

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hingga kini, masalah gizi pada anak usia sekolah masih menjadi perhatian penting di Indonesia. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anak usia 5–12 tahun yang mengalami status gizi pendek dan sangat pendek (berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur/TB/U) mencapai 11,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Meskipun terjadi penurunan dari data Riskesdas tahun 2018 sebesar 14,1% di wilayah DIY (Kementerian Kesehatan RI, 2018), angka ini tetap menunjukkan bahwa gangguan pertumbuhan kronis masih terjadi pada kelompok usia sekolah dasar. Selain itu, berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), data SKI 2023 menunjukkan bahwa 10% anak mengalami kekurangan gizi (sangat kurus dan kurus), sementara 21,6% mengalami kelebihan gizi (berlebih dan obesitas). Ini mengindikasikan terjadinya *double burden of malnutrition*, yaitu beban gizi ganda yang mencakup gizi kurang dan gizi lebih secara bersamaan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Selain itu, masih terdapat tantangan dalam perilaku hidup sehat pada anak usia sekolah. Perilaku cuci tangan yang benar pada anak usia 10–14 tahun masih rendah, yaitu hanya 46% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Padahal, mencuci tangan dengan benar menggunakan sabun dan air mengalir atau hand sanitizer sangat penting untuk mencegah penyebaran

penyakit. Selain itu, aktivitas fisik yang kurang juga menjadi masalah serius, dengan 58% anak usia 10-14 tahun tidak melakukan aktivitas fisik yang cukup, di mana 54,6% di antaranya menyatakan malas sebagai alasan utama (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Status gizi yang tidak normal, baik gizi kurang maupun gizi berlebih, dapat menimbulkan dampak jangka pendek dan jangka panjang bagi anak-anak. Anak dengan gizi kurang, seperti stunting, umumnya mengalami gangguan pertumbuhan fisik, keterlambatan perkembangan kognitif, serta penurunan daya tahan tubuh yang membuat mereka lebih rentan terhadap infeksi. Kondisi ini juga berdampak pada menurunnya konsentrasi dan prestasi belajar di sekolah. Sementara itu, anak yang mengalami gizi berlebih atau obesitas berisiko lebih tinggi mengalami gangguan metabolik seperti diabetes tipe 2, hipertensi, serta gangguan psikososial seperti rendahnya rasa percaya diri dan perundungan (*bullying*) oleh teman sebaya. Kedua kondisi tersebut, apabila tidak ditangani sejak dini, dapat berlanjut hingga dewasa dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular, serta menurunkan produktivitas individu di masa depan.

Upaya penanganan masalah gizi salah satunya adalah melalui edukasi gizi. Edukasi gizi yang efektif dapat membantu anak-anak memahami pentingnya pola makan seimbang serta memengaruhi perilaku mereka dalam memilih makanan yang sehat. Meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah dasar dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya melalui program pendidikan gizi. Pendidikan gizi merupakan aspek

penting dalam perkembangan anak, terutama bagi anak usia sekolah dasar yang sedang mengalami fase pertumbuhan cepat (Andriyani dan Kurniasari, 2022).

Pemilihan siswa kelas V sekolah dasar sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan perkembangan kognitif dan kemampuan berpikir mereka yang sudah lebih matang dibandingkan kelas di bawahnya. Anak dengan umur sekitar 7-11 tahun berada pada tahap operasional konkret, di mana mereka menunjukkan perkembangan dalam kemampuan berpikir logis. Mereka mulai dapat memahami keterkaitan antara berbagai konsep dan melakukan operasi mental yang lebih rumit (Marinda, 2020). Selain itu, siswa kelas V dinilai sudah cukup mengenal konsep dasar gizi, namun belum terlalu dekat dengan tekanan ujian akhir seperti halnya siswa kelas VI. Oleh karena itu, siswa kelas V merupakan kelompok yang ideal untuk menerima intervensi edukasi gizi karena kematangan mental dan kestabilan kurikulum mereka (Ituga dan Alman, 2024).

Salah satu pendekatan efektif dalam pendidikan gizi adalah melalui media visual, seperti buku cerita bergambar. Media ini dapat menarik perhatian anak-anak dan memudahkan mereka memahami informasi gizi dengan cara yang lebih menarik dan mudah dipahami. Studi menunjukkan bahwa penggunaan media visual dalam edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan serta membentuk sikap positif terhadap pola makan seimbang. Misalnya, penelitian yang dilakukan di SDN Demakijo 01 menunjukkan

bahwa media KONSIKU (Buku Dongeng Isi Piringku) efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak (Hapnison, 2024).

