

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia pada saat ini masih dihadapkan dengan berbagai permasalahan gizi terutama gizi lebih atau obesitas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Indonesia di tahun 2018 masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi, sesuai data Riskesdas tahun (2018), didapatkan status gizi anak sekolah pada usia 5-12 tahun (menurut IMT/U) di Indonesia, prevalensi kegemukkan pada anak masih tinggi sebanyak 18,8% terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) dan Kementerian Kesehatan (2021), pada 2018, 1 dari 5 anak usia sekolah 20% atau 7,6 juta di Indonesia hidup dengan kelebihan berat badan.

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada saat ini mengalami permasalahan gizi lebih. Gizi lebih di DIY merupakan masalah kesehatan yang harus mendapatkan perhatian. Berdasarkan Laporan Provinsi DIY Riskesdas (2018), Prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak 5-12 tahun di daerah Sleman, pada kategori gemuk 11,56%, obesitas 10,98%. Menurut karakteristik jenis kelamin prevalensi gemuk dan obesitas pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan yaitu gemuk pada laki-laki 11,49% dan perempuan 10,41%, serta obesitas pada laki-laki 13,04% dan perempuan 7,36%. Sedangkan berdasarkan tempat tinggal, pada daerah

perkotaan jauh lebih tinggi tingkat gemuk dan obesitas. Pada perkotaan di dapatkan pravelensi gemuk sebanyak 11,84% dan pedesaan 8,65% serta obesitas di perkotaan 10,75% dan pedesaan 8,77% (Laporan Dinas Kesehatan DIY, 2018).

Pada penelitian Pratiwi dan Sapriadi (2018), obesitas adalah permasalahan umum pada anak-anak di masa sekarang ini. Obesitas atau kelebihan berat badan dapat menyebabkan efek negatif untuk kesehatan, obesitas menyebabkan 10,3% kematian dari seluruh kematian di dunia. Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak, terutama aspek perkembangan psikososial. Anak obesitas berpotensi mengalami berbagai penyakit yang menyebabkan kematian antara lain penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, dan lain-lain. Kegemukan pada masa anak-anak juga menimbulkan konsekuensi psikososial jangka pendek dan jangka panjang seperti penurunan kepercayaan diri, gangguan makan, dan kesehatan yang lebih rendah hubungannya dengan kualitas hidup. Kondisi kegemukan pada usia dini akan dibawa sampai dewasa, yang berdampak terhadap peningkatan resiko penyakit degeneratif seperti pernapasan, hipertensi, gangguan pertumbuhan tungkai kaki, diabetes melitus, dan lain-lain (Kemenkes RI, 2022).

Obesitas disebabkan adanya suatu ketidakseimbangan dari energi yang masuk dengan energi yang keluar. Perubahan pola makan dan aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatkan asupan energi yang mengandung

tinggi lemak dan gula serta penurunan aktivitas fisik yang diikuti dengan perubahan dari lingkungan (WHO, 2020).

Penyebab obesitas yaitu pola makan, tingkat asupan gizi, tingkat aktivitas fisik yang dilakukan individu, serta kondisi sosial ekonomi bahkan beberapa penelitian menemukan hubungan insomnia atau kurang tidur sebagai faktor risiko kejadian obesitas (Kemenkes RI, 2022). Menurut penelitian Dewi MC (2015), obesitas pada usia anak akan meningkatkan resiko obesitas pada saat dewasa. Obesitas dipengaruhi oleh faktor lingkungan dibandingkan dengan factor genetik. Jika obesitas terjadi pada anak sebelum usia 5-7 tahun, maka resiko obesitas terjadi pada anak saat tumbuh dewasa. Anak obesitas biasanya berasal dari keluarga yang juga obesitas.

