

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan gizi di Indonesia saat ini semakin kompleks. Mulai dari tingginya permasalahan kurang gizi hingga meningkatnya masalah kelebihan gizi. Ketidakefektifan gizi sangat berkaitan erat dengan kesehatan yang buruk. Kesehatan yang buruk terjadi karena asupan gizi yang tidak seimbang sehingga akan mempengaruhi faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) (Jerwin, dkk., 2020). Salah satu kelompok yang rentan akan permasalahan gizi adalah anak sekolah. Masalah yang terjadi pada anak usia sekolah menurut pengukuran antropometri yaitu pendek, sangat kurus, dan obesitas (Rahmy, dkk., 2020).

Kekurangan makanan yang bergizi pada anak akan berdampak pada terhambatnya pertumbuhan fisik, mental, dan intelektual (Rahmy, dkk., 2020). Kegagalan dalam pemenuhan gizi yang optimal pada anak akan berdampak buruk bagi tumbuh kembang anak sehingga dapat meningkatkan risiko penyakit seperti diabetes, osteoporosis, dan hipertensi (Ariawan, dkk., 2021). Status gizi yang baik akan mempengaruhi pembentukan kecerdasan pada anak. Jika asupan zat gizi yang diterima rendah, maka status gizi dan tingkat kecerdasan anak akan rendah pula (Rahmatillah, 2018).

Permasalahan gizi seperti penurunan berat badan atau terhambatnya pertumbuhan tinggi badan disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dari makanan sehingga cadangan dalam tubuh mengalami gangguan jaringan yang menyebabkan anak menjadi pendek dan kurus (Rohmah, dkk., 2022). Sedangkan individu dengan status gizi lebih atau obesitas disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan yang masuk dengan aktivitas yang dikeluarkan (Noor, dkk., 2022).

Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi anak pendek di Indonesia pada usia 5 – 12 tahun berdasarkan indeks TB/U sebesar 23,6% (6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek), anak kurus berdasarkan indeks IMT/U sebesar 9,2% (2,4% sangat kurus dan 6,8% kurus), dan pada anak kegemukan

berdasarkan indeks IMT/U yaitu 20% (10,8% gemuk dan 9,2% obesitas).

Menurut Rahmatillah (2018), tingkat pengetahuan gizi sangat berpengaruh terhadap sikap seseorang dalam melakukan pemilihan makanan, sehingga hal tersebut berpengaruh terhadap keadaan gizi pada setiap individu tersebut. Sikap yang diambil seseorang dalam pengambilan keputusan sangat dipengaruhi oleh pengetahuan. Kurangnya pengetahuan mengenai gizi terhadap pemilihan makanan yang sesuai dengan pesan gizi seimbang mengakibatkan kesalahan dalam pemilihan makanan yang baik. Jika tingkat pengetahuan seseorang semakin tinggi tentang sesuatu, maka perubahan sikap akan terjadi (Kristian, dkk., 2019).

Usia anak sekolah merupakan masa yang dapat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Dengan demikian mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang sangat penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif. Edukasi terkait gizi sangat tepat diberikan kepada usia anak sekolah dasar yaitu dengan rentang usia 6 – 14 tahun, karena pada usia tersebut periode intelektual pada anak yang sudah mulai mengerti dan cukup umur dalam menerima informasi serta memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (Yuningsih dan Kurniasari, 2022). Sedangkan pada usia 9 – 13 tahun yaitu pada kelas 4 sampai kelas 6 yang merupakan masa kelas tinggi dimana pada usia tersebut anak sudah mampu untuk berpikir lebih nalar dan juga lebih banyak (Sabani, 2019).

Media merupakan segala sesuatu yang digunakan untuk menyampaikan pesan yang bertujuan merangsang pikiran, perasaan, perhatian, serta minat anak sehingga proses belajar pada anak dapat berlangsung dengan baik (Dewi & Handayani, 2021). Proses pembelajaran memerlukan pendekatan berupa pendekatan permainan yang bertujuan untuk merangsang kreativitas anak dalam meningkatkan kemampuan dan pengetahuan (Mardiana, dkk., 2021).

Pembelajaran melalui media konvensional yang kurang variatif cenderung akan menimbulkan kejenuhan pada anak dalam mengikuti pelajaran sehingga menimbulkan dampak yang dapat memengaruhi prestasi belajar (Susanti, dkk., 2024). Metode pembelajaran yang efektif dapat menghasilkan

hasil belajar yang optimal, mendorong keterlibatan siswa, meningkatkan pemahaman, dan memfasilitasi pengembangan keterampilan siswa secara efektif (Sari, dkk., 2024)

Pendidikan kesehatan yang disampaikan menggunakan media pembelajaran, yang mana media tersebut supaya sasaran dapat mendapatkan pengetahuan dan kemudian mampu membuat sikap menjadi lebih positif (Jatmika, dkk., 2019). Media pembelajaran atau edukasi yang kerap kali digunakan untuk anak adalah *puzzle*. *Puzzle* merupakan permainan bongkar pasang yang bertujuan untuk melatih kemampuan motorik halus pada anak karena dalam melakukan penyusunan diperlukan koordinasi mata dengan tangan, tingkat fokus, serta pengelolaan emosi karena memerlukan konsentrasi yang tinggi dalam penyelesaiannya (Nurwita, 2019). Sedangkan media *leaflet* berupa selebaran kertas yang dilipat berisi tulisan dan gambar yang singkat, padat, dan sederhana (Kurniawati, 2022).

