

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi ganda masih merupakan permasalahan utama, yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Gizi 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. Terjadinya permasalahan gizi salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai gizi (Ramadhani, 2015).

Meningkatnya jumlah penderita gizi lebih, disebabkan oleh meningkatnya keadaan ekonomi masyarakat, pola makan, dan aktivitas fisik yang kurang. Sebelumnya fenomena kegemukan lebih banyak terjadi pada orang dewasa, akan tetapi saat ini juga terjadi pada anak-anak dan remaja terutama anak usia sekolah (Suryaalamasyah, 2009).

Rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor yang dapat meningkatkan kegemukan. Aktivitas fisik mempunyai pengaruh yang kuat terhadap keseimbangan energi dan dapat dikatakan sebagai salah satu faktor utama yang dapat diubah (*modifiable factors*). Pola makan dan pola hidup kurang gerak (*sedentary lifestyles*) adalah dua karakteristik yang sangat berkaitan dengan peningkatan prevalensi kegemukan di seluruh dunia (Mardayanti, 2008).

Data menunjukkan bahwa 69,7% anak obesitas menghabiskan waktunya lebih dari 2 jam perhari untuk menonton TV. Beberapa tahun terakhir terlihat adanya perubahan gaya hidup yang menjurus pada penurunan aktivitas fisik anak, seperti ke sekolah dengan kendaraan, kurangnya aktivitas bermain dengan teman, serta lingkungan rumah yang tidak memungkinkan anak-anak bermain di luar rumah, sehingga anak lebih sering bermain komputer, *video games*, dan menonton televisi (Anggraini, 2008).

Berdasarkan Riskesdasa (2013) proporsi penduduk umur ≥ 10 tahun di Jawa Barat sebanyak 25,4% memiliki aktivitas fisik yang kurang aktif yaitu tidak melakukan aktivitas fisik sedang maupun berat. Selain itu proporsi penduduk kelompok umur 10-14 tahun di Indonesia sebanyak 29,1% melakukan aktivitas *sedentary* ≥ 6 jam per hari, seharusnya anak beraktivitas secara aktif dan membatasi perilaku *sedentary* < 3 jam.

Anak sekolah merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat terutama usia sekolah dasar yaitu usia 7-12 tahun. Berdasarkan hal itu, perbaikan gizi anak sekolah dasar khususnya merupakan langkah strategis karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian SDM yang berkualitas. Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan modal pembangunan, sehingga tingkat kesehatannya perlu diperbaiki (Depkes, 2005).

Aktivitas fisik yang rendah dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya yaitu pengetahuan tentang pentingnya beraktivitas fisik. Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan pengetahuan tersebut, yaitu melalui proses pendidikan. Pendidikan merupakan upaya yang dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada sasaran melalui proses belajar sehingga mereka dapat melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidik (Almatsier, 2011). Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 45 siswa di SD Pancasila, menunjukkan sebanyak 73,4% memiliki pengetahuan yang rendah mengenai gizi.

Berdasarkan penelitian perkembangan pedoman gizi di Indonesia yang dilakukan oleh Soekirman (2011) pada 300 lebih responden dari berbagai kalangan diperoleh hasil bahwa sebanyak 54% responden menyatakan cara yang paling efektif untuk mensosialisasikan gizi yaitu melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 91% responden menyatakan sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi.

Proses pembelajaran gizi dan kesehatan tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan belajar mengajar tersebut. Media dapat diartikan sebagai sarana atau upaya untuk menampilkan pesan yang ingin

disampaikan oleh komunikator kepada sasaran sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ke arah yang positif (Depkes, 2006).

Media dalam pendidikan gizi dapat digunakan untuk menyampaikan pesan mengenai gizi dengan tampilan yang menarik sehingga dapat memotivasi siswa untuk mempelajari serta menerapkan pesan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa. Media cetak dipilih karena memiliki keunggulan dalam hal fleksibel, mudah digunakan, awet dan murah dalam pemeliharannya. Salah satu media cetak yang dapat digunakan dalam pendidikan gizi yaitu komik (Moerdiyanto, 2008).

