

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan laporan WHO 2021, tingkat kejadian gizi kurang pada anak-anak di seluruh dunia mencapai 28,5%. Di negara-negara berkembang, prevalensinya lebih tinggi yaitu 32,2%. Di Benua Asia, prevalensi ini berada pada angka 30,6%, sedangkan untuk Wilayah Asia Tenggara, angka prevalensi gizi kurang adalah 29,4% (WHO, 2021 *dalam* Sari & Vitoria, 2023). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan, prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun di Provinsi DIY antara lain sangat kurus sebanyak 1,5%, kurus 8,5%, gemuk 12,2% dan obesitas sebanyak 9,4%.

Anak pada usia sekolah masih dalam tahap bertumbuh dan berkembang sehingga cukup berisiko terkait masalah gizi. Masalah gizi yang paling sering ditemukan yaitu kekurangan energi dan protein, vitamin A, yodium, zat besi dan gizi lebih atau obesitas. Anak yang mengalami gangguan gizi cenderung lebih rentan terhadap berbagai penyakit serta mengalami penurunan dalam pencapaian prestasi akademiknya (Kemenkes, 2017 *dalam* Aulia, J. N., 2022).

Adapun risiko jangka pendek yang dapat ditimbulkan, yaitu kondisi apatis pada anak, gangguan dalam berkomunikasi dan gangguan perkembangan lainnya. Sementara itu, risiko jangka panjang yang dapat terjadi, yaitu menurunnya IQ seorang anak, terjadi penurunan kognitif,

gangguan fungsi kognitif, serta berbagai masalah perkembangan yang lebih serius (Nency *et al.*, 2010 dalam Evelianti Saputri *et al.*, 2021).

Sebagian besar anak sekolah masih memiliki perilaku makan yang tidak seimbang dengan rendahnya konsumsi sayur, buah, dan protein, serta konsumsi tinggi makanan olahan, *snack* dan minuman manis (Putri, K., Wong, D., *et al.*, 2025). Proporsi konsumsi buah/sayur per hari dalam seminggu pada usia ≥ 5 tahun di Provinsi DIY antara lain 1-2 porsi sebanyak 62,0%, 3-4 porsi sebanyak 27%, ≥ 5 porsi 4,1 % dan tidak konsumsi sayur/buah sebanyak 6,8% (SKI, 2023). Angka yang tidak mengonsumsi buah dan sayur sama sekali (6,8%) menjadi perhatian khusus terkait risiko kurang asupan serat, vitamin, dan mineral yang berdampak pada kesehatan masyarakat. Hal ini menunjukkan tantangan besar dalam meningkatkan konsumsi buah dan sayur untuk mencapai pola makan sehat di DIY.

Berdasarkan penelitian (Nuraeni *et al.*, 2023) bahwa rata-rata konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar kelompok umur 10-11 tahun masih dibawah anjuran yaitu $27,10 \pm 39,75$ g per hari dan $30,90 \pm 63,87$ g per orang per hari. Selain itu, penelitian (Aulia, D. *et al.*, 2025) mengidentifikasi beberapa faktor yang berperan dalam perilaku konsumsi jajanan tidak sehat pada anak sekolah, termasuk tingkat pengetahuan anak, kebiasaan membawa bekal, kebiasaan sarapan pagi, jumlah uang saku, serta pengaruh teman sebaya. Penelitian (Putri *et al.*, 2025) juga menyebutkan bahwa pada anak usia sekolah dasar sering mengonsumsi makanan yang dijual di pinggir jalan atau sekitar area sekolah yang umumnya kaya karbohidrat dan garam.

Makanan jenis ini cenderung membuat anak merasa kenyang lebih cepat, namun jika dikonsumsi secara terus-menerus dapat menurunkan nafsu makan mereka. Kondisi ini, jika dibiarkan berisiko mengganggu atau menghambat pertumbuhan fisik anak karena asupan gizi yang tidak seimbang dan kurangnya nutrisi penting untuk perkembangan tubuh.

Dengan demikian, pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Rendahnya pengetahuan gizi dapat menjadi penyebab munculnya berbagai masalah gizi serta rendahnya konsumsi makanan. Pengetahuan gizi dapat didefinisikan sebagai kemampuan atau kecakapan dalam memilih makanan yang menjadi sumber zat gizi penting, termasuk juga kemampuan dalam memilih makanan jajanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi, sehingga untuk meningkatkan pengetahuan gizi tersebut diperlukan edukasi makanan gizi seimbang (Okta & Ningrum, 2024).

