

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas menentukan keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Faktor-faktor yang harus diperhatikan dalam menciptakan SDM yang berkualitas, antara lain: kesehatan dan gizi, pendidikan, informasi dan jasa pelayanan lainnya (Rosa, 2011). Menurut Undang-Undang No 23 tahun 1992 tentang kesehatan, kesehatan mencakup empat aspek yaitu fisik (badan), mental (jiwa) yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial, dan ekonomi. Kesehatan fisik terwujud apabila seseorang tidak merasa sakit dan secara klinis tidak dinyatakan sakit (Notoatmodjo, 2003). Di Indonesia, masalah gizi merupakan masalah yang masih belum dapat diselesaikan secara tuntas. Masalah gizi berkaitan dengan pola hidup yang dimiliki oleh setiap individu, termasuk Anak Usia Sekolah (AUS) 6–12 tahun.

Kebutuhan gizi AUS berbeda-beda. Menurut Permenkes No. 75 tahun 2013, anak usia 7-9 tahun membutuhkan energi total sebesar 1.850 kkal dan anak usia 10-12 tahun sekitar 2.000 hingga 2.100 kkal dalam kebutuhan energi perharinya. AUS sangat rawan untuk terkena penyakit yang disebabkan karena kurangnya menjaga kebersihan, seperti perilaku mencuci tangan dan memilih makanan dan minuman yang sehat dan aman untuk dikonsumsi. Rata-rata proporsi penduduk usia >10 tahun berperilaku cuci tangan secara benar hanya mencapai 47%. Hal tersebut menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat masih rendah (Sari L., 2016). Kurang aktivitas fisik akan berdampak buruk pada kesehatan tubuh, salah satunya adalah kegemukan (obesitas). Obesitas yang berkelanjutan akan menimbulkan penyakit-penyakit yang tidak menular. Aktivitas fisik yang kurang dan kebiasaan makan yang buruk merupakan penyebab kematian utama yang berkaitan dengan obesitas (Kelly, 2006). Anak yang cenderung menghabiskan waktunya untuk tidur dan menjalani aktivitas yang bersifat *sedentary* akan berisiko gizi lebih, karena aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas (Danari, *et al.* 2013). Hal ini dapat mengganggu tumbuh kembang anak karena anak kurang beraktivitas dan berperilaku pasif (Almatsier, *et al.* 2011). Hal ini menunjukkan bahwa selain anak kurang berperilaku bersih, anak juga memiliki masalah terkait pola konsumsi dan kurangnya aktivitas fisik. Masalah gizi ini akan berdampak negatif pada kualitas SDM bangsa ini, baik di masa sekarang maupun yang akan datang (Ramadhani, *et al.* 2016).

Hasil Riskesdas (2013), menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kurus pada anak usia 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus. Prevalensi gemuk pada anak usia 5-12 tahun adalah 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dengan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Prevalensi obesitas pada AUS di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2010 lebih tinggi dari prevalensi nasional yaitu sebesar 10,9% (Mariza & Kusumastut, 2013).

AUS merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah kesehatan, khususnya gizi. Rendahnya status gizi pada AUS selain akan mempengaruhi masa depan, dapat juga mempengaruhi kecerdasan, pertumbuhan dan perkembangannya, serta aktivitasnya sehari-hari. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan dan menentukan jumlah makanan yang dikonsumsi sehingga akan berpengaruh pada keadaan gizinya. Hal ini dikarenakan kurangnya konsumsi makanan dan pemahaman serta pengetahuan terkait gizi yang seimbang (Rohmah *et al.* 2016). Pendidikan gizi di sekolah mempunyai beberapa keuntungan, yaitu anak-anak mempunyai pemikiran terbuka dibandingkan dengan orang dewasa, dan pengetahuan yang diterima dapat merupakan dasar bagi pembelajaran kebiasaan makannya (Nababan, 2012). Apabila keadaan gizinya rendah akibat pengetahuan gizi yang kurang atau kurang menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari, maka akan menimbulkan masalah gizi, sehingga perlu diberikan pendidikan gizi.

