

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi dapat terjadi pada semua kalangan atau berbagai kelompok usia, termasuk pada anak usia sekolah yaitu usia 6-12 tahun. Pada kelompok usia ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga memerlukan zat gizi yang optimal dan sesuai dengan kebutuhannya untuk menunjang tumbuh kembang mereka. Namun, pada kelompok usia ini juga rawan mengalami masalah-masalah gizi karena kebiasaan makan yang kurang baik seperti suka jajan sembarangan, tidak suka sayur dan buah, dan suka mengonsumsi makanan-makanan yang kurang sehat sehingga kebutuhan zat gizi dalam tubuh tidak dapat terpenuhi dengan optimal.

Data riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa masalah gizi anak usia 5 – 18 tahun di Indonesia terdiri dari pendek, kurus dan gemuk. Pada anak usia 5-12 prevalensi pendek sebesar 30,7% (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek). Prevalensi kurus (menurut IMT/U) adalah 11,2% (4% sangat kurus dan 7,2% kurus) dan prevalensi gemuk sebesar 18,8% (10,8% gemuk dan 8,8% sangat gemuk). Sedangkan pada data riskesdas tahun 2018 prevalensi pendek, kurus dan gemuk pada anak usia 5-12 tahun secara berturut-turut yaitu 23,6% (6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek), 9,2% (2,4% sangat kurus% dan 6,8% kurus), dan 20% (10,8% gemuk dan 9,2% sangat gemuk). Dan juga tercantum data status gizi anak usia 5-12 tahun provinsi Jawa Timur dengan prevalensi kekurusan sebesar 8% (2,2% sangat kurus dan 5,8% kurus) dan prevalensi kegemukan berada pada angka 24,3% (13,2% gemuk dan 11,1% obesitas) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018:563). Berdasarkan data tersebut menunjukkan terjadi penurunan prevalensi pendek (7,1%) dan kurus (2%), namun pada prevalensi gemuk mengalami peningkatan sebesar 1,2%.

Berdasarkan data riskesdas tahun 2013, 16,9%-50% anak usia sekolah dan remaja di Indonesia tidak biasa sarapan. Sebanyak 26% anak Indonesia hanya mengonsumsi minuman seperti air putih, susu atau teh saat sarapan, dan tidak semua mengonsumsi sarapan yang sehat dan seimbang (Riskesdas, 2018). Hal tersebut berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lydia di SDN Sukoharjo 1 Malang menunjukkan bahwa terdapat 32,6% anak sekolah dasar tidak sarapan, 37,2% anak sekolah dasar hanya sekedar sarapan, 2,3% anak sekolah dasar melakukan sarapan berlebihan, dan 27,9% anak sekolah dasar yang melakukan sarapan sehat.

Salah satu penyebab masih tingginya masalah gizi ditemukan pada anak karena anak belum menerapkan gizi seimbang, termasuk diantaranya kebiasaan sarapan (Prasetyo et al., 2020). Didukung dari hasil penelitian lainnya menunjukkan bahwa permasalahan terkait konsumsi makanan yang sering dijumpai pada anak sekolah yaitu jarang sarapan pagi. Hardiansyah dan Aries (2012) menyatakan bahwa dalam sehari, sarapan yang dikonsumsi anak-anak setidaknya menyuplai kebutuhan gizi sebesar 15-20% dari kebutuhan gizi harian perindividu. Dengan membiasakan sarapan pagi kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi.

Menurut Sartika (2012) kebiasaan sarapan pagi perlu diperhatikan karena akan menentukan pola konsumsi anak saat dewasa nanti dan juga sarapan merupakan sumber energi untuk kegiatan aktivitas dan belajar di sekolah. Banyak anak yang tidak menerapkan sarapan pagi karena mereka lebih memilih mengonsumsi makanan jajanan di luar rumah atau sekolah yang kualitas gizinya belum terjamin (Ravena, 2019). Hal ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan akan pentingnya sarapan yang bergizi.

Sarapan merupakan salah satu perilaku untuk dapat mewujudkan gizi seimbang, namun pada kenyataannya masyarakat Indonesia masih banyak yang belum terbiasa sarapan pagi. Dalam Undang-Undang No 36 tahun 2009 tentang Kesehatan pasal 141 menyatakan bahwa perlunya upaya perbaikan gizi masyarakat yang dilakukan melalui perbaikan pola konsumsi makanan yang sesuai dengan gizi seimbang. Selain itu, dalam Pedoman Gizi Seimbang juga terdapat beberapa pesan gizi seimbang salah satunya yaitu "biasakan sarapan". Oleh karena itu, perlu adanya edukasi gizi untuk mewujudkan pedoman gizi seimbang, salah satunya yaitu membiasakan sarapan pagi serta meningkatkan pengetahuan terkait gizi seimbang kepada anak sejak dini.

Edukasi gizi sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah, membentuk sikap positif pada makanan sebagai upaya untuk membiasakan makan yang baik (Azhari & Fayasari, 2020). Edukasi gizi dapat diberikan dalam berbagai macam metode dan media sesuai dengan sasaran. Di dunia pendidikan telah dikembangkan berbagai metode dalam menyampaikan pesan yang tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan sikap dan keterampilan. Edukasi gizi pada anak sekolah dasar diberikan dengan metode dan media yang sesuai agar dapat menarik perhatian dan memudahkan anak menerima informasi yang disampaikan. Pengelompokan media berdasarkan perkembangan teknologi dibagi menjadi media cetak, audiovisual, dan komputer. Audiovisual merupakan salah satu media yang menyampaikan informasi atau pesan secara audio dan visual.

