

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Masalah gizi di Indonesia yang terbanyak meliputi gizi kurang atau mencakup susunan hidangan yang tidak seimbang maupun konsumsi keseluruhan yang tidak mencukupi kebutuhan badan (Khasanah & Sulistyawati, 2018). Masalah gizi nampak pada akibat perbuatan gizi seseorang yang salah karena ketidakseimbangan pada pola makan gizi dengan kecukupan gizinya. Bila konsumsi gizinya kurang maka seseorang akan berkelanjutan menderita gizi kurang, sedangkan kecukupan gizi berlebih maka akan menderita gizi lebih atau obesitas (Hikmawati et al., 2016).

Permasalahan gizi yang dihadapi anak-anak Indonesia tidak hanya masalah kurang gizi, namun masalah gizi lebih sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat. Data *Riset Kesehatan Dasar* (RISKESDAS) tahun 2018, menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi pendek pada anak sangat pendek dan pendek 29.9%. Indikator tinggi badan berdasarkan usia (TB/U): Sangat pendek : $TB/U < -3SD$, Pendek : $TB/U \geq -3SD$ s/d $< -2SD$, dan 18 provinsi dengan prevalensi tinggi (30% - <40%). Indikator berat badan berdasarkan tinggi badan (BB/TB): Gemuk $BB/TB > 2SD$, serta gemuk 8%. Menurut *PMK Nomor 2 Tahun 2020* tentang Standar Antropometri Anak indikator indeks massa tubuh berdasarkan usia (IMT/U) : Gizi kurang $-3SD$ s/d $< -2SD$, Gizi normal $-2SD$ s/d $+1SD$, Overweight $+1SD$ s/d $+2SD$, Obesitas $> +2SD$. Salah satu cara untuk mengurangi permasalahan gizi ganda ialah dengan pedoman gizi seimbang atau *balanced nutrition guidelines*. Menurut *kemendes* 2014, pedoman gizi seimbang disusun untuk menyempurnakan gizi seimbang. Hal ini dikarenakan slogan 4 sehat 5 sempurna tidak sesuai dengan kondisi dan permasalahan gizi saat ini.

Menurut *Riskesmas* (2013), dijelaskan bahwa anak sekolah dikelompokkan menjadi tiga kelompok umur yaitu 5-12 tahun, 13-15 tahun, dan 16-18 tahun. Anak sekolah dasar didefinisikan yaitu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantaranya akan menyebabkan tingkat ekonomi yang rendah dan asupan konsumsi gizi yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Anak sekolah dengan pola makan seimbang cenderung memiliki status gizi yang baik (Anzarkusuma et al., 2014). Anak usia sekolah dasar merupakan aset negara dalam bentuk sumber daya manusia yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan pembangunan bangsa. Anak usia sekolah dasar memerlukan perhatian khusus dalam hal kecukupan gizi sesuai kebutuhannya. Anak dengan gizi kurang yang kronis memiliki IQ lebih rendah dibandingkan anak yang tidak mengalami masalah gizi. Masalah gizi anak usia sekolah saat ini tidak hanya padamasalah gizi kurang, namun berkembang dengan meningkatnya prevalensi gizi lebih berupa *overweight* dan obesitas (Marhamah, Abzeni, 2015). Anak sekolah berada pada fase perkembangan dan pertumbuhan yang optimal tergantung pada konsumsi gizi kebutuhan mereka dengan memenuhi kuantitas dan kualitas yang baik dan tepat. Salah satunya termasuk kelompok yang rawan terhadap permasalahan gizi yaitu anak sekolah dasar, serta faktor pengetahuan menjadi salah satu yang dapat mempengaruhi gizi karena kurangnya pengetahuan pada anak tersebut (Andreanda Nasution et al., 2020).

Menurut *kemenkes* 2017, gizi seimbang susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan. Yang termasuk prinsip-prinsip gizi seimbang seperti keanekaragaman pangan bervariasi, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik atau olahraga, serta mencegah masalah gizi. Sedangkan yang termasuk prinsip gizi seimbang seperti keanekaragaman pangan bervariasi, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik atau berolahraga, serta mencegah masalah gizi.

