

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Analisis data Riskesdas (2010) yang dilakukan terhadap konsumsi pangan pada 35.000 anak usia sekolah dasar 26,1% anak hanya sarapan dengan minuman (air, teh, dan susu) dan 44,6% anak yang sarapan hanya memperoleh < 15% Angka Kebutuhan Gizi (AKG). Sarapan memiliki pengaruh dalam pemenuhan kebutuhan gizi karena sarapan yang baik dapat memenuhi 20% dari kebutuhan gizi, kurang atau lebihnya zat gizi dapat mempengaruhi status gizi pada anak (Asih dkk, 2017). Masalah lain yang terjadi di Indonesia, tingginya angka prevalensi gizi kurang pada anak sekolah dasar ($BB/U < -2SD$) pada tahun 2010 yaitu 17,9% dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada tahun 2013 yaitu 1,5% menjadi 19,6% ditahun 2013 (Riskeadas, 2013).

Anak-anak sebagai generasi penerus bangsa yang nantinya akan menentukan kualitas bangsa perlu mendapatkan perhatian khusus mengenai kualitas hidupnya, salah satu indikator kualitas hidup yang baik dapat dilihat dari status gizi anak (Judarwanto, 2008). Salah satu cara mencapai status gizi yang baik pada anak ialah dengan membiasakan anak sarapan sebelum memulai aktifitas. Kebiasaan tidak sarapan mempunyai risiko terjadinya malnutrisi pada anak. Hal ini selaras dengan pendapat Sandercock dkk. (2010) yang menjelaskan bahwa kebiasaan sarapan yang baik berhubungan dengan index massa tubuh (IMT) pada anak. Sarapan memiliki pengaruh dalam pemenuhan kebutuhan gizi karena sarapan yang baik dapat memenuhi 20% dari kebutuhan gizi, kurang atau lebihnya zat gizi dapat mempengaruhi status gizi pada anak (Asih dkk, 2017).

Sarapan pagi merupakan makanan yang dimakan pada pagi hari. Sarapan pagi mempunyai peranan penting bagi anak. Anak yang terbiasa sarapan pagi akan mempunyai kemampuan yang lebih baik daripada anak yang tidak terbiasa sarapan pagi. Sarapan pagi bagi anak akan memacu pertumbuhan dan memaksimalkan kemampuan di sekolah (Elizabeth, 2003). Anak sekolah dasar yang dikategorikan masih dalam taraf tumbuh kembang membutuhkan banyak zat

gizi untuk menunjang segala kegiatan terutama proses pembelajaran disekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian Sukiniarti (2015) anak yang tidak serapan memiliki konsenterasi yang rendah dalam menerima pelajaran yang sampaikan.

Kebiasaan melewatkkan makan sarapan disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya kurangnya pengetahuan anak tentang pentingnya sarapan (Sediaoetama, 2009). Dalam upaya meningkatkan pengetahuan tidak terlepas dari proses pembelajaran. Perlu adanya inovasi dalam metode pembelajar yang efektif dalam memberikan edukasi terkait pentingnya sarapan pada anak sekolah dasar agar penyampian pesan dapat lebih efektif. Inovasi tersebut dapat berupa pengembangan media atau alat bantu dalam suatu pembelajaran agar siswa lebih mudah memahami dan mengerti tentang pentingnya sarapan. Pemilihan media atau alat bantu dalam proses pembelajaran juga harus di sesuaikan terhadap sasaran atau penerima pesan agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik (Moerdiyanto, 2008).

Salah satu media yang dapat digunakan sebagai media edukasi ialah *Booklet*. *Booklet* adalah suatu media komunikasi berupa buku kecil yang digunakan untuk menyampaikan informasi baik dalam bentuk tulisan maupun gambar yang tidak lebih dari 30 halaman (Simamora,2009). Pemilihan media *Booklet* sebagai media edukasi karena memiliki kelebihan materi yang disampaikan lebih lengkap dan mudah dibawa kemana. Menurut penelitian Zulaekah (2012) menyebutkan bawah media *Booklet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar. Hal ini juga di perkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2014), terjadi peningkatan nilai *pretest* pada mean pengetahuan 32,92 menjadi 81,46 setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media *Booklet*.

Hal ini menjadi alasan penelitian dilakukan untuk membuat sekaligus mengembangkan media *Booklet* sebagai media edukasi gizi tentang pentingnya sarapan sehat bagi siswa sekolah dasar untuk menghindari risiko malnutrisi pada anak sekolah dasar. Penelitian ini nantinya akan dilakukan di SDN 03 Rambipuji dengan alasan masih banyak dari siswa siswi di SDN 03 Rambipuji yang sering melewatkkan waktu sarapan. Di samping itu belum ada media promosi kesehatan

yang dapat membantu dalam mengedukasi penyampaian pesan tentang pentingnya sarapan sehat bagi siswa siswi.

1.2 Rumusan masalah

Bagaimana pengembangan media *Booklet* sebagai media edukasi gizi tentang pentingnya sarapan bagi siswa sekolah dasar di SDN 03 Rambipuji.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Mengembangkan *Booklet* sebagai media edukasi gizi tentang penting sarapan sehat bagi siswa Sekolah Dasar.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kebutuhan siswa dan guru terhadap *booklet* sebagai media edukasi gizi bagi siswa Sekolah Dasar di SDN 03 Rambipuji.
- b. Menganalisis *prototype booklet* sebagai media edukasi gizi bagi siswa Sekolah Dasar di SDN 03 Rambipuji.
- c. Menganalisis kelayakan *Booklet* sebagai media edukasi gizi bagi siswa Sekolah Dasar di SDN 03 Rambipuji.
- d. Menganalisis keefektifan *Booklet* sebagai media edukasi gizi dalam meningkatkan pengetahuan tentang penting sarapan sehat bagi siswa Sekolah Dasar di SDN 03 Rambipuji.
- e. Menganalisis daya terima *Booklet* sebagai media edukasi gizi bagi siswa sekolah dasar di SDN 03 Rambipuji.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman baru selama proses penelitian.

1.4.2 Bagi lembaga

Diharap dapat menambah literatur dan masukan bagi peneliti selanjutnya, sehingga diperoleh media yang lebih baik dan efektif sebagai media edukasi khususnya bidang gizi.

1.4.3 Bagi Subjek

Memberikan informasi tentang pentingnya sarapan sehat bagi siswa sekolah dasar sebagai upaya dalam meningkatkan pengetahuan terkait masalah gizi