

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi serta kesehatan adalah hal yang berpengaruh dalam membentuk kualitas sumber daya manusia yang sehat, produktif, dan cerdas. Gizi yang baik akan menghasilkan berat badan normal atau sehat, tubuh tidak akan mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini (KEMENKES RI, 2014). Gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas, sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif.

Kekurangan gizi dan kelebihan gizi adalah masalah yang umum terjadi di negara-negara berkembang (WHO, 2010). Di Indonesia, saat ini masalah gizi ganda juga masih ditemukan pada siswa sekolah dasar. Menurut Brown (2011), siswa sekolah dasar yaitu 6-12 tahun, pertumbuhan fisik, intelektual, mental, dan sosial anak mengalami pertumbuhan secara cepat. Ditambah dengan adanya peningkatan aktivitas fisik, menyebabkan golongan usia ini membutuhkan gizi yang memadai, agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Siswa sekolah dasar adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi, sehingga gizi siswa sekolah dasar harus dipantau.

Berdasarkan data hasil Riskesdas pada tahun 2018, di Indonesia secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak yang berumur 5-12 tahun adalah 11,2% , terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2 % kurus, masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun juga tergolong masih tinggi yaitu 18,8%, 2 terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Tingginya angka tersebut tentunya merisaukan dan akan berdampak pada semakin menurunnya aktivitas dan produktivitas kerja sumber daya manusia (SDM) di Indonesia pada masa mendatang.

Kurangnya pengetahuan gizi seimbang merupakan salah satu faktor tidak langsung yang menyebabkan timbulnya masalah gizi ganda di Indonesia. Pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan dan selanjutnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu

tersebut yang bersangkutan (Maharibe dkk, 2014). Guna mencapai kesehatan dan status gizi yang baik diperlukan adanya suatu pedoman gizi yang seimbang di setiap negara. Namun sosialisasi tersebut nyatanya masih kurang dan belum banyak masyarakat yang menerapkan mengenai pedoman gizi seimbang. Sebagaimana yang telah dikatakan oleh Soekirman (2011) yaitu pada tahun 2003 dan 2005 Departemen Kesehatan RI telah mengeluarkan buku tentang pedoman gizi seimbang namun kurangnya publikasi serta sosialisasi mengenai hal tersebut membuat masyarakat di Indonesia kurang memahami dan mengenal pedoman gizi seimbang.

Penelitian mengenai pengetahuan gizi siswa sekolah dasar telah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut dilakukan oleh Yuniarko (2015) pada siswa sekolah dasar di Kabupaten Magelang yaitu pengetahuan berada pada kategori “rendah” sebesar 20,47% dan kategori “sedang” sebesar 63,78%, penelitian oleh Sinaga (2017) di Kalimantan Selatan menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi siswa sekolah dasar adalah 57,5 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi siswa sekolah dasar di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah. Penelitian lainnya dilakukan oleh Setiyaningrum (2017) di Surakarta menjelaskan bahwa 70,1% siswa memiliki pengetahuan gizi seimbang yang kurang dan semua siswa menjawab bahwa Pedoman Umum Gizi Seimbang saat ini adalah Empat Sehat Lima Sempurna. Penyampaian pesan gizi seimbang yang kurang optimal akan memberikan pemahaman yang salah sehingga akan berdampak besar bagi kesehatan dan kualitas hidup selanjutnya (KEMENKES RI, 2014).

Untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi ganda pada siswa sekolah dasar perlu adanya suatu upaya yaitu peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang yang benar. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang adalah melalui proses pendidikan. Upaya mengoptimalkan penyampaian pesan gizi seimbang kepada masyarakat diperlukan sosialisasi yang lebih aplikatif ke berbagai elemen masyarakat (KEMENKES RI, 2014).

Suatu proses pendidikan gizi dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah adanya media atau alat bantu yang digunakan didalam proses pendidikan tersebut (Notoatmodjo, 2011). Media edukasi sangat berperan penting dalam upaya peningkatan pengetahuan gizi pada siswa sekolah dasar (Eliana dan Sholikah, 2012).

