

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masalah gizi dapat terjadi pada semua golongan usia salah satunya adalah pada anak usia sekolah. Masalah gizi yang sering timbul pada kelompok Anak Usia Sekolah adalah anemia defisiensi gizi, defisiensi yodium, karies gigi, berat badan berlebih, dan berat badan kurang<sup>1</sup>.

Masalah gizi dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu konsumsi makanan yang tidak seimbang dan penyakit infeksi. Hasil analisis data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa masih ditemukannya penduduk yang berusia  $\geq 10$  tahun yang memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku konsumsi pangan dan penerapan hidup sehat yang belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Hal tersebut dibuktikan dengan prevalensi kurang mengkonsumsi buah dan sayur masih tergolong tinggi, aktivitas fisik yang masih tergolong kurang aktif, dan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang berisiko masih tergolong tinggi<sup>2</sup>.

Untuk mengatasi konsumsi pangan dan penerapan hidup sehat yang masih belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang, maka perlu adanya pendidikan gizi dan kesehatan bagi anak usia sekolah agar anak-anak sekolah mengetahui tentang perlunya gizi seimbang bagi tubuh dan kesehatannya<sup>1</sup>.

Memasukkan gizi sebagai bagian integral dari kurikulum harus dimulai sejak taman kanak-kanak sampai SMA/SMK. Dengan demikian, unsur kognitif (pengetahuan) gizi ini lambat laun akan berubah menjadi unsur afektif (sikap) yang terus melekat pada diri anak sekolah. Pada akhirnya nanti ketika mereka menjadi individu dewasa dan kemudian berumahtangga, pengetahuan dan sikap gizi yang baik akan diimplementasikan dalam perilaku gizi yang mendukung terbentuknya sumber daya manusia yang berkualitas<sup>3</sup>.

Pendidikan gizi dan kesehatan anak sekolah dapat dilaksanakan melalui program Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) gizi. KIE gizi adalah suatu cara pemberian informasi atau pesan yang berkaitan dengan gizi dari seseorang institusi kepada masyarakat sebagai penerima pesan melalui media dan metode tertentu<sup>4</sup>.

Hasil penelitian mengenai “Pendidikan Gizi dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Gizi”, diketahui bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan *booklet* yang termasuk dalam kategori kurang sebanyak 58,3% dan kategori cukup sebanyak 41,3%. Tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan *booklet* pada semua sampel mengalami peningkatan yaitu yang termasuk dalam kategori kurang sebanyak 25%, kategori cukup 47,2%, dan kategori baik 27,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian pendidikan gizi dengan alat bantu *booklet* dapat memperbaiki tingkat pengetahuan anak<sup>5</sup>.

Hasil penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Buku Saku Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Anak Sekolah Dasar” menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Buku Saku Gizi terhadap tingkat pengetahuan gizi pada anak kelas 5 Sekolah Dasar Muhammadiyah Dadapan Desa Wonokerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman Yogyakarta. Pada saat sebelum diberikan buku saku gizi, responden yang memiliki tingkat pengetahuan gizi baik lebih dari 50%. Setelah responden diberikan intervensi berupa buku saku, maka jumlah responden yang berpengetahuan baik meningkat menjadi 100% atau tidak ada siswa yang memiliki pengetahuan gizi kurang baik<sup>6</sup>.

Dari hasil penelitian-penelitian yang sudah dilakukan, maka terbukti bahwa penggunaan media pada program pendidikan kesehatan masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Meskipun sudah ada media pendidikan gizi yang baik, namun seiring dengan berkembangnya arus teknologi dan komunikasi, maka perlu inovasi pendidikan. Salah satu inovasi pendidikan tersebut adalah dengan menciptakan media baru dalam pendidikan kesehatan dan gizi.

Penggunaan metode dan media dalam pendidikan gizi harus disesuaikan dengan karakteristik sasaran, salah satunya adalah anak usia sekolah. Karakteristik sosial anak sekolah yaitu suka bermain. Salah satu metode dan media pendidikan gizi yang dapat digunakan pada anak SD adalah dengan menggunakan permainan. Dengan permainan, siswa lah

yang secara aktif mengalami keseluruhan proses belajar. Siswa bukan penonton, tetapi siswa merupakan pelaku belajar, sehingga dengan melibatkan siswa secara aktif dalam permainan akan membentuk ingatan atau memori jangka panjang<sup>1</sup>. Hal ini didasarkan asumsi bahwa memori jangka panjang akan terus berkembang jika anak terlibat dalam aktivitas yang aktif<sup>7</sup>.

