

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sumberdaya manusia (SDM) yang berkualitas adalah SDM yang memiliki sifat tangguh, mental yang kuat, dan kesehatan yang baik disamping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi. Sumberdaya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas, dan produktif sangat dibutuhkan dan perlu dipersiapkan oleh bangsa itu sendiri untuk mencapai kemajuan dan keberhasilan dalam pembangunan nasional yang mampu bersaing dengan sumberdaya manusia (SDM) dari negara lain. SDM yang berkualitas akan terlihat ketika ada pada fase pertumbuhan salah satunya adalah fase anak sekolah.

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini. (Sungkowo et al. 2008). Sebelum memulai aktivitas siswa perlu memerlukan energi sebagai pendorong atau penggerak melakukan aktivitas, energi tersebut dapat diperoleh dari sarapan. Mengingat kadar gula tubuh manusia sangat rendah di pagi hari. Sarapan mungkin terdengar sepele, namun sangat vital bagi tubuh manusia, apalagi jika dituntut untuk bekerja total seharian karena sarapan menyumbang 15-30% total energi harian. Seringkali siswa mengabaikan sarapan dengan alasan kurangnya waktu atau bosan dengan menu yang itu-itu saja. Padahal sarapan bukan sekedar penganjal perut, tetapi sarapan juga memberikan energi agar manusia bisa beraktivitas dengan optimal. Otak pun bekerja dengan optimal dan tidak cepat mengantuk serta siswa akan lebih berkonsentrasi saat di sekolah.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2013 (Riskesdas), Secara keseluruhan, prevalensi pendek (TB/U) pada anak umur 5-18 tahun menurut jenis kelamin yaitu pada anak laki-laki, prevalensi pendek tertinggi di umur 13 tahun (40,2 %), sedangkan pada anak perempuan di umur 11 tahun (35,8%). Secara nasional prevalensi pendek pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7 % (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek). Secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11.2 %, terdiri dari 4,0 % sangat kurus dan 7,2 % kurus. Secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 %, terdiri dari gemuk 10,0 % dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 %.

Hal tersebut diperkuat dengan data studi pendahuluan di MI Bahrul Ulum Desa Randugading Kecamatan Tajinan pada bulan Desember 2018 bahwa status gizi siswa kelas 4 dan kelas 5 MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan menurut BB/U adalah 8% gizi kurang, dan 92% gizi baik, menurut TB/U adalah 16% sangat pendek, 16% pendek, dan 68% normal, serta menurut IMT/U adalah 8% sangat kurus, 32% kurus, dan 60% normal Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa prevalensi pendek dan sangat pendek di MI Bahrul Ulum Desa Randugading Kecamatan Tajinan (32%) diatas angka nasional (30,7%), prevalensi kurus dan sangat kurus di MI bahrul Ulum Desa Randugading Kecamatan Tajinan (40%) diatas angka nasional (11,25%).

Menurut UNICEF 1997, penyebab langsung faktor yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan kesehatan/penyakit. Sarapan pagi termasuk asupan makan yang harus dipenuhi khususnya bagi anak sekolah. Bagi anak sekolah meninggalkan sarapan membawa dampak yang kurang menguntungkan. Konsentrasi di kelas biasanya buyar karena tubuh tidak memperoleh masukan gizi yang cukup. Sebagai gantinya, siswa/i jajan di sekolah untuk sekedar mengganjal perut. Tetapi mutu dan keseimbangan gizi tidak seimbang. Oleh karena itu kebiasaan sarapan hendaknya dipertahankan dalam setiap keluarga (Khomsan, 2010 dalam Perdana 2013).

Dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap sarapan untuk anak usia sekolah, metode dan media yang tepat dan sangat penting untuk menyampaikan informasi perlu diperhatikan, salah satunya dengan metode dua arah dengan sistem pembelajaran kelompok dengan media permainan. Permainan yang dimaksud adalah ular tangga. Ular tangga adalah salah satu permainan tradisional berupa [permainan papan](#) untuk anak-anak yang dimainkan oleh 2 orang atau lebih. Papan permainan dibagi dalam kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak digambar sejumlah "tangga" atau "ular" yang menghubungkannya dengan kotak lain. Dengan media ular tangga ini diharapkan siswa dapat memahami proses belajar dengan baik karena dilakukan dengan metode belajar sambil bermain.

Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Astrianingsih pada tahun 2012 bahwa media terdapat pengaruh pengetahuan dan sikap siswa SD dalam pencegahan impaksi serumen setelah diberikan media permainan ular tangga. Hal tersebut juga dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maarif pada tahun 2017 bahwa terdapat

peningkatan pengetahuan ( $p=0,04$ ) dan sikap ( $p=0,016$ ) tentang kesehatan reproduksi setelah diberikan media permainan ular tangga, serta penelitian lain sejenis .

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana pengaruh edukasi gizi kesehatan menggunakan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan tentang sarapan?