Oleh sebab itu, dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pesan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dibutuhkan media yang tepat sehingga dapat membangkitkan semangat belajar. Salah satu media yang digunakan adalah Banuputo. Banuputo yaitu akronim dari *Balanced Nutrition Puzzle Tower* yang merupakan media edukasi yang dapat digunakan sebagai media bermain dan belajar sehingga pesan yang terkandung dalam media tersebut dapat lebih cepat dipahami oleh anak-anak. Banuputo ini merupakan media variasi dari *puzzle*. Edukasi melalui media Banuputo ini diharapkan dapat membentuk pola pikir sehingga anak mengetahui takaran makan atau porsi yang tepat sesuai dengan anjuran, serta anak dapat mengetahui jenis dan sumber dari makanan yang dikonsumsi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan pemberian pesan gizi seimbang melalui media Banuputo dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pada siswa sekolah dasar, dengan menggunakan media Leaflet sebagai kelompok kontrol.

B. Rumusan Masalah

Apakah media Banuputo lebih efektif dibandingkan media Leaflet terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa sekolah dasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas media Banuputo dibandingkan dengan media Leaflet terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui peningkatan pengetahuan konsumsi makanan sesuai tumpeng gizi seimbang setelah dilakukannya edukasi melalui media Banuputo.
- b. Mengetahui peningkatan pengetahuan konsumsi makanan sesuai tumpeng gizi seimbang setelah dilakukannya edukasi melalui media Leaflet.
- c. Mengetahui efektivitas atau perbedaan tingkat perubahan pengetahuan anak sekolah dasar sebelum dan setelah dilakukannya edukasi antara yang menggunakan media Banuputo dengan yang menggunakan media Leaflet.
- d. Mengetahui peningkatan sikap konsumsi makanan sesuai tumpeng gizi seimbang setelah dilakukannya edukasi melalui media Banuputo.
- e. Mengetahui peningkatan sikap konsumsi makanan sesuai tumpeng gizi seimbang setelah dilakukannya edukasi melalui media Leaflet.
- f. Mengetahui efektivitas atau perbedaan tingkat perubahan sikap anak sekolah dasar sebelum dan setelah dilakukannya edukasi antara yang menggunakan media Banuputo dengan yang menggunakan media Leaflet.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang keilmuan gizi masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Untuk masyarakat khususnya orang tua diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi untuk mengetahui pentingnya konsumsi makanan sesuai dengan tumpeng gizi seimbang bagi anak.
2. Untuk guru dan sekolah dapat menjadikan media alternatif sebagai pembelajaran guna meningkatkan pengetahuan mengenai tumpeng gizi seimbang.
3. Untuk peneliti dapat menambah wawasan terkait pengetahuan dan sikap konsumsi makanan sesuai tumpeng gizi seimbang pada anak usia sekolah di Indonesia serta sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.

F. Keaslian Penelitian

Menurut pengetahuan peneliti, penelitian ini belum pernah diteliti oleh peneliti lain, tetapi terdapat beberapa penelitian yang serupa, disajikan dalam Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Judul Penelitian, (Tahun)	Desain Penelitian, Analisis Data, Hasil	Perbedaan dan Persamaan Penelitian
1. Pemberian Pesan Gizi melalui Media Tas dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Buah dan Sayur	Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan desain penelitian <i>pre-test and post test with control group design</i> . hasil penelitian menunjukkan	- Persamaan: teknik pengambilan sampel, metode penelitian, rancangan penelitian. - Perbedaan: judul penelitian, produk penelitian, besar sampel

Siswa Sekolah Dasar (Kholifah, 2021)	bahwa ada perbedaan secara signifikan sebelum dan sesudah diberikannya edukasi dengan hasil nilai $p = < 0,05$.	
2. Pengaruh Video Tiktok Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Siswa SD di Kecamatan Moyudan (Kurniawan, 2021)	Penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan desain <i>pre-test and post-test with control group design</i>. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media video TikTok ($p=0,001$), leaflet ($p=0,001$). Terdapat perbedaan yang signifikan pada selisih skor (posttest-pretest) pengetahuan tentang gizi seimbang pada kelompok video TikTok dan leaflet ($p=0,034$)	- Persamaan: jenis penelitian, desain penelitian, rancangan penelitian - Perbedaan: judul penelitian, produk penelitian, besar sampel

3. Pemberian Film Pendek Edukasi Anemia Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Desa Sumberagung Kecamatan Moyudan (Hairin, 2021)	Penelitian ini termasuk penelitian Eksperimen Semu (<i>Quasy Experimental Design</i>) dengan desain penelitian <i>pretest and post-test without control group</i>. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> dan analisis statistik yang digunakan adalah <i>Shapiro-wilk</i>, <i>Cronbach Alpha</i> dan <i>Paired Sample T-Test</i>. Yang berarti adanya pengaruh pembelajaran gizi menggunakan media film pendek terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri	- Persamaan: jenis penelitian - Perbedaan: desain penelitian, rancangan penelitian, besar sampel, judul penelitian, produk penelitian
4. Pengaruh Pemberian Media Edukasi E-Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Makanan Jajanan	Hasil uji statistik yang diperoleh didapatkan hasil <i>pretest</i> dan <i>post-test</i> menggunakan uji <i>Paired Sample T-Test</i> bahwa nilai <i>p-value</i> ($0,000 \leq 0,05 =$	- Persamaan: jenis penelitian - Perbedaan: desain penelitian, rancangan penelitian, besar sampel, judul penelitian, produk penelitian

Sehat pada Anak Sekolah Menengah Pertama (Nooragni, 2022)	signifikan). Yang berarti adanya pengaruh media E-Komik tentang makanan jajanan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap	penelitian
---	--	------------