

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan dan kesejahteraan anak-anak merupakan syarat penting untuk berprestasi dimana hal ini sesuai dengan tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), terutama yang berfokus pada kemiskinan, keamanan, kesehatan, pendidikan, dan pengurangan ketidaksetaraan. *World Health Organization (WHO)* juga menyebutkan jika anak-anak dan remaja dengan kesehatan yang baik memegang peran penting dalam kontribusi pada perubahan transformatif dan pembangunan berkelanjutan, dimana hal ini selaras dengan SDGs (Suriyati et al., 2021).

Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang merupakan modal dalam pembangunan. Maka dari itu kesehatannya perlu dibina dan ditingkatkan. Untuk mencapai hal tersebut dilakukan upaya kesehatan berupa perbaikan gizi terutama pada usia sekolah dasar yaitu usia 7-12 tahun. Gizi yang baik dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas, memiliki fisik yang tangguh, serta produktif. Upaya perbaikan gizi pada anak terutama anak sekolah dasar merupakan langkah yang strategis karena akan berdampak secara langsung terhadap pencapaian sumber daya manusia yang berkualitas (Depkes RI, 2005).

Masalah gizi yang umum terjadi pada anak usia sekolah antara lain yaitu gizi kurang (defisiensi) dan gizi lebih (*over nutrition*). Berdasarkan data hasil Riskesdas 2018 mengenai status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun sebesar 2,4% anak sangat kurus, 6,8% anak kurus, 10,8% anak gemuk, dan 9,2% anak obesitas. Sementara untuk prevalensi

status gizi anak usia 5-12 tahun di Provinsi D.I Yogyakarta yaitu sebanyak 1,8% anak memiliki status gizi sangat kurus, 6,4% anak kurus, 10,9% anak gemuk dan 10,1% anak obesitas. Di Kota Yogyakarta sendiri sebanyak 1,5% anak dengan status gizi sangat kurus, 5,4% anak dengan status gizi kurus, 8,5% anak dengan status gizi gemuk, dan 14,7% anak dengan status gizi obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Pada dasarnya masalah ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan sehingga menyebabkan pola makan yang kurang baik, seperti kebiasaan tidak sarapan, tidak membawa bekal makanan kesekolah, dan mengonsumsi jajanan yang kurang baik. Makanan yang sering dikonsumsi anak-anak saat ini yaitu *junkfood* dan makanan ringan (snack) yang mana makanan tersebut seringkali ditambahkan BTP (Bahan Tambahan Pangan). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sunaryo (2018), menunjukkan bahwa pola konsumsi siswa belum sesuai dengan prinsip gizi seimbang dimana siswa tidak melakukan sarapan pagi sebesar 56%, tidak membawa bekal makanan ke sekolah sebesar 67%, dan sering jajan di sekolah sebesar 95%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anzarkusuma et al, (2014) dalam (Ronitawati et al., 2020), sebanyak 79% siswa SD tidak membawa bekal dan hanya 21% anak yang membawa bekal. Padahal membawa bekal kesekolah dapat menjadi salah satu cara untuk menghindarkan anak dari rasa lapar, dan jajanan yang kemungkinan besar tidak higienis serta tidak aman (BPOM, 2018). Menyiapkan bekal makanan untuk anak masih menjadi tantangan bagi orang tua saat ini. Sebagian besar orang tua bekerja sehingga tidak memiliki banyak waktu untuk menyiapkan bekal makanan yang baik untuk anaknya. Beberapa orang tua membawakan bekal makanan yang memiliki berbagai bentuk seperti makanan ringan yang dibungkus merk tertentu, ada pula yang membawakan bekal

makanan berupa nasi dan makanan berat. Namun kesadaran untuk membawakan bekal makanan yang seimbang masih kurang. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Astrianti (2019) dalam (Umasugi et al., 2020) anak yang memiliki kebiasaan membawa bekal makanan kesekolah, isi bekalkunya tidak sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan kualitas gizinya masih kurang dari AKG yang dianjurkan untuk anak usia sekolah. Dalam penelitian tersebut juga disebutkan jika membawa bekal berpengaruh pada kecukupan gizi anak.

Dalam Sulistyoningsih, (2011) menyebutkan jika sebanyak 52,7% anak sekolah dasar memiliki pengetahuan tentang gizi yang masih kurang. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi pada anak sekolah dasar yaitu dengan melakukan pendidikan gizi. Pendidikan gizi yang dilakukan di sekolah memiliki peluang keberhasilan yang lebih besar dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi di masyarakat karena siswa sekolah di harapkan dapat menjadi jembatan bagi guru dalam menjangkau orang tua.

