

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Kurangnya pengetahuan gizi akan menimbulkan banyak dampak, salah satunya adalah menyebabkan pola makan yang salah. Pola makan merupakan perilaku yang penting karena memengaruhi keadaan gizi seseorang. Pola makan yang salah akan menyebabkan ketidakseimbangan energi karena kuantitas dan kualitas makanan maupun minuman yang dikonsumsi akan berpengaruh terhadap asupan gizi dan berdampak pada status gizi serta kesehatan (Yubanci *et al.*, 2014). Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS). Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa (Almatsier *et al.*, 2011).

Usia sekolah merupakan salah satu masa yang mengalami tumbuh kembang yang cepat. Pada usia ini aktivitas fisik terus meningkat seperti, bermain, berolahraga atau membantu orangtua dalam bekerja. Asupan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas diperlukan agar tumbuh kembang anak dapat optimal. Pemberian gizi pada usia ini biasanya tidak berjalan secara sempurna, karena banyak faktor lingkungan yang sangat memengaruhi perilaku makannya. Kebiasaan makan yang salah pada anak sekolah dapat mengakibatkan masalah gizi yang serius, seperti obesitas bagi mereka yang kelebihan kalori dan gizi kurang atau *stunted* bagi mereka yang kekurangan gizi (Jukes, 2008).

Gambaran dan perhatian tentang kesehatan dan gizi pada anak sekolah merupakan isu yang sangat penting. Masalah gizi pada anak sekolah ini sering dikaitkan dengan pola konsumsi kebiasaan makan dan perilaku baik di rumah maupun di sekolah. Perilaku makan seperti konsumsi makanan jajanan, *junk food*, dari aspek nilai gizi banyak

mengandung lemak terutama makanan jajanan yang digoreng. Hal inilah yang dapat dikaitkan dengan terjadinya obesitas pada anak – anak sekolah (Judarwanto, 2009).

Salah satu faktor yang memengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan dan sikap tentang gizi. Penelitian mengenai pengetahuan gizi anak usia sekolah telah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh Atmaja (2011) di wilayah perkotaan dan perdesaan Banten menunjukkan rata – rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut – turut sebesar 69.57 poin dan 70.65 poin. Penelitian yang dilakukan Andaningrum (2014) mengatakan bahwa pengetahuan siswa meningkat setelah diberikan intervensi menggunakan komik gizi seimbang dan penelitian lain oleh Khoerunnisa (2015) juga menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan gizi seimbang setelah diberikan intervensi masing – masing berupa media komik, *jingle*, *leaflet* dan *video*. Penelitian mengenai sikap gizi anak usia sekolah juga telah dilakukan oleh Lingga (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian media terhadap sikap gizi seimbang dengan nilai $p = 0.0001 < (0.05)$. Penelitian lain yang dilakukan Nuryanto (2014) menunjukkan bahwa ada perbedaan sikap gizi anak SD antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi. Dimana sikap tentang gizi sebelum diberikan pendidikan adalah 70.3% naik menjadi 75% setelah diberikan pendidikan gizi. Hasil penelitian Wardaty (2010) juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada kelompok yang diberikan intervensi berupa buku pegangan gizi ($p \leq 0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap gizi anak di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sedini mungkin (Machfoedz, 2007). 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. 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%) (Soekirman, 2011).

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar. Proses belajar membutuhkan alat bantu atau media yang dapat digunakan untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa (Moerdiyanto, 2008). Berdasarkan fungsinya media dibagi menjadi tiga yakni media cetak, media elektronik, dan media papan (Notoatmodjo, 2007).