Program pendidikan kesehatan merupakan cara promosi kesehatan yang dapat dilakukan dimana saja sesuai dengan sarannya, seperti di lingkungan sekolah yang sangat efektif apabila dilakukan. Sekolah merupakan perpanjangan tangan pendidikan kesehatan bagi keluarga sehingga akan sangat berpengaruh terhadap perilaku sehat (Notoatmodjo, 2003). Selain itu anak sekolah merupakan sasaran yang mudah dijangkau sebab sudah terorganisasi dengan baik serta merupakan kelompok usia yang peka dan mudah menerima perubahan (Syofia, *et al.* 2014). Dalam proses pendidikan kesehatan agar memperoleh hasil yang efektif diperlukan alat peraga atau media untuk mempermudah penyampaian informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan (Notoatmodjo, 2003).

Media sangat bermanfaat dalam pendidikan gizi, terutama untuk AUS. Media dapat memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistik, dan media dapat mengatasi sikap pasif sasaran pendidikan dan dapat memberikan perangsangan, pengalaman serta menimbulkan persepsi yang sama, dapat menumbuhkan motivasi belajar, dapat memperjelas makna bahan pengajaran, dapat membantu mengatasi hambatan bahasa, dan membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan lebih cepat. Proses pendidikan dengan melibatkan lebih banyak indera akan lebih mudah diterima dan diingat oleh para sasaran pendidikan (Suirakoa & Supriasa, 2012). Menurut Notoatmodjo (2011), media adalah alat bantu pendidikan sebagai perantara untuk menyampaikan pesan kesehatan karena alat-alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat (Suirakoa & Supriasa, 2012). Penggunaan media pendidikan yang menarik anak-anak dapat menimbulkan rasa ingin tahu terhadap media tersebut. Selain itu, penggunaan media juga dapat mempermudah guru/fasilitator dalam menyampaikan materi sehingga mudah diterima oleh anak-anak (Sari L., 2016). Media dikempokkan menjadi 3, yaitu media cetak (booklet, leaflet, flyer, flipchart, rubrik, poster, dan foto), media elektronik (televisi, radio, video, slide, dan film strip), dan media papan (*billboard*).

Penelitian ini menggunakan media cetak sebagai alat bantu berupa permainan yaitu *nutriboard game*. *Nutriboard game* merupakan suatu permainan yang berasal dari modifikasi dan kombinasi permainan ular tangga dan monopoli, yang dilengkapi dengan informasi-informasi terkait Pesan Umum Gizi Seimbang (PUGS) dan dimainkan secara berkelompok. Karakteristik AUS awal yaitu senang bermain, senang bekerja dalam kelompok, senang bergerak, dan senang melakukan sesuatu secara langsung. Perancangan *nutriboard game* bertujuan untuk menyampaikan materi mengenai PUGS kepada anak-anak secara menyenangkan, sehingga informasi tersebut dapat dengan mudah diterima. Dari penelitian sebelumnya didapatkan bahwa pendidikan dengan media *board game* mampu menyampaikan materi dengan menyenangkan, sehingga dapat diterima oleh responden. Adapun penelitian Khoirani, *et al.* (2012), bahwa intervensi berupa permainan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa tentang gizi seimbang namun tidak meningkatkan status gizi siswa. Oleh karena itu *nutriboard game* diharapkan dapat menjadi media yang menarik, sederhana, serta mudah dibuat dalam melakukan program pendidikan gizi tentang gizi seimbang dan aktivitas fisik untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar.

Berdasarkan penjelasan di atas dan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada 10 siswa kelas V yang dipilih secara acak di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Sukasari 6 Tangerang yang memiliki kesamaan karakteristik dalam hal kurikulum dan lingkungan meunjukkan siswa kurang mengetahui gizi seimbang sebesar 90%, dan siswa yang memiliki pengetahuan sedang sebesar 10%. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memberikan edukasi mengenai gizi seimbang dengan menggunakan media berupa *nutriboard game* pada anak-anak sekolah dan mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang setelah diberikan edukasi agar lebih mudah dipahami dan dimengerti.

