

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masalah gizi yang terjadi pada anak usia sekolah dapat menyebabkan beberapa masalah kesehatan. Berbagai masalah kesehatan dijumpai di kalangan anak sekolah, diantaranya adalah kurangnya pertumbuhan fisik secara optimal. Salah satu faktor yang sangat menentukan adalah faktor gizi. Kurang gizi pada masa ini akan mengakibatkan terganggunya pertumbuhan badan, mental, kecerdasan dan mudah terserang penyakit infeksi. Di samping kurang gizi, ditemukan juga masalah kesehatan pada anak yang disebabkan gizi lebih yang dapat menyebabkan kegemukan dan anak berisiko menderita penyakit degeneratif (Silitonga dan Gibeon, 2011)

Anak usia sekolah (6-12 tahun) membutuhkan keseimbangan gizi untuk perkembangan tubuhnya sehingga mendapatkan status kesehatan yang optimal di usia dewasa. Makanan anak usia sekolah harus mempertimbangkan aspek sosial ekonomi, budaya, agama, tingkat kebutuhan, dan tumbuh kembang anak. Menurut Permenkes No. 75 tahun 2013 energi total yang dibutuhkan anak berusia 7-9 tahun sekitar 1.850 kkal dan anak usia 10-12 tahun sekitar 2.000 kkal sampai dengan 2.100 kkal.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2013) menunjukkan secara nasional prevalensi anak pendek masih di atas 3 persen. Prevalensi anak pendek mencerminkan adanya riwayat kurang gizi. Prevalensi kekurusan kelompok usia 5-12 tahun 2013 di Provinsi Banten sebanyak persen. Masalah-masalah tersebut dapat dicegah dengan memenuhi kebutuhan gizi anak. Upaya

pemenuhan gizi pada anak antara lain dilakukan dengan sarapan. Sarapan merupakan kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas di pagi hari. Sarapan memberikan 25% energi dari total kebutuhan energi dalam sehari (Khomsan, 2003; Dehdari *et al.*, 2013).

Hasil studi menunjukkan sekitar 20%-40% anak-anak Indonesia tidak terbiasa untuk sarapan (Hardinsyah, 2012 dalam Briawan *et al.*, 2014). Sarapan masih jarang dilakukan sebelum berangkat ke sekolah karena mereka menganggap jika tidak sarapan mereka masih bisa jajan di sekolah (Sulistyoningsih, 2012). Perilaku kebiasaan sarapan yang masih kurang tersebut dilatarbelakangi oleh rendahnya pengetahuan anak tentang gizi dan kesehatan.

Selain pengetahuan yang kurang, hal yang membuat anak tidak biasa sarapan yaitu belum muncul selera makan setelah bangun tidur. Sebagian orang bahkan berpendapat bahwa sarapan merupakan aktivitas yang menyebalkan terutama jika timbul perasaan mulas setelah sarapan. Berdasarkan kendala tersebut, perlu dilakukan pergeseran nilai sarapan dari suatu yang tidak wajib dilakukan menjadi suatu kebiasaan setiap hari dengan memberikan penjelasan mengenai manfaat sarapan dan dampak jika tidak sarapan (Sartika, 2012).

Penyuluhan merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi sehingga yang diberikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh masyarakat. Penyuluhan dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran. Metode yang mendorong peran serta dan keterlibatan anak

dalam kegiatan pembelajaran meliputi permainan, diskusi kelompok, dan peragaan. Permainan sebagai alat belajar dan mengajar dapat digunakan dalam penyuluhan. Hal ini karena anak usia sekolah cenderung aktif, senang bermain, dan banyak bertanya akan menjadi tertarik terhadap metode belajar sambil bermain sehingga membuat anak berperan secara penuh di dalamnya (Sartika, 2012).

Hal ini juga didukung dengan teori perkembangan kognitif dari Piaget yang menjelaskan bahwa operasi-operasi berpikir konkret terjadi pada usia 7-11 tahun. Anak-anak usia 7-11 tahun akan mengembangkan kemampuan berpikir sistematis pada objek-objek dan aktivitas-aktivitas konkret, sedangkan usia 11 tahun ke atas mengembangkan kemampuan untuk berpikir sistematis menurut rancangan yang murni abstrak dan hipotesis (Crain, 2007).

Anak-anak dapat diberikan stimulus secara konkret yang akan meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap permasalahan kesehatan di sekitarnya. Salah satu jenis stimulus konkret yang dapat diberikan adalah permainan. Salah satu permainan yang dapat dijadikan sebagai media belajar adalah permainan ular tangga. Permainan ini dipilih karena anak tidak perlu mengeluarkan banyak energi ketika memainkannya. Permainan ini juga mengandung beberapa aspek yang mengajarkan kepada anak mengenai moral, etika tentang kebaikan dan keburukan (Augustyn, 2004 dalam Yudianto *et al.*, 2012). Selain itu, ular tangga mempunyai kelebihan yaitu informasi yang diperoleh oleh siswa merupakan hasil dari proses belajar yang tersusun secara relevan sehingga akan terjaga dalam ingatan dan hal ini akan memudahkan

siswa untuk mengingat kembali apa yang telah dipelajari (Ywanisa, 2010 dalam Putri 2013).