Beberapa penelitian guna meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang gizi seimbang dengan menggunakan media edukasi telah dilakukan oleh Perdana dkk. (2015) dengan media berbasis android dan website, Tuzzaroh (2015) dengan media poster dan permainan kuartet gizi, Ramadhani (2015) dengan media buku bergambar, dan masih banyak penelitian lainnya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan mengenai gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

Pada penelitian ini, peneliti mencoba mengembangkan media cetak sebagai media edukasi yaitu media *flash card*. Media tersebut berisi materi tentang empat pesan gizi seimbang yaitu pentingnya mengonsumsi makanan yang beragam, pentingnya pola hidup bersih, pentingnya melakukan aktivitas fisik, dan pentingnya selalu memantau berat badan. Empat pesan gizi seimbang tersebut divisualisasikan dalam Tumpeng Gizi Seimbang (TGS). Soekirman (2011) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa 68% dari 300 lebih responden mengatakan bahwa TGS lebih bersifat informatif dan isinya mudah dipahami. Dengan mengembangkan media *flash card* ini, diharapkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang dapat meningkat.

Media cetak dipilih karena memiliki beberapa keunggulan yaitu fleksibel, awet, murah dalam pemeliharaannya, dan mudah dalam penggunaannya (Gafur, 2010). Media *flash card* adalah media berbentuk kartu bergambar yang dapat menstimulasi siswa menerima sebuah materi dengan menggunakan gambar. Keunggulan dari media *flash card* yaitu memiliki gambar yang sederhana namun memiliki pesan yang jelas. Selain itu, bentuk media yang menampilkan gambar dapat mempermudah anak dalam mengamati sesuatu dan dapat memperjelas suatu masalah, sehingga media *flash card* dirasa efektif digunakan sebagai media edukasi (Sari, 2015).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan di SDN Bintoro 01 pada tanggal 7 April 2018, menunjukkan bahwa belum adanya media edukasi sebelumnya dalam penyampaian pesan gizi seimbang. Selain itu, sebagian besar siswa sebelumnya telah mengetahui media kartu bergambar atau *flash card*. Siswa kelas IV dan V juga pernah belajar di kelas dengan media kartu bergambar.

Dari pernyataan diatas maka perlu diadakannya pengembangan media edukasi tentang pedoman gizi seimbang bagi siswa sekolah dasar dengan menggunakan media *flash card*. Penelitian ini dilakukan di SDN Bintoro 01 di Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember. Pemilihan lokasi berdasarkan tingkat pengetahuan siswa yang masih kurang mengenai konsep gizi seimbang. Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan, siswa-siswa masih menyebutkan empat sehat lima sempurna sebagai pedoman gizi seimbang. Berdasarkan pertimbangan tersebut, maka dipilihlah SD Bintoro 01 Jember sebagai lokasi penelitian.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengembangan media *flash card* tentang pedoman gizi seimbang sebagai media edukasi untuk siswa sekolah dasar di SDN Bintoro 01 Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengembangkan media *flash card* tentang pedoman gizi seimbang sebagai media edukasi untuk siswa sekolah dasar di SDN Bintoro 01 Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kelayakan *flash card* tentang pedoman gizi seimbang sebagai media edukasi untuk siswa sekolah dasar di SDN Bintoro 01 Jember.
2. Mengetahui keefektifan media *flash card* tentang pedoman gizi seimbang sebagai media edukasi untuk siswa sekolah dasar di SDN Bintoro 01 Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi siswa yaitu meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

1.4.2 Bagi Sekolah Dasar

Penelitian ini diharapkan menjadi sebuah solusi yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan pesan mengenai pedoman gizi seimbang kepada siswa sekolah dasar.

1.4.3 Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sebuah acuan dalam mengembangkan sebuah penelitian lain yang terkait dengan media *flash card* sebagai media edukasi tentang pedoman gizi seimbang bagi siswa sekolah dasar.

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan Politeknik Negeri Jember

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pengetahuan terbaru terkait media *flash card* sebagai media edukasi tentang pedoman gizi seimbang bagi siswa sekolah dasar dan dapat dipublikasikan oleh institusi tersebut.

1.4.5 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan wawasan peneliti dalam melaksanakan suatu penelitian dan sebagai salah satu syarat kelulusan dalam menempuh jenjang pendidikan D4 Gizi Klinik di Politeknik Negeri Jember.