

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak sekolah merupakan golongan yang mempunyai karakteristik dengan mulai mengembangkan kemandirian diri dan menentukan batasan-batasan norma dilingkungan sekitarnya. Pada usia ini, anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu.<sup>1</sup> Menurut definisi WHO (*World Health Organization*) anak sekolah yaitu golongan anak yang berusia antara 7-15 tahun.<sup>2</sup> Sedangkan berdasarkan buku data penduduk yang diterbitkan kementerian kesehatan Indonesia (2011), anak usia sekolah adalah anak-anak yang berusia 7-12 tahun.<sup>3</sup>

Anak sekolah saat ini menghadapi masalah gizi ganda, yaitu di satu sisi gizi kurang yang berakibat pada tidak optimalnya pertumbuhan fisik dan kecerdasan. Namun di sisi lain menghadapi gizi lebih yang mengancam kesehatan anak nantinya seperti timbulnya penyakit degeneratif. Lebih dari sepertiga atau 36,1 persen anak usia sekolah di Indonesia tergolong pendek ketika memasuki usia sekolah. Ini merupakan indikator adanya kurang gizi kronis. Prevalensi anak pendek ini semakin meningkat dengan bertambahnya umur, gambaran ini ditemukan baik pada laki-laki maupun perempuan. Menurut Guru Besar Gizi IPB, Prof. Dr. Ali Khomsan, gemuk saat usia belum dewasa akan memberi peluang untuk gemuk saat usia dewasa. Bila

saat usia 7 tahun gemuk, maka peluang gemuk saat dewasa adalah sebanyak 40 persen. Bila usia remaja gemuk, maka peluang gemuk saat usia dewasa adalah 70 persen.<sup>1</sup>

Secara nasional, prevalensi kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4% sangat kurus dan 7,2% kurus. Prevalensi pendek secara nasional pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7% yang terdiri dari 12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek. Sedangkan secara nasional, masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun tergolong tinggi yaitu 18,8% yang terdiri dari 10,8% gemuk dan 8% sangat gemuk/obesitas.<sup>4</sup> Hasil kajian dari berbagai penelitian yang dilakukan oleh berbagai institusi dan perguruan tinggi menunjukkan bahwa Indonesia dihadapkan pada beban ganda masalah gizi, yaitu masalah kekurangan gizi (*under-nutrition*) termasuk pendek (*stunting*), dan masalah kelebihan gizi (*over-nutrition*), termasuk kegemukan/obesitas. Timbulnya masalah kekurangan dan kelebihan gizi disebabkan karena pola makan salah. Hidangan sehari-hari tidak berpola makan yang mengacu pada Pedoman Gizi Seimbang.<sup>6</sup>

Proporsi penduduk  $\geq 10$  tahun yang mempunyai pola konsumsi makanan berisiko mengalami peningkatan dari tahun 2007 ke tahun 2013. Pola konsumsi makanan berisiko antara lain kebiasaan mengonsumsi penyedap, makanan/minuman manis, dan makanan berlemak adalah perilaku berisiko penyakit degeneratif. Salah satu dari lima provinsi dengan proporsi tertinggi pada penduduk  $\geq 10$  tahun yang mempunyai pola konsumsi makanan berisiko adalah D.I Yogyakarta. Proporsi penduduk  $\geq 10$  tahun yang mengonsumsi

penyedap, makanan/minuman manis, makanan berlemak  $\geq 1$  kali dalam sehari dengan kategori berisiko di D.I Yogyakarta pada tahun 2007, masing-masing adalah 77,7%, 53,1%, 14,2%. Proporsi tersebut masing-masing meningkat pada tahun 2013, menjadi 77,8%, 69,2%, 50,7%.<sup>4,5</sup>