Salah satu media pendidikan gizi yang dapat digunakan pada anak SD adalah dengan menggunakan piring makanku. Piring makanku tersebut dapat mengajarkan gizi seimbang bagi anak-anak secara tidak langsung. Selain itu, penggunaan piring makanku bertujuan untuk membuat suasana belajar menjadi lebih menyenangkan. Piring makanku tersebut menggunakan prinsip pedoman gizi seimbang. Piring makanku juga dapat dijadikan media sosialisasi gizi seimbang pada anak sekolah dan mudah dimainkan dimana saja.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Media Piring Makanku terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah penyuluhan gizi seimbang dengan media piring makanku berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan siswa Sekolah Dasar?

2. Apakah penyuluhan gizi seimbang dengan media lembar balik berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan siswa Sekolah Dasar?
3. Apakah terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan gizi seimbang antara kelompok penyuluhan dengan media piring makanku dan kelompok penyuluhan dengan media lembar balik?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media piring makanku terhadap pengetahuan siswa SD.

#### 2. Tujuan Khusus

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengkaji pengaruh penyuluhan dengan media piring makanku terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang
- b. Mengkaji pengaruh penyuluhan dengan media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang
- c. Mengkaji perbedaan peningkatan pengetahuan kelompok penyuluhan dengan media piring makanku dan kelompok penyuluhan dengan lembar balik.

#### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup penelitian dalam bidang gizi dengan cakupan penelitian gizi masyarakat khususnya mengenai media pendidikan gizi.

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

##### 1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai efektivitas penggunaan media piring makanku sebagai media pendidikan gizi.

##### 2. Bagi Siswa

Siswa termotivasi untuk mengetahui, mempelajari, dan kemudian mempraktikkan gizi seimbang dalam kehidupan mereka sehari-hari.

##### 3. Bagi Sekolah

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini selanjutnya dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam melakukan inovasi terhadap media pendidikan gizi atau pemilihan media yang tepat untuk pendidikan kesehatan sesuai dengan target pendidikan.

##### 4. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan serta dapat dijadikan literatur untuk penelitian selanjutnya.

## F. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Zulaekah (2012) dengan judul “Pendidikan Gizi dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Gizi”. Sampel dalam penelitian tersebut adalah anak SD kelas IV dan V yang menderita anemia sebanyak 36 anak. Jenis penelitian tersebut adalah pra eksperimen dengan rancangan *one group pre test post test design*. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu pengetahuan. Perbedaannya adalah lokasi, media penelitian yaitu *Booklet*, jenis dan desain penelitian. Tingkat pengetahuan gizi setelah diberikan *booklet* pada semua sampel mengalami peningkatan yaitu yang termasuk dalam kategori kurang sebanyak 25%, kategori cukup 47,2%, dan kategori baik 27,8%<sup>5</sup>.
2. Eliana dan Solikhah (2012) tentang “Pengaruh Pemberian Buku Saku Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Pada Anak Sekolah Dasar”. Subyek dalam penelitian tersebut adalah siswa kelas 5 SD. Jenis penelitian tersebut adalah *quasi eksperiment* dengan rancangan pra dan pasca intervensi. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu pengetahuan. Perbedaannya adalah lokasi, variabel, desain, dan media penelitian. Hasil penelitian ini adalah setelah responden diberikan intervensi berupa buku saku, maka

jumlah responden yang berpengetahuan baik meningkat menjadi 100% atau tidak ada siswa yang memiliki pengetahuan gizi kurang baik<sup>66</sup>.

