

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. SDM yang berkualitas tersebut adalah SDM yang memiliki fisik tangguh, mental kuat, sehat, serta cerdas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi nasional anak usia sekolah kurus (menurut IMT/U) adalah 11,2% terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus. Sedangkan prevalensi nasional anak usia sekolah gemuk adalah 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Salah satu penyebab malnutrisi pada anak adalah rendahnya pengetahuan gizi pada anak-anak. Berdasarkan Zulaekah (2012), sebanyak 52,7% anak sekolah dasar mempunyai pengetahuan gizi masih kurang. Salah satu upaya meningkatkan pengetahuan gizi adalah melalui pendidikan gizi. Rendahnya status gizi anak-anak sekolah akan berdampak negatif pada peningkatan kualitas SDM.

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS) (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011).

Lebih dari 15 tahun lalu sosialisasi dan penerapan gizi seimbang dalam masyarakat nyatanya belum berlangsung secara optimal. Prinsip Gizi Seimbang yang terdiri dari 4 (empat) Pilar pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur. Empat pilar pada prinsip gizi seimbang yaitu mengonsumsi makanan beragam, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, dan

mempertahankan dan memantau berat badan normal. Hal ini menunjukkan hal-hal penting di luar asupan makanan yang penting dilakukan untuk mendapatkan status gizi yang optimal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Soekirman (2011) menyatakan bahwa sebanyak 68% dari 300 lebih responden mengatakan jika empat pilar gizi seimbang sangat informatif dan lebih mudah dimengerti.

Rendahnya pengetahuan anak mengenai gizi seimbang dapat dilihat berdasarkan pada beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh Marisa (2014) pada anak sekolah dasar di kota Semarang yang menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi sebesar 66,45 poin. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Atmaja (2010), dalam Lingga (2015), 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. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah Indonesia masih tergolong rendah serta masih kurangnya perilaku yang merujuk tentang gizi seimbang, dan salah satu faktor penyebabnya bisa terjadi karena masih rendahnya pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang.

Pendidikan gizi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan gizi kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan agar bisa memperoleh pengetahuan tentang gizi yang lebih baik sehingga dapat berpengaruh pada sikap dan perilaku. Beberapa faktor yang memengaruhi proses pendidikan gizi yaitu metode, materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau media yang digunakan untuk menyampaikan pesan. Pendidikan gizi tidak dapat lepas dari media karena melalui media, pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut sehingga sampai memutuskan untuk mengadopsi perilaku yang positif (Notoatmodjo, 2010).

Menurut Saifurrijal (2012) dalam Sulastri (2014), Pendidikan gizi pada anak sekolah biasanya dilakukan dengan metode ceramah. Ceramah adalah metode pembelajaran dengan menyampaikan informasi dan pengetahuan

secara lisan kepada siswa. Ceramah dapat digunakan guru untuk menjelaskan dan mengarahkan siswa terhadap fokus materi yang diajarkan. Namun, penggunaan metode ceramah saja tanpa ada variasi model pembelajaran yang lain dalam waktu yang lama akan membuat siswa merasa jenuh dan pasif dalam pembelajaran sehingga dapat memengaruhi hasil belajar.

Pendidikan gizi kepada anak-anak perlu mendapatkan perhatian khusus karena berbeda dengan edukasi gizi kepada remaja atau orang dewasa. Edukasi kepada anak-anak idealnya dilakukan dalam suasana yang menyenangkan dan menggunakan media yang mudah diterima. Menurut Katu (2006), belajar paling efektif yang dilakukan anak-anak adalah saat mereka sedang bermain atau melakukan sesuatu yang menyenangkan. Menyanyi dan mendengarkan musik merupakan salah satu aktivitas yang umumnya disukai oleh anak-anak.

Berdasarkan penelitian Rianita, Muhaiban, dan Nasih (2012) memperlihatkan bahwa dari 13 sampel anak SD kelas V di Pesantren Sabilil Muttaqien Talunkulon Bandung, terdapat peningkatan pemerolehan kosakata bahasa arab sebelum dan setelah pemberian pendidikan gizi menggunakan media berupa lagu. Didapatkan peningkatan pemerolehan kosakata pada anak dari 20% menjadi 90% setelah adanya pemberian media lagu. Demikian pula menurut Yuliyanti (2015), dari 20 sampel anak SD kelas 2 di Sekolah Dasar Muhammadiyah 12 Pamulang didapatkan peningkatan pengetahuan pelajaran IPS setelah diberikan 2 siklus tes pendidikan menggunakan media audio lagu. Didapatkan peningkatan pemerolehan pengetahuan dari 44% menjadi 75%. Penggunaan media audio lagu dapat meningkatkan hasil belajar siswa dikarenakan media audio lagu tidak membuat siswa merasa bosan dan jenuh dalam menerima pelajaran, melainkan siswa menjadi lebih tertarik dalam menerima pelajaran.