Sedangkan sumber gizi seperti makanan pokok, buah-buahan, sayuran, dan kacang-kacangan, serta lauk-pauk protein tinggi seperti daging-dagingan, ikan, produk susu, dan telur. Kebutuhan gizi menjadi bagian sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan. Gizi didalamnya memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan dan kecerdasan. Oleh sebab itu, gizi menjadi salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Status gizi yang baik pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian lebih karena ketika status gizi anak buruk dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berfikir dan tentu saja akan menurunkan produktivitas kerja pada masa dewasa (Hikmawati et al., 2016).

Pedoman gizi seimbang perlu diperkenalkan kepada anak-anak. Salah satu cara yang dapat dilakukan ialah dengan pendidikan gizi. Hasil penelitian Februhartanthy (2005) membuktikan bahwa pendidikan gizi yang dilakukan pada anak usia sekolah efektif untuk mengubah pengetahuan dan sikap terhadap makanan. Pendidikan gizi yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan anak usia dasar mengenai pedoman gizi seimbang. Pengetahuan akan memengaruhi sikap dan praktik gizi seimbang dalam keseharian. Praktik giziseimbang diharapkan dapat mengurangi masalah gizi di kalangan anak (Yurni & Sinaga, 2017).

Pola hidup sehat, termasuk didalamnya pola makan dengan gizi seimbang merupakan salah satu faktor utama pada kompleksnya permasalahan gizi di Indonesia. Oleh karena itu, masyarakat perlu mendapatkan informasi yang jelas dan memadai tentang pola makan dengan gizi seimbang, termasuk olahraga sebagai komponen pola hidup seimbang. Biasanya kecepatan pertumbuhan anak di rentang usia dini dipengaruhi faktor lingkungan dan terutama makanan (Tumpeng et al., 2010). Makanan yang baik dan dianjurkan untuk memenuhi kebutuhan sehari anak, sebaiknya terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah. Waktu makan yang benar harus diperhatikan yaitu waktu makan utama 3 kali sehari dan 2 kali selingan/snack, bertujuan untuk membentuk kebiasaan makan yang baik.

Penyuluhan kesehatan merupakan cara yang digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan. Media penyuluhan kesehatan juga untuk menyampaikan informasi edukasi pembelajaran pengetahuan, keterampilan, dan mengeksplorasi pola pikir yang dilakukan secara langsung menggunakan metode tatap muka atau menggunakan sebuah media, seperti media cetak, media audiovisual, media visual, media serbaneka, dan sebagainya (Haryani et al., 2016).

Media atau alat yang cocok digunakan dalam kegiatan bermain sambil belajar dapat berasal dari sebuah permainan anak yang bersifat edukatif. Permainan edukatif di dalam dunia pendidikan dapat dijadikan sebagai inovasi dalam kegiatan pembelajaran. Permainan edukatif dengan karakteristiknya sebagai hiburan dan sumber belajar dapat digunakan untuk memunculkan aktivitas siswa yang lebih baik. Media 3D puzzle dapat digunakan untuk membantu mengembangkan kemampuan kognitif, efektif, dan psikomotor adalah jenis media berupa benda konkret tentunya. Biasanya puzzle dijadikan sebagai media pembelajaran yang dapat meningkatkan motivasi, aktivitas, dan hasil belajar siswa tersebut. Karena dapat diamati dan disentuh secara langsung, hal tersebut sesuai dengan kriteria usia sekolah dasar. Aktivitas siswa tersebut dapat dilihat dari keaktifan siswa dan antusias mereka dalam kegiatan pembelajaran menggunakan media. Biasanya anak sekolah dasar memiliki rasa ingin tahu dan senang melakukan eksplorasi (Ciptaningrum, 2018).

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti memutuskan untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang dengan menggunakan media 3D puzzle pada anak-anak sekolah agar lebih mudah dipahami dan lebih mudah penyampaian materi mengenai gizi seimbang. Peneliti memilih siswa kelas V sebagai sampel kelas V merupakan kepada siswa agar lebih mudah menerima pesan dan dapat membantu siswa menemukan konsep tindakan terkait dengan gizi seimbang sehingga bisa mempengaruhi perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang kearah yang lebih positif dan lebih bermanfaat bagi mereka.

1.2. Identifikasi Masalah

Masalah gizi timbul akibat perilaku gizi seseorang yang salah yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizinya. Bila konsumsi selalu kurang gizinya maka seseorang akan menderita gizi kurang, sebaliknya melebihi kecukupan gizinya maka yang bersangkutan akan menderita gizi lebih. Maka sebab itu, pengetahuan gizi sangat penting terhadap masyarakat untuk merubah sikap dan tindakan akan kesehatan dan diperlukan sosialisasi mengenai tentang gizi seimbang.

