

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anak usia sekolah yang berumur antara 6-12 tahun merupakan salah satu fase dalam siklus kehidupan yang juga perlu diperhatikan terkait gizinya agar proses tumbuh kembang dapat berlangsung optimal dan memiliki prestasi belajar yang baik. Masa sekolah dasar adalah awal pembelajaran anak yang nantinya dapat memengaruhi proses belajar pada masa yang akan datang. Oleh karena itu, status gizi anak sekolah penting diperhatikan untuk menunjang kondisi otak agar dapat mempunyai kecerdasan yang tinggi (Adriani & Wirjatmadi, 2016).

Masalah gizi pada anak sekolah dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan berbagai aspek fisik maupun mental. Masalah gizi kurang dan gizi buruk akan menghambat pertumbuhan, rentan terhadap penyakit infeksi, dan kurang produktif. Kegemukan atau gizi lebih memberikan faktor risiko terhadap berbagai penyakit tidak menular, seperti hipertensi, diabetes, jantung koroner, hati, dan kandung empedu. Anemia defisiensi besi yang dialami anak memengaruhi penurunan kemampuan dan konsentrasi belajar, terganggunya pertumbuhan sel tubuh dan otak, pucat, cepat letih, lesu, dan lelah sehingga dapat menurunkan prestasi belajar, kecerdasan intelektual, kebugaran dan kesehatan tubuh. Kekurangan iodium menyebabkan kecerdasan (IQ) lebih rendah dibanding yang seharusnya sesuai usianya, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan, serta penyakit gondok (Briawan, 2016 dan Almatsier, *et al*, 2011).

Indonesia saat ini mengalami masalah gizi ganda atau *double burden* yang berarti masalah gizi kurang atau *undernutrition* masih tinggi, namun diiringi dengan peningkatan kejadian masalah gizi lebih atau *overnutrition* (Muslihah, 2016). Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2016, persentase anak umur 5 – 12 tahun sangat kurus yaitu 2,7% dan kurus yaitu 7,8% (Kemenkes RI, 2017). Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi status gizi kurang adalah 11,2% (4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus), dan prevalensi status gizi lebih adalah 18,8%

(10,8% gemuk dan 8,8% sangat gemuk (obesitas). Di Provinsi DKI Jakarta, pada anak kelompok umur 5 -12 tahun, prevalensi sangat kurus yaitu 4,0%, prevalensi kurus yaitu 6,3%, prevalensi gemuk yaitu 16,1%, dan prevalensi obesitas yaitu 14,0%. Prevalensi gemuk dan obesitas di DKI Jakarta lebih tinggi dari angka prevalensi gemuk dan obesitas nasional (Kemenkes RI, 2013).

Salah satu upaya untuk menurunkan dan mencegah masalah gizi terjadi pada anak usia sekolah adalah melalui pendidikan gizi dan kesehatan. Pendidikan gizi dan kesehatan adalah cara untuk menanamkan pengertian kepada seseorang sehingga pengertian terwujud dalam sikap serta perbuatan dan kemudian menjadi kebiasaan yang baik dalam mengelolah dan mengontrol kesehatannya, khususnya dalam hal gizi (Aroni, 2016). Pentingnya pendidikan gizi untuk anak usia sekolah, karena merupakan langkah awal untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa yang positif terhadap kesehatan serta dapat mengembangkan berbagai keterampilan hidup yang mendukung kesehatan fisik, mental, dan sosial (Kholid, 2014).

Pendidikan gizi penting karena masih banyak anak usia sekolah memiliki pengetahuan rendah tentang gizi, seperti menurut hasil penelitian Mulyani, *et al* (2014) yaitu 50% siswa Sekolah Dasar Negeri (SDN) Grogol Utara 12 Pagi Jakarta Selatan memiliki pengetahuan kurang tentang gizi seimbang. Menurut penelitian Sofianita, *et al* (2015) di SDN 03, 04, 09, dan 10 Pondok Labu sebanyak 40,7% siswa memiliki pengetahuan gizi yang kurang dan memiliki perilaku jarang sarapan. Menurut Maulana, *et al* (2012) sebanyak 53,7% siswa SD Inpres Pannampu II Makassar memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi.

