# BAB 1. PENDAHULUAN

## Latar Belakang

Usia sekolah merupakan masa dimana anak dianggap mampu bertanggungjawab terhadap tingkah lakunya sendiri dalam menjalin hubungan dengan orangtua, teman sebaya dan orang lainnya. Pada periode ini banyak terjadi perubahan aktivitas, lingkungan, serta pola makan yang tidak tepat. Karakteristik lain dari anak usia sekolah yaitu mulai meningkatnya konsumsi makanan jajanan dikarenakan orang tua memberikan uang saku selama sekolah sehingga anak mampu membeli makanan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah. Apabila terdapat perubahan yang signifikan akibat aktivitas yang dilakukan lebih sedikit serta jumlah asupan yang dikonsumsi berlebih, maka anak usia sekolah tersebut dapat dikategorikan dalam status gizi lebih (Purnamasari, 2018).

Obesitasmerupakan masalah gizi yang belum terselesaikan di Indonesia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar prevalensi obesitas pada anak usia 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U cenderung mengalami peningkatan. Pada tahun 2007 sebanyak 6,4% anak usia 5-12 tahun mengalami obesitas, tahun 2010 meningkat menjadi 9,2%, tahun 2013 sebanyak 18,8% dengan prevalensi gemuk 10,8% dan obesitas 8,8%, pada tahun 2018 prevalensi gemuk di Indonesia sebesar 9,2%, untuk Jawa Timur berada dalam urutan keenam dengan prevalensi gemuk sebesar 11,1%. Sedangkan anak usia 5-12 tahun yang mengalami status gizi lebih kembali meningkat sebesar 20% dengan prevalensi gemuk sebanyak 10,8% dan obesitas sebanyak 9,2% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Penyebab umum terjadinya obesitas yaitu karena adanya pengaruh gaya hidup yang konsumtif, fasilitas serba canggih, dan konsumsi makanan cepat saji. Semakin tinggi pendapatan keluarga tidak menutup kemungkinan berdampak pada perubahan pola konsumsi keluarga yang cenderung mengonsumsi makanan tinggi lemak serta makanan cepat saji (*fast food*), apabila konsumsi makanan berlemak tinggi tidak diimbangi dengan konsumsi makanan tinggi serat maka

lemak dalam tubuh akan tertimbun dan dapat mengakibatkan obesitas. Di era globalisasi ini banyak diciptakan fasilitas serba canggih, hal tersebut mendorong ke arah perilaku *sedentari* pada anak. Anak akan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menonton televisi maupun bermain gadget sehingga aktivitas fisik yang dilakukan akan berkurang dan berdampak pada tumbuh kembang anak akibat adanya penumpukan lemak dalam tubuh (Yaqin dan Nurhayati, 2014)

Obesitas akan menyebabkan berbagai gangguan kesehatan. Dampak yang paling signifikan yang terjadi pada obesitas yaitu risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler, diabetes tipe II, serta berbagai kanker yang berdampak pada kematian (Purnamasari, 2018). Pada anak sekolah, obesitas dapat menurunkan konsentrasi belajar anak, mudah mengantuk, dan tingkat keaktifan anak menurun sehingga dapat berpengaruh pada prestasi belajar (Ulilalbab Arya, dkk, 2017)

Berdasarkan analisis situasi di lapangan, setelah dilakukan skrining di SDN Karangrejo 1 Jember dapat diketahui bahwa dari 91 anak usia sekolah kelas 3,4, dan 5 dengan usia 9-12 tahun didapatkan sebanyak 17,5% anak usia sekolah mengalami obesitas. Di lingkungan sekolah sudah disediakan kantin yang menjual makanan ringan dalam kemasan (snack), namun masih banyak anak yang membeli jajanan sembarangan yang dijajakan pedagang diluar sekolah dan rata-rata makanan yang dijual merupakan makanan gorengan yang cenderung berminyak.