Sosialisasi mengenai pendidikan dan pengetahuan gizi seimbang yang praktis terhadap anak usia sekolah dasar. Upaya yang dapat dilakukan salah satunya menggunakan media 3D puzzle. Dengan harapan, media 3D puzzle dapat memberikan hasil yang maksimal dan bermanfaat bagi siswa sekolah dasar dan masyarakat.

1.3. Pembatasan Masalah

Mengingat segala keterbatasan waktu serta biaya maka peneliti membatasi masalah penelitian. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah dengan meneliti pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang terhadap para siswa sekolah dasar dengan menggunakan media 3D puzzle dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur dan jenis kelamin.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang didapat, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh media edukasi 3D puzzle terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang pada siswa kelas V sekolah dasar di lingkungan sekitar Binong Kabupaten Tangerang?”

1.5. Tujuan Masalah

1.5.1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh media edukasi 3D puzzle terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang pada siswa kelas V sekolah dasar di lingkungan sekitar binong kabupaten tangerang.

1.5.2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur.
- b. Mengidentifikasi skor pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang pada responden laki-laki sebelum dan sesudah penyuluhan edukasi 3D puzzle.
- c. Mengidentifikasi skor pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang pada responden perempuan sebelum dan sesudah penyuluhan edukasi 3D puzzle.
- d. Menganalisis perbandingan status gizi siswa kelas 5 pada responden laki-laki dan perempuan.
- e. Menganalisis perbandingan pengetahuan, sikap, dan tindakan gizi seimbang pada responden laki-laki dan perempuan sebelum dan sesudah penyuluhan edukasi 3D puzzle.

1.6. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Peneliti bisa meningkatkan/mengembangkan pengetahuan, wawasan yang luas, dan pengalaman hal-hal yang baru sehingga bisa berbagi ilmu yang dimiliki kepada para siswa sekolah dasar.

2. Bagi prodi gizi

Dapat memperkaya penelitian yang telah dilakukan dan dapat sebagai bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya.

3. Bagi fikes UEU

Dapat memperkaya penelitian yang telah dilakukan dan dapat sebagai bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya.

4. Bagi perguruan tinggi

Sebagai referensi mengenai perubahan pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi gizi seimbang melalui penyuluhan edukasi 3D puzzle terhadap siswa sekolah dasar, serta dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai media yang efektif dan bermanfaat.

5. Bagi sekolah lingkungan sekitar binong

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan tindakan para siswa, guru, dan orang tua, serta lingkungan sekitar tentang gizi seimbang.

1.7. Keaslian penelitian

No	Penelitian	Judul	Subjek	Metode	Hasil
1.	Zainab Hikmawati, dkk, 2016.	Pengaruh Penyuluhan dengan Media Promosi Puzzle Gizi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016	Anak SD	Quasi Eksperiment	<p>Responden dalam penelitian ini anak Sekolah Dasar kelas V berumur 10 tahun.</p> <p>Diketahui bahwa dari 43 responden, siswa yang memiliki sikap positif pada saat pre test adalah sebanyak 26 responden (60,5%) dan pada saat post test bertambah menjadi 37 responden (86,0%). Sedangkan siswa yang memiliki sikap 8able8ve pada saat pre test adalah sebanyak 17 responden (39,5%) dan pada saat post test berkurang menjadi 6 responden (14,0%).</p> <p>Tindakan.</p>
2.	R.Arif, & dkk, 2017.	Pengembangan Media Permainan Puzzle Siswa Kelas II SDN Lidah Wetan IV Surabaya Pengembangan	Anak SD	Quasi Eksperiment	<p>Produk media permainan puzzle berupa kepingan puzzle yang dikembangkan dengan bahan spon eva yang dipotong sesuai dengan pola desain stiker puzzle dengan tampilan</p>

gambar animasi hewan-hewan yang lucu yang sesuai dengan karakteristik siswa SD kelas II.

Berdasarkan table IX dengan α 0,025 (untuk pengujian dua pihak harga α menjadi 0,05) dengan $n \leq 15$ dan $n = 16$, diperoleh harga $U_{table} = 61$. Ternyata harga U hitung lebih kecil dari table ($55,5 < 61$). Dengan demikian H_0 diolak dan H_a diterima.

