada organ dan sistem tumbuh kembang anak yang dikarenakan pengaruh dari jajanan yang kurang baik seperti Junk Food, Past Food, dan jajanan - jajanan dipinggir jalan sehingga daya tarik anak untuk mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin tidak terlalu tertarik (Judawranto, 2009).

Anak usia sekolah di Indonesia menderita Gizi kurang Menurut (LIPI, 2004). Masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi. Data Dinas Kesehatan RI menunjukkan prevalensi anak kurang gizi pada tahun 2000 setelah Indonesia mengalami krisis multi dimensi terjadi kenaikan yaitu 26,1% pada tahun 2001 menjadi 27,5%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013, menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2 persen, terdiri dari 4 persen sangat kurus dan 7,2 persen kurus. Selain masalah anak kurus terdapat juga masalah anak gemuk yaitu anak usia sekolah (5-12 tahun) gemuk 18,8%. Munculnya gizi kurang anak pada masa bayi, akan mempengaruhi pertumbuhan pada anak saat usia sekolah dasar.

Pertumbuhan pada anak yang mengakibatkan terjadinya pelambatan dalam masa pertumbuhan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya kurangnya asupan zat gizi. Kejadian gizi kurang pada anak usia sekolah dasar merupakan akibat pada waktu balita, karena tidak ada perbaikan tumbuh kejar asupan zat gizi makro dan mikro yang tidak sesuai kebutuhan dalam jangka waktu yang lama (Rahmawati & Wirawanni, 2012)

Menurut FAO (*Food and Agriculture Organization*) Khususnya perempuan dan anak-anak menderita kurangnya asupan vitamin dan mineral (zat gizi mikro). Setidaknya 40 % anak-anak memiliki kekurangan zat besi dan hampir setengah yang tidak mendapatkan cukup vitamin. Berdasarkan penelitian Marliyati, dkk (2014) pada anak sekolah dasar Angsana I dan II Desa Cibeber yang dipilih dengan teknik purposive sampling menunjukkan bahwa lebih dari separuh anak memiliki tingkat kecukupan vitamin A kategori sedang (54.8%). Pada umumnya status gizi mereka normal (93.5%). Lebih dari separuh anak memiliki status vitamin A dengan kategori rendah (58.1%). Penelitian yang dilakukan oleh Victoria Valentina (2014) pada anak Indonesia 2-12 tahun meliputi jumlah sampel sebanyak 300 anak yang tersebar dari 48 kabupaten di Indonesia menunjukkan bahwa anak Indonesia mengonsumsi pangan sumber kalsium dan vitamin D yang lebih rendah dibandingkan dengan angka kecukupan gizi. Namun ada korelasi yang signifikan pada kadar vitamin D pada darah dengan kepadatan tulang terutama tulang tibia ( $p < 0.05$ ).

Perubahan gaya hidup pada anak-anak memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap kebiasaan pola makan mereka. Mereka menjadi lebih aktif, lebih banyak makan diluar rumah dan mendapat banyak pengaruh dalam memilih makanan, lebih sering mencoba-coba makanan baru, salah satunya adalah *fast food*, hal ini berdampak pada tidak seimbangannya asupan gizi. Apa bila ini terus berlangsung dalam jangka panjang akan sangat merugikan bagi kehidupan anak-anak selanjutnya. Makanan merupakan sumber energi dan berbagai zat gizi untuk mendukung hidup manusia. Tetapi makanan juga menjadi penyebab bagi gangguan kesehatan manusia bahkan juga dapat menyebabkan kematian.

Makanan yang baik, harus bermutu dan aman untuk dikonsumsi (Veprianty, 2007).

Menurut UNICEF, secara garis besar ada dua faktor penyebab terjadinya masalah gizi pada anak yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan baik zat gizi makro (energi, protein, karbohidrat, lemak) dan mikro (mineral dan vitamin) dan penyakit penyerta. Sedangkan faktor tidak langsung adalah tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, pola asuh, sosial budaya, ketersediaan pangan, pelayanan kesehatan dan faktor lingkungan.

Vitamin merupakan zat esensial yang diperlukan untuk membantu kelancaran penyerapan zat gizi dan proses metabolisme tubuh dan sekelompok senyawa organik yang sangat dibutuhkan didalam tubuh dan memiliki peranan penting dalam mengatur proses metabolisme tubuh. Secara umum Vitamin tidak dapat di produksi oleh tubuh sehingga harus diperoleh melalui asupan makanan. Tiap-tiap vitamin mempunyai fungsi dan tugas-tugas yang spesifik termasuk dalam pengatur pertumbuhan dan pemeliharaan kesehatan. Vitamin adalah komponen organik yang diperlukan dalam jumlah kecil, namun sangat penting untuk reaksi-reaksi metabolik di dalam sel, serta diperlukan untuk pertumbuhan normal dan pemeliharaan kesehatan. Beberapa vitamin berfungsi sebagai koenzim yang bertanggung jawab terhadap berlangsungnya reaksi-reaksi kimia yang esensial. Sebagian besar koenzim terdapat dalam bentuk apoenzim, yaitu vitamin yang terikat dengan protein, Vitamin juga terbagi menjadi dua jenis vitamin, yaitu vitamin larut lemak dan larut air (Siswanto, 2013).