Kegiatan menyampaikan materi gizi kepada masyarakat memerlukan sebuah media. Media dalam proses pendidikan dapat berfungsi memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis, mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga, dan daya indra, menimbulkan gairah belajar dan interaksi lebih langsung antara murid dan sumber belajar, memungkinkan anak belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori dan

kinestetiknya, dan memberi rangsang yang sama, serta menimbulkan persepsi yang sama. Adanya media dapat membantu menyederhanakan kerumitan materi mengenai gizi, sehingga dapat diterima dengan mudah oleh sasaran pendidikan gizi. Berbagai jenis media yang sering dipakai untuk penyampaian materi pendidikan gizi, diantaranya komik, radio, poster, video, lagu, slide, internet, film, *flipbook*, dan sebagainya (Aroni, 2016 dan Kholid, 2014).

Media dengan pengembangan dan modifikasi yang juga banyak dipakai dalam pendidikan gizi yaitu media permainan. Berbagai penelitian telah memberikan hasil bahwa media permainan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap, dan diharapkan terjadi perubahan perilaku dimasa mendatang.

Penelitian Hidayat (2013) tentang pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang melalui diskusi dan media kubus cerita bergambar kepada siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) KAIFA sebagai kelompok kontrol, dan SDIT Tarbiyatun Nisaa Ranca Bungur sebagai kelompok perlakuan. Hasil menunjukkan ada peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi pada kelompok perlakuan setelah diberikan media permainan kubus cerita bergambar. Peningkatan nilai rata-rata *pre-test* (66.2) ke *post-test* (86.2) pada kelompok kontrol yaitu sebesar 20, sedangkan pada kelompok perlakuan peningkatan nilai rata-rata *pre-test* (67.1) ke *post-test* (91.3) yakni sebesar 24.2. Pengetahuan gizi seimbang pada penelitian ini mencakup empat pilar gizi seimbang dan tidak mengukur variabel sikap.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Hikmawati, *et al* (2016) yaitu tentang pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi terhadap perilaku gizi seimbang pada siswa kelas V di SD Negeri 06 Poasia kota Kendari. Pemberian puzzle gizi bertahap dalam 3 kali intervensi selama 21 hari. Intervensi dilakukan di ruang kelas V SD Negeri 06 Poasia. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle gizi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang gizi seimbang, dengan nilai *p value* pengetahuan (0,001), sikap (0,019), dan tindakan siswa (0,016). Semua responden penelitian ini adalah kelompok perlakuan yang berjumlah 43 orang dan tidak ada kelompok kontrol.

Sehingga, tidak ada perbandingan hasil antara kelompok perlakuan dan kontrol.

Adapun inovasi media permainan untuk pendidikan gizi yang akan diteliti yaitu media permainan *Nutri Balance*. Media permainan *Nutri Balance* adalah kombinasi dari mainan timbangan dan meronce. Permainan timbangan adalah salah satu mainan anak-anak yang berfungsi untuk mengenal konsep keseimbangan, berat-ringan benda, dan warna. Mainan ini diperuntukkan pada anak usia tiga tahun. Sedangkan permainan meronce adalah mainan yang berfungsi untuk melatih aspek fisik motorik halus anak. Dua permainan ini akan digabung dan dimodifikasi dengan menambahkan informasi mengenai gizi seimbang.

Media permainan ini diharapkan dapat menjadi salah satu media untuk pendidikan gizi yang lebih mudah dimainkan dan dipahami pesannya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh permainan *Nutri Balance* terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa Sekolah Dasar Negeri (SDN) Grogol Utara 12 Pagi Jakarta Selatan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Masa sekolah dasar adalah awal pembelajaran anak yang nantinya dapat mempengaruhi proses belajar pada masa yang akan datang. Oleh karena itu, status gizi anak sekolah penting diperhatikan untuk menunjang kondisi fisik otak agar dapat mempunyai kecerdasan yang tinggi (Adriani & Wirjatmadi, 2012). Namun, masih terdapat masalah gizi pada anak sekolah yang berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan berbagai aspek fisik maupun mental (Briawan, 2016 dan Almatsier, *et al*, 2011).

