

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi ganda masih menjadi permasalahan utama bagi sebagian besar penduduk Indonesia, termasuk anak usia sekolah. Masalah gizi ganda ini meliputi masalah gizi kurang dan gizi lebih. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2% terdiri dari 4,0 % sangat kurus dan 7,25 % kurus. Prevalensi sangat kurus paling rendah di Bali (2,3%) dan paling tinggi di Nusa Tenggara Timur (7,8%). Secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8% terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Masalah gizi ini tentunya akan berdampak pada semakin menurunnya kualitas sumber daya manusia (SDM) Indonesia di masa sekarang dan mendatang.

Gizi dan kesehatan merupakan faktor penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia (SDM) dan investasi pembangunan nasional sehingga dihasilkan SDM yang berkualitas, sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif. Suatu individu tidak dapat mengembangkan kapasitasnya secara maksimal apabila individu tersebut tidak memiliki status kesehatan dan gizi yang optimal (Rohmah, 2016).

Gizi yang optimal sangat diperlukan pada anak usia sekolah karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian sumber daya manusia yang berkualitas. Usia Sekolah merupakan awal seorang anak belajar bertanggung jawab terhadap sikap dan perilakunya, periode ini dianggap sebagai periode laten dalam masa perkembangan anak karena pada periode ini semua hal yang terjadi dan diperoleh akan terus berlanjut hingga ke tahap perkembangan selanjutnya (Rahmaulina, 2008).

Anak usia sekolah menurut definisi WHO (*World Health Organization*) tahun 2010 yaitu golongan anak yang berusia antara 7-15 tahun, sedangkan menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2013 anak usia sekolah adalah golongan anak yang berusia antara 6-12 tahun. Anak usia sekolah merupakan salah satu segmen

penting di masyarakat dalam upaya peningkatan pemahaman dan kesadaran gizi sejak dini, terutama pemahaman mengenai gizi seimbang khusus anak sekolah, karena kebiasaan makan pada masa anak-anak dapat mempengaruhi preferensi dan konsumsi pangan pada usia selanjutnya (Saloso, 2011).

Gizi yang berkualitas sangat penting pada anak usia sekolah, karena anak mengalami tumbuh kembang yang pesat. Selain itu anak usia sekolah dapat dijadikan media pembawa perubahan (*agent of change*) bagi pembentukan perilaku gizi bagi diri sendiri dan keluarganya (Depkes, 2008). Pembentukan perilaku gizi pada anak sekolah dapat dimulai dengan memberikan pendidikan gizi seimbang. Gizi seimbang merupakan susunan hidangan makanan sehari yang terdiri dari berbagai ragam bahan makanan yang berkualitas dalam jumlah dan proporsi yang sesuai, sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi seseorang guna pemeliharaan dan perbaikan sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan secara optimal (Hariyadi, 2015).

Visi Indonesia dalam memandirikan rakyatnya untuk sehat membutuhkan peran serta dari semua kalangan masyarakat (Ramadhani, 2015). Terutama dalam rangka pencapaian rencana pembangunan jangka menengah nasional yaitu meningkatkan usia harapan hidup yang berkaitan erat dengan permasalahan gizi di Indonesia (Soekirman, 2011). Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi (Rahmawati, 2015).

Rendahnya pengetahuan anak mengenai gizi seimbang dapat dilihat berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Lakshman (2010) di UK terhadap anak usia sekolah yang menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi sebesar 28,3 poin pada kelompok perlakuan dan 27,3 poin pada kelompok kontrol. Hal serupa ditunjukkan oleh Eboh & Boye (2006) yang menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan anak usia sekolah di Nigeria sebesar 10,8 poin pada kelompok perlakuan dan 10,1 poin pada kelompok kontrol. Sementara itu, rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah di Cina berdasarkan penelitian Shi-Chang (2014) sebesar 49,2 poin.

Penelitian mengenai pengetahuan gizi anak usia sekolah juga pernah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh

Ariwidyaningsih (2015) pada anak sekolah dasar di Kota Bandung menunjukkan bahwa skor pengetahuan gizi sebesar 53,84 poin. Penelitian lain dilakukan oleh Abdi (2015) pada anak sekolah dasar di Kota Tangerang Selatan menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan gizi sebesar 58,84 poin, sedangkan Andaningrum (2013) yang melakukan penelitian di SDN 05 Kota Depok diketahui bahwa hanya 50% dari siswa yang menjawab benar pertanyaan-pertanyaan yang diajukan mengenai pengetahuan gizi seimbang. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi pada anak usia sekolah di Indonesia masih sangat rendah.