Anak-anak memerlukan pengetahuan dan ketrampilan yang memadai dalam melakukan praktek, sikap dan norma yang dapat meningkatkan status kesehatan. Metode yang mendorong peran serta anak dalam menentukan sikap dan memilih makanan antara lain diskusi dalam kelompok kecil, bermain, melakukan simulasi, peragaan, sandiwara dan pertunjukan (Nur, 2014). Beberapa teori mengatakan bahwa semakin baik pengetahuan seseorang tentang gizi, maka

semakin baik pula status gizinya. Berdasarkan penelitian (Alfyan, 2010), bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi, mencapai perubahan sikap sadar gizi dan mengurangi permasalahan gizi yang ada dapat melalui pemberian pendidikan kesehatan gizi seimbang (penyuluhan gizi) untuk anak SD.

Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi. Program pendidikan gizi dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku anak terhadap kebiasaan makannya. Berdasarkan penelitian Soekirman (2011) pada 300 lebih responden dari berbagai kalangan diperoleh hasil bahwa sebanyak 54% responden menyatakan bahwa cara yang paling efektif untuk mensosialisasikan gizi adalah melalui lembaga pendidikan. Terdapat 91% responden menyatakan sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi, diikuti dengan sekolah menengah pertama (19%), sekolah menengah atas (11%), dan perguruan tinggi (9%) (Soekirman, 2011).

Menurut (Healthy People, 2010), Pendidikan gizi akan meningkatkan pengetahuan gizi anak dan akan membantu sikap anak yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan dan makanan ringan yang menyehatkan. Pengaruh pendidikan gizi terhadap kesehatan mungkin akan lebih efektif jika targetnya adalah langsung pada anak usia sekolah. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sedini mungkin. Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, dengan adanya peningkatan pengetahuan maka diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang lebih baik terhadap gizi dan kesehatan. Program pendidikan kesehatan dan gizi pada anak sekolah merupakan salah satu cara untuk menerapkan intervensi kesehatan global secara sederhana dan efektif untuk memperoleh pendidikan yang lebih luas. Pendidikan gizi ini dapat diberikan

melalui penyuluhan, pemberian poster, leaflet, permainan atau booklet pada anak sekolah (Nuryanto, Adriyan, Niken , & Siti, 2014).

Gambar cetak merupakan alat bantu yang dinilai tepat jika digunakan dalam penyuluhan gizi untuk anak SD. Keunggulan media Gambar cetak dapat memberikan realita yang mungkin dapat direkam oleh mata serta pikiran sasaran, dapat sebagai pemicu diskusi tentang sikap dan perilaku, efektif bagi sasaran yang jumlahnya besar serta dapat diulang kembali, mudah dalam penggunaan (Arsyad, 2006). Berdasarkan hasil penelitian (Rahmawati, 2007), bahwa peningkatan pengetahuan responden yang mengikuti penyuluhan dengan media gambar cetak lebih tinggi dibandingkan dengan mengikuti penyuluhan menggunakan modul dan kontrol. Media gambar cetak terdiri dari berbagai jenis contohnya berupa poster, kartu permainan kuartet, pamflet dan lain-lain. Keunggulan media gambar cetak dengan contoh kartu permainan kuartet gizi yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu dapat memperjelas suatu permasalahannya dengan melihat gambar yang jelas dan sesuai dengan pokok bahasan.

Media cetak berupa kartu kuartet gizi adalah bagian dari alat yang akan digunakan dalam permainan kuartet gizi. Kartu kuartet gizi merupakan jenis permainan yang berhubungan dengan pokok pembahasan tentang gizi yang terdiri dari beberapa jumlah kartu bergambar yang dari kartu tersebut tertera keterangan berupa tulisan yang menerangkan gambar pada kartu tersebut, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media cetak berupa kartu kuartet yang berisi 3 topik dimana dalam masing-masing topik tersebut terdapat 4 materi tentang vitamin larut lemak, yaitu manfaat vitamin A, D, E, K, sumber vitamin A, D, E, K, dan akibat dari kekurangan vitamin A, D, E, K. Permainan merupakan salah satu alat belajar utama bagi anak. Media gambar juga dapat menimbulkan kreatifitas siswa yang beragam dalam membahaskannya. Siswa akan lebih jelas terhadap suatu pokok bahasan atau materi yang disampaikan (Februhartanty, 2012).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap vitamin larut lemak (A, D, E, K) pada makanan dengan menggunakan media cerak yaitu media permainan kartu kuartet pada anak sekolah dasar agar lebih mudah dipahami dan lebih sampai dalam menyampaikan materi mengenai vitamin larut lemak pada makanan (A, D, E, K).