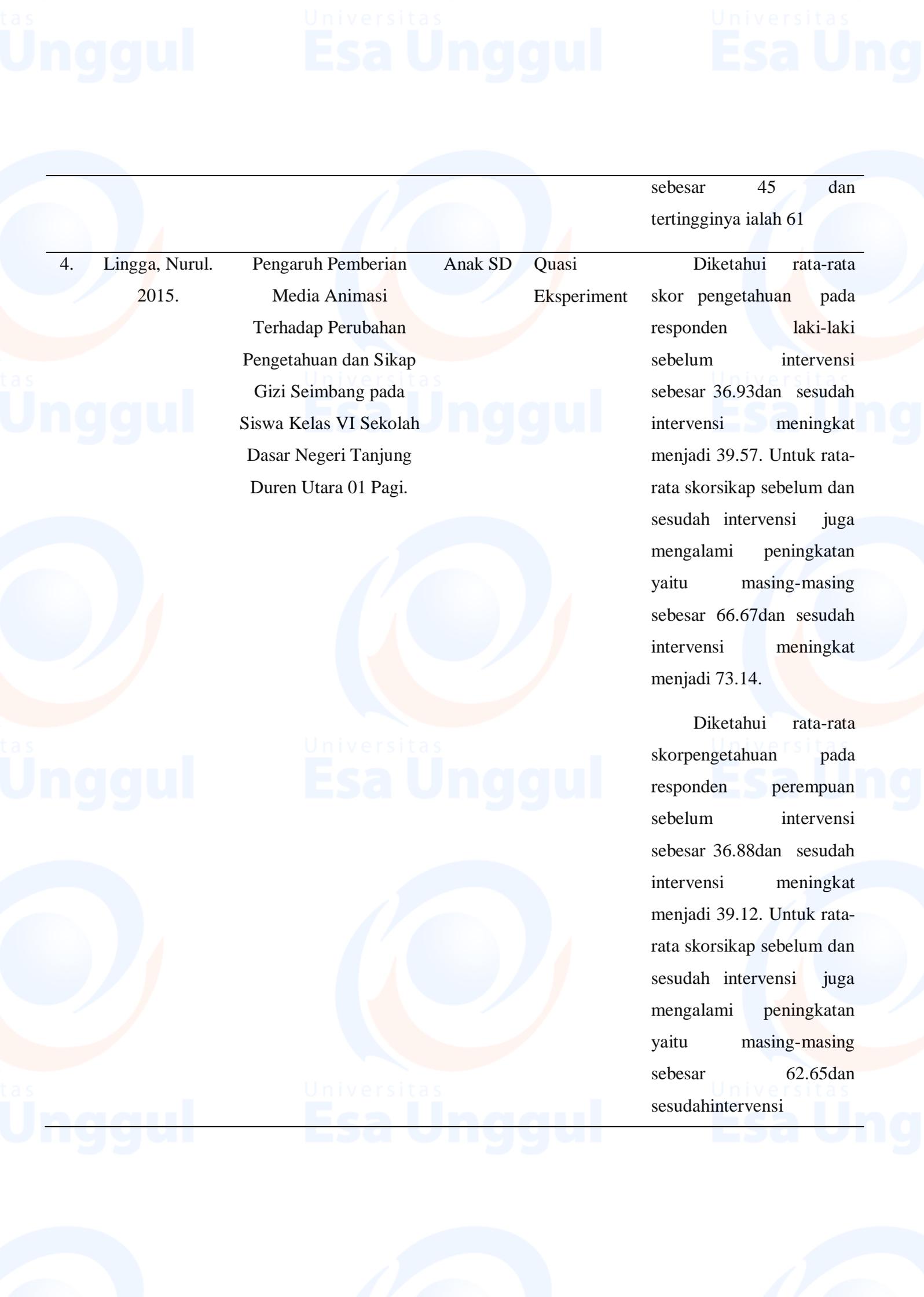
3. Yudha, Erry & dkk, 2014.

Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Anak Sekolah Dasar di SDN GU 12 Pagi

Anak SD Cross-sectional design

Pengambilan sampel dilakukan untuk awal data dasar berjumlah 34 anak sekolah dasar. Sebagian besar anak sekolah dasar adalah anak perempuan 52.9% dan lainnya adalah anak laki-laki 47.1 %.

