

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah (AUS) merupakan suatu fase ketika anak-anak dianggap mulai mampu bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya dalam berhubungan dengan orang tua, orang lain dan teman sebaya. Karakteristik anak sekolah pada usia 5-12 tahun yaitu lebih aktif dalam memilih makanan yang disukai dan aktivitas anak mulai meningkat, sehingga kebutuhan energi yang diperlukan anak semakin tinggi (Purnamasari, 2018). Kebutuhan energi tiap anak harus terpenuhi dengan baik disertai dengan keseimbangan antar zat gizi, sehingga selain zat gizi makro, anak juga memerlukan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral yang memadai sesuai dengan angka kecukupan gizi anak sekolah dasar (Nugroho dkk, 2019). Pemenuhan asupan energi dapat diperoleh dari makanan yang telah dikonsumsi oleh seseorang, kemudian energi yang telah masuk ke dalam tubuh digunakan untuk melakukan proses metabolisme basal, aktivitas fisik dan efek termik makanan. Oleh karena itu kebutuhan gizi pada anak harus terpenuhi dengan baik agar dapat menunjang tumbuh kembang anak (Qomariyah dan Nindya, 2018).

Kurangnya asupan energi pada anak dalam jangka waktu yang lama dapat berdampak negatif pada tubuh, yaitu dapat menyebabkan cadangan energi dalam otot habis, sehingga dapat mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan penurunan berat badan (Utari dkk, 2016). Sebaliknya jika asupan makanan pada anak berlebihan maka dapat menyebabkan terjadinya kelebihan berat badan (obesitas). Anak yang mengalami obesitas cenderung lebih sering mengonsumsi makanan yang tinggi kalori dan lemak, misalnya seperti makanan cepat saji dan makanan atau minuman yang manis daripada mengonsumsi sayur dan buah. Selain itu kurangnya aktifitas fisik pada anak juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas (Widyantari dkk, 2018). Oleh karena itu salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengurangi permasalahan gizi pada anak adalah dengan menerapkan pedoman gizi seimbang.

Pedoman Gizi Seimbang (PGS) merupakan suatu susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh individu atau masing-masing kelompok umur, dengan menerapkan 4 prinsip gizi seimbang yaitu, terdiri dari keanekaragaman pangan, melakukan aktivitas fisik, perilaku hidup bersih misalnya seperti mencuci tangan dan mempertahankan berat badan agar tetap normal dengan cara memantau berat badan secara teratur (Kemenkes RI, 2014). Status gizi yang baik pada anak dapat terjadi apabila tubuh memperoleh cukup asupan zat gizi, sehingga dapat digunakan untuk mendukung pertumbuhan fisik, meningkatkan kemampuan kerja dan meningkatkan perkembangan otak (Purnamasari, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui bahwa status gizi anak di Indonesia pada rentang usia 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur (IMT/U) prevalensi gizi lebih sebanyak 20% yang terdiri dari 10.8% gemuk dan 9.2% sangat gemuk (obesitas). Sedangkan anak usia sekolah (AUS) yang mengalami status gizi kurang yaitu sebesar 9.2% yang terdiri dari 2.4% sangat kurus dan 6.8% kurus. Jawa Timur merupakan salah satu provinsi yang menempati urutan ke tiga dengan prevalensi status gizi lebih yang cukup tinggi diantara provinsi lainnya. Prevalensi status gizi lebih pada anak usia sekolah (AUS) di Jawa Timur yaitu sebesar 24.3% yang terdiri dari 13.2% gemuk dan 11.1% sangat gemuk (obesitas), sedangkan anak dengan status gizi kurang sebesar 8% yang terdiri dari 2.2% sangat kurus dan 5.8% kurus. Prevalensi data anak usia 5-12 tahun dengan status gizi lebih di Kabupaten Banyuwangi yaitu sebesar 19.73% yang terdiri dari 11.23% gemuk dan 8.50% sangat gemuk (obesitas), sedangkan status gizi kurang sebesar 5.93% yang terdiri dari 1.13% sangat kurus dan 4,80% kurus (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Upaya untuk memperbaiki perilaku konsumsi makanan yang tidak sehat pada anak dapat ditanggulangi dengan cara memberikan pengenalan serta pendidikan mengenai makanan sehat dan bergizi kepada anak sejak dini (Hikmayani, 2019). Pendidikan, pengetahuan, dan praktik gizi pada anak merupakan suatu hal yang saling berkaitan. Pendidikan gizi penting sekali

diberikan kepada anak usia sekolah karena untuk meningkatkan pengetahuan gizi terhadap anak (Irnani dan Sinaga, 2017).

Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi gizi. Edukasi gizi yang diberikan kepada anak usia sekolah harus menggunakan media edukasi yang tepat sesuai dengan usianya, beberapa media yang dapat digunakan untuk edukasi gizi antara lain yaitu komik, buku saku, *booklet* dan *leaflet*. Media ini sangat cocok digunakan untuk anak-anak sebagai media pembelajaran yang ringan, sederhana, disertai dengan gambar yang menarik dan menggunakan sedikit kata-kata (Gunawan dkk, 2014). Dengan adanya bantuan media, siswa dapat menggunakan alat inderanya untuk mengamati, mendengar, merasakan, meresapi, menghayati dan pada akhirnya akan meningkatkan sejumlah pengetahuan, sikap dan keterampilan sebagai hasil belajar. Fungsi media pembelajaran yaitu sebagai alat untuk menyalurkan, menyampaikan, dan menghubungkan siswa untuk belajar (Noviyanto, 2017).

Beberapa penelitian terdahulu menyebutkan bahwa pengetahuan gizi pada anak usia sekolah masih tergolong rendah sehingga perlu dilakukan penanganan lebih lanjut. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Arfa, dkk (2017) yaitu pada anak sekolah dasar di kota Jakarta Barat menunjukkan skor pengetahuan gizi awal sebelum diberi intervensi menggunakan kartu bergambar adalah $49,96 \pm 15,97$, sedangkan setelah diberi intervensi adalah $73,46 \pm 15,35$. Peningkatan rata-rata skor pengetahuan pada siswa dapat terjadi karena adanya pengaruh dari media yang telah diberikan dan diskusi yang dilakukan setelah bermain kartu bergambar. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Redyastuti, dkk (2017) pada siswa kelas 5 di SDN Bugangan 3 Kota Semarang dan di SDN Rejosari 01 Kota Semarang, didapatkan hasil bahwa terdapat kenaikan skor pengetahuan tentang gizi seimbang setelah dilakukan intervensi menggunakan media komik. Pada kelompok perlakuan yang mendapatkan peningkatan skor $\geq 80\%$ yaitu sebanyak 8 siswa sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 6 siswa. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Sintha dan Anggraeni (2019) di SDN Criung 02 Cibinong didapatkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberi intervensi menggunakan komik yaitu sebesar

50,3 poin. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan anak usia sekolah setelah diberi intervensi yaitu sebesar 85,9 poin.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri 4 Cluring pada tanggal 4 September 2021, dari 16 siswa yang diambil sebagai subjek untuk pengukuran berat badan dan tinggi badan, 7 diantaranya mengalami permasalahan gizi yaitu, 2 siswa dengan status gizi sangat kurus, 2 siswa kurus dan 3 siswa sangat gemuk (obesitas). Selain itu dari studi pendahuluan juga diketahui bahwa pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang masih tergolong rendah. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil rata-rata skor pengetahuan yaitu sebesar 42,5, sedangkan rata-rata skor sikap yaitu sebesar 74,44 yang diperoleh dari kuesioner. Sementara itu diketahui bahwa ketika siswa berada di kelas 4 telah mendapat kurikulum atau pelajaran mengenai pengenalan gizi, misalnya seperti sumber makanan pokok, sumber protein hewani, protein nabati serta sayur dan buah, namun hasil pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang pada saat studi pendahuluan masih tergolong rendah.

Kemudian pada saat melakukan studi pendahuluan ke dua, siswa kelas 5 SD Negeri 4 Cluring ditawarkan beberapa media tentang gizi, dan hasilnya adalah dari 26 siswa sebanyak 19 siswa memilih media komik, 4 siswa memilih *booklet*, 2 siswa memilih buku saku, dan 1 siswa memilih *leaflet*. Kelebihan dari media komik sendiri yaitu ringan, sederhana, disertai dengan gambar yang menarik dan menggunakan sedikit kata-kata sehingga lebih disukai oleh siswa. Berdasarkan pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media Komik terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Siswa SD Negeri 4 Cluring”. Dari penelitian tersebut, diharapkan dapat menambah pengetahuan siswa mengenai pedoman umum gizi seimbang agar dapat diterapkan oleh siswa dalam kehidupan sehari-hari.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang didapatkan rumusan masalah yaitu “Apakah edukasi gizi menggunakan media komik dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.1.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media komik terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring.

1.1.2 Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui pengetahuan dan sikap sebelum edukasi menggunakan media komik tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring.
- b) Untuk mengetahui pengetahuan dan sikap setelah edukasi menggunakan media komik tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring.
- c) Untuk menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah edukasi gizi menggunakan komik tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring.
- d) Untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media komik terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 4 Cluring.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dalam menganalisis suatu permasalahan secara ilmiah dengan teori yang telah ada sebelumnya.

1.4.2 Bagi Siswa

- a) Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan siswa mengenai pentingnya gizi seimbang, sehingga siswa dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari – hari.
- b) Dapat meningkatkan minat baca bagi siswa.

1.4.3 Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menarik minat siswa.