Media cetak dipilih karena memiliki keunggulan dalam hal fleksibel, mudah digunakan, awet, dan murah dalam pemeliharannya (Gafur, 2010). Dalam hal ini terdapat sebuah bentuk media cetak yang dikemas dengan menarik dan interaktif yaitu *pop up book*. *Pop up book* adalah sebuah buku yang memiliki bagian yang dapat bergerak atau memiliki unsur tiga dimensi. Sekilas *pop up* hampir sama dengan origami dimana kedua seni ini mempergunakan teknik melipat kertas. Walau demikian origami lebih fokus pada penciptaan objek atau benda, sedangkan *pop up* lebih cenderung pada pembuatan mekanis kertas yang dapat membuat gambar tampak secara lebih berbeda baik dari sisi perspektif dan dimensi, perubahan bentuk hingga dapat bergerak. *Pop up book* dapat memberikan visualisasi materi yang lebih menarik, mulai dari tampilan gambar yang terlihat lebih berdimensi dan memiliki tekstur yang menggambarkan bentuk aslinya. Hal – hal seperti diatas membuat materi yang dimuat dalam *pop up book* menjadi lebih menarik untuk dibaca (Montanaro, 2009). *Pop up book* dilengkapi dengan ilustrasi yang jelas dan menarik dalam penyampaian materi (Jannah, 2014). *Pop up book* juga dapat membangkitkan motivasi dalam belajar (Asiyah & Fauzi, 2012).

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media cetak berupa *pop up book* yang berisi tentang 10 Pesan Gizi Seimbang yaitu, syukuri

dan nikmat anekaragam makanan; makan banyak sayuran dan cukup buah – buahan; biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi; biasakan mengonsumsi anekaragam makanan pokok; batasi konsumsi pangan manis, asin, dan berlemak; biasakan sarapan; biasakan minum air putih yang cukup dan aman; biasakan membaca label pada kemasan pangan; cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir; lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan normal yang divisualisasikan dalam Tumpeng Gizi Seimbang (TGS).

Berdasarkan penjelasan di atas dan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada 20 siswa yang dipilih secara acak di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat yang memiliki kesamaan karakteristik dalam hal kurikulum dan lingkungan menunjukkan siswa kurang mengetahui gizi seimbang sebesar 65%, diikuti dengan pengetahuan sedang dan baik sebesar 30% dan 5%. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memberikan edukasi tentang gizi seimbang dengan menggunakan media cetak yaitu media *pop up book* pada anak – anak sekolah dan mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi agar lebih mudah dipahami dan lebih sampai dalam penyampaian materi mengenai gizi seimbang.

B. Identifikasi Masalah

Dalam upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan masyarakat, dibutuhkan kesadaran akan kesehatan dari diri masyarakat sendiri. Upaya memberikan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan yaitu merubah pengetahuan masyarakat agar hidup sehat dan bergizi dengan pemberian pengetahuan tentang kesehatan seperti gizi seimbang.

Pendidikan gizi merupakan salah satu unsur yang penting dalam meningkatkan status gizi masyarakat untuk jangka panjang. Melalui sosialisasi dan penyampaian pesan – pesan gizi yang praktis akan memberi pengetahuan dan membentuk sikap sehat seumur hidup. Pemberian pendidikan gizi kepada anak usia sekolah dasar adalah satu

upaya yang tepat dalam membentuk kesadaran dini. Upaya yang dapat dilakukan dalam memberikan pengetahuan gizi seimbang, salah satunya adalah dengan penggunaan media *pop up book*. Dengan harapan penggunaan media *pop up book* tersebut dapat memberikan pesan yang lebih efektif.

C. Perumusan Masalah

Dengan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap gizi seimbang sesudah diberikan intervensi berupa media *pop up book* pada siswa di Sekolah Dasar Negeri Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat”.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian *pop up book* terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang siswa/i di Sekolah Dasar Negeri Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik siswa/i berdasarkan usia dan jenis kelamin pada siswa/i di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- c. Mengidentifikasi pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan *pop up book* pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- d. Mengidentifikasi sikap gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan *pop up book* pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.

- e. Menganalisa perbedaan tingkat pengetahuan gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa *pop up book* pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- f. Menganalisa perbedaan sikap gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa *pop up book* pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- g. Menganalisa perbedaan pengetahuan gizi seimbang antara kelompok perlakuan *pop up book* dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.
- h. Menganalisa perbedaan sikap gizi seimbang antara kelompok perlakuan *pop up book* dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan pada siswa/i kelas V di SDN Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat.