1.2 Identifikasi Masalah

Keberhasilan suatu bangsa dipengaruhi oleh ketersediaan SDM yang berkualitas. Gizi dan kesehatan masyarakat merupakan salah satu hal penting dalam mewujudkan SDM berupa individu yang sehat, cerdas, dan berprestasi. Dalam upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan masyarakat, dibutuhkan kesadaran akan kesehatan dari diri masyarakat sendiri dengan memberi kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi dan kesehatan, salah satunya adalah AUS. Pengetahuan gizi seimbang memegang peranan penting dalam merubah sikap dan perilaku seseorang. Maka pentingnya dilakukan pendidikan gizi mengenai pedoman gizi seimbang diajarkan sejak dini.

Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan media-media yang mendukung, seperti *flash card*, komik, buku cerita, *puzzle*, lagu (*jingle*), bahkan *video game*. Upaya dalam memberikan pengetahuan gizi seimbang salah satunya adalah dengan penggunaan media *nutriboard game*. Dengan harapan penggunaan media *nutriboard game* tersebut dapat memberikan serta menyampaikan pesan yang lebih efektif.

1.3 Pembatasan Masalah

Dikarenakan kurangnya pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada anak sekolah, maka pada penelitian ini dibatasi hanya pada pengaruh pemberian pendidikan gizi melalui media *nutriboard game* mengenai gizi seimbang terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa/i SDN Sukasari 6 Tangerang

Dalam penelitian ini membatasi variabel dependen adalah tingkat pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar dan sebagai variabel independen adalah pendidikan gizi tentang gizi seimbang.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, dan fokus masalah diatas, maka dapat dirumuskan suatu masalah yakni “Adakah pengaruh pendidikan gizi dengan *Nutriboard game* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa/i kelas V di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018?”.

1.5 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.5.1 Tujuan

1.5.1.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian *nutriboard game* terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.

1.5.1.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin pada siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.
2. Mengidentifikasi pengetahuan dan sikap gizi seimbang sebelum dan setelah diberikan *Nutriboard game* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.
3. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada kelompok intervensi antara *pre-test* dan *post-test* pada siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.
4. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada kelompok kontrol antara *pre-test* dan *post-test* pada siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.
5. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap gizi seimbang antara kelompok intervensi *nutriboard game* dan kelompok kontrol pada siswa/i di SDN Sukasari 6 Tangerang tahun 2018.

1.5.2 Manfaat

1. Bagi Siswa
Diharapkan dapat bermanfaat serta menambah pengetahuan tentang gizi seimbang
2. Bagi Sekolah Dasar
Diharapkan dapat digunakan dalam media pembelajaran, khususnya mengenai gizi seimbang.
3. Bagi Akademik
Dapat menyampaikan pesan/informasi ke masyarakat melalui media pembelajaran tentang gizi seimbang, serta dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya.
4. Bagi Peneliti
Melalui penelitian ini, peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu-ilmu yang telah didapat selama pendidikan, serta peneliti juga dapat menambah ilmu dan pengalaman.

1.6 Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
1	Wenny Lutfiani (2017)	Pengaruh Pemberian Media <i>Pop up Book</i> terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V SDN Duri Kupa 16 Pagi Jakarta Barat	<i>Quasi-experimental Study (Nonequivalent kontrol group design)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uji <i>Paired Sample Test</i> • <i>Wilcoxon</i> 	Terjadi peningkatan rata-rata skor sikap dan pengetahuan saat <i>pre-test</i> , <i>post-test 1</i> , dan <i>post-test 2</i> antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
2	Apri Hertika (2017)	Pengaruh Penyuluhan Makanan Bergizi Beragam Seimbang dan Aman dengan Menggunakan <i>Flash Card</i> dalam Pengaruh Penyuluhan Makanan Bergizi	<i>Quasi-experimental Study (pretest-posttest kontrol group)</i>	<p>Mengetahui perubahan dan sikap responden: Uji <i>Paired Sample Test</i> dan <i>Wilcoxon</i></p> <p>Mengetahui perbedaan</p>	Terdapat perbedaan pengetahuan kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan makanan bergizi