Komik merupakan alat bantu visual yang dapat digunakan dalam proses pendidikan. Komik digunakan dalam pembelajaran dengan tujuan untuk meningkatkan minat belajar pada siswa. Komik sebagai media grafis memiliki keunggulan, yaitu mampu menarik perhatian, mudah dimengerti, sederhana, serta mudah dibuat dalam melakukan penyuluhan gizi tentang aktivitas fisik untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap aktivitas fisik pada anak sekolah dasar (Indriana, 2011).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arimurti (2012) pada siswa di SDN Sukasari 4 pada 79 siswa kelas V, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan intervensi dengan menggunakan media komik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marisa (2014) pada siswa di SDN Bendungan Semarang kelas IV dan V menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap yang signifikan sebelum dan sesudah pendidikan gizi dengan menggunakan media komik.

Berdasarkan pengukuran status gizi yang dilakukan pada 45 siswa di SD Merdeka terdapat 19,2% anak yang memiliki status gizi *overweight* dan 3,8% yang mengalami obesitas. Selain itu berdasarkan survei kesukaan siswa terhadap komik di SDN Merdeka didapatkan 98% anak yang menyatakan bahwa komik sebagai media belajar dianggap menarik,

hanya sebanyak 6% anak tidak suka membaca komik. Sebanyak 35% anak membaca komik setiap hari, 4% anak membaca komik 4-6 kali seminggu, 26% anak membaca komik 2-3 kali seminggu, 4% anak membaca komik 1 kali seminggu. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anak senang dan tertarik membaca komik. Pernyataan di atas melatarbelakangi perlu diadakannya pendidikan gizi bagi anak sekolah dengan menggunakan media komik.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Pengaruh Pemberian Komik Sebagai Media Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Aktivitas Fisik pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar di Bandung”.

B. Identifikasi Masalah

Dalam upaya pembangunan kesehatan, setiap individu harus memiliki sikap yang positif terhadap kesehatan serta mempunyai kemauan dan kemampuan dalam melaksanakan upaya-upaya kesehatan secara mandiri. Oleh karena itu, pengetahuan gizi memegang peranan penting untuk merubah sikap dan perilaku masyarakat akan kesehatan dan diperlukan sosialisasi mengenai pentingnya beraktivitas fisik.

Sosialisasi dan pendidikan mengenai pentingnya beraktivitas fisik kepada anak usia sekolah dasar merupakan salah satu upaya yang tepat dalam membentuk kesadaran dini. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai pentingnya beraktivitas fisik, salah satunya dengan menggunakan media visual yaitu komik yang memiliki alur cerita dan gambar yang dapat menarik minat baca siswa dan mempermudah pemahaman dalam menyampaikan pesan mengenai pentingnya aktivitas fisik. Dengan harapan media komik dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pendidikan tentang pentingnya aktivitas fisik terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar. Berdasarkan hal tersebut, peneliti akan memberikan

intervensi berupa pendidikan gizi tentang pentingnya aktivitas fisik dan membatasi pada pengetahuan dan sikap.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diambil suatu perumusan masalah yaitu apakah ada pengaruh pendidikan gizi dengan media komik terhadap pengetahuan dan sikap mengenai aktivitas fisik pada siswa sekolah dasar di Bandung.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pendidikan gizi dengan media komik terhadap pengetahuan dan sikap aktivitas fisik pada siswa sekolah dasar di Bandung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan mengenai aktivitas fisik sebelum dan sesudah pendidikan gizi pada kelompok komik bahasa Indonesia, kelompok komik bahasa Sunda dan kelompok kontrol.
- b. Mengidentifikasi sikap mengenai aktivitas fisik sebelum dan sesudah pendidikan gizi pada kelompok komik bahasa Indonesia, kelompok komik bahasa Sunda dan kelompok kontrol.
- c. Menganalisis perbedaan pengetahuan mengenai aktivitas fisik sebelum dan sesudah pendidikan gizi (*pre test*, *post test 1* dan *post test 2*).
- d. Menganalisis perbedaan sikap mengenai aktivitas fisik sebelum dan sesudah pendidikan gizi (*pre test*, *post test 1* dan *post test 2*).
- e. Menganalisis perbedaan pengetahuan mengenai aktivitas fisik pada kelompok intervensi komik bahasa Indonesia, komik bahasa Sunda dan kelompok kontrol.
- f. Menganalisis perbedaan sikap mengenai aktivitas fisik pada kelompok intervensi komik bahasa Indonesia, komik bahasa Sunda dan kelompok kontrol.