Media audiovisual mempunyai kelebihan yaitu dapat memberikan gambaran yang lebih nyata, meningkatkan retensi memori karena lebih menarik dan mudah diingat. Kelebihan yang tidak ada pada media lainnya yaitu dengan media audiovisual dapat mengikutsertakan semua panca indera, langsung bertatap muka, dan lebih menarik karena terdapat suara dan gambar gambar yang bergerak (Notoatmodjo, 2010). Video animasi merupakan salah satu media yang menarik untuk edukasi anak sekolah dasar. Video animasi adalah salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan sebagai jembatan untuk mempermudah siswa lebih memahami materi pelajaran yang berisikan kumpulan gambar yang mewakili materi pembelajaran (Ghiffary, 2019).

Penelitian Rahmayanti (2018) menunjukkan bahwa media video animasi berpengaruh positif terhadap hasil belajar siswa pada kelas eksperimen dengan nilai rata-rata pretest sebesar 63,44, sedangkan rata-rata nilai posttest sebesar 90. Hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran seperti video animasi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa dan dapat dijadikan solusi membantu guru dalam proses pembelajaran dengan tayangan materi yang ditampilkan dalam video animasi siswa lebih untuk memperhatikan materi yang disampaikan dan pada saat diminta untuk menjelaskan ulang isi materi yang telah disampaikan melalui video animasi siswa mampu menjawabnya lebih tenang dan baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang dari 38 jumlah siswa kelas 4 menunjukkan 52,6% atau 20 anak setiap hari sarapan, 31,6% atau 12 anak jarang sarapan pagi dan 15,8% atau 6 anak tidak pernah sarapan. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi tentang sarapan. Metode yang akan digunakan adalah penyuluhan dengan media video animasi guna meningkatkan pengetahuan anak sekolah. Bersamaan dengan meningkatnya pengetahuan, maka sikap anak sekolah juga akan meningkat dalam membiasakan sarapan pagi. Jadi, diharapkan dengan edukasi gizi dengan media video animasi ini, permasalahan anak sekolah yang belum terbiasa sarapan dapat diperbaiki.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi tentang pentingnya sarapan pagi terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa kelas 4 di SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi tentang pentingnya sarapan pagi terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa kelas 4 di SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

2. Tujuan Khusus

a. Menganalisis pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media video animasi pada siswa kelas 4 di SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

b. Menganalisis pengaruh sikap sebelum dan sesudah edukasi gizi menggunakan media video animasi pada siswa kelas 4 di SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Berkontribusi menambah literatur terkait penelitian “pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi tentang pentingnya sarapan pagi terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa kelas 4 di SD Negeri 2 Dilem Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” yang dapat menunjang pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di jurusan gizi dan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya.

2. Praktis

a. Bagi Siswa

Edukasi melalui media video animasi lebih mudah siswa memahaminya sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa akan pentingnya sarapan pagi untuk menunjang proses belajar dan produktivitas kerja.

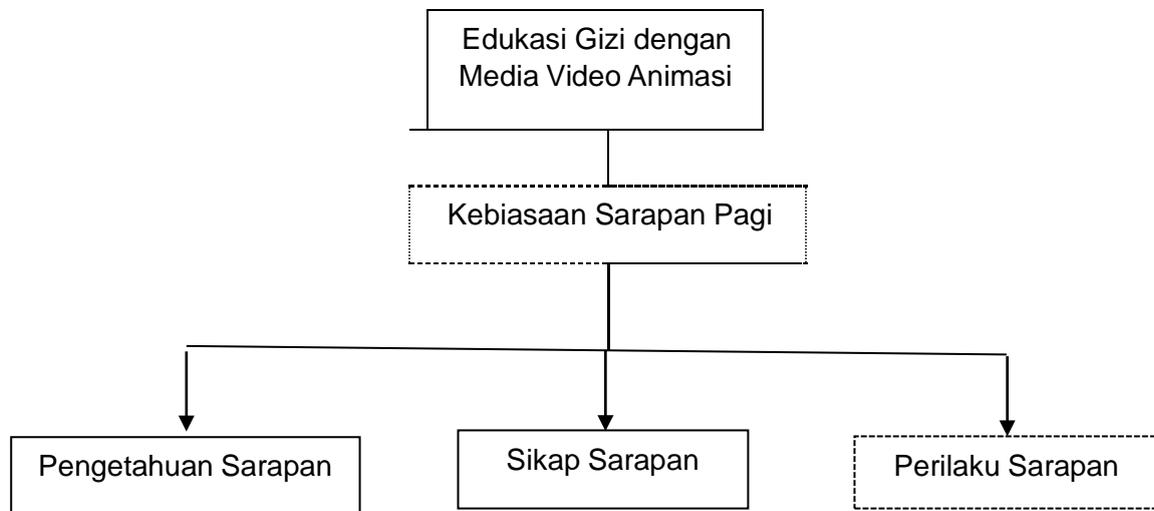
b. Bagi Sekolah

Diharapkan edukasi dengan media video animasi dapat menjadi salah satu cara edukasi yang lebih mudah dipahami anak dalam rangka meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap tentang sarapan pagi. Sehingga diharapkan dapat membangun kebiasaan sarapan siswa/siswi.

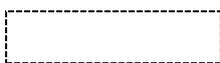
c. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu dan menjadi landasan bagi pengembangan penelitian-penelitian sejenis selanjutnya, terutama dalam bidang gizi untuk anak sekolah.

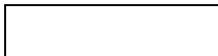
1.5 Kerangka Konsep



Keterangan :



= Variabel yang tidak diteliti



= Variabel yang diteliti