Oleh karena itu perlu diadakannya upaya pendekatan berupa edukasi gizi mengenai isi bekal yang baik dan benar. Anak usia sekolah yang berpotensi sebagai agen perubahan (*Agent of Change*) sebaiknya diberikan pengetahuan gizi sedini mungkin karena pada dasarnya anak-anak memiliki keinginan tinggi untuk mengetahui dan mempelajari sesuatu (Wulandari, 2007). Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh dalam pemilihan makanan di sekolah maupun di rumah. Pengetahuan pada anak dapat diperoleh secara internal ataupun eksternal. Pengetahuan internal merupakan pengetahuan yang berasal dari diri sendiri serta pengalaman hidup, sedangkan pengetahuan eksternal merupakan

pengetahuan yang berasal dari luar ataupun orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah (Kemenkes, 2014).

Untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah dasar terdapat beberapa cara yang bisa dilakukan, salah satunya melalui pendidikan gizi dengan penyuluhan. Usia anak yang sesuai untuk diberikan pendidikan gizi yaitu mulai usia 6-14 tahun karena pada usia ini anak mulai matang untuk belajar karena masuk ke dalam kategori periode intelektual. (Hartono et al., 2015). Penyuluhan gizi merupakan salah satu pendekatan edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi. Untuk melakukan penyuluhan tersebut diperlukan media. Media sendiri merupakan suatu alat yang digunakan untuk menyampaikan materi yang akan diberikan. Penggunaan media penyuluhan gizi yang akan digunakan pada penelitian ini bertujuan untuk mempermudah sasaran dalam menerima pesan gizi mengenai isi bekal yang baik.

Penelitian yang dilakukan Ni'mah et al. (2022) membuktikan bahwa metode permainan yang digunakan lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan pada siswa Sekolah Dasar (SD). Hal ini sejalan dengan teori pendidikan konstruktivitas Piaget yang menegaskan jika kemampuan kognitif anak dapat dirangsang melalui pendidikan dan permainan serta memberi kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan, orang dewasa, dan peer atau sebaya (E. R. Hidayah et al., 2021), (Utami, 2016). Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Gizi Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Peningkatan Pengetahuan Mengenai Isi bekal Pada Anak Usia Sekolah Dasar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh penyuluhan isi bekalku menggunakan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar?
2. Apakah penyuluhan gizi dengan media permainan ular tangga lebih efektif dibandingkan poster dalam meningkatkan pengetahuan isi bekalku pada siswa sekolah dasar?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas media permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan pada anak sekolah dasar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui peningkatan pengetahuan mengenai isi bekalku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media permainan ular tangga pada siswa sekolah dasar
- b. Mengetahui peningkatan pengetahuan mengenai isi bekalku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan poster pada siswa sekolah dasar
- c. Mengetahui efektivitas media permainan ular tangga dibandingkan dengan poster sebagai metode pembelajaran terhadap peningkatan pengetahuan anak usia sekolah dasar dalam edukasi gizi pada siswa sekolah dasar

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini termasuk ke dalam bidang gizi masyarakat dengan melakukan penyuluhan gizi mengenai isi bekalku kepada anak sekolah dasar.

E. Manfaat

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat berguna bagi pihak-pihak terkait, antara lain:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Memberikan ilmu ilmiah dalam ilmu pendidikan gizi terhadap anak sekolah dasar.
 - b. Memberikan referensi sebagai bahan kajian lanjutan mengenai gizi isi bekalku kepada peneliti selanjutnya yang akan mengangkat topik berhubungan dengan peningkatan pengetahuan pada anak sekolah dasar mengenai gizi isi bekalku.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi siswa

Sebagai subyek penelitian yang diharapkan dapat menerima dan menerapkan dengan baik pesan yang disampaikan melalui penyuluhan menggunakan media permainan ular tangga pada anak sehingga memiliki ketertarikan untuk mempelajari dan meningkatkan pengetahuan.
 - b. Bagi Institusi pendidikan

Sebagai sebuah penelitian mengenai salah satu alternatif penanggulangan masalah gizi melalui penyuluhan menggunakan media permainan ular tangga.

F. Keaslian Penelitian

1. (Supriyadi et al, 2020) “Efektivitas permainan ular tangga sebagai media penyuluhan terhadap pengetahuan gizi seimbang siswa di SDN Landungsari 1 Kabupaten Malang.” Penelitian tersebut menggunakan metode eksperimen berupa *one group pretest-posttest* dengan total sampel sebanyak 35 anak yang dipilih secara *purposive sampling*. Instrument pengukuran berupa tes pengetahuan dengan analisis data menggunakan uji paired sample T-Test dengan taraf signifikansi sebesar 0,05. Dari penelitian tersebut menunjukkan hasil terdapat perbedaan pengetahuan siswa antara sebelum dengan sesudah penyuluhan yang dibuktikan dengan hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 dan thitung sebesar 15,245 sehingga dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi seimbang dengan media permainan ular tangga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan gizi seimbang siswa. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan pada variabel penelitian yaitu pengetahuan anak sekolah dasar dan media permainan ular tangga. Memiliki perbedaan pada desain penelitian yaitu *one group pretest-posttest*, dan lokasi penelitian.
2. (Budiono et al., 2022) “Upaya peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui edukasi dengan media permainan ular tangga pada siswa sekolah dasar.” Penelitian tersebut dilakukan di SDIT Cahaya Bangsa Semarang dengan total sampel sebanyak 24 anak. Penelitian tersebut menggunakan metode penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab dengan peserta. Pengetahuan diukur berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang sudah divalidasi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan siswa tentang gizi seimbang meningkat signifikan yang dibuktikan dengan hasil analisis nilai N Gain menunjukkan rata-rata sebesar 0,75 dimana nilai

tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan siswa meningkat dengan sangat baik. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan pada variabel penelitian yaitu pengetahuan anak sekolah dasar dan media permainan ular tangga. Memiliki perbedaan pada analisis data dan lokasi penelitian.