Beberapa penelitian menyebutkan pengetahuan dan sikap pada kelompok siswa yang diberikan penyuluhan dengan menggunakan metode permainan ular tangga lebih meningkat dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan permainan (Amelia, 2010; Yudianto *et al.*, 2012; Hamdalah, 2013). Penelitian lain juga menunjukkan terjadi perubahan pengetahuan dan sikap pada subjek setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan simulasi permainan ular tangga pada anak usia sekolah (Sari *et al.*, 2012; Prabowo *et al.*, 2012). Penelitian yang dilakukan Pratiwi (2013) juga menunjukkan anak-anak yang diberikan pendidikan Kewarganegaraan dengan metode permainan ular tangga mengalami peningkatan pengetahuan dengan Odds Rasio sebesar 12,99 pada siswa sekolah dasar.

Berdasarkan data-data di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penyuluhan gizi tentang sarapan dengan media permainan ular tangga terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar di SD Negeri 03 wilayah kerja Puskesmas Pondok Pucung tahun 2015. Penelitian ini dilakukan di kerja Puskesmas Pondok Pucung karena peneliti bekerja sebagai Tenaga Pelaksana Gizi di Puskesmas Pondok Pucung, sehingga untuk kemudahan penelitian, keterbatasan waktu, keterbatasan izin kerja maka penelitian dilakukan di wilayah kerja. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di 11 sekolah dasar baik negeri maupun swasta di wilayah kerja Puskesmas Pondok Pucung, didapatkan hasil bahwa di SDN

03 Pondok Pucung memiliki kebiasaan sarapan rendah yaitu hanya 29 orang (30%) dari total siswa 96 kelas IV dan V.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Masa anak-anak usia (6-12 tahun) disebut sebagai "usia sekolah". Pada masa ini dibutuhkan asupan zat gizi yang adekuat untuk menghindari masalah-masalah yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan mereka sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik dan perkembangan otak terjadi secara optimal (Suyatno, 2009 dalam Suntari dan Widianah, 2012). Salah satu cara untuk memperoleh status kesehatan dan gizi yang baik yaitu dengan membiasakan sarapan pagi. Sarapan pagi merupakan waktu makan yang sangat penting (Isdaryanti, 2007 dalam Ahmad *et al.*, 2011).

Hakikatnya anak-anak memiliki sifat mudah jenuh sehingga untuk mengajak anak-anak belajar biasanya para guru dan orang tua cenderung menggunakan berbagai alat peraga dan permainan sebagai pemancing minat anak untuk belajar. Selain itu, belajar yang efektif tidak cukup jika hanya dengan memberikan informasi saja, tetapi kepada siswa tersebut perlu diberikan pengalaman (Notoatmodjo, 2003). Salah satu pengalaman yang dapat diberikan kepada siswa yaitu memberikan pelajaran dengan melibatkan siswa seperti bermain sambil belajar. Salah satu permainan edukatif yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran adalah permainan ular tangga.

Menurut Augustyn (2004) dalam Saputri *et al.* (2012) permainan ular tangga merupakan salah satu *cooperative play* dan permainan tradisional yang mudah dibuat, murah dan biasa dilakukan oleh anak-anak dengan bentuk

strategi pembelajaran yang efektif melalui pendekatan aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan bagi anak sekolah. Selain itu, permainan ular tangga ini mudah dimainkan, melatih kerja sama, berkompetisi yang sehat (*fairplay*), bersosialisasi dengan teman sebaya, dan bermain sambil belajar.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Adanya keterbatasan waktu, dana, dan tenaga maka penelitian ini dibatasi pada permasalahan pengaruh penyuluhan gizi tentang sarapan dengan media permainan ular tangga terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar di SD Negeri 03 wilayah kerja Puskesmas Pondok Pucung tahun 2015.

### **1.4 Perumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh penyuluhan gizi tentang sarapan dengan media permainan ular tangga terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar di SD Negeri 03 wilayah kerja Puskesmas Pondok Pucung tahun 2015?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi tentang sarapan dengan media permainan ular tangga terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar di SD Negeri 03 wilayah kerja Puskesmas Pondok Pucung tahun 2015.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik siswa meliputi usia dan jenis kelamin.
- b. Mengetahui pengetahuan siswa terhadap sarapan.
- c. Mengetahui sikap siswa terhadap sarapan.
- d. Menganalisis perubahan pengetahuan siswa terhadap sarapan dan perbedaan pengetahuan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.
- e. Menganalisis perubahan sikap siswa terhadap sarapan dan perbedaan sikap antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi sekolah untuk dapat melakukan kegiatan penyuluhan dengan menggunakan media permainan.

### **2. Bagi FIKES UEU**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi tentang efektivitas media permainan ular tangga terhadap penyuluhan gizi tentang sarapan pada siswa sekolah dasar.

### **3. Bagi Peneliti**

Menambah ilmu pengetahuan tentang sarapan dan pengalaman sebagai penyuluh dalam mengubah pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar terhadap sarapan dengan menggunakan media permainan ular tangga.