Pengetahuan mengenai gizi seimbang memiliki peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang anak sekolah, yaitu melalui proses pendidikan gizi. Menurut Notoatmodjo (2007), pendidikan gizi adalah segala tindakan dan usaha dengan maksud untuk merubah pikiran serta sikap manusia dengan tujuan preventif (pencegahan penyakit) dan promotif (peningkatan kesehatan) yang dilakukan oleh pemerintah dan/atau masyarakat. 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 melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 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%). Oleh karena itu diperlukan pemberian pendidikan gizi pada anak usia sekolah.

Pendidikan gizi diperlukan oleh anak usia sekolah dasar sebagai sarana dalam menunjang status kesehatan anak. Hal ini dikarenakan pendidikan gizi dapat digunakan sebagai salah satu upaya peningkatan kemandirian, sikap kritis dan kehati-hatian terkait pola makan dan pola hidup bersih dan sehat. Selain itu, pendidikan gizi sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi murid, membentuk sikap positif terhadap makanan bergizi hendaknya dimulai sejak dini. Pendidikan gizi dan kesehatan mulai diarahkan pada murid TK dan SD, mengingat kelompok usia ini memiliki kebiasaan sikap yang relatif mudah dibentuk (Nugraha, 2014).

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar. Dalam proses belajar dibutuhkan alat bantu atau media yang dapat digunakan untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Pendidikan gizi pada anak usia sekolah pada saat ini hanya terbatas pada materi gizi yang terdapat pada buku sekolah. Pengenalan pendidikan gizi di sekolah berarti memberikan materi gizi secara formal yang dicantumkan di dalam kurikulum dan terintegrasi dalam mata pelajaran (Lingga, 2015). Pada usia sekolah anak sedang pada tahap perkembangan kognitif operasional konkrit. Anak memiliki ketertarikan visual yang lebih tinggi pada tahap ini sehingga anak lebih memahami suatu hal atau proses dengan bantuan benda-benda konkrit, yaitu berupa tindakan atau perbuatan mental mengenai kenyataan dalam kehidupan nyata (Piaget, 1998). Menurut WHO tahun 2014 pendidikan gizi merupakan usaha yang terencana untuk meningkatkan status gizi melalui perubahan perilaku yang berhubungan dengan makanan dan gizi. Perubahan perilaku akan terjadi apabila terlebih dahulu diberikan sebuah penguatan berupa informasi-informasi tentang suatu hal yang bisa merubah perilaku tersebut.

Proses pendidikan, pengembangan materi atau bahan ajar dapat dilakukan melalui berbagai cara, salah satunya adalah pengembangan bahan pengajaran dengan optimalisasi media. Istilah penggunaan media yang digunakan dalam memperlancar komunikasi dalam proses pendidikan sering diistilahkan sebagai media pendidikan (Haryoko, 2014).

Beberapa penelitian guna meningkatkan pengetahuan anak dengan menggunakan media telah dilakukan oleh Putu (2015) dengan menggunakan *Nutrition Card*, Saloso (2011) dengan menggunakan lagu dan kartu bergambar, Hestiana (2014) dengan menggunakan media kartun, Ariwidyaningsih (2015) dengan menggunakan media permainan ular tangga dan kuartet, Abdi (2015) dengan menggunakan media komik dan masih banyak penelitian lainnya. Penelitian tersebut menunjukkan adanya perubahan positif terhadap peningkatan pengetahuan anak.

Media penyuluhan kesehatan merupakan salah satu komponen dari proses pembelajaran yang akan mendukung komponen-komponen yang lain. Media penyuluhan sebenarnya tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap yaitu membantu

pemberi informasi untuk pengingat, namun media mempunyai fungsi atensi yaitu memiliki kekuatan untuk menarik perhatian. Media yang menarik akan memberikan keyakinan, sehingga perubahan kognitif afeksi dan psikomotor dapat dipercepat (Reynolds, 2016). Pengelompokan media menurut Ashar (2011) terbagi menjadi 4 kelompok yaitu media visual, audio, audio-visual dan realita.

Media visual yaitu jenis media yang digunakan hanya mengandalkan indra penglihatan misalnya media cetak seperti buku, jurnal, peta, gambar, dan lain sebagainya. Kartu bergambar juga merupakan salah satu bentuk dari media visual (Ashar, 2011). Media kartu bergambar merupakan salah satu media yang tidak terlepas dari sifat permainan sehingga dapat digunakan dalam melakukan pendidikan gizi pada Anak Usia Sekolah. Kartu bergambar ini akan dilengkapi dengan pesan-pesan gizi seimbang, sehingga penggunaan kartu bergambar ini yaitu sebagai media penyuluhan dengan metode ceramah sambil bermain.