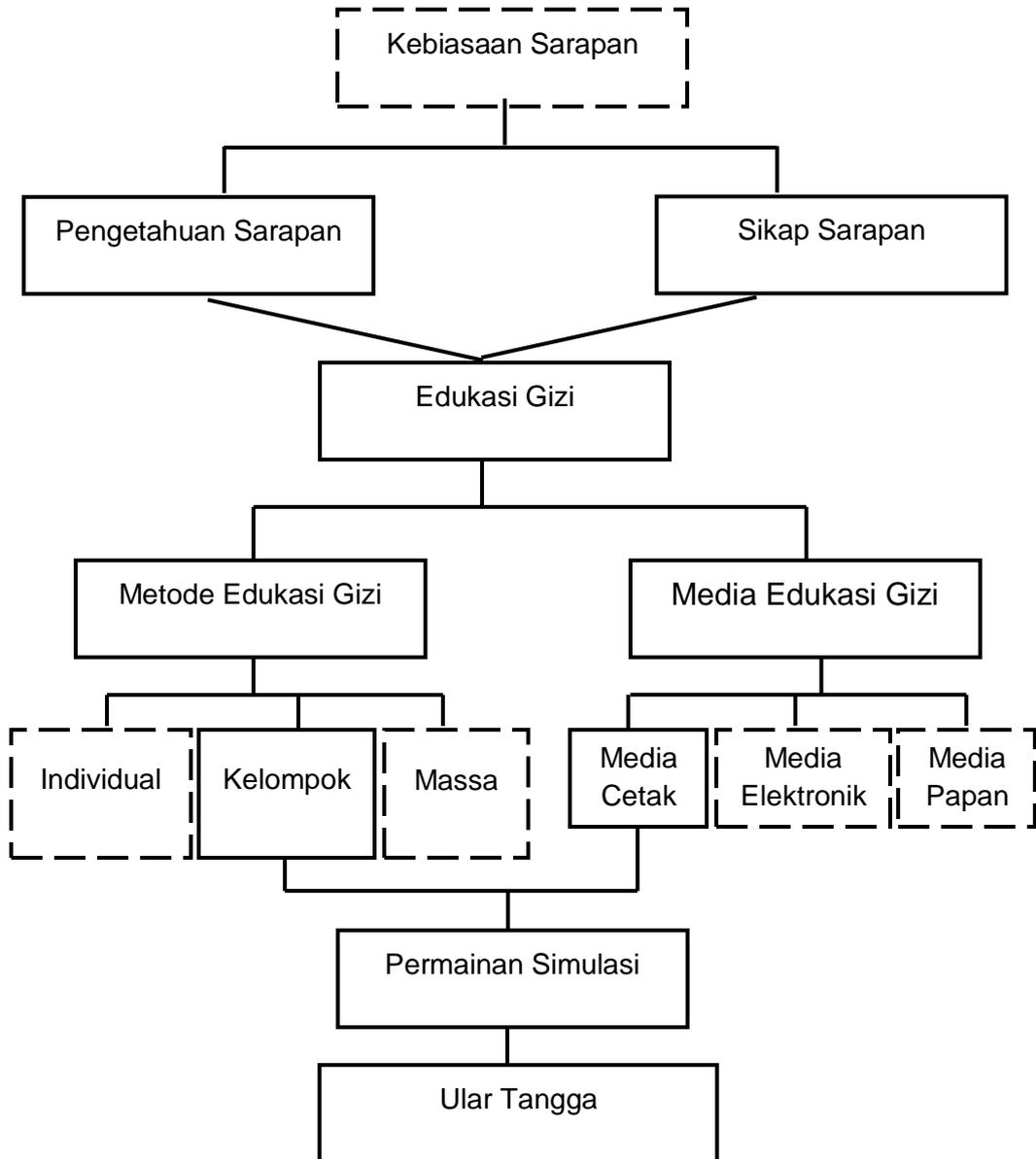
### **1. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik individu (usia, jenis kelamin, pengalaman mendapat pengetahuan gizi, sumber pengetahuan gizi, dan kebiasaan sarapan) siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan
- b. Mempelajari pengetahuan tentang sarapan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan sebelum diberikan edukasi gizi berupa permainan ular tangga
- c. Mempelajari sikap tentang sarapan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan sebelum diberikan edukasi gizi berupa permainan ular tangga
- d. Mempelajari pengetahuan tentang sarapan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan sesudah diberikan edukasi gizi berupa permainan ular tangga
- e. Mempelajari sikap tentang sarapan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan sesudah diberikan edukasi gizi berupa permainan ular tangga
- f. Mempelajari pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan tentang sarapan
- g. Mempelajari pengaruh edukasi gizi menggunakan media permainan ular tangga terhadap sikap siswa MI Bahrul Ulum Randugading Kecamatan Tajinan tentang sarapan