## **B. Identifikasi Masalah**

Vitamin mempunyai peranan penting untuk sistem imunitas dan metabolisme terutama pada anak-anak untuk memenuhi status gizinya, dimana pada masa kanak-kanak masih dalam proses pertumbuhan, perkembangan fisik dan mental, selain itu juga pada usia kanak-kanak mulai memiliki aktivitas yang padat, bila pada masa kanak-kanak sudah terbiasa untuk tidak mengkonsumsi vitamin maka akan berpengaruh terhadap daya tahan tubuh dan kecerdasan anak. Status gizi baik atau kurang akan berpengaruh terhadap pencapaian prestasinya dan konsentrasi anak dapat dikatakan baik. Peranan orang tua pun sangat lah berpengaruh karena pemenuhan kebutuhan makanan sangatlah bergantung pada cara orang tua menentukan dan menyajikan makanan pada anak. Peranan pihak sekolah pun juga amatlah penting terutama guru, teman-teman bermainnya disekolah juga dapat memberikan pengalaman pembelajaran yang bermakna bagi siswa dan mampu memberikan umpan balik yang efektif sehingga proses pembelajaran yang dilakukan mencapai perkembangan belajar yang optimal. Upaya yang dapat dilakukan dalam memberikan pengetahuan tentang vitamin larut lemak (A, D, E, K) salah satunya adalah dengan menggunakan media permainan *kartu kuartet*. Dengan harapan menggunakan media permainan *kartu kuartet* tersebut dapat memberikan pesan yang lebih efektif dalam penyampaianannya.

## **C. Pembatasan Masalah**

Atas pertimbangan kemampuan peneliti dan waktu penelitian maka penulis membatasi masalah pada penelitian ini hanya untuk melihat perubahan pengetahuan dan sikap terhadap vitamin larut lemak (A, D, E, K) pada anak usia

sekolah setelah dilakukan intervensi dan menganalisa perbedaan antara kelompok perlakuan yang diberikan media permainan kartu kuatet dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan berupa media kartu kuatet. Peneliti hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur , jenis kelamin dan asal sekolah.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti merumuskan "Apakah adanya perbedaan pengaruh peningkatan pengetahuan dan sikap vitamin larut lemak yang terdapat pada makanan setelah diberikan intervensi menggunakan media *kartu kuatet* pada siswa kelas 5 di Sekolah Dasar Dian Kasih Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan Sekolah Dasar Santa Patricia Tangerang sebagai kelompok kontrol?"

#### **E. Tujuan Penelitian**

##### **1. Tujuan Umum**

Tujuan Umum pada penelitian ini adalah mengedukasi pada anak tentang pentingnya kandungan vitamin larut lemak yang terdapat pada makanan terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar kelas V melalui media permainan kartu kuatet di Sekolah Dian Kasih Jakarta Barat dan Sekolah Dasar Santa Patricia Tangerang.

##### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan Khusus penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan asal sekolah.
- b. Mengidentifikasi skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi tentang vitamin larut lemak melalui media permainan kartu kuatet pada kelas V SD Dian Kasih Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan pada kelas V SD Santa Patricia Tangerang sebagai kelompok kontrol.
- c. Mengetahui skor pengetahuan tentang vitamin larut lemak sebelum dan sesudah diberikan media permainan kartu kuatet pada kelas V SD Dian

Kasih Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan pada kelas V SD Santa Patricia Tangerang sebagai kelompok kontrol.

- d. Mengetahui skor sikap tentang vitamin larut lemak sebelum dan sesudah diberikan media permainan kartu kuartet pada kelas V di Sekolah Dasar Dian Kasih Jakarta Barat sebagai kelompok perlakuan dan pada kelas V Sekolah Dasar Santa Patrecia Tangerang sebagai kelompok kontrol.
- e. Menganalisa perbedaan skor pengetahuan tentang vitamin larut lemak sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok perlakuan permainan *kartu kuartet* dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan pada siswa/i kelas V di Sekolah Dasar Dian Kasih Jakarta Barat dan Sekolah Dasar Santa Patrecia Tangerang.
- f. Menganalisa perbedaan skor sikap tentang vitamin larut lemak sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok perlakuan permainan kartu kuartet pada siswa/i kelas V di Sekolah Dasar Dian Kasih Jakarta Barat dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan pada siswa/i kelas V di Sekolah Dasar Santa Patrecia Tangerang.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Pihak Sekolah**

Memberikan informasi kandungan vitamin yang terdapat pada makanan terhadap pengetahuan dan sikap anak Sekolah Dasar, kepada orang tua murid dalam hal menyediakan makanan yang baik dan benar dan dapat menambah informasi terkait intervensi pendidikan gizi bagi siswa/siswi SD serta memberikan gambaran mengenai media pendidikan gizi yang efektif yang dapat digunakan dalam menyampaikan pesan-pesan yang terkait tentang gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi bagi anak, orang tua murid disekolah agar dapat meningkatkan kemampuan hidup sehat dan derajat kesehatan peserta didik sedini mungkin.