E. Hipotesis Penelitian

1. H_0 : Tidak ada pengaruh media *pop up book* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar.
 H_a : Ada pengaruh media *pop up book* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar.
2. H_0 : Tidak ada pengaruh media *pop up book* terhadap sikap gizi seimbang pada anak sekolah dasar.
 H_a : Ada pengaruh media *pop up book* terhadap sikap gizi seimbang pada anak sekolah dasar.
3. H_0 : Tidak ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi
 H_a : Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi
4. H_0 : Tidak ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
 H_a : Ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

5. H_0 : Tidak ada perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
 H_a : Ada perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
6. H_0 : Tidak ada perbedaan sikap antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
 H_a : Ada perbedaan pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai gizi seimbang dan mampu meningkatkan minat baca siswa.

2. Bagi Pengajar

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

3. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi nyata yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan pesan – pesan mengenai gizi seimbang.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti dapat menambah ilmu dan pengalaman, serta dapat berbagi ilmu yang dimiliki kepada siswa - siswi sekolah dasar.

5. Bagi Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan

Dapat memberikan informasi dan wawasan tentang media yang baik dalam menyampaikan informasi tentang gizi seimbang kepada anak sekolah dasar dan dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya.

G. Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
1.	Fatima Tuzzahroh 2015	Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Vidio, 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 design)</i>	Uji <i>Paired Sample T-test</i>	Ada pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media vidio, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi siswa.
2.	Amalia Sholikhah Widiyanti 2015	Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Siswa SD Negeri Pajang III Surakarta.	<i>Pre-Experimental Design (one group pretest - posttest design)</i>	<i>Paired Sample t-test</i>	Ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi menggunakan media audio visual.
3.	Hernaningtyas Indah Khoerunnisa (2015)	Pengaruh <i>Jingle, Leaflet</i> , dan Vidio Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pada Siswa SMPN Kabupaten Wonosobo.	<i>One group pretest - posttest design</i>	Uji ANOVA	Terjadi peningkatan rata – rata skor pengetahuan, sikap, dan perilaku pada semua kelompok intervensi baik berupa media <i>jingle, leaflet</i> maupun vidio.

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
4.	Nurul Lalona Lingga 2015	Pengaruh Pemberian Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat.	<i>Quasy Eksperiment</i>	Uji <i>Paired Sample T-test</i>	Terjadi peningkatan rata – rata skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi yaitu 39.47 dan 73.14 untuk responden laki – laki serta 39.12 dan 69.84 untuk responden perempuan.
5.	Tri Setia Nugraha (2014)	Pengaruh Komik Gizi Seimbang Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V SDN 01 Pondok Cina dan MI Nurul Iman di Kota Depok.	<i>One group pretest - posttest design</i>	<i>Paired Sample t – test</i> dan <i>Independent t – test</i>	Terdapat peningkatan pengetahuan gizi seimbang setelah diberikan intervensi berupa komik di SDN 01 Pondok Cina yaitu dari 42.35 poin menjadi 69.04 poin dan di SD Nurul Iman dari 44.85 poin menjadi 72.76 poin.
6.	Hardiani Andaningrum (2013)	Hubungan Pemberian Pesan Melalui Komik Mengenai Gizi Seimbang dengan Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Sekolah pada Kelas V Sekolah Dasar Negeri Beji 5 Depok.	<i>One group pretest - posttest design</i>	<i>Paired Sample t – test</i> dan <i>Independent t – test</i>	Setelah diberikan intervensi menggunakan komik gizi seimbang, terdapat peningkatan rata – rata skor yang signifikan sebesar 20 poin antara <i>pre-test dan post-test</i>

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
7.	Fairuz Wardaty (2010)	Pengaruh Pendidikan Gizi dan Pemberian Buku Pegangan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Gizi Seimbang dan Status Gizi Siswa SD Kelas 4 dan 5 di Kecamatan Beji Kota Depok.	<i>Control group pretest – posttest design</i>	<i>Chi – square, Independent t – test</i>	Uji statistik menyatakan peningkatan yang bermakna pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok ($p \leq 0.05$).

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian lain adalah meneliti perbedaan pengetahuan dan sikap gizi seimbang dengan dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol di sekolah. Penelitian sebelumnya dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat, sedangkan peneliti akan melakukan penelitian di Sekolah Dasar Negeri Duri Kepa 16 Pagi Jakarta Barat. Untuk media yang digunakan pada penelitian sebelumnya adalah dengan animasi, sedangkan media yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *pop up book* gizi seimbang.