Menurut Panduan Umum Gizi Seimbang (PUGS) susunan hidangan harus terdiri dari nasi, lauk, sayur dan buah-buahan yang secara alamiah sangat tinggi nilainya yaitu makanan pokok sebagai sumber energi, lauk sebagai sumber protein dan lemak, sayuran dan buah sebagai sumber mineral dan vitamin. Hidangan makanan sehari-hari sebaiknya mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang (PGS). PGS berisi semua aspek kehidupan, tidak hanya aspek kebutuhan gizi saja (melalui makanan yang beragam, seimbang, dan cukup jumlahnya), tetapi juga mencakup keamanan makanan, kebersihan diri, aktivitas fisik dan anjuran untuk memonitoring berat badan menuju ideal (Kemenkes, 2018).

Perilaku membeli jajanan pada anak sudah menjadi kebiasaan umum yang ada di setiap kelas sosial ekonomi masyarakat. Pada dasarnya siswa sekolah dasar lebih menyukai makanan ringan daripada makanan berat. Mereka menggunakan uang sakunya untuk membeli jajanan di kantin sekolah dan dari pedagang kaki lima di sekitar sekolah. Makanan ringan atau cemilan merupakan makanan pertama yang masuk ke dalam saluran cerna bagi anak yang belum terbiasa sarapan pagi, sehingga bagi sebagian orang cemilan merupakan hal yang sangat penting. Perilaku jajan pada anak sekolah dasar seperti dua sisi mata uang. Baik dan buruknya berjalan beriringan karena banyak kandungan zat kimia yang digunakan bertentangan dengan tubuh seperti boraks, formalin, MSG dan masih banyak zat-zat yang lain. Dilain sisi, jajanan ini diperlukan sebagai makanan tambahan anak. Keterampilan anak dalam memilih jajanan di sekolah merupakan faktor kritis untuk mendapatkan makanan yang sesuai kebutuhan dan memenuhi syarat kesehatan, hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian terdahulu oleh Sembiring dan Ampera (2018) pada penelitiannya “Persepsi Siswa Tentang Makanan Sehat Dengan Pemilihan Jajanan di Sekolah Dasar”.

Untuk itu perlu dilakukan upaya pencegahan yang bertujuan untuk mengatasi terjadinya obesitas pada anak dengan menanamkan pendidikan kesehatan sejak usia dini. Menurut Kemenkes RI (2022), upaya dalam pemberian edukasi gizi di sekolah memiliki beberapa keuntungan antara lain, anak usia sekolah (6-12 tahun) sudah mulai matang secara seksual dan

siap dalam belajar, memiliki pemikiran yang terbuka dan pengetahuan yang diterima dapat menjadi dasar bagi kebiasaan makannya. Sehingga pemberian edukasi gizi pada anak sekolah dasar merupakan langkah strategis dalam memperbaiki gizi. Dalam proses edukasi gizi dapat dibantu dengan penggunaan media untuk mempermudah penyampaian materi. Anak usia sekolah dimana masa ini penuh imajinasi, kreativitas, membaca dan suka bercerita. Buku dongeng dirasa cocok untuk dijadikan media pendidikan dengan penyampaian isi yang menarik menimbulkan kesan yang mudah diterima bagi anak sekolah dasar dengan begitu materi yang diberikan dapat tersampaikan dengan baik. Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian terdahulu oleh Supiyah, Darmayanti, dan Ponda (2022) pada penelitiannya “Pengaruh Pendidikan Media Buku Saku Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Siswa Sekolah Dasar”.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Efektivitas Penggunaan Media Edukasi Gizi KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Sebagai Upaya Pencegahan Obesitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, “Apakah penggunaan media edukasi gizi KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) efektif terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar sebagai upaya pencegahan obesitas ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas penggunaan media edukasi gizi KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) di bandingkan dengan media edukasi video animasi terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar sebagai upaya pencegahan obesitas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan nilai pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai upaya pencegahan obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi dengan media edukasi gizi KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku).
- b. Mengetahui perbedaan nilai pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai upaya pencegahan obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi dengan media video animasi.
- c. Mengetahui perbedaan nilai pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai upaya pencegahan obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi dengan media KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) dan video animasi.
- d. Mengetahui efektivitas media KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) dan media video gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar sebagai upaya pencegahan obesitas.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup bidang gizi masyarakat terkait penggunaan media edukasi gizi KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar sebagai upaya pencegahan obesitas.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bahan kajian untuk penelitian lain, baik dengan topik yang sama ataupun berbeda.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan di bidang gizi masyarakat terutama pada edukasi gizi terhadap pengetahuan anak sekolah dasar dalam pencegahan obesitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah Dasar