3. Melani (2015) dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dan Gizi Melalui *Boardgames* terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Kesehatan dan Gizi serta Variasi Pilihan Pangan pada Anak Usia Sekolah Dasar di Jakarta Barat”. Subyek dalam penelitian tersebut adalah siswa kelas 3 SD. Jenis penelitian tersebut adalah *case control*. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu pengetahuan. Perbedaannya adalah subyek, lokasi, variabel, desain, dan media penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan dan gizi pada kelompok kontrol lebih baik berbanding kelompok intervensi. Pada penilaian sikap dan variasi pilihan pangan diperoleh hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok<sup>8</sup>.
4. Wahyuningsih (2015) dengan judul “Media Pendidikan Gizi *Nutrition Card* Berpengaruh terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar”. Subyek penelitian tersebut adalah siswa kelas 5 Sekolah Dasar. Jenis penelitian tersebut adalah penelitian eksperimental semu dengan desain *pre test – post test with control group*. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah jenis penelitian, metode penelitian, dan variabel penelitian yaitu pengetahuan. Perbedaannya adalah subyek, lokasi, media penelitian yaitu *Nutrition Card*. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum



diberikan intervensi dengan menggunakan media visual *nutrition card* sebesar  $7,59 \pm 2,06$  dan sesudah intervensi sebesar  $8,92 \pm 0,99$ . Sedangkan hasil pengukuran pengetahuan sebelum diberikan intervensi dengan media papan tulis sebesar  $7,62 \pm 1,98$  dan sesudah intervensi sebesar  $7,7 \pm 1,78$ . Hasil penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata tingkat pengetahuan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media *nutrition card* lebih besar dibandingkan dengan media papan tulis<sup>9</sup>.

5. Pratiwi (2015) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Metode Permainan Edukatif dan Metode Ceramah, terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan tentang Pencegahan Penyakit Diare pada Murid SD di Kecamatan Poasia Kota Kediri Tahun 2015”. Subyek penelitian tersebut adalah siswa kelas 5 SD. Jenis penelitian tersebut adalah *quasi eksperiment* dengan desain *Non equivalent control group design*. Persamaannya penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu melakukan penyuluhan dan menilai pengetahuan. Sedangkan perbedaannya adalah subyek, lokasi, desain, variabel penelitian. Hasil penelitian terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan sesudah penyuluhan pada kelompok eksperimen. Sedangkan, pada kelompok kontrol terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, namun tidak ada peningkatan sikap dan tindakan sebelum dan sesudah penyuluhan. Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap antara

kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sesudah penyuluhan serta tidak ada perbedaan tindakan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah penyuluhan<sup>10</sup>.

6. Hikmawati (2016) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan dengan Media *Puzzle* Gizi terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari Tahun 2016”. Subyek penelitian tersebut adalah siswa kelas 5 SD yang berumur 10 tahun. Jenis penelitian tersebut adalah pra eksperimental dengan desain *one group pre test – post test design*. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu penyuluhan gizi seimbang. Sedangkan perbedaannya adalah subyek, lokasi, jenis, desain, media, dan variabel penelitian yaitu perilaku. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh penyuluhan dengan media promosi *puzzle* gizi yang diberikan siswa yaitu meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang gizi seimbang. Hal tersebut dibuktikan dengan setelah diberikan penyuluhan dengan media promosi *puzzle* gizi, ternyata dari 43 siswa tersebut diperoleh 38 responden memiliki pengetahuan cukup tentang gizi seimbang dan 5 responden memiliki pengetahuan yang kurang. Sedangkan perubahan sikap dibuktikan dengan sebanyak 15 reponden berubah menjadi positif setelah diberikan penyuluhan dengan media promosi *puzzle* gizi. Perubahan tindakan responden dibuktikan dengan 7 responden yang memiliki tindakan buruk sebelum diberikan penyuluhan dengan media promosi

puzzle gizi, berubah menjadi baik setelah diberikan penyuluhan dengan media promosi.

7. Fatimah (2017) dengan judul “Efektivitas Penyuluhan Gizi Menggunakan Media PGS *Cards* dibandingkan *Leaflet* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang pada Siswa Sekolah Dasar”. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu penyuluhan gizi seimbang dan pengetahuan. Sedangkan perbedaannya adalah subyek, lokasi, dan media penyuluhan yaitu PGS *Cards*. Hasil penelitian ini adalah ada perbedaan efektivitas penyuluhan gizi menggunakan media PGS *Cards* dibandingkan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan PGS pada siswa SD. Pada kelompok penyuluhan dengan media PGS *Cards* diperoleh hasil bahwa siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 3,12%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 28,13%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 68,75%. Sedangkan pada kelompok penyuluhan dengan media *leaflet* diperoleh hasil bahwa siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 4,62%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 44,61%, dan siswa yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 50,77%<sup>12</sup>.