Hasil dari skor sikap, seimbang ialah 25 dan tertingginya 53. Untuk nilai rata-ratanya 53,0882. Skor terendah untuk dari 34 responden yang merupakan siswa sikap



					sebesar 45 dan tertinggi ialah 61
4.	Lingga, Nurul. 2015.	Pengaruh Pemberian Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi.	Anak SD	Quasi Eksperiment	Diketahui rata-rata skor pengetahuan pada responden laki-laki sebelum intervensi sebesar 36.93 dan setelah intervensi meningkat menjadi 39.57. Untuk rata-rata skor sikap sebelum dan setelah intervensi juga mengalami peningkatan yaitu masing-masing sebesar 66.67 dan setelah intervensi meningkat menjadi 73.14. Diketahui rata-rata skor pengetahuan pada responden perempuan sebelum intervensi sebesar 36.88 dan setelah intervensi meningkat menjadi 39.12. Untuk rata-rata skor sikap sebelum dan setelah intervensi juga mengalami peningkatan yaitu masing-masing sebesar 62.65 dan setelah intervensi

meningkat menjadi 69.84.

5. T.Ciptaningrum, & dkk. 2018.	Pengembangan Media Pembelajaran Puzzle Animals 3D Wood dalam Materi Organ Gerak Hewan Kelas V SD	Anak SD	Research and Development	<p>Hasil observasi didukung dengan data dokumentasi berupa nilai rata-rata dari aktivitas pembelajaran materi organ gerak yaitu sebesar 88 dari KKM yang harus tercapai sebesar 75. Analisis kinerja juga dilakukan di SDN 1 Ngulankulon, Pogalan, Trenggalek pada tanggal 26 Maret 2018 melalui kegiatan wawancara. Hasil dari kegiatan wawancara tersebut diperoleh pula data dokumentasi berupa rata-rata nilai siswa pada pembelajaran materi organ gerak sebesar 76 dari KKM yang harus dicapai sebesar 75. Sedangkan pada kegiatan analisis kebutuhan diperoleh data bahwa di SDN 1 Lakarsantri sarana yang digunakan dalam mempelajari materi organ gerak hewan masih</p>
------------------------------------	---	---------	-----------------------------	--

					<p>sederhana, dimana guru menyediakan sebuah puzzle 3d yang mengacu pada buku siswa Tema 1.</p>
6.	<p>Pramono, Adriyan& dkk, 2014.</p>	<p>Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar</p>	<p>Anak SD</p>	<p>Quasi Eksperiment</p>	<p>Hasil bahawa ada perbedaan rerata persen pengetahuan gizi anak SD antara sebelum dengan setelah pendidikan gizi ($p=0,0001$). Dimana rerata pengetahuan gizi sebelum diberi pendidikan gizi sebesar $66,46\pm 9,6\%$ naik menjadi $71,61\pm 9,3\%$.</p> <p>Dan ada perbedaan median persen sikap gizi anak SD antara sebelum dengan setelah pendidikan gizi. Dimana median sikap tentang gizi sebelum pendidikan gizi sebesar $70,3\%$ 1 naik menjadi 75% setelah pendidikan gizi.</p> <p>33.</p>
7.	<p>Andreanda Nasution, Ade Saputra Nasution, 2020.</p>	<p>Puzzle Gizi sebagai Upaya Promosi terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa</p>	<p>Anak SD</p>	<p>Pra Experimental</p>	<p>Karakteristik responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 34 orang ($64,2\%$) sedangkan</p>

yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 19 orang (35,8%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 53 siswa SD yang memiliki pengetahuan cukup pada saat pre-test sebesar 56,6%, pada saat post-test sebesar 71,7%. Hasil dari sikap siswa menunjukkan memiliki sikap positif yaitu pada saat pre-test sebanyak 64,2% dan pada saat Post-test sebanyak 84,9%. Hasil menunjukkan Siswa SD pada saat pre-test dan post-test memiliki tindakan yang baik sebanyak 24,5% dan hasil post-test sebanyak 58,5%.

Berdasarkan tabel diatas, terlihat adanya persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa penelitian sebelumnya. Namun perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu media yang digunakan. Pada penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan jenis media puzzle yang berbeda-beda dan materi yang akan disampaikan sebagian besar yaitu gizi seimbang.