Lagu adalah gabungan antara teori dan ilmu harmoni dan ilmu bentuk musik, khususnya untuk nyanyian ditambah dengan teknik syair. Menyanyi dapat mencegah kejenuhan yang menjadi musuh utama dalam pembelajaran, hal ini dikarenakan beberapa hal yaitu: (1) lagu disenangi oleh hampir semua anak termasuk anak yang pemalu; (2) lagu umumnya berkonteks

sehingga mudah dihafal anak; (3) lagu anak-anak seringkali berisi kata, frasa, atau kalimat yang diulang-ulang sehingga mudah diingat dan diproduksi ulang oleh mereka; (4) lagu akan sering dinyanyikan anak di luar kelas sehingga lambat laun anak akan menjadi ingat; dan (5) bernyanyi dapat membuat anak lebih senang dalam belajar sehingga membantu mereka untuk lebih cepat dalam mencapai tujuan pembelajaran (Nurhidayanti & Ridwan, 2005).

Menurut teori yang diperkenalkan oleh seorang psikiater Bulgaria yaitu Georgi Lazanov, cara terbaik untuk melakukan proses mengingat kembali pelajaran dapat dibantu dengan cara mendengarkan lagu atau mengulangi informasi bersamaan dengan irama musik. Dengan begitu dari setiap lagu yang dinyanyikan dan imajinasi yang ditimbulkan akan dikodekan ke dalam otak sehingga akan mudah disalurkan kembali setiap kali membutuhkannya, dengan kata lain akan tersimpan dalam ingatan jangka panjang atau *longtherm memory* (Yuliyanti, 2015).

Pada observasi awal yang telah dilakukan terhadap guru dan siswa kelas V di SDN Kebon Jeruk 08 Pagi dan SDN Kebon Jeruk 01 Pagi, metode belajar yang digunakan guru beragam namun tidak banyak guru yang menggunakan media lagu. Metode pengajaran tersebut hanya dilakukan oleh beberapa guru saja serta hanya dilakukan pada pelajaran kesenian. Penelitian pendahuluan juga dilakukan di SDN 01 Pagi Kebon Jeruk, siswa di sekolah tersebut aktif dilihat dari penerimaan anak yang mudah berbaur dan cepat tanggap pada saat perkenalan dan pada saat observasi ketika sedang belajar di kelas. Siswa menyatakan tertarik dengan media lagu apabila dijadikan sebagai media pembelajaran karena menurut mereka metode tersebut menyenangkan dan tidak membosankan.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh pemberian lagu sebagai media pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar di Jakarta Barat. Peneliti memutuskan menggunakan media lagu pada anak-anak sekolah agar lebih mudah dipahami dan lebih sampai penyampaian materi mengenai empat pilar gizi seimbang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Salah satu model pembelajaran yang masih berlaku dan sangat banyak digunakan oleh pendidik adalah model pembelajaran konvensional. Metode pembelajaran konvensional bersifat mekanis serta komunikasi lebih banyak satu arah dari guru ke siswa. Konvensional dalam artian pendidik atau pemberi pesan masih menggunakan metode ceramah mengakibatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran kurang karena pelajaran yang disampaikan secara verbal.

Oleh karena itu, diperlukan adanya suatu metode pembelajaran yang kreatif dan inovatif agar dapat meningkatkan minat anak dalam menggali pengetahuan. Materi pendidikan yang akan disampaikan yaitu mengenai gizi seimbang. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media lagu, sehingga pada penelitian ini akan diteliti mengenai pengaruh pemberian media lagu sebagai media pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Dengan harapan, media lagu dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar tidak meluasnya objek dalam penelitian, dan dengan segala keterbatasan waktu dan tenaga maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan meneliti pengetahuan dan sikap siswa dengan menggunakan media lagu dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur dan jenis kelamin.