Upaya menurunkan dan mencegah masalah gizi terjadi pada anak usia sekolah, diperlukan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi kepada anak usia sekolah sebagai salah satu langkah awal untuk menciptakan dan kebiasaan makan yang baik dan aktifitas fisik yang teratur. Pendidikan gizi juga penting karena masih banyak anak usia sekolah memiliki pengetahuan rendah tentang gizi, seperti hasil penelitian Mulyani, dkk (2014) menyatakan 50% siswa Sekolah Dasar Negeri Grogol Utara 12 Pagi Jakarta

memiliki pengetahuan kurang tentang gizi seimbang dan menurut penelitian Maulana, dkk (2012) sebanyak 53,7% siswa SD Inpres Pannampu II Makasar memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi.

Penyampaian materi kepada anak usia sekolah lebih baik menggunakan media, agar kerumitan materi dapat disederhanakan dan mudah dipahami oleh mereka. Berbagai jenis media yang sering dipakai untuk penyampaian materi pendidikan gizi, diantaranya komik, radio, poster, video, lagu, slide, internet, film, *flipbook*, dan sebagainya (Aroni, 2016 dan Kholid, 2014). Adapun media dengan pengembangan dan modifikasi yang banyak dipakai juga dalam pendidikan gizi yaitu media permainan.

### C. Pembatasan Masalah

Terdapat berbagai macam media untuk menyampaikan materi pendidikan gizi. Namun, penelitian ini akan berfokus pada pemberian pendidikan gizi menggunakan media permainan *Nutri Balance* sebagai media baru untuk penyampaian materi dalam proses pendidikan gizi dengan tujuan adanya perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada anak usia sekolah.

### D. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh permainan *Nutri Balance* terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa SDN Grogol Utara 12 Pagi Jakarta Selatan tahun 2018 ?

### E. Tujuan

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh permainan *Nutri Balance* terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa SDN Grogol Utara 12 Pagi Jakarta Selatan tahun 2018.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, pekerjaan orang tua, dan pendidikan orang tua.

- b. Mengidentifikasi tingkat penerimaan permainan *Nutri Balance* pada kelompok perlakuan.
- c. Menganalisis pengaruh pendidikan gizi dengan media permainan *Nutri Balance* pada kelompok perlakuan dan tanpa media permainan *Nutri Balance* pada kelompok kontrol terhadap pengetahuan gizi seimbang.
- d. Menganalisis pengaruh pendidikan gizi dengan media permainan *Nutri Balance* pada kelompok perlakuan dan tanpa media permainan *Nutri Balance* pada kelompok kontrol terhadap sikap gizi seimbang.

## F. Manfaat

### 1. Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu yang didapat dari proses perkuliahan dan menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman dalam bidang penelitian.

### 2. Bagi Anak Usia Sekolah

Anak Usia Sekolah diharapkan dapat belajar mengetahui tentang pola makan gizi seimbang dan mengukur pola makan yang diterapkannya melalui media permainan *Nutri Balance*.

### 3. Bagi Sekolah

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada sekolah untuk memberikan bimbingan siswanya tentang pendidikan gizi.

### 4. Bagi Prodi Ilmu Gizi

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk kepentingan pendidikan dan sebagai tambahan kepustakaan bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

### 5. Bagi Universitas Esa Unggul

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber informasi dan tambahan kepustakaan bagi mahasiswa Universitas Esa Unggul dan sebagai pengembangan penelitian di bidang gizi.