Sebagai bahan ajar atau media penyampaian pengetahuan sebagai upaya pencegahan obesitas untuk anak sekolah dasar di wilayah kerja sekolah dasar.

b. Bagi Anak Sekolah Dasar

Sebagai media dalam bentuk buku dongeng mengenai informasi upaya pencegahan obesitas pada anak.

F. Keaslian Penelitian

1. *(Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P., 2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman.* Pada penelitian ini didapatkan bahwa pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku. Pemberian edukasi yang dilakukan secara berkesinambungan dapat meningkatkan pengetahuan dan akhirnya akan mempengaruhi sikap dan tindakan siswa untuk menerapkan perilaku hidup sesuai dengan pedoman gizi seimbang dan isi piring ku. Rata-rata skor pengetahuan siswa sebelum dilakukan edukasi adalah 86,1 dan meningkat menjadi 91,7 setelah diberikan edukasi gizi. Diketahui bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring makan ku. Setelah dilakukan analisis lebih lanjut didapatkan perbedaan rata skor

pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring ku dengan *p value* 0,020.

2. (Padmiswari, A. A. I. M., Wulansari, N. T., & Antari, N. W. S., 2022). *Efektivitas Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Buku Cerita Bergambar*. Pada penelitian ini didapatkan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang melalui media buku cerita bergambar dengan metode *One-Group Pretest-Posttest Desain* dapat meningkatkan pengetahuan siswa ($P < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang melalui media buku cerita bergambar berpengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan siswa. Kategori siswa dibedakan menjadi tiga yaitu 60-69 kategori kurang, 70-79 kategori cukup, dan 80-100 kategori baik. Dari hasil *post-test* pada 30 siswa SDN 1 Kaba-Kaba, yang memperoleh kategori baik adalah 25 orang dan 5 orang memperoleh cukup. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang melalui media buku cerita bergambar sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan siswa mengenai materi tersebut.
3. Suprpto, I. Q. (2022). *Efektivitas Penggunaan Media Video Gizi Seimbang Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta)*. Uji statistik terhadap pengetahuan gizi seimbang anak usia mendapatkan mendapatkan hasil $p = 0,030$ ($p < 0,05$) Jika dilihat dari rata rata, kelompok perlakuan dengan

menggunakan video gizi seimbang menapatkan hasil selisih dengan rata-rata 25,97, sedangkan pada kelompok kontrol menggunakan *leaflet* gizi seimbang mendapatkan hasil selisih dengan rata-rata 18,26, Sehingga dari kedua kelompok tersebut memperoleh selisih 7,72. Dapat diartikan bahwa media video gizi seimbang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang anak usia sekolah dibandingkan dengan media *leaflet* gizi seimbang anak usia sekolah.