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
		Beragam Seimbang dan Aman dengan Menggunakan <i>Flash Card</i> dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar di SDN Duri Kepa 07 Pagi Jakarta Barat		antar 2 kelompok: Uji <i>Independent T-test</i> dan <i>Whitney</i>	beragam seimbang dan aman dengan menggunakan media <i>Flash Card</i> dan tidak ada perbedaan pengetahuan kelompok kontrol pada <i>post-test 1</i> dan <i>post-test 2</i>
3	Rizka Purnamasari (2017)	Tingkat Penerimaan Media Pendidikan Gizi (Buku Cerita Bergambar) dan Pengaruhnya terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak	<i>Quasi-experimental Study (pretest-posttest kontrol group design)</i>	Uji <i>Mann-Whitney Independent Sample T-test</i>	Terjadi peningkatan skor pengetahuan gizi saat <i>pre-test</i> dan <i>post-test 1</i> pada kelompok intervensi (94.4 ± 7.8) dan kelompok kontrol (76.9 ± 20.0). Sedangkan saat <i>post-test 2</i> , kelompok intervensi mengalami penurunan (93.4 ± 12.6) dan kelompok kontrol mengalami peningkatan (89.0 ± 12.1).
4	Windi Mei Antika (2017)	Efektivitas Media Puppet Show terhadap Peningkatan Pengetahuan	<i>Quasi-experimental Study (one group pre-test post-test)</i>	Uji <i>Wilcoxon Signed Ranked Test</i>	Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari <i>pre-test</i>

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
		dan Sikap Mengenai Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Purwokerto			sebesar $66,17 \pm 14,7$ menjadi $100 \pm 0,00$ pada <i>post-test</i> ke-1 dan $81,00 \pm 12,61$ pada <i>post-test</i> ke-2. Terjadi peningkatan rata-rata skor sikap dari <i>pre-test</i> sebesar $56,97 \pm 14,24$ menjadi $100 \pm 0,00$ pada <i>post-test</i> ke-1 dan $68,35 \pm 12,95$ pada <i>post-test</i> ke-2.
5	Dita Amalia Husna (2017)	Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat	<i>Quasi-experimental Study (two group pretest-posttest design)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uji <i>Wilcoxon</i> • Uji <i>Mann-Whitney</i> 	Ada pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap siswa ($p < 0,05$). Tidak ada perbedaan signifikan antara skor pengetahuan dan sikap pada kelompok Audio Visual (AV) dan Audio Visual, Orang tua, dan Guru (AVOG).

No	Nama Peneliti	Judul	Rancangan Penelitian	Analisis Data	Hasil
6	Levita Sari (2016)	Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Pedoman Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah dasar	<i>Quasi-experimental Study (pretest-posttest kontrol group design)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uji <i>Mann-Whitney</i> • <i>Wilcoxon</i> 	Terjadi peningkatan rata-rata skor sikap dan pengetahuan saat <i>pre-test</i> , <i>post-test 1</i> , dan <i>post-test 2</i> yaitu 74.5, 86.9, dan 82.7, serta 86.9, 91.5, dan 90.1.
7	Hadi Hidayat (2013)	Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Diskusi dan Permainan Edukatif Kubus Bergambar terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar Kabupaten Bogor	<i>Quasi-experimental Study (pretest-posttest kontrol group design)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Uji <i>Paired T-test</i> • uji korelasi <i>Pearson</i> 	Hasil <i>pre-test</i> menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan gizi kelompok perlakuan pertama dengan kelompok perlakuan kedua ($p > 0.05$).