## G. Keterbaruan Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
1.	Zainab Hikmawati, Yasnani, Abdul Rahim Sya'ban	Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Promosi Puzzle Gizi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016.	Variabel Independen : Pendidikan Gizi  Variabel Dependen : Perilaku Gizi Seimbang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pra Eksperimental Study</i>.</li> <li>• 43 responden.</li> <li>• Pemberian intervensi 3x selama 21 hari.</li> </ul>	Ada pengaruh penyuluhan dengan media promosi puzzle terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang gizi seimbang, yaitu pengetahuan p value $(0,001) < \alpha (0,05)$ , sikap p value $(0,019) < \alpha (0,05)$ , dan tindakan siswa p value $(0,016) < \alpha (0,05)$ .
2.	Athira Demitri, Ernawati Nasution Evawany Aritonang	Pengaruh pendidikan gizi tentang pola makan seimbang melalui Game Puzzle terhadap peningkatan pengetahuan anak SDN 067690 Kota Medan Tahun 2015.	Variabel Independen : Pendidikan Gizi  Variabel Dependen : Pengetahuan pola makan gizi seimbang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quasy Experimental Study</i>.</li> <li>• 45 responden.</li> <li>• Pemberian intervensi game puzzle 1 kali.</li> </ul>	Sebelum dilakukan pendidikan gizi melalui <i>game puzzle</i> pada anak, kategori pengetahuan kurang baik sebesar 26,7%, setelah dilakukan pendidikan gizi tidak ada lagi anak dalam kategori pengetahuan kurang baik.
3.	Marisa, Nuryanto	Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Siswa SDN Bendungan di Semarang Tahun 2014.	Variabel Independen : Pendidikan Gizi  Variabel Dependen : Pengetahuan dan Sikap	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quasy Eksperimental Design</i>.</li> <li>• 66 responden, 33 responden per kelompok perlakuan.</li> <li>• Intervensi dilakukan 4 kali yaitu 1x/minggu selama sebulan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peningkatan median pengetahuan gizi seimbang pada kelompok perlakuan 1 dari sebelum nya sebesar 56% menjadi 72%.</li> <li>• Pada kelompok perlakuan 2 rerata pengetahuan sebelum sebesar <math>61,82 \pm 11,09\%</math> menjadi <math>80,85 \pm 10,43\%</math>.</li> <li>• Peningkatan median sikap gizi seimbang pada kelompok perlakuan 1 dari sebelumnya sebesar 64% menjadi 88%, sedangkan</li> </ul>

					<p>peningkatan median sikap pada kelompok perlakuan 2 dari sebelumnya sebesar 60% menjadi 84%.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terdapat perbedaan pada peningkatan pengetahuan gizi antara kelompok perlakuan 1 dan 2, namun tidak ada perbedaan peningkatan sikap gizi antara kelompok perlakuan 1 dan 2 (<math>p&gt;0,05</math>).</li> </ul>
4.	Hadi Hidayat	<p>Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Diskusi Dan Permainan Edukatif Kubus Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar Kabupaten Bogor Tahun 2013.</p>	<p>Variabel Independen : Pendidikan Gizi (Diskusi dan media permainan edukatif kubus bergambar).</p> <p>Variabel Dependen : Pengetahuan Gizi</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Quasy Experimental Study</i>.</li> <li>• 93 responden.</li> <li>• Intervensi 1x dengan jarak 1 minggu dari pengambilan data awal.</li> </ul>	<p>Hasil <i>pre-test</i> menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan gizi kelompok perlakuan pertama dengan kelompok perlakuan kedua (<math>p&gt;0,05</math>). Hasil <i>post-test</i> pada kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang nyata antara kelompok perlakuan pertama dan perlakuan kedua dengan nilai signifikan (<math>p&lt;0,05</math>). Pada kelompok pertama dan kedua uji beda antara hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> menyatakan perbedaan nyata (<math>p&lt;0,05</math>).</p>

Beberapa penelitian diatas yang membedakan dengan penelitian ini adalah, media pendidikan gizi, responden, tempat, dan tahun penelitian. Pada penelitian, peneliti memilih media permainan *Nutri Balance* dengan responden siswa SDN Grogol Utara 12 Pagi Jakarta Selatan tahun 2018.



Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa Unggul**