4. *Fitryadi, A., & Asna, A. F. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Buku Cerita Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Anak Kelas 5 Sdit Thariq Bin Ziyad Tahun 2019. Viva Medika, 13(02), 152-168.* Hasil penelitian dilakukan uji *Wilcoxon* rank test pada *pre-test* dan *post-test* pengetahuan pada sampel diperoleh nilai *p-value* yaitu $0,002 < (0.05)$. Hal tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui media buku cerita tentang sayur dan buah terhadap pengetahuan siswa. Hasil statistik menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan anak saat setelah diberikan edukasi gizi dibandingkan sebelum diberikan edukasi gizi.
5. *(Salma, A. N., & Kurniasari, R., 2022). Pengaruh Media Poster, Video Boneka Tangan, dan Buku Cerita terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar tentang Gizi Seimbang.* Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada pemberian media poster, video boneka tangan, dan buku cerita. Media yang paling berpengaruh yaitu media poster dengan nilai rerata 7,24 sedangkan media video boneka

tangan sebesar 7,09 dan media buku cerita sebesar 7,27. Sehingga ketiga media tersebut dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak usia sekolah dasar.

6. Astuti, N. B., Sari, E. P., & Felle, G. M. (2019). *Buku Cerita dan Buku Saku sebagai Media Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Sayur dan Buah. Jurnal Poltekkes Jayapura, 11(1), 1-7*. Peningkatan pengetahuan 50,8%. Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media buku cerita bergambar ($p=0,001$). Rata-rata nilai pengetahuan menggunakan media buku saku, nilai *pretest* 44,74 dan nilai *posttest* 71,58. Peningkatan pengetahuan 59,9%. Ada perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media buku saku ($p=0,000$). Secara signifikan tidak ada perbedaan pengetahuan sayur dan buah yang mendapatkan media buku cerita maupun yang mendapatkan buku saku (p -value 0,874). Namun nilai rata-rata pengetahuan media buku saku lebih tinggi dibandingkan dengan media buku cerita. Kesimpulan buku cerita dan buku saku merupakan media edukasi gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan sayur dan buah pada anak sekolah dasar.
7. Febriani, C. A., Nuryani, D. D., & Elviyanti, D. (2019). *Efektifitas pemanfaatan media gambar bergerak dan video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi seimbang pada balita. Jurnal Kesehatan, 10(2), 181-186*. Hasil penelitian menunjukkan rerata pengetahuan menggunakan media gambar bergerak

sebelum intervensi (78,60), sesudah intervensi (83,80); media animasi, sebelum intervensi (78,00), sesudah intervensi (91,90) p-value 0,120. Hasil untuk rerata sikap dengan media gambar bergerak sebelum intervensi (76,05), sesudah intervensi (78,60); media animasi, sebelum intervensi (78,55) dan sesudah intervensi (85,65) pvalue 0,087. Media animasi lebih efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu tentang gizi seimbang, tampak dari nilai mean penggunaan media animasi lebih tinggi dibandingkan gambar bergerak.

8. *Fadila, A. R., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Terhadap Peningkatan Pengetahuan dalam Upaya Pencegahan Obesitas pada Remaja di MTs Al-Khairiyah. Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS), 6(2), 113-119.* Hasil menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan edukasi gizi pada kelompok *leaflet* dari sebelum sebesar 11,60 menjadi 13,95 dan pada kelompok video animasi dari sebelum 10,80 menjadi 14,25. Terdapat perbedaan nilai rata-rata pengetahuan edukasi gizi pada kelompok *leaflet* dan video animasi ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan media *leaflet* dan video animasi berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dalam upaya pencegahan obesitas pada remaja.

G. Produk yang Dihasilkan

Karakteristik, fungsi, dan keunggulan produk yang dihasilkan terdapat pada Tabel 1.1 berikut.

Tabel 1. 1 Produk yang Dihasilkan

Nama Produk	KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) dan Video Animasi
Karakteristik	Berisi edukasi gizi mengenai pencegahan obesitas melalui isi piringku
Fungsi	Sebagai sarana edukasi untuk siswa sekolah dasar untuk menambah pengetahuan, dan wawasan mengenai pencegahan obesitas melalui isi piringku
Keunggulan	Media edukasi yang menarik dengan menggunakan media KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) dan Video Animasi sehingga anak lebih mudah memahami pencegahan obesitas melalui isi piringku