

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 . Latar Belakang**

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia melalui surat Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1995/SK/Menkes/XII/10 menetapkan batasan anak usia sekolah di Indonesia yaitu 5-18 tahun sesuai dengan umur anak usia sekolah di Indonesia. Anak usia sekolah pada umumnya lebih banyak menghabiskan waktu belajar dan bermain di sekolah oleh karena itu sehubungan dengan tingginya aktivitas anak usia sekolah juga harus diimbangi dengan asupan zat gizi yang cukup. Asupan zat gizi sangat penting perannya bagi proses tumbuh kembang anak usia sekolah. Selain itu asupan zat gizi juga berdampak terhadap status gizi anak nantinya. Masalah status gizi pada anak usia sekolah meliputi masalah gizi kurang dan gizi lebih. Gizi kurang dan gizi lebih bisa disebabkan beberapa faktor yaitu sosial ekonomi, pendidikan, asupan makanan bergizi dan pola makan. Status gizi dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya yaitu asupan kalsium. Kalsium didalam tubuh manusia sebanyak 2% dan sebagian besar 98% berada didalam tulang, asupan kalsium juga sangat penting untuk kesehatan tulang karena asupan mineral ini berperan penting dalam pembentukan massa tulang (Jauhari dkk., 2019).

Kalsium merupakan salah satu nutrien esensial yang sangat dibutuhkan untuk berbagai fungsi tubuh. Salah satu fungsi kalsium bagi tubuh adalah sebagai nutrisi untuk tumbuh, menunjang perkembangan fungsi motorik agar lebih optimal dan berkembang dengan baik. Orang dewasa memerlukan kalsium sebanyak 1g/hari. Kekurangan kalsium pada masa pertumbuhan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan tulang, osteoporosis, dan osteomalasia (Nieves,2018).

Konsumsi kalsium pada anak sekolah di Indonesia juga masih rendah. Sebuah penelitian menunjukkan hasil bahwa sebanyak 97% siswa mengalami defisit tingkat berat, 1% mengalami defisit tingkat ringan dan 2% mengalami

defisit tingkat sedang, dengan rata-rata konsumsi sebesar 246,5 mg/hari sedangkan hal tersebut belum sesuai dengan anjuran asupan kalsium bagi anak usia 9-12 tahun yaitu sebesar 1.000-1200 mg kalsium/hari. Penelitian yang dilakukan oleh Jauhari dkk di Kecamatan Praya Timur Kabupaten Lombok Tengah menunjukkan bahwa asupan kalsium pada anak usia sekolah di Kecamatan Praya sebagian besar masih termasuk kategori di bawah rata-rata sehingga jika dibandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) 2013 yakni masih kurang. Asupan kalsium pada anak usia sekolah yang tercantum pada angka kecukupan gizi (AKG) 2013 seharusnya yang harus terpenuhi yaitu berkisar 1.200 mg (Jauhari dkk., 2019)

Sumber kalsium utama adalah susu dan hasil susu seperti keju, ikan dimakan dengan tulang termasuk ikan kering adalah sumber kalsium yang baik. Kacang-kacangan, tahu, tempe, sayuran hijau merupakan sumber kalsium yang baik juga, tetapi bahkan sumber makanan ini mengandung banyak zat penghambat penyerapan kalsium seperti serat, fitrat dan oksalat. Susu non fat adalah sumber kalsium terbaik karena ketersediaannya biologiknyanya tinggi. Kebutuhan kalsium terpenuhi apabila kita makan makanan seimbang setiap hari dan selalu menjaga pola hidup agar tetap sehat serta rajin berolahraga dan tidak mengonsumsi minuman beralkohol serta merokok (Mulyani, 2019).