Kebiasaan mengonsumsi penyedap, makan/minuman manis, dan makanan berlemak yang meningkat selaras dengan meningkatnya prevalensi PTM di Indonesia dari tahun 2007 ke tahun 2013. Prevalensi nasional Diabetes Melitus dari tahun 2007 sebesar 1,1% meningkat menjadi 1,5% pada tahun 2013. Prevalensi Diabetes Melitus di D.I Yogyakarta dari 1,6% pada tahun 2007 meningkat menjadi 2,6% pada tahun 2013. Provinsi D.I Yogyakarta menempati urutan ke-9 di tingkat nasional pada tahun 2007 menjadi urutan ke-1 di tingkat nasional pada tahun 2013.<sup>4,5</sup>

Pengetahuan gizi memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Hal ini dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada Anak Usia Sekolah (AUS). Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak sampai dewasa.<sup>7</sup>

Berdasarkan penelitian Soekirman (2011), pada 300 lebih responden dari berbagai kalangan, diperoleh hasil bahwa sebanyak 54% responden menyatakan bahwa cara yang paling efektif untuk mensosialisasikan gizi

ialah melalui lembaga pendidikan. Sebanyak 91% responden menyatakan sekolah dasar merupakan target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi, diikuti dengan sekolah menengah pertama (19%), sekolah menengah atas 11%, dan perguruan tinggi (9%).<sup>8</sup> Menurut Sedyaningsih (2011), memberikan pemahaman tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) pada anak usia sekolah merupakan penanggulangan masalah kesehatan yang dimulai dari tingkat bawah. Anak usia sekolah merupakan sasaran yang mudah dimotivasi dan ditingkatkan kompetensinya meliputi aspek pengetahuan, sikap dan perilaku pada bidang kesehatan. Anak usia sekolah dapat dijangkau untuk menerima dan meneruskan pesan-pesan kesehatan yang memiliki daya ungkit tinggi, karena jumlahnya sangat besar dan berada dalam suatu institusi yang terorganisasi, sehingga mudah direalisasikan.<sup>9</sup>

Pendidikan tidak terlepas dari proses belajar mengajar. Dalam proses belajar dibutuhkan alat bantu atau media yang dapat digunakan untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa.<sup>10</sup> Penggunaan metode dan media penyuluhan PGS yang akan dilakukan bertujuan untuk mempermudah penyampaian pesan-pesan PGS yang ditujukan pada siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, pesan yang disampaikan harus dirancang agar dapat dimengerti oleh sasaran. Penggunaan metode dan media harus sesuai dan mudah diterima oleh sasaran.<sup>11</sup> Pada penelitian ini penyampaian pesan dilakukan dengan menggunakan media

papan petak PGS yang mempunyai teknik permainan hampir serupa dengan monopoli yang telah dimodifikasi.

Simulasi monopoli merupakan gabungan antara role play (bermain peran) dengan diskusi kelompok yang disajikan dalam bentuk permainan papan dengan tujuan untuk menguasai semua petak yang ada pada papan.<sup>12</sup> Pada penelitian Alqotahun (2010), bahwa media permainan monopoli berpengaruh terhadap hasil belajar siswa dan didukung oleh penelitian Erma tahun (2012), ada peningkatan aktivitas belajar akutansi pada siswa dengan menggunakan metode monopoli. Hal ini membuktikan bahwa metode monopoli sangat efektif sebagai media peningkatan pengetahuan, metode ini dapat digunakan untuk memberikan pengalaman menarik bagi siswa dalam memahami suatu konsep, menguatkan konsep yang telah dipahami atau memecahkan masalah.<sup>13</sup>

Pada penelitian Priatama (2011), permainan monopoli juga telah dikembangkan sebagai media belajar kimia untuk materi zat aditif pada makanan. Permainan monopoli dipilih karena berdasarkan hasil uji coba di SMPN 40 Bandung, permainan ini paling diminati oleh siswa dibandingkan dengan permainan, ular tangga kimia, kwartet kimia, domino kimia, TTS kimia, dan UNO kimia.<sup>14</sup>