## 2. Bagi Fakultas Kesehatan Universitas Esa Unggul

Dapat memperluas penelitian yang telah dilakukan dan dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya serta dapat memberikan informasi wawasan mengenai vitamin larut lemak yang terdapat pada makanan.

## 3. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengalaman bagi peneliti serta memberikan informasi kepada masyarakat khususnya yang terkait tentang vitamin larut lemak yang terdapat pada makanan terhadap pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar.

## 4. Bagi Pengajar

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi pihak-pihak yang menggeluti dunia pendidikan untuk dapat terus mengembangkan dan mencari media belajar lainnya yang sesuai dengan minat dan karakteristik anak sehingga dapat meningkatkan keinginan anak untuk belajar.

## 5. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai makanan-makanan yang mengandung vitamin larut lemak, serta mampu meningkatkan minat anak untuk belajar.

## G. Hipotesis Penelitian

1.  $H_0$  : Tidak ada pengaruh media permainan *kartu kuartet* terhadap pengetahuan tentang vitamin larut lemak pada anak sekolah dasar.

$H_1$  : Ada pengaruh media permainan *kartu kuartet* terhadap pengetahuan tentang vitamin larut lemak pada anak sekolah dasar.
2.  $H_0$  : Tidak ada pengaruh media permainan *kartu kuartet* terhadap sikap vitamin larut lemak pada anak sekolah dasar.

$H_1$  : Ada pengaruh media permainan *kartu kuartet* terhadap sikap vitamin larut lemak pada anak sekolah dasar.

## H. Keterbaruan Penelitian

**Tabel 1.1** Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti, Tahun	Variabel		Objek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		Independent	Dependent			
1	Fatimah Tuzzahroh, 2015	Pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster, dan permainan kuartet gizi	Pengetahuan gizi dan status gizi siswa di Sekolah Dasar Negri Karang Asem 3 Kota Surakarta	Siswa di Sekolah Dasar Negri Karang Asem 3 Kota Surakarta	Uji <i>Paired Sample T-test</i>	Hasil penelitian menggunakan <i>T-test</i> diketahui P value 0,000 (signifikan) $P < 0,05$ yang artinya adanya pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster, dan permainan kuartet gizi terhadap pengetahuan gizi siswa
2	Dita Irma Arimurti, 2012	Pengaruh pemberian komik gizi seimbang	Pengetahuan gizi Siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negri Sukasari 5 tahun 2012	Sekolah Dasar Negri Sukasari 5	Uji statistic yang digunakan adalah Uji <i>T-test dependent</i> dan ANOVA	Terdapat perolehan rata-rata skor pengetahuan gizi yang lebih tinggin saat <i>post-test</i> pada kelompok perlakuan komik, yaitu

No	Nama Peneliti, Tahun	Variabel		Objek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		Independent	Dependent			
						sebesar 71,1 poin dibandingkan dengan perolehan rata-rata skor pengetahuan gizi
3	Nurul Lolona Lingga, 2015	Pengaruh pemberian media animasi	Perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada Siswa kelas 6 di Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 1 Pagi	Siswa kelas 6 di Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 1 Pagi	Uji Paired Sample <i>T-test</i> dan Uji <i>Kolmogorof Smirnov</i>	pada kelompok kontrol, yaitu sebesar 47,6 poin, berdasarkan data tersebut terlihat adanya perbedaan rata-rata skor yang signifikan secara statistik diantara kedua kelompok yaitu sebesar 24,1 poin
4	Athira Demitri, Ernawati Nasution, Evawany Aritonang, 2015	Pengaruh Pendidikan Gizi Tentang Pola Makan Seimbang Melalui Game Puzzle	Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak SDN 06 Kota Medan	Siswa Sekolah Dasar Negeri 06 Kota Medan	<i>Paired Sample T-test</i>	Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi

No	Nama Peneliti, Tahun	Variabel		Objek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
		Independent	Dependent			
						terhadap perubahan pengetahuan ( $P = 0,003$ ), dan hasil penelitian juga menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap sikap ( $P = 0,000$ )

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah :

1. Media : Berupa Permainan Kartut Kuartet dilihat pada table 1.1 kolom 1
2. Tempat : Di Sekolah Dasar Dian Kasih Jakarta Barat Kelas 5 dilihat pada table 1.1 kolom 3