Pemilihan media kartu bergambar sebagai alternatif dalam menyampaikan pesan gizi karena saat ini bermain kartu menjadi salah satu permainan yang sering dilakukan oleh anak-anak. Selain itu, karakteristik anak sekolah dasar yang senang bermain juga menjadi pertimbangan dalam pemilihan media ini. Media pendidikan ini berisi pesan-pesan gizi seimbang untuk anak sekolah yang dituangkan dalam bentuk gambar (Rahmawati *et al.*, 2015).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 14 November 2017 terhadap 23 siswa kelas V SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi menunjukkan bahwa sebanyak 4,3 % anak yang tidak suka bermain kartu dan 52,2% anak menyatakan senang bermain kartu. Sebanyak 17,4 % anak bermain kartu setiap hari, 21,7% anak bermain kartu 4-6 kali dalam seminggu, 43,5 % anak bermain kartu satu kali dalam seminggu, 13% anak bermain kartu kurang dari sebulan dan 4,3% anak menyatakan tidak pernah bermain kartu. Penggunaan kartu bergambar sebagai media belajar begitu diminati oleh anak-anak. Hal ini terlihat bahwa hanya sebesar 4,3% anak yang menganggap bahwa bermain kartu sebagai media belajar tidak menarik. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anak senang dan tertarik untuk bermain kartu bergambar.

Pernyataan di atas melatarbelakangi perlu diadakannya pendidikan gizi bagi anak usia sekolah dengan menggunakan kartu bergambar. Penelitian ini dilakukan

di SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi. Pemilihan lokasi berdasarkan pada tingginya tingkat kesukaan anak terhadap kartu bergambar. Selain itu, berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan terhadap siswa di sekolah yang memiliki karakteristik yang sama dalam hal kurikulum, lingkungan, dan nilai rata-rata semester, yaitu SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi, menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan anak mengenai Gizi Seimbang Anak Sekolah hanya sebesar 36,9 poin.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti memutuskan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap gizi seimbang dengan menggunakan media kartu bergambar pada siswa kelas V SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi. Peneliti memilih siswa kelas V sebagai sampel karena siswa kelas V merupakan siswa yang sudah lebih mudah menerima pesan sehingga bisa mempengaruhi perubahan pengetahuan dan sikap ke arah yang lebih positif (Hamida, 2012).

B. Identifikasi Masalah

Kurangnya informasi yang memadai mengenai gizi bisa menjadi penyebab terjadinya masalah gizi seperti kurang gizi, anemia, dan obesitas disebabkan rendahnya pengetahuan dan sikap tentang gizi sehingga menimbulkan perilaku yang buruk. Dalam hal ini perlu diberikan pendidikan gizi salah satunya berupa penyuluhan gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar mengenai gizi.

Pengenalan gizi seimbang yang mudah dipahami dan menyenangkan kepada anak usia sekolah dasar merupakan salah satu upaya dalam membentuk kesadaran dini mengenai pentingnya gizi seimbang. Upaya yang dapat dilakukan dalam memberikan pengetahuan gizi seimbang adalah dengan menggunakan media visual berupa kartu bergambar sebagai media pembelajaran. Dengan harapan, media kartu bergambar dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas bahwa kurangnya informasi mengenai gizi seimbang pada anak sekolah bisa menjadi penyebab beberapa masalah gizi di masa depan dan pemberian pendidikan gizi merupakan faktor penting untuk pemberian pengetahuan tersebut maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan meneliti pengetahuan dan sikap

siswa dengan menggunakan media kartu bergambar dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur, dan jenis kelamin.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang didapat, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah ada pengaruh pemberian media kartu bergambar terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi tahun 2018?”

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian media kartu bergambar terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V SDN Tanjung Duren Selatan 01 Pagi tahun .

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur.
- b. Mengetahui skor pengetahuan gizi seimbang responden sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media kartu bergambar pada kelompok perlakuan.
- c. Mengetahui skor pengetahuan gizi seimbang responden sebelum dan sesudah intervensi menggunakan pada kelompok kontrol.
- d. Mengetahui skor sikap gizi seimbang responden sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media kartu bergambar pada kelompok perlakuan.
- e. Mengetahui skor sikap gizi seimbang responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
- f. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang responden sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media kartu bergambar pada kelompok perlakuan.
- g. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
- h. Menganalisis perbedaan sikap gizi seimbang responden sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media kartu bergambar pada kelompok perlakuan.

- i. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
- j. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap gizi seimbang responden pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Memberi informasi mengenai gizi seimbang, sehingga dapat digunakan siswa untuk lebih baik lagi dalam pembentukan pola makan dan gaya hidup sehat.

2. Bagi Sekolah

Memberi informasi mengenai pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media kartu bergambar terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang, menambah daftar kepustakaan dan dapat dijadikan bahan referensi.

3. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan serta pengalaman langsung selama penelitian di lapangan. Menambah wawasan dan pengetahuan yang mendalam mengenai pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media kartu bergambar terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang sehingga ilmu yang didapat dapat diaplikasikan pada saat bekerja maupun dalam kehidupan bermasyarakat nanti.

4. Bagi prodi gizi

Dapat memperkaya penelitian yang telah dilakukan dan dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya, serta dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai media yang efektif dalam menyampaikan informasi pada siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang.

G. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Peneliti dan tahun	Judul	Jenis Penelitian	Analisis	Hasil
1	Ni Putu, Siti R.N , Merryana A, 2015	Media Pendidikan Gizi <i>Nutrition Card</i> Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar	<i>Quasy Experimental Study dengan One group pretest-posttest design</i>	Uji <i>Mann-Whitney</i>	Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan ($p \leq 0,05$) sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media <i>nutrition card</i> dapat meningkatkan pengetahuan tentang makanan jajanan anak sekolah
2	Fatima Tuzzahroh, 2015	Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta	<i>Pre-experimental design one group pretest-posttest.</i>	Uji <i>Kolmogorof Smirnov</i> dan Uji <i>Paired Sampel T-test</i>	Ada pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi siswa, akan tetapi tidak ada pengaruh terhadap status gizi siswa SDN Karangasem III Kota Surakarta
3	Yuliati, Drajat Pramiadi, Tutiek Rahayu, 2014	Efektivitas Penggunaan <i>Edutainment</i> Konseling Gizi terhadap Pemahaman Pemenuhan Gizi Seimbang pada remaja putri	Penelitian R & D untuk penyusunan video dan komik <i>edutainment</i> konseling gizi remaja putri Penelitian deskriptif kompartif untuk menguji efektifitas <i>edutainment</i> menggu-	Deskriptif	Hasil penelitian pada media video efektif terhadap pemahaman tentang pemenuhan gizi seimbang sedangkan pada media komik tidak efektif.

No	Peneliti dan tahun	Judul	Jenis Penelitian	Analisis	Hasil
			nakan video dan komik gizi remaja putri		
4	Anita Indah Hestiana, 2014	Manfaat Edukasi Gizi Dengan Media Kartun terhadap Pengetahuan tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) pada siswa Sekolah Dasar Di SD Muhammadiyah 16 Surakarta	<i>Quasy Experimental Study dengan One group pretest-posttest design</i>	<i>Uji paired t-test</i>	Rata-rata tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi gizi sebesar 62,31 sedangkan setelah diberikan edukasi gizi diperoleh nilai rata-rata sebesar 66,99. Ada perbedaan pengetahuan tentang PUGS sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi dengan media kartun. (p=0,002; p≤0,05)
5	Syofia, Albiner Siagian, Ernawati Nasution, 2014	Pengaruh penyuluhan makanan bergizi beragam seimbang dan aman dengan menggunakan <i>flash card</i> dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak kelas 1-3 SD Islam Titi Berdikari Kecamatan Medan Labuhan	<i>Quasy Experimental Study dengan One group pretest-posttest design</i>	<i>Uji paired t-test</i>	Terjadi peningkatan pengetahuan setelah intervensi dengan <i>flash card</i> . Hasil skor pre-test (67,2%), post-test (94,0%). Terjadi peningkatan pengetahuan setelah intervensi dengan <i>flash card</i> . Hasil skor pre-test (70,2%), post-test (76,1%). (p=0,000)
6	Imam Saloso, 2011	Pengaruh media audio dan media visual (kartu bergambar) terhadap pengetahuan gizi (PUGS dan PHBS) serta tingkat	<i>Quasy Experimental Study dengan One group pretest-posttest design</i>	<i>Uji paired t-test</i>	Terdapat peningkatan pengetahuan setelah intervensi pada media audio (74.7±15.0 sampai 88.8 ± 11.2) dan media visual (74.9 ± 9.4 sampai 85.0 ± 11.7). (p≤0,05)

No	Peneliti dan tahun	Judul	Jenis Penelitian	Analisis	Hasil
		penerimaannya pada anak usia sekolah dasar negeri di kota Bogor			
7	Boris W, Thomas E, Stefanie Y, 2007	<i>More than mere games : A review of card and board games for medical education</i>	<i>Pre-post test</i>	Deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan <i>games</i> efektif dalam meningkatkan pengetahuan yimpulkan bahwa <i>card</i> dan <i>board</i> dalam pelatihan dan pendidikan kesehatan.

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada media yang digunakan media kartu bergambar pemberian pendidikan gizi seimbang khusus anak sekolah pada siswa kelas V SD, perbedaan juga dapat terlihat dari klasifikasi umur sampel yang diteliti, tempat dan waktu penelitian.