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Bagi sekolah diharapkan dapat memberikan program edukasi gizi berupa informasi/gambaran dan manfaat dari sarapan. Sehingga diharapkan dapat membangun kebiasaan sarapan siswa-siswi secara teratur.
2. Bagi puskesmas diharapkan dapat memberikan program edukasi gizi berupa informasi/gambaran dan manfaat dari sarapan melalui Usaha Kesehatan Sekolah
3. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya sarapan yang ditunjang oleh pengetahuan gizi dapat menghindarkan mereka dari permasalahan gizi dan kesehatan.
4. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu dan menjadi landasan bagi pengembangan penelitian-penelitian sejenis di masa yang akan datang, terutama dalam bidang gizi untuk anak sekolah

#### D. Kerangka pikir peneitian



Variabel yang diteliti

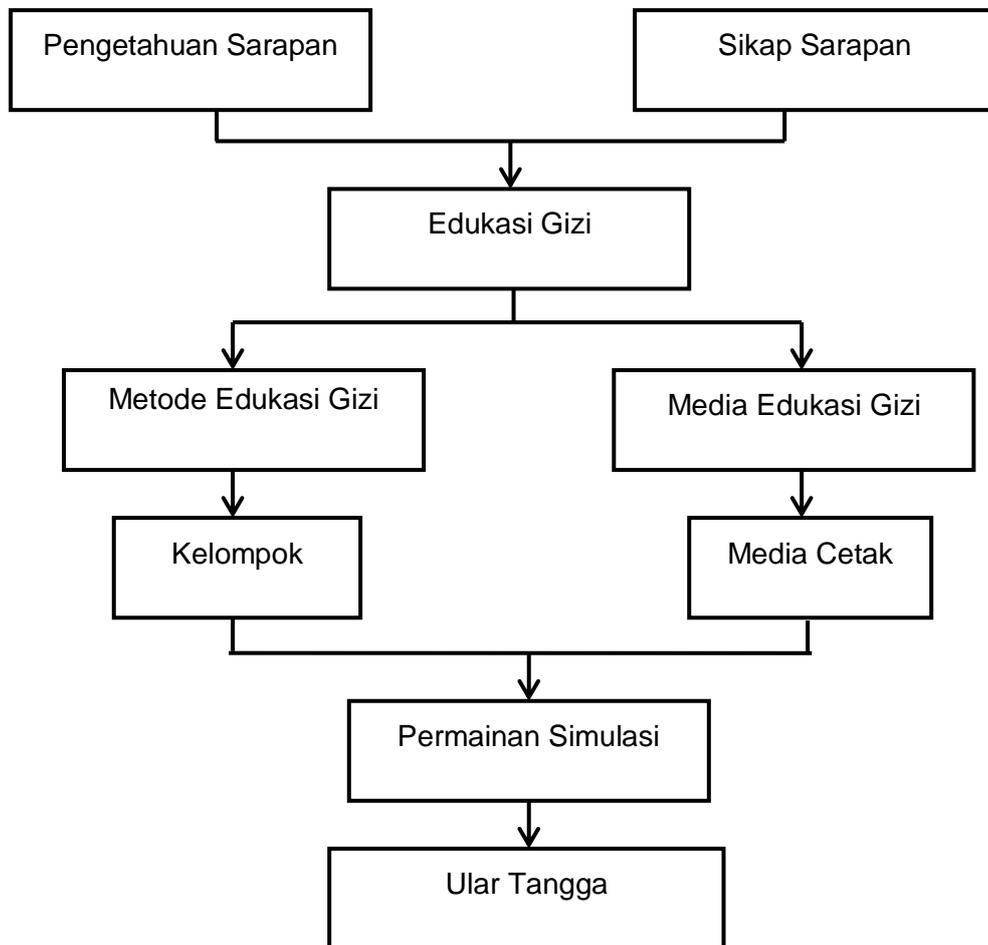


Variabel yang tidak diteliti

**Keterangan:**

Kebiasaan sarapan dipengaruhi oleh 2 hal, yaitu pengetahuan dan sikap tentang sarapan. Pengetahuan dan sikap tentang sarapan dapat diubah melalui edukasi gizi. Edukasi gizi memiliki 2 komponen yaitu metode dan media edukasi. Metode edukasi gizi menurut Ali (2010) dibagi menjadi 3 macam yaitu metode edukasi individual, kelompok, dan massa. Sedangkan media edukasi gizi menurut Notoatmodjo (2007) dibagi menjadi 3 macam yaitu media cetak, media elektronik, dan media papan. Variabel yang diteliti yaitu metode kelompok dan media cetak yaitu permainan simulasi (permainan ular tangga)

### E. Kerangka konsep



**Keterangan:**

Pengetahuan dan sikap tentang sarapan dapat diubah melalui edukasi gizi. Edukasi gizi memiliki 2 komponen yaitu metode dan media edukasi. Variabel yang diteliti yaitu metode kelompok dan medi cetak yaitu permainan simulasi (permainan ular tangga)