Buku cerita bergambar berjudul "Mari Belajar Gizi" hadir sebagai media visual yang interaktif bagi siswa kelas V sekolah dasar. Buku ini dirancang sebagai media eksperimen yang menggabungkan unsur edukasi dan hiburan untuk menyampaikan pesan-pesan tentang gizi seimbang kepada siswa sekolah dasar. Karakter utama dalam cerita ini adalah seorang ahli gizi, ahli gizi yang cerdas dan baik hati, mengajak para siswa mengenal berbagai kelompok makanan bergizi, tumpeng gizi seimbang, isi piringku, dan B2SA (Beragam, Bergizi, Seimbang, dan Aman). Cerita disusun dengan alur yang sederhana dan menyenangkan, disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa kelas V SD. Untuk meningkatkan daya tarik dan menjaga keterlibatan siswa selama membaca, buku ini juga dilengkapi dengan elemen interaktif berupa mini games. Aktivitas ini tidak hanya mendorong siswa untuk memahami isi cerita secara aktif, tetapi juga membuat mereka merasa menjadi bagian dari cerita bersama ahli gizi. Pendekatan visual dan naratif yang menyenangkan ini diharapkan dapat meningkatkan minat baca sekaligus memperkuat pemahaman siswa terhadap konsep gizi seimbang dengan cara yang menyenangkan dan tidak membosankan.

Dengan demikian, penggunaan media cerita bergambar berjudul "Mari Belajar Gizi" diharapkan dapat menjadi alat edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Apakah penggunaan media cerita bergambar efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Utama

Mengetahui efektivitas media cerita bergambar dengan media poster dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya peningkatan pengetahuan gizi seimbang menggunakan media edukasi cerita bergambar pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Kembang Putih.
- b. Diketuinya peningkatan sikap gizi seimbang menggunakan media edukasi cerita bergambar pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Kembang Putih.
- c. Diketuinya peningkatan pengetahuan gizi seimbang menggunakan media edukasi poster pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Guwosari.
- d. Diketuinya peningkatan sikap gizi seimbang menggunakan media edukasi poster pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Guwosari.

- e. Diketuainya efektivitas penggunaan media cerita bergambar dibandingkan dengan poster dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri.
- f. Diketuainya efektivitas penggunaan media cerita bergambar dibandingkan dengan poster dalam meningkatkan sikap gizi seimbang pada siswa kelas V Sekolah Dasar.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah bidang dengan cakupan penelitian gizi masyarakat, khususnya tentang promosi kesehatan dan media pendidikan gizi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa Sekolah Dasar.

2. Manfaat praktis

a. Bagi anak sekolah dasar

Adanya edukasi cerita gambar sebagai media informasi tentang gizi seimbang untuk menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas.

b. Bagi tenaga kesehatan terkait

Memberikan gambaran alternatif media yang digunakan dalam pendidikan gizi maupun penyuluhan gizi di Masyarakat.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang dapat digunakan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.

F. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian sejenis dengan penelitian yang dilakukan yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dyah Rahmah Safitri, Weni Kurdanti, dan Almira Sitasari (2022) berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Boogize (Booklet Gizi Seimbang) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemberian Makanan Anak Sekolah Dasar” menyimpulkan bahwa baik media booklet Boogize maupun leaflet efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dalam pemberian makanan anak SD, namun tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam efektivitas keduanya. Memiliki kesamaan dalam jenis dan desain penelitian, yaitu menggunakan pendekatan quasi eksperimental dengan desain *pretest-posttest with comparison group*. Subjek dalam penelitian tersebut juga melibatkan anak sekolah dasar sebagai bagian dari konteks intervensi. Namun, terdapat perbedaan pada penggunaan media edukasi dan sasaran intervensi. Media yang digunakan berupa booklet dan variabel terikat difokuskan pada ibu siswa sekolah dasar sebagai pemberi makanan.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Hanisa Aura Hapnison, Waryana, dan Siti Budi Utami (2024) berjudul “Efektivitas Penggunaan Media Edukasi Gizi Konsiku (Buku Dongeng Isi Piringku) Terhadap

Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar sebagai Upaya Pencegahan Obesitas” menunjukkan bahwa media edukasi berbentuk buku dongeng gizi KONSIKU efektif meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar terkait pencegahan obesitas. Meskipun demikian, hasil uji efektivitas menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara media buku dongeng dan video animasi ($p = 0,145$), sehingga keduanya dinilai sama-sama efektif sebagai media edukasi gizi. Memiliki kesamaan pada penggunaan media edukasi berbasis cerita bergambar dan subjek penelitian yang melibatkan anak sekolah dasar. Namun, terdapat perbedaan pada desain penelitian yaitu menggunakan non-equivalent *pretest posttest*. Selain itu, fokus variabel terikat adalah pengetahuan anak dalam pencegahan obesitas.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nabila Salma dan Ratih Kurniasari (2022) berjudul “Pengaruh Media Poster, Video Boneka Tangan, dan Buku Cerita Terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Tentang Gizi Seimbang” menunjukkan bahwa media edukasi seperti poster, video boneka tangan, dan buku cerita secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan siswa SD kelas IV dan V mengenai gizi seimbang. Dari ketiga media tersebut, media poster memberikan hasil yang paling signifikan, meskipun secara umum semua media menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari *pretest* ke *posttest*. Memiliki kesamaan pada desain eksperimen semu (quasi experimental), serta subjek penelitian yang melibatkan siswa sekolah

dasar. Namun, terdapat beberapa perbedaan pada media edukasi yang digunakan terdiri dari tiga jenis media sekaligus, yaitu poster, video boneka tangan, dan buku cerita. Selain itu, variabel terikat terbatas hanya pada pengetahuan siswa.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Dife Nur Tiara, Osman Syarief, Gurid Pramintarto, Mira Mutiyani, dan Sofi Siti Selviyanti (2019) berjudul "Pendidikan Gizi Menggunakan Cerita Bergambar Terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi Sayur Buah pada Siswa" menunjukkan bahwa intervensi menggunakan media cerita bergambar efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai konsumsi sayur dan buah, dibuktikan dengan nilai signifikansi $p=0,013$. Namun, hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa intervensi tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan frekuensi konsumsi sayur dan buah pada siswa ($p=0,073$). Memiliki kesamaan pada jenis dan desain penelitian yang digunakan, yaitu eksperimen semu dengan desain *pretest-posttest with comparison group*, serta penggunaan media cerita bergambar sebagai alat edukasi gizi. Subjek penelitian pun serupa, yakni siswa sekolah dasar. Namun, terdapat perbedaan pada fokus variabel terikat yaitu menilai pengaruh media cerita bergambar terhadap frekuensi konsumsi sayur dan buah. Selain itu, media cerita bergambar yang digunakan bersifat visual dan naratif, namun belum dilengkapi dengan elemen interaktif yang dapat

mendorong siswa untuk mengaplikasikan informasi secara aktif dalam kesehariannya.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Tetes Wahyu Witradharmam dan Jumiati (2019) berjudul “Efektivitas Media Cerita Bergambar (CERGAM) terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa PAUD/TK” menunjukkan bahwa media cerita bergambar (CERGAM) efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa PAUD/TK terkait konsumsi sayur dan buah. Media CERGAM terbukti menghasilkan peningkatan yang signifikan secara statistik pada variabel pengetahuan ($p=0,001$), tindakan ($p=0,001$), serta pola konsumsi sayuran dan buah. Namun demikian, variabel sikap tidak mengalami peningkatan yang signifikan antara *pre* dan *posttest* ($p=0,087$), dan tidak ada perbedaan signifikan dalam pola konsumsi buah. Memiliki kesamaan pada penggunaan media edukasi berupa cerita bergambar, jenis penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan desain penelitian *pretest-posttest with comparison group*. Namun, terdapat perbedaan pada subjek penelitian yaitu pada anak PAUD/TK dan variabel terkait yang menilai pengetahuan, sikap, dan pola konsumsi sayur dan buah.

Kebaruan penelitian ini terletak pada kombinasi karakteristik penelitian yang meliputi subjek penelitian berupa siswa kelas V sekolah dasar, perbandingan dua media edukasi visual yaitu buku cerita bergambar dan poster, serta penggunaan variabel terikat yang mencakup aspek pengetahuan

dan sikap mengenai gizi seimbang secara bersamaan. Selain itu, penelitian ini melakukan pengukuran sebanyak dua kali setelah intervensi (*posttest* 1 dan *posttest* 2) untuk menggambarkan perubahan serta kecenderungan retensi pengetahuan dan sikap dalam jangka pendek.