Menurut Fitriani (2013), hasil penelitian beberapa ahli yang telah menguji kelayakan media permainan monopoli serta memberikan kesimpulan bahwa media permainan monopoli layak digunakan sebagai media pembelajaran karena media permainan monopoli ini merupakan salah satu media permainan

yang dapat menimbulkan kegiatan belajar mengajar yang menarik, hidup, menyenangkan dan santai serta mempunyai kemampuan untuk melibatkan siswa dalam kegiatan belajar mengajar secara aktif dalam memecahkan masalah-masalah yang ada sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.<sup>15</sup>

Poster adalah bentuk media cetak yang bersisi pesan-pesan atau informasi kesehatan, yang biasanya di tempel di tembok-tembok, di tempat-tempat umum, atau di kendaraan umum.<sup>16</sup> Kelemahan poster berdasarkan pembuatan dan saat penggunaan menurut Laksmi (2009) antara lain: 1) butuh ilustrator atau keahlian menggambar kalau ingin sebagus karya profesional dan juga butuh penguasaan komputer untuk tata letak (*lay-out*), 2) kalau dicetak biayanya mahal, 3) perlu keahlian untuk menafsirkan, 4) lebih cocok digunakan dalam kelompok kecil.<sup>17</sup>

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Efektivitas Penggunaan Media Papan Petak PGS dibandingkan Poster pada Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka dapat ditarik suatu rumusan masalah, yaitu:

1. Apakah ada peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar dengan media papan petak PGS?
2. Apakah ada peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar dengan media poster?
3. Apakah ada perbedaan efektivitas penggunaan media papan petak PGS dibandingkan dengan media poster terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas penggunaan media papan petak PGS dibandingkan media poster terhadap pengetahuan gizi seimbang siswa sekolah dasar.

### 2. Tujuan Khusus

Secara khusus, penelitian yang dilakukan bertujuan untuk:

- a. Menjelaskan tentang pengertian gizi seimbang kepada siswa sekolah dasar.
- b. Menjelaskan kegunaan gizi seimbang kepada siswa sekolah dasar.
- c. Menjelaskan cara menerapkan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari kepada siswa sekolah dasar.

#### **D. 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.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis:

##### 1. Manfaat Teoritis

Bagi peneliti, dapat menambah teori dan inovasi media penyuluhan Pedoman Gizi Seimbang (PGS).

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi siswa

Meningkatkan pengetahuan siswa tentang Gizi Seimbang sehingga dapat menurunkan masalah gizi di masyarakat terutama anak sekolah dasar.

###### b. Bagi Sekolah Dasar

Memberikan masukan dan alternatif media pembelajaran gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan meningkatkan kualitas Sekolah Dasar.

###### c. Bagi penyuluh gizi kesehatan

Memberikan sumbangan pemikiran bagi fasilitator agar lebih kreatif dalam membuat media penyuluhan serta dapat digunakan sebagai

media untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS).

## **F. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai “Efektivitas Penggunaan Media Papan Petak PGS dibandingkan Poster pada Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar” belum pernah dilakukan. Beberapa penelitian tentang media penyuluhan di bidang gizi yang telah dilakukan, di antaranya adalah:

1. Anisa Marini, dkk., (2015) dengan judul *Pengaruh Permainan Monopoli dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Pola Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda*. Subyek penelitian adalah siswa sekolah dasar di SD 021 Sungai Kunjang. Jenis penelitian adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *pretest-posttest*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah permainan monopoli. Variabel terikatnya adalah peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan pola konsumsi buah dan sayur. Persamaan terletak pada sasaran siswa SD dan jenis penelitian. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada media, variabel terikatnya, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>35</sup>
2. Dwi Arifiani Nur Khamidah (2011) dengan judul *Perbedaan Peningkatan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) antara Metode Permainan Monopoli dan Ceramah pada Siswa SDN*