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi adalah dengan mengadakan program edukasi tentang makanan bergizi seimbang. Edukasi gizi di sekolah dasar sangat penting untuk memberikan pemahaman kepada siswa agar dapat memilih makanan yang sehat. Media yang banyak digunakan dalam edukasi yaitu komik. Kelebihan komik dibanding media lain yaitu mudah dipahami, mengandung gambar yang terkesan sederhana dan terdapat kata-kata pada panel antar tokoh menggunakan bahasa percakapan sehari-hari dan ringan yang membuat komik cocok untuk dibaca oleh semua kalangan (Masri *et al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian (Ayu Anggraini, Idha, 2025) media komik terbukti lebih efektif dibandingkan media poster atau leaflet dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak SD tentang pedoman gizi seimbang. Penelitian (Savitri, Dinda Marchantya Oryza, 2024) menunjukkan bahwa penggunaan media permainan ular tangga sebagai sarana edukasi gizi sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak-anak usia sekolah dasar mengenai gizi seimbang. Penelitian (Saputri, S.N., 2023) menunjukkan bahwa media bonuputo sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa SD mengenai gizi seimbang. Penelitian (Purnamasari, Dwi Anisa, 2023) menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan menggunakan media papi gizi memberi pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada anak. Penelitian (Sukmawati, G., 2022) menunjukkan bahwa media stiker pesan gizi seimbang efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada anak usia sekolah dasar.

Salah satu media yang efektif digunakan adalah komik yang didesain menyerupai *webtoon* untuk menarik minat baca siswa. Keunggulan media ajar berbasis komik *webtoon* adalah penyajian materi edukatif melalui rangkaian gambar kartun yang menampilkan tokoh-tokoh dalam sebuah cerita. Komik *webtoon* mampu menjelaskan konsep secara visual dengan mengilustrasikan fenomena yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, sehingga siswa tidak hanya membaca buku teks saja. Tampilan menarik dari komik *webtoon* dapat memicu minat belajar siswa (Hasanah *et al.*, 2023). Pada penelitian (Yarisda Ningsih *et al.*, 2025) menunjukkan bahwa

pemanfaatan media pembelajaran digital meningkatkan partisipasi dan motivasi siswa. Dengan demikian, komik berbasis *webtoon* berpotensi meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar terhadap pemilihan makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat secara optimal.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penggunaan Komik Sebagai Media Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Makanan Bergizi Seimbang dan *Snack* Sehat pada Anak Sekolah Dasar Kelas 5”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah penggunaan komik *webtoon* sebagai media edukasi lebih efektif dibandingkan dengan media komik cetak terhadap peningkatan pengetahuan makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat pada anak sekolah dasar kelas 5?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penggunaan komik *webtoon* sebagai media edukasi lebih efektif dibandingkan dengan media komik cetak terhadap peningkatan pengetahuan makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat pada anak sekolah dasar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat anak sekolah dasar sebelum dilakukan edukasi dengan media komik *webtoon* dan komik cetak
- b. Mengetahui pengetahuan makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat anak sekolah dasar sesudah diberikan edukasi dengan media komik *webtoon* dan komik cetak
- c. Menilai efektivitas media komik *webtoon* dan komik cetak dalam edukasi makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat terhadap peningkatan pengetahuan anak sekolah dasar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Peneliti Lain yaitu dapat digunakan sebagai bahan kajian sekaligus perbandingan terhadap penelitian dengan topik yang sama.
- b. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yaitu memberikan alternatif media yang dapat digunakan untuk edukasi gizi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Penulis yaitu mengembangkan kemampuan peneliti untuk melakukan penelitian tentang makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat, menambah wawasan terkait makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat pada anak sekolah dan mengembangkan kompetensi diri sesuai bidang keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.

- b. Bagi Anak Sekolah Dasar yaitu diharapkan dapat menerima pesan dengan baik melalui metode eksperimen dan anak dapat tertarik untuk mempelajari makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat sehingga pengetahuan anak dapat meningkat mengenai makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat.
- c. Bagi Sekolah yaitu memberikan alternatif media pembelajaran dan menambah informasi dan pengetahuan siswa mengenai makanan bergizi seimbang dan *snack* sehat supaya siswa melakukan pola makan yang sesuai dengan gizi seimbang sebagai pencegahan permasalahan gizi sehingga dapat meningkatkan kualitas generasi Indonesia.

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

Berikut merupakan rangkuman hasil penelitian sejenis yang membahas tentang penggunaan sebuah media dalam edukasi gizi, yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Judul Penelitian lain (sejenis)	Sumber	Persamaan dengan penelitian ini	Perbedaan dengan penelitian ini
1. Efektivitas Penggunaan Media Bonuputo (<i>Balanced Nutrition Puzzle Tower</i>) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar	Saputri, Safira Nurullita (2025)	Meneliti tentang pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah, metode penelitian	Media Bonuputo
2. Efektivitas Penggunaan Media Komik Dalam Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar	Ayu Anggraini, Idha (2025)	Meneliti tentang pengetahuan siswa sekolah dasar, Metode penelitian, Media	Variabel sikap
3. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Papi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Sekolah Dasar	Purnamasari, Dwi Anisa (2023)	Meneliti tentang pengetahuan siswa sekolah dasar, metode penelitian	Media Papi Gizi
4. Efektivitas Stiker Pesan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar	Sukmawati, Galuh (2021)	Meneliti tentang penggunaan media terhadap pengetahuan Gizi Seimbang, metode penelitian	Media Stiker Pesan
5. Efektivitas Penyuluhan Gizi Isi Bekalku Dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Anak Usia Sekolah Dasar	Savitri, Dinda Marchantya Oryza (2024)	Meneliti tentang penggunaan media terhadap pengetahuan, metode penelitian, sasaran	Media Permainan Ular Tangga