Promosi kesehatan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. Dan batasan ini tersirat unsur-unsur input (sasaran dan pendidik dari pendidikan), proses (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain) dan output (melakukan apa yang diharapkan). Hasil yang diharapkan dari suatu promosi kesehatan adalah perilaku kesehatan, atau perilaku untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang kondusif oleh sasaran dari promosi kesehatan. (Notoatmodjo, 2018). Organisasi Pangan dan Pertanian Dunia (FAO) sejak tahun 2001 menetapkan tanggal 1 Juni diperingati sebagai Hari Susu Dunia (*World Milk Day*) yang diikuti oleh pemerintah Indonesia dengan menetapkan Hari Susu Nusantara (HSN). Peringatan ini dilakukan sebagai langkah promosi

kesehatan dan dimaknai untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya mengonsumsi susu setiap hari untuk membantu memenuhi asupan kalsium dalam tubuh. Seperti yang kita ketahui bahwa susu adalah salah satu sumber minuman yang mengandung tinggi kalsium, dimana 100 ml susu mengandung 143 mg kalsium (Kemenkes RI 2017). Beberapa penyuluhan tentang pentingnya mengonsumsi susu juga sudah dilakukan. Pada penelitian Christi dkk (2019) yang melakukan penyuluhan pentingnya minum susu bagi anak usia dini, remaja, dan usia lanjut melalui metode SGD (*Small Group Discussion*). Hasilnya, peserta menunjukkan respon yang baik dan tertarik dalam kegiatan ini dengan tolak ukur banyaknya peserta yang datang serta ikut serta sampai kegiatan penyuluhan selesai. Kekurangan pada penyuluhan ini yaitu tidak adanya sebuah media ketika penyampaian materi.

Salah satu dari wujud promosi kesehatan salah satunya yaitu pendidikan gizi kepada anak usia sekolah dasar. Pendidikan gizi yang diberikan kepada anak usia sekolah diupayakan melalui media yang menarik dan mudah ditangkap oleh anak usia sekolah sehingga pesan yang disampaikan akan mudah diterima dengan baik oleh anak. Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di SDN Tegal Gede 01 Jember khususnya pada siswa-siswi kelas V, ketika peneliti memberikan berbagai macam pemilihan media diantaranya yaitu komik, *pop up* dan video. Hasilnya sebagian besar dari siswa-siswi memilih media *pop up* sebagai media edukasi gizi dengan alasan menarik dikarenakan berisikan gambar-gambar yang menarik dan timbul. Berdasarkan dari pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengembangan media *pop up* tentang pemenuhan asupan kalsium pada anak usia sekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat diangkat adalah “Bagaimana pengembangan media *pop up* tentang pemenuhan kalsium pada anak usia sekolah?”

### **1.3 Tujuan**

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan media *pop up* sebagai media pendidikan tentang pemenuhan kalsium.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Melakukan analisis kebutuhan anak usia sekolah di SDN Tegal Gede 01 Jember
- b. Melakukan perancangan tentang konsep media *pop up* sebagai media edukasi kesehatan tentang pemenuhan asupan kalsium
- c. Melakukan pengembangan perangkat media *pop up* tentang pemenuhan asupan kalsium baik dari segi materi maupun bahan
- d. Melakukan implementasi produk *pop up*
- e. Melakukan evaluasi media *pop up* untuk media pendidikan tentang pemenuhan asupan kalsium

### **1.4. Manfaat Penelitian**

#### 1.4.1. Manfaat bagi peneliti

- a. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan dalam menyusun skripsi pengembangan media *pop up* tentang pemenuhan kalsium pada anak usia sekolah.
- b. Dapat menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama dibangku kuliah ke dalam kegiatan penelitian.

#### 1.4.2. Manfaat bagi objek penelitian

- a. Hasil penelitian ini sebagai masukan bagi siswa-siswi SDN Tegal Gede 01 Jember untuk menambah wawasan tentang pentingnya memenuhi asupan kalsium bagi tubuh.
- b. Penelitian ini dapat membantu meningkatkan minat belajar bagi siswa-siswi melalui media yang menarik.

#### 1.4.3. Manfaat bagi institusi penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi media belajar dalam dunia pendidikan untuk terus meningkatkan keinginan anak untuk membaca sehingga penyampaian pesan pesan mengenai pemenuhan asupan kalsium dapat terus dilakukan.

#### 1.4.4. Manfaat bagi Politeknik Negeri Jember

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran dan dapat dijadikan referensi di perpustakaan Program Studi Gizi Klinik Politeknik Negeri Jember.