Di sekolah tersebut belum pernah dilakukan pendidikan gizi. Untuk itu, perlu diadakan pendidikan gizi menggunakan alat bantu berupa media pendidikan. Pendidikan gizi yang dilakukan menggunakan bantuan media akan mempermudah serta memperjelas responden untuk memahami serta menerima materi yang akan disampaikan. Menurut penelitian Nur Rohim (2015) pendidikan gizi yang diberikan melalui metode ceramah dengan bantuan media buku cerita lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri dibandingkan dengan metode ceramah tanpa bantuan media.

Pemberian edukasi gizi pada anak usia sekolah diupayakan melalui media yang menarik bertujuan agar dalam menyampaikan materi dapat lebih mudah diterima oleh siswa dan mengurangi adanya kejenuhan. Edukasi yang akan diberikan berupa ceramah dengan media *booklet*. Ceramah dilakukan dengan penyampaian materi secara lisan dengan menggunakan alat bantu berupa slide untuk menampilkan materi yang akan disampaikan. Ceramah dilakukan melalui komunikasi dua arah tujuannya adalah agar pemateri dapat mengetahui respon yang diberikan oleh responden selama penyampaian materi. Kelebihan dari metode ceramah ini dapat menjangkau subjek dalam jumlah banyak serta informasi yang disampaikan oleh pemateri dapat dibahas lebih detail (Bertalina, 2015).

*Booklet* merupakan alat bantu yang digunakan sebagai media penyampaian pesan kesehatan dalam bentuk buku yang berisi tulisan serta gambar. Kelebihan dari media ini adalah informasi yang terdapat didalamnya lebih lengkap, jelas dan bersifat edukatif serta dapat dibaca berulang karena bisa dibawa kemana saja (Safitri, 2016).

Setelah melakukan wawancara dengan kepala sekolah serta sebagian guru, didapatkan kesepakatan bahwa media yang dipilih oleh siswa dan guru untuk kemudian dapat digunakan dalam pendidikan gizi di SDN Karangrejo 1 Jember adalah *Booklet*. *Booklet* ini nantinya akan diberikan kepada anak usia sekolah yang mengalami obesitas, orangtua siswa, dan guru sebagai media informasi mengenai edukasi gizi obesitas khususnya penerapan gizi seimbang untuk anak usia sekolah.

Menurut penelitian yang pernah dilakukan pada tahun 2016 mengenai Pengaruh Edukasi Gizi dengan Ceramah dan *Booklet* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja *Overweight* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok ceramah dan kelompok edukasi menggunakan media *booklet* (Safitri, 2016).

Berdasarkan permasalahan yang terjadi di SDN Karangrejo 1 Jember tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pembuatan *Booklet* sebagai Media Pendidikan Gizi Anak Usia Sekolah Obesitas di Sekolah Dasar Negeri Karangrejo 1 Jember**.**

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pembuatan *booklet* untuk anak usia sekolah obesitas di SDN Karangrejo 1 Jember?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Membuat *booklet* untuk anak usia sekolah obesitas di SDN Karangrejo 1 Jember.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian “Pembuatan *Booklet* sebagai Media Pendidikan Gizi Anak Usia Sekolah Obesitas di SDN Karangrejo 1 Jember” adalah :

1. Menyusun *booklet* tentang pendidikan gizi pada anak usia sekolah obesitas.
2. Mengidentifikasi uji kelayakan kepada ahli media dan ahli materi terhadap kualitas *booklet* tentang pendidikan gizi anak usia sekolah obesitas.

Mengidentifikasi daya terima anak usia sekolah yang mengalami obesitas terhadap daya terima *booklet* tentang pendidikan gizi anak usia sekolah obesitas.

## 1.4 Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pembuatan *booklet* sebagai media pendidikan gizi anak usia sekolah obesitas di SDN Karangrejo 1 Jember.

2. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan kepada pihak Sekolah SDN Karangrejo 1 Jember mengenai pembuatan *booklet* untuk anak usia sekolah obesitas.