

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan masa yang penting dalam tumbuh kembang anak. Anak adalah investasi bangsa sebagai generasi penerus bangsa kelak. Kualitas bangsa dapat ditingkatkan dengan upaya-upaya untuk meningkatkan sumber daya manusia dan harus dilakukan mulai dari sejak dini, sistematis, dan berkesinambungan. Salah satu hal yang menjadi faktor anak mendapatkan kualitas yang baik yaitu dengan keadaan gizi yang baik, sehingga dapat mencukupi dari segi kualitas dan kuantitasnya (Sungkowo *et al.* 2008).

Sarapan pagi menurut Annisa (2013) mendefinisikan sarapan sebagai makan makanan yang bertanya lebih dari 15 gram yang berlangsung antara pukul 05.00-08.59. Sarapan pagi bagi anak sangat penting, karena anak waktu sekolah melakukan aktivitas yang membutuhkan cukup energi. Kebutuhan gizi anak untuk mengawali aktivitas yaitu 15-30 % dari kebutuhan (Hardinsyah. 2012). Sarapan pagi yang dilakukan secara rutin dapat memenuhi karbohidrat, protein, vitamin, mineral dalam porsi kecil 20-25% dari kebutuhan dan dapat menghindari obesitas. Anak yang melewatkhan sarapan akan mengalami hipoglikemia penurunan kadar glukosa sehingga anak menjadi pusing bahkan sulit berkonsentrasi dalam sekolah dan sumber energi pada otak menjadi berkurang. Sarapan pagi berfungsi untuk meningkatkan kadar glukosa yang turun untuk mengisi energi yang kosong selama 8-10 jam (Khomsan 2002).

Sarapan pagi pada anak juga dapat meningkatkan daya ingat atau fungsi kognitif yang berhubungan dengan memori, nilai tes, dan kehadiran anak di sekolah (Rammersaud *et al.* 2005). Menurut Jumarni (2012) mengatakan bahwa kebiasaan sarapan pagi dan status gizi dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa dengan melewatkhan sarapan, asupan zat gizi berkurang sehingga mengakibatkan asupan gula terlambat masuk kedalam sel darah sehingga menyebabkan penurunan daya konsentrasi pada anak saat belajar di sekolah.

Penelitian yang dilakukan Pandey *et al* (2013) di sekolah dasar Benghazi Libya menunjukkan prevalensi sekitar 38.6% anak tidak sarapan setiap hari.

Prevalensi di Indonesia menunjukkan hasil studi bahwa sekitar 20-40% anak-anak di Indonesia tidak terbiasa untuk melakukan sarapan pagi (Hardiansyah 2012). Survei di lima kota besar menunjukkan, 17% orang dewasa tak sarapan, dan 13% tidak sarapan setiap hari. Angka tidak sarapan pada anak-anak bervariasi dari 17% di Jakarta, hingga 59% di Yogyakarta (Hardinsyah & Aries 2012). Perilaku tersebut dapat terjadi karena rendahnya pengetahuan anak tentang positifnya sarapan, gizi dan kesehatan.

Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah dasar yaitu melalui media sebagai proses belajar anak sekolah dasar. Pemilihan media belajar sebagai proses belajar yang dibutuhkan sebagai alat bantu yang dapat digunakan untuk mempermudah dalam menyampaikan pesan kepada sasaran yang dituju. Penggunaan media dipilih untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak dengan menggunakan berbagai macam media. Pemilihan media belajar harus sesuai dengan tujuan dalam pembelajaran untuk menunjang kemampuan siswa dalam belajar (Moerdiyanto,2008). Penelitian dilakukan dengan media cetak yaitu komik berisi gambaran sarapan sehat dan bergizi. Media komik mampu memberikan hiburan sekaligus pendidikan secara menyenangkan kepada anak. Komik juga mampu menampilkan cerita sederhana dengan tulisan dan bahasa sehari-hari sehingga hal tersebut mudah dipahami oleh anak – anak hingga dewasa (Santyasa, 2007).

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada saat studi pendahuluan di MI NURUL HUDA diperoleh informasi dari pihak sekolah tidak melakukan penyelenggaraan makanan pagi kepada siswa, orang tua juga jarang membawakan bekal, dan anak melewatkannya sarapan karena alasan terlambat sekolah sehingga siswa memilih untuk tidak sarapan atau membeli makanan di kantin yang berada di sekolah, sehingga kurangnya pengetahuan siswa terhadap kebiasaan sarapan sebelum melakukan aktivitas.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dapat diangkat adalah “bagaimana pengembangan media komik sebagai media pembelajaran tentang kebiasaan sarapan sehat dan bergizi sehingga dapat dipahami dan diterima oleh anak sekolah dasar?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan media komik sebagai media pendidikan tentang kebiasaan sarapan pada anak.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Melakukan perancangan media komik sebagai media pendidikan kesehatan tentang kebiasaan sarapan sehat dan bergizi.
- b. Mengetahui kelayakan media komik sarapan sehat dan bergizi untuk siswa di Mi Nurul Huda Kabupaten Lumajang.
- c. Mengetahui pengaruh media komik sarapan sehat dan bergizi untuk siswa di Mi Nurul Huda Kabupaten Lumajang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat bagi peneliti

- a. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan dalam menyusun skripsi dalam pengembangan media komik tentang kebiasaan sarapan di Mi Nurul Huda Kabupaten Lumajang.
- 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 masukkan bagi siswa di Mi Nurul Huda Kabupaten Lumajang untuk menambah wawasan mengenai kebiasaan sarapan, mengubah pola makan yang lebih baik sehingga kasus yang terjadi disekolah tersebut dapat diminimalisir
- b. Dapat membantu meningkatkan minat baca bagi siswa.

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 sarapan sehat dan bergizi 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.