*Kebandingan Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2010/2011*. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SDN Kebandingan 01 dan SDN Kebandingan 02. Jenis penelitian adalah *quasy eksperiment* dengan menggunakan rancangan *Non-Equivalent Control Group*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah permainan monopoli dan ceramah. Variabel terikatnya adalah peningkatan pengetahuan tentang PHBS. Persamaan terletak pada sasaran yaitu siswa SD dan jenis penelitian. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada variabel terikatnya, media, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>36</sup>

3. Khoirani., dkk (2012) dengan judul *Pengaruh Permainan Sebagai Media Promosi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa SMA Negeri 1 Bagan Sinembah Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Riau Tahun 2012*. Subyek penelitian adalah siswa SMA Negeri 1 Bagan Sinembah Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Riau. Jenis penelitian adalah *quasi experiment*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah permainan. Variabel terikatnya adalah perilaku gizi seimbang. Persamaan terletak pada variabel terikatnya dan jenis penelitian. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada media yang digunakan, sasaran, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>37</sup>
4. Zainab Hikmawati., dkk (2016) dengan judul *Pengaruh Penyuluhan dengan Media Promosi Puzzle Gizi Terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016*. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SDN 06 Poasia Kota Kendari.

Jenis penelitian adalah *pra eksperimental* dengan desain *one group pre test - post test design*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah puzzle gizi. Variabel terikatnya adalah perilaku gizi seimbang. Persamaan terletak pada sasaran siswa SD dan variabel terikatnya yaitu perilaku gizi seimbang. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada jenis penelitian, media, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>38</sup>

5. Desty Triastuti., dkk (2016) dengan judul *Penggunaan Media Papan Permainan untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar*. Subyek penelitian adalah siswa di sekolah dasar. Jenis penelitian adalah *Research and Development (R&D)*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah papan permainan. Variabel terikatnya adalah perilaku motivasi belajar. Persamaan terletak pada media yang digunakan dan sasaran siswa SD. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada jenis penelitian, variabel terikat, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>39</sup>
6. Albiner Siagian., dkk (2010) dengan judul *Media Visual Poster dan Leaflet Makanan Sehat serta Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Siswa Sekolah Lanjutan Atas, di Kabupaten Mandailing Natal*. Subyek penelitian adalah siswa sekolah lanjutan atas, di Kabupaten Mandailing Natal. Jenis penelitian adalah *quasi experiment*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah media visual poster dan leaflet makanan sehat. Variabel terikatnya adalah perilaku konsumsi makanan jajanan. Persamaan terletak pada media yang digunakan yaitu poster dan jenis

penelitian. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada variabel terikat, sasaran dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>40</sup>

7. Eny Noviani (2018) dengan judul *Pendidikan Gizi Dengan Media Poster dan Pengetahuan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar Negeri 02 Banaran Grogol Sukoharjo*. Subyek penelitian adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Banaran Grogol Sukoharjo. Jenis penelitian adalah *quasi experiment*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah media poster. Variabel terikatnya adalah pengetahuan makanan jajanan. Persamaan terletak pada jenis penelitian, media yang digunakan yaitu poster dan sasaran. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada variabel terikat, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>41</sup>
8. Husni Abdul Gani., dkk (2018) dengan judul *Perbedaan Efektivitas Leaflet dan Poster Produk Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Jember Dalam Perilaku Pencegahan HIV/AIDS*. Subyek penelitian adalah mahasiswa angkatan 2010 fakultas non kesehatan Universitas Jember. Jenis penelitian adalah *quasi experiment*. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah media leaflet dan poster. Variabel terikatnya adalah perilaku pencegahan HIV/AIDS. Persamaan terletak pada media yang digunakan yaitu poster dan jenis penelitian. Perbedaan antara penelitian sebelumnya terletak pada sasaran, variabel terikat, dan lokasi yang digunakan penelitian.<sup>42</sup>