

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan dan gizi pada anak usia taman kanak-kanak, tiga sampai dengan 6 tahun yang termasuk kedalam golongan masyarakat dengan kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi, sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif pesat, dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah yang relatif besar. Pada anak usia ini, sedang dalam masa perkembangan, anak dibina untuk mandiri, berperilaku menyesuaikan lingkungan, peningkatan kemampuan dan perkembangan yang membutuhkan fisik yang sehat, oleh karena itu kesehatan yang baik ditunjang oleh keadaan gizi yang baik merupakan hal yang utama untuk tumbuh kembang anak yang optimal. Kondisi ini dapat dicapai melalui proses pendidikan dan pembiasaan serta penyediaan kebutuhan yang sesuai, khususnya melalui makanan sehari-hari (Soengeng, 1999).

Salah satu penyebab rendahnya kualitas kesehatan seseorang karena kurang makan sayur dan buah, ditambah kurangnya aktivitas fisik dan tidak rutin cek kesehatan. Berdasarkan data *Global Nutrition Report* 2016, menunjukkan bahwa Indonesia termasuk di dalam 5 besar negara dengan masalah kekurangan gizi kronis dengan tingkat 36,4%. Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 95,5% penduduk berumur \geq 10 tahun yang mengkonsumsi sayur

dan buah-buahan di bawah anjuran. Pada Daerah Istimewa Yogyakarta sekitar 90% penduduk berumur ≥ 10 tahun tidak mengonsumsi sayur dan buah-buahan sesuai anjuran (Risksedas, 2018).

Kabupaten Yogyakarta menurut Riset Kesehatan Nasional (Risksenas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan, rata-rata konsumsi buah-buahan ialah 57,1 gram per orang per hari, sedangkan konsumsi sayur ialah 33,5 gram per orang per hari. Jumlah ini dianggap belum cukup untuk memenuhi kebutuhan harian tubuh.

Membiasakan anak untuk mengonsumsi sayur dan buah sejak dini sangat penting karena pola diet yang diterapkan pada usia anak-anak akan mempengaruhi pola diet ketika dewasa (Dessy, 2014). Salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak-anak adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula (Achmad, 2008).

Pendidikan gizi dan kesehatan pada taman kanak-kanak bertujuan untuk membangun pola atau kebiasaan makanan yang sehat. Membangun kebiasaan makan dengan memaksakan anak untuk makan makanan yang bergizi merupakan cara yang tidak efektif. Penyadaran melalui edukasi gizi pada anak-anak sejak dini akan menumbuhkan rasa cinta terhadap makanan bergizi. Hal ini akan membuat anak tidak akan merasa terpaksa untuk makan makanan bergizi karena mereka sudah mengerti bahwa

makanan bergizi sangat dibutuhkan oleh tubuh mereka. Pemberian edukasi paling efektif diberikan pada anak berusia dua hingga enam tahun, edukasi tersebut tidak hanya dilakukan di rumah, tetapi juga di lembaga pendidikan (Yuniarti, 2015).

Edukasi yang diberikan di lembaga pendidikan hendaknya berupa kegiatan yang memberi kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi dan bereksperimen sehingga dapat memunculkan inisiatif, kemandirian dan kreativitas anak, serta kegiatan yang dapat meningkatkan pengertian, konsentrasi dan mengembangkan kebiasaan yang baik (Abidin, 2015).

Media edukasi gizi tersebut dikembangkan untuk memperluas pengetahuan gizi pada anak usia dini. Media edukasi tersebut dapat berupa kegiatan yang memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi dan bereksperimen, sehingga dapat memunculkan inisiatif, kemandirian dan kreativitas anak, serta kegiatan yang dapat meningkatkan pengertian, konsentrasi dan mengembangkan kebiasaan yang baik (Wulandari, 2014).