## **D. Perumusan masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang didapat, maka perumusan masalah dalam penelitian adalah: “Apakah ada pengaruh pemberian lagu terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar di Jakarta Barat?”

### **E. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian lagu sebagai media pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar di Jakarta Barat.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik sampel (usia dan jenis kelamin)
- b. Mengetahui skor pengetahuan gizi seimbang sampel sebelum dan sesudah intervensi.
- c. Mengetahui skor sikap gizi seimbang sampel sebelum dan sesudah intervensi.
- d. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan sesudah pendidikan gizi pada kelompok media lagu dan kelompok ceramah.
- e. Menganalisis perbedaan sikap gizi seimbang sebelum dan sesudah pendidikan gizi pada kelompok media lagu dan kelompok ceramah.
- f. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang kelompok media lagu dan kelompok ceramah.
- g. Menganalisis perbedaan sikap gizi seimbang kelompok media lagu dan kelompok ceramah.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti sehingga dapat berbagi ilmu yang dimiliki kepada para siswa sekolah dasar.

#### 2. Bagi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul

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

3. Bagi Sekolah Dasar

Dapat meningkatkan pengetahuan guru, siswa, serta lingkungan sekolah tentang gizi seimbang.

#### F. Keterbaruan Penelitian

Keterbaruan mengenai gizi seimbang dan mengenai media lagu dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1.1  
Keterbaruan Penelitian

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
1.	Yuliyanti	2015	Penerapan Media Audio Lagu untuk Peningkatan Hasil Belajar IPS Siswa	Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	Terdapat peningkatan hasil belajar IPS dari siklus I (43,75%) hingga siklus II (75%).
2.	Fitri Sulastrri	2014	Efektivitas Pembelajaran Gizi Seimbang Melalui Media Lagu	Quasi eksperimental dengan rancangan pretest dan posttest groups	Ada pengaruh pemberian pembelajaran gizi seimbang dengan metode ceramah ( $p < 0,05$ ), lagu ( $p < 0,05$ ), dan kombinasi ceramah dan lagu ( $p < 0,05$ ) tentang gizi seimbang terhadap pengetahuan anak-anak sekolah dasar.
3.	Christin Jayastri, I Dewa Ayu Ketut Surinarti, Lilis W	2014	Pengaruh Bernyanyi Lagu Cuci Tangan Terhadap Pelaksanaan Teknik Mencuci Tangan pada Anak Usia Prasekolah (5-6	<i>Pre-experiment by the program one group pre-test post test</i>	Ada pengaruh bernyanyi lagu cuci tangan terhadap pelaksanaan teknik mencuci tangan ( $p < 0,05$ ) pada anak

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
			Tahun)di Paud Kumara LokaDenpasar	<i>design</i>	usia pra sekolah (5-6 tahun).
4.	Trisna Cahyu Rianita, Muhaiban Ahmad Munjin, Nasih	2012	Penggunaan Lagu Berbahasa Arab untuk Meningkatkan Pemerolehan Kosakata Bahasa Arab Siswa Kelas V MI Pesantren Sabilil Muttaqien Talunkulon Bandung Tulungagung	Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	Terdapat ketercapaian hasil belajar siswa dari siklus I (20% menjadi 85%) hingga siklus II (85% menjadi 90%).
5.	Imam Saloso	2011	Pengaruh Media Audio (Lagu Anak-Anak) Dan Media Visual (Kartu Bergambar) Terhadap Pengetahuan Gizi (PUGS dan PHBS) serta Tingkat Penerimaannya pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri Di Kota Bogor	<i>Quasy experimental study dengan pretest posttest control group design</i>	Rata-rata skor dan kategori pengetahuan gizi kelompok perlakuan lagu ( $p < 0,05$ ) maupun perlakuan kartu ( $p < 0,05$ ) meningkat setelah pemberian kedua media pendidikan gizi di masing-masing kelompok.

Berdasarkan tabel 1.1 terlihat adanya kesamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa penelitian sebelumnya. Namun perbedaan dengan penelitian lainnya yaitu media lagu yang digunakan pada penelitian yang akan dilakukan diciptakan sendiri dari lirik, nada, dan irama. Pada penelitian Imam Saloso (2011) dan Rianita, Munjin, dan Nasih (2014), selain mengukur pengetahuan mereka juga meneliti variabel sikap namun tidak terlalu spesifik dijelaskan sehingga hal tersebut yang membedakan pada penelitian yang akan dilakukan.