3. (N. Hidayah et al., 2021) “Pengaruh penyuluhan makanan bergizi dengan metode ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan anak-anak.” Penelitian tersebut dilakukan di SDN 3 Golong, Lombok Barat dengan total sampel 27 anak dengan penentuan *Non-Probability Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan *pretest-posttest* dengan analisis data menggunakan analisa statistik SPSS. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh antara penggunaan metode ular tangga selama sosialisasi terhadap peningkatan pengetahuan anak-anak. Hasil ini dibuktikan dengan nilai *pretest* dan *posttest* yang mengalami peningkatan dimana rata-rata nilai *pretest* 11,9 sedangkan rata-rata nilai *posttest* sekitar 15. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan pada variabel penelitian yaitu pengetahuan anak sekolah dasar dan media permainan ular tangga. Memiliki perbedaan pada lokasi penelitian.
4. (Herawati & Aini, 2019) “Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Istri Pada Kekerasan Dalam Rumah Tangga”. Penelitian tersebut dilakukan di Jakarta Selatan dengan jumlah responden sebanyak 60 orang. Penelitian tersebut menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan *one-group pretest dan posttest* yaitu untuk melihat efektivitas penyuluhan dengan media poster terhadap pengetahuan dan sikap. Instrumen penelitian ini adalah kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan adanya efektivitas penyuluhan dengan media poster terhadap pengetahuan dengan *P-value*

0,002 dan adanya efektivitas penyuluhan dengan media poster terhadap sikap istri dengan *P-value* 0,009.

5. (Simaremare, 2019) “Peranan Penggunaan Media Poster Dalam Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Pemeliharaan Kebersihan Gigi Dan Mulut Pada Siswa Kelas V SD Negeri Perumnas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan 2015”. Penelitian tersebut merupakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian tersebut menggunakan instrument kuesioner sebagai alat ukur Tingkat pengetahuan yang diambil langsung di lokasi penelitian dengan besar sampel berjumlah 40 orang. Hasil penelitian diperoleh bahwa persentase tingkat pengetahuan anak setelah penyuluhan tanpa menggunakan media poster terhadap pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dengan kriteria baik sebanyak 37,5% (15 orang) dan kriteria sedang 62,5% (25 orang), sedangkan tingkat pengetahuan anak setelah penyuluhan dengan menggunakan media poster terhadap pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut dengan kriteria baik adalah 100% (40 orang). Sehingga dapat disimpulkan jika penggunaan media poster sebagai media penyuluhan terhadap tingkat peningkatan pengetahuan anak tentang pemeliharaan kebersihan gigi dan mulut lebih efektif.
6. (Fadhila, 2015) “Perbedaan Efektivitas Penyuluhan Menggunakan Media Poster dan Permainan Dental Card (Dent-C) terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Jaringan Penyangga Gigi (Pada siswa usia 10-12 tahun di SDN Bunu”. Penelitian menggunakan *Group Pretest* dan *Posttest Design*. Sampel dipilih dengan teknik total sampling, kemudian dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik *sample random sampling*, yaitu kelompok poster dan Dent-C. Variabel yang diteliti adalah

peningkatan pengetahuan yang diukur dengan kuesioner *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua media ini mampu meningkatkan pengetahuan di SDN Bunulrejo 5 dan 6 secara signifikan. Jika dilihat dari selisih skor *posttest* dan *pretest* didapatkan Dent-C memiliki skor lebih tinggi dibanding poster di kedua sekolah. Jadi dapat disimpulkan Dent-C lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan jaringan periodontal dibandingkan poster pada siswa SDN Bunulrejo 5 dan 6 Malang.

G. Produk yang Dihasilkan



Karakteristik, fungsi, dan keunggulan produk yang dihasilkan terdapat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Produk Yang Dihasilkan

Nama Produk	Media Permainan Ular Tangga Isi bekalku
Karakteristik	Berisi edukasi mengenai isi bekalku dengan gambar dan teks, berukuran 3x3 meter
Fungsi	Sebagai alat edukasi untuk siswa sekolah dasar untuk menambah pengetahuan mengenai isi bekalku
Keunggulan	Media edukasi yang menarik dengan menggunakan permainan ular tangga sehingga anak lebih mudah memahami mengenai isi bekalku
Cara Penggunaan	Pemain berjalan di atas ular tangga sesuai dengan angka yang keluar dari dadu hingga pemain sampai di titik <i>finish</i> .