Buku mewarnai merupakan salah satu media edukasi yang dapat digunakan dalam menerapkan pengetahuan gizi pada anak usia 2-6 tahun. Anak-anak usia 2-6 tahun sebaiknya diperkenalkan penggunaan krayon dan buku mewarnai sebelum mulai sekolah sehingga dapat memaparkan anak-anak pada pengalaman pendidikan dan seni sejak dini. Mewarnai merupakan kegiatan favorit anak-anak, dengan mewarnai akan menumbuhkan pengalaman yang besar pengaruh positifnya. Selain itu, buku mewarnai harganya relatif murah sehingga dapat dijangkau oleh

banyak orang. Dengan mewarnai anak dapat belajar sambil bermain. Upaya pengembangan anak harus dilakukan melalui kegiatan bermain agar tidak membuat anak kehilangan masa bermainnya (Yuniarti, 2015).

Kabupaten Kota Yogyakarta Kecamatan Mantrijeron standar kurikulum sekolah dasar menggunakan kurikulum 2013, siswa kelas rendah khususnya kelas satu pada kurikulum 2013 terdapat materi pembelajaran tema 3 di subtema satu tentang kegiatan pagi hari yang meliputi konsumsi makan. Salah satu sekolah yang menggunakan kurikulum 2013 adalah SDN Suryodiningratan 1. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti akan melakukan penelitian untuk mengetahui penggunaan media buku mewarnai dalam edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan isi piringku pada anak sekolah di SDN Suryodiningratan 1.

B. Rumusan Masalah

Apakah pemberian buku mewarnai efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang isi piringku pada anak sekolah di SDN Suryodiningratan 1?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas penyuluhan gizi menggunakan buku mewarnai untuk meningkatkan pengetahuan isi piringku pada anak sekolah di SDN Suryodiningratan 1.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya perbedaan pengetahuan isi piringku sebelum dan sesudah diberikan media buku mewarnai.
- b. Diketuainya perbedaan pengetahuan isi piringku sebelum dan sesudah diberikan media *leaflet*.
- c. Diketuainya perbedaan efektivitas media buku mewarnai dibandingkan media *leaflets* untuk meningkatkan pengetahuan isi piringku.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan menambah wawasan ilmu pengetahuan serta sebagai tambahan referensi kepuasan untuk penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa Siswi

Meningkatkan pengetahuan siswa tentang isi piringku, serta sikap positif dan termotivasi untuk mengkonsumsi makanan sesuai anjuran.

b. Bagi Guru dan Sekolah

Guru dan sekolah mempunyai *alternative* media pembelajaran gizi untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang anjuran makan sesuai isi piringku.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan serta sebagai tambahan referensi kepustakaan dan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut.

E. Ruang Lingkup

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

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai Pengaruh Penyuluhan gizi dengan buku mewarnai terhadap peningkatan pengetahuan tentang Isi Piringku anak usia dini belum pernah dilakukan. Beberapa penelitian tentang media buku mewarnai yang telah dilakukan, diantaranya adalah:

1. Yurista Permanasari, Erna Luciasari, dan Aditianti, 2013 dengan judul “Pengembangan Media Edukasi Gizi Melalui Buku Mewarnai Untuk Peserta Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Dikota Bogor”. Metode penelitian studi formatif dengan desain kualitatif.
 - a. Persamaan
 - 1) Sampel yang akan diteliti anak usia dini.
 - 2) Media yang digunakan buku mewarnai.
 - b. Perbedaan

- 1) Pada pokok pembahasan tentang kebiasaan makan, sedangkan yang akan peneliti lakukan adalah pada pokok pembahasan isi piringku.
 - 2) Metode Penelitian penelitian sebelumnya studi formatif dengan desain kualitatif, sedangkan penelitian yang akan dilakukan *quasy experiment* dengan desain pre dan post tes.
1. Abidin Didik, 2015 dengan judul “Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajan Anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta”. Metode penelitian *quasy experiment* dengan desain penelitian pre dan post tes.
- a. Persamaan
 - 1) Metode penelitian sebelumnya dan penelitian yang akan dilakukan adalah *quasy experiment* dengan desain penelitian *pre dan post test*.
 - 2) Sampel yang digunakan siswa Sekolah Dasar
 - b. Perbedaan
 - 1) Media yang digunakan penelitian sebelumnya adalah buku saku dan media penelitian yang akan dilakukan adalah buku mewarnai.
 - 2) Pada pokok pembahasan tentang makanan jajanan, sedangkan yang akan peneliti lakukan adalah pada pokok pembahasan makanan seimbang.