

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan faktor utama yang diperlukan untuk melaksanakan pembangunan nasional. Faktor gizi memegang peranan penting dalam mencapai SDM berkualitas¹. Gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif².

Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan modal pembangunan, oleh karena itu tingkat kesehatannya perlu dibina dan ditingkatkan. Salah satu upaya kesehatan tersebut adalah dengan perbaikan gizi anak usia sekolah dasar. Masalah gizi yang sering terjadi pada siswa sekolah dasar adalah gizi kurang dan gizi lebih³.

Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi status gizi anak 6 – 12 tahun dengan kependekan sebesar 35,6 %, kekurusan sebesar 12,2% dan kegemukan 9,2%³. Hasil data status gizi anak usia 6-12 tahun menurut Riskesdas 2010 Prevalensi anak pendek secara nasional tahun 2010 masih cukup tinggi yaitu 35,8% dan prevalensi kurus sekitar 11%.

Penyebab terjadinya masalah gizi pada anak bisa disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya pola sarapan. Sarapan adalah kebutuhan manusia yang seharusnya dilakukan secara teratur setiap pagi, untuk kebutuhan nutrisi dan perkembangan otak serta menghindari risiko anak kekurangan gizi dan obesitas⁴.

Sarapan bagi anak sekolah sangatlah penting, karena di waktu sekolah umumnya aktivitas yang dilakukan membutuhkan lebih banyak energi yang cukup besar seperti belajar dan bermain⁵. Selain itu sarapan terbukti dapat meningkatkan kemampuan belajar dan stamina anak⁶. Sarapan dapat menyumbang sepertiga dari kebutuhan gizi sehari yaitu sekitar 300-500 kalori dengan 8-9 gram protein⁷.

Kebiasaan sarapan termasuk ke dalam salah satu dari 10 pesan dasar gizi seimbang, seperti yang tercantum juga dalam Permenkes No.41/2014 mengenai Pedoman Gizi Seimbang, bahwa salah satu dari 10 Pesan Gizi Seimbang yang baru adalah "Biasakan Sarapan". Meskipun pentingnya sarapan sudah disampaikan dalam Pedoman Gizi Seimbang, akan tetapi kebiasaan sarapan pada anak sekolah masih rendah. Penelitian membuktikan bahwa 16,9%-59% anak sekolah, remaja, dan orang dewasa di Indonesia tidak sarapan dan hampir separuh (44.6%) anak usia sekolah sarapan dengan kualitas gizi rendah⁸. Hal tersebut menunjukkan belum semua anak sarapan sebelum berangkat sekolah serta rendahnya pengetahuan siswa terhadap pentingnya sarapan.

Mengingat pentingnya sarapan maka diperlukan pendidikan gizi untuk meningkatkan kebiasaan sarapan pada anak sekolah. Pendidikan gizi di sekolah mempunyai beberapa keuntungan antara lain anak-anak mempunyai pemikiran yang terbuka dibandingkan orang dewasa, dan pengetahuan yang diterima dapat merupakan dasar bagi pembinaan kebiasaan makannya. Anak-anak umumnya mempunyai hasrat besar untuk ingin tahu dan mempelajarinya lebih jauh⁹. Pendidikan gizi memerlukan pendekatan yang strategis agar tercapai secara efektif

dan efisien sehingga diperlukan strategi atau metode yang tepat untuk menyampaikan¹⁰.

Untuk menunjang keberhasilan dalam melakukan pendidikan gizi mengenai sarapan sehat kepada anak sekolah diperlukan suatu media yang menarik dan mudah dipahami. Media yang menarik akan meningkatkan daya tarik yang tinggi sehingga menjadi aset awal bagi partisipan untuk mencermati setiap isi pesan yang dituang dalam media. Anak sekolah dasar memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap gambar visual dan cerita. Ketertarikan tersebut akan sangat penting bagi tercapainya penyampaian informasi gizi¹¹.

Buku bergambar merupakan salah satu strategi dalam menarik perhatian anak dan pembaca pada umumnya. Gambar merupakan media yang efektif untuk mengungkapkan gagasan karena lebih mudah dicerna. Kesenambungan antara gambar dengan alur cerita yang menarik dapat menstimulasi otak anak untuk menerima pesan dan mengingatnya dengan baik¹¹.

Studi yang dilakukan oleh Ramadhani (2015) menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan atau peningkatan pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah penyuluhan melalui buku cerita bergambar¹². Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pengembangan media buku cerita bergambar terhadap pengetahuan sarapan sehat pada siswa sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diambil rumusan masalah yang akan diteliti yaitu “Apakah ada Pengaruh Pengembangan Media Buku Cerita Bergambar terhadap Peningkatan Pengetahuan Sarapan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh pengembangan media buku cerita bergambar terhadap peningkatan pengetahuan sarapan sehat pada siswa sekolah dasar.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus, penelitian dilakukan bertujuan untuk :

- a. Menganalisis nilai pengetahuan siswa sebelum diberikan media buku cerita bergambar dan *leaflet*
- b. Menganalisis nilai pengetahuan siswa setelah diberikan media buku bergambar dan *leaflet*
- c. Menganalisis nilai pengetahuan siswa tentang Sarapan Sehat sebelum dan sesudah diberikan media cerita bergambar.
- d. Menganalisis nilai pengetahuan siswa tentang Sarapan Sehat sebelum dan sesudah diberikan media *leaflet*.
- e. Menganalisis efektivitas peningkatan pengetahuan dengan media buku cerita bergambar.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk ruang lingkup di bidang gizi dengan cakupan penelitian gizi masyarakat khususnya tentang media dalam kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi gizi.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Bagi peneliti, dapat menambah teori dan inovasi media pendidikan gizi mengenai sarapan sehat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa Sekolah Dasar

Meningkatkan pengetahuan siswa tentang sarapan sehat dengan media yang menarik dan menyenangkan.

b. Bagi Sekolah Dasar

Memberi masukan dan alternatif media pembelajaran gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi.

c. Bagi Jurusan Gizi

Memberi alternatif berbagai macam media untuk meningkatkan pengetahuan dan pembelajaran gizi.

F. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian mengenai sarapan sehat yang telah dilakukan diantaranya adalah :

Tabel 1. Penelitian tentang Sarapan Sehat

Peneliti/ Judul	Jenis Penelitian	Variabel	Perbedaan
Siwi (2016) “Media Komik untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Pada Siswa Kelas IV SDN 01 Manguharjo Kota Madiun”.	quasi experimental dengan <i>pretest-posttest one group design</i>	Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Penyuluhan dengan Media Komik, variabel terikat ini adalah pengetahuan tentang sarapan pagi.	1. Media yang digunakan adalah komik 2. Variabel bebas : pengembangan buku cerita bergambar sebagai media penyuluhan 3. Desain penelitian : <i>pre and post test with control group design</i>
Jayanti (2018) “Pengaruh Penyuluhan Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah di SDN 02 Baruga Kota Kendari”	Quasi eksperimental dengan rancangan <i>one group pre test dan post test design</i>	Variabel bebas yaitu penyuluhan dengan menggunakan media poster tentang pentingnya sarapan pagi dan variabel terikat yaitu pengetahuan dan sikap anak sekolah di SDN 02 Baruga	Tidak menggunakan media, hanya ceramah 1. Variabel bebas : pengembangan buku cerita bergambar sebagai media penyuluhan 2. Desain penelitian : <i>pre and post test with control group design</i>