

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anak sekolah dasar merupakan golongan usia 6-12 tahun yang mulai mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Golongan usia ini memasuki masa pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan fisik yang sehat. Oleh karena itu anak membutuhkan asupan gizi yang seimbang. Kurangnya asupan gizi yang seimbang akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu cara untuk memenuhi asupan gizi yang seimbang yaitu dengan membiasakan sarapan pagi (Jayanti, 2018).

Menurut Purnamasari (2018) sarapan pagi merupakan kegiatan pemenuhan sebagian kebutuhan gizi sekitar 15-30% yang dilakukan pada waktu bangun pagi sampai jam 9 dengan makan dan minum. Sarapan pagi dianjurkan mengkonsumsi makanan yang seimbang. Makanan yang seimbang yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, serat, vitamin, dan mineral yang terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, buah-buahan dan minuman. Pada kenyataannya masih terdapat anak sekolah dasar yang melewatkan sarapan pagi. Berdasarkan penelitian Gemily dkk (2015), terdapat 66,7% yang sering sarapan dan 33% jarang sarapan pada anak sekolah dasar. Menurut penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat 69,6% anak Indonesia masih belum mengkonsumsi sarapan sesuai dengan anjuran gizi seimbang (Perdana dan Hardiansyah, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Nindrea (2017), alasan yang mendasari anak sekolah dasar melewatkan sarapan pagi yaitu takut terlambat dan tidak lapar atau tidak nafsu makan. Apabila anak sekolah dasar melewatkan sarapan pagi akan mengalami hipoglikemia atau kekurangan kadar glukosa. Hipoglikemia dapat mengakibatkan tubuh menjadi pusing, lemas, gemetar, dan sulit konsentrasi belajar. Menurut Ibu Komariah salah satu guru di SDN Mumbulsari 03 Kabupaten Jember dampak yang muncul dari melewatkan sarapan adalah pusing, sakit perut dan rendahnya konsentrasi. Anak sekolah dasar yang melewatkan sarapan biasanya terjadi pada hari senin, karena di hari senin anak sekolah dasar harus

berangkat pagi untuk mengikuti upacara. Tetapi selain itu sarapan memberikan manfaat seperti meningkatkan asupan vitamin, mempengaruhi daya pikir, konsentrasi, dan mengontrol kenaikan berat badan (Indriatie dkk, 2016).

Hasil dari analisis situasi dengan memberikan kuesioner yang dilakukan di SDN Mumbulsari 03 yang berjumlah 39 anak terdapat 16 anak sekolah dasar yang melewati sarapan pagi dan 23 yang selalu sarapan pagi. Beberapa anak sekolah dasar yang melewati sarapan pagi perlu diberikan informasi gizi dan kesehatan. Salah satu cara memberikan informasi gizi dan kesehatan yaitu dengan memberikan edukasi tentang sarapan pagi sedini mungkin. Edukasi gizi dapat disampaikan dengan menggunakan media pembelajaran. Selama ini di SDN Mumbulsari 03 masih belum pernah ada penyuluhan atau edukasi tentang pentingnya sarapan dengan menggunakan media pembelajaran.

Menurut Sanaky (2013) media pembelajaran adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi, sehingga dapat mendukung terciptanya proses belajar dan mencapai tujuan pembelajaran. Pada analisis kebutuhan jenis media visual yang diperkenalkan pada anak sekolah dasar yaitu komik, *pop up book*, buku saku, dan modul. Dari keempat media yang diperkenalkan pada anak sekolah dasar kelas 4, 5, dan 6 media komik dan *pop up book* terpilih sebagai media yang paling disukai diantara keempat media, namun anak sekolah dasar lebih banyak menyukai media *pop up book*. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan dalam menentukan media pembelajaran di SDN Mumbulsari 03 Kabupaten Jember media *pop up book* yang paling banyak disukai dengan 29 siswa yang menyukai. Menurut kepala sekolah SDN Mumbulsari 03 media *pop up book* lebih menarik bagi anak-anak dalam menyampaikan suatu informasi dalam edukasi. Menurut Fatimah (2014) media *Pop Up Book* dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar terkait PGS 2014. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk memberikan edukasi tentang pentingnya sarapan dengan menggunakan media *pop up book* supaya anak sekolah dasar mengurangi kebiasaan melewati sarapan pagi sehingga kegiatan belajar mengajar disekolah berjalan dengan lancar.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pembuatan *pop up book* sarapan sebagai media edukasi untuk anak sekolah dasar di SDN Mumbulsari 03 Kabupaten Jember?

## 1.3 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah membuat *pop up book* sarapan sebagai media edukasi untuk anak sekolah dasar di SDN Mumbulsari 03 Kabupaten Jember.

## 1.4 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mendapatkan hasil pembuatan media *pop up book* sarapan
- b. Mendapatkan hasil validasi ahli materi dan ahli media terhadap media *pop up book* sarapan sebagai media edukasi.

## 1.5 Manfaat Penelitian

### 1. Bagi Siswa

Dapat memberikan edukasi tentang pentingnya sarapan untuk anak sekolah dasar di SDN Mumbulsari 03 dengan *pop up book* sebagai media edukasi kepada siswa.

### 2. Bagi Guru

Dapat membantu guru-guru di SDN mumbulsari 03 dalam menyampaikan pentingnya sarapan pagi sebelum berangkat sekolah.

### 3. Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai alat media edukasi dalam menyampaikan pentingnya sarapan sebelum berangkat sekolah.