F. Keterbaruan Penelitian

Keterbaruan penelitian tentang Aktivitas Fisik dan media komik dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1.1
Keterbaruan Penelitian

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
1	Ridha Selviana	2016	Efektivitas Media Komik pada Pengetahuan dan Sikap Mengenai Cuci Tangan	<i>Pre test post test with control group design</i>	Ada peningkatan pengetahuan dan sikap pada kelompok eksperimen (p=0.0001)
2	Nuryanto, Adriyan Pramono, Niken Puruhita, Siti Fatimah Muis	2014	Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Anak Sekolah Dasar	Desain <i>one group pre test post test</i>	Pendidikan gizi meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi
3	Marisa, Nuryanto	2014	Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap	<i>Pre-post test two group design</i>	Ada perbedaan peningkatan pengetahuan antara kelompok perlakuan 1 dan 2 (p>0.05)
4	Nur Habibah Zain, Parmin, & Woro Sumarni	2013	Pengembangan Komik Bahan Ajar IPA Terpadu Kelas VIII SMP pada Tema Sistem Pencernaan Manusia dan Hubungannya dengan Kesehatan	Penelitian dan pengembangan (<i>Research and Development</i>)	Komik bahan ajar IPA terpadu pada tema sistem pencernaan terbukti efektif digunakan dalam pembelajaran yaitu dengan peningkatan motivasi belajar 67%.

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
5	Khairuna Hamida, Siti Zulaekhah, Mutalazimah	2012	Penyuluhan Gizi dengan Media Komik Untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Keamanan Makanan Jajanan	Pre test dan post test dengan kelompok kontrol	Ada peningkatan pengetahuan dan sikap setelah intervensi (p=0.0001)

Pada penelitian Selviana (2016) terdapat persamaan yaitu media yang digunakan berupa komik, namun materi yang disampaikan berbeda. Pada penelitian Nuryanto, Pramono, Puruhita, & Muis (2014) media pendidikan gizi yang digunakan berbeda yaitu poster dan buku saku, namun terdapat kesamaan yaitu variabel dependen yang diteliti yaitu pengetahuan dan sikap pada anak sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan oleh Marisa & Nuryanto (2014) memiliki kesamaan media yang digunakan yaitu komik, akan tetapi pada penelitian tersebut materi yang diberikan saat intervensi mengenai 4 pilar gizi seimbang, sedangkan peneliti hanya memberikan materi mengenai pilar ke tiga dalam pedoman gizi seimbang yaitu mengenai aktivitas fisik. Pada penelitian Zain, Parmin, & Sumarni (2013) terdapat persamaan media yang digunakan yaitu komik, sedangkan yang berbeda adalah desain penelitian yang digunakan, penelitian tersebut menggunakan desain Penelitian dan pengembangan (*Research and Development*). Penelitian yang dilakukan oleh Hamida, Zulaekhah, & Mutalazimah (2012) memiliki kesamaan dalam penggunaan media komik dan desain penelitian yaitu *pre test* dan *post test* dengan kelompok kontrol, perbedaannya terletak pada materi yang disampaikan dan variabel yang diteliti, pada penelitian tersebut hanya pengetahuan saja yang diteliti.

G. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah Dasar

Memberikan wawasan dan tambahan informasi mengenai aktivitas fisik dan manfaatnya serta sebagai referensi tentang bagaimana pengaruh pendidikan gizi dengan media komik terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar di Bandung.

2. Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang didapat selama pendidikan. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah, selain itu menambah pengetahuan peneliti mengenai media yang digunakan dalam pendidikan gizi.

3. Bagi Responden

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai aktivitas fisik dan mampu meningkatkan minat baca siswa.

4. Bagi Prodi Gizi

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