

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sebagian besar negara di belahan dunia memiliki masalah kesehatan dan gizi masyarakat yang perlu diperhatikan. Salah satunya yaitu masalah gizi lebih pada semua kelompok umur termasuk anak usia sekolah. Hal ini ditandai dengan peningkatan prevalensi kelebihan berat badan selama beberapa tahun terakhir. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi gemuk untuk kelompok usia 5-12 tahun, 13- 15 tahun dan 16-18 tahun secara berturut turut adalah 10,8%; 8,3% dan 5,7%. Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi gemuk lebih banyak terjadi pada anak usia sekolah dasar dibandingkan remaja. Gizi lebih yang terjadi pada usia anak sekolah, akan berlanjut menjadi obesitas di usia dewasa. Hal ini dapat meningkatkan peningkatan resiko penyakit tidak menular seperti Diabetes Mellitus type II, stroke, hipertensi, penyakit kardiovaskuler pada masa dewasa serta menyebabkan peningkatan morbiditas dan mortalitas (Sartika, 2011)

Faktor penyebab gizi lebih pada anak sekolah bersifat multifaktorial. Pada umumnya dapat disebabkan karena asupan makanan yang berlebih atau karena pengeluaran energi yang kurang atau keduanya. Menurut Fridawanti (2016) Karbohidrat harus tersedia dalam jumlah yang cukup sebab kekurangan karbohidrat sekitar 15% dari energi yang ada, dapat menyebabkan terjadinya kelaparan dan berat badan menurun, sebaliknya apabila jumlah energi yang tersedia atau berasal dari karbohidrat dengan jumlah yang tinggi dapat menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan. Penelitian yang dilakukan oleh Yulni (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi. Selain asupan karbohidrat, penelitian yang dilakukan Suryandari (2015) menunjukkan bahwa asupan protein total, protein hewani dan protein nabati memiliki hubungan yang signifikan dengan gizi lebih pada anak. Kelebihan asupan makanan sering ditemukan pada anak-anak dalam keluarga dengan sosial ekonomi baik, serta gaya hidup yang santai (*sedentary life style*).

Faktor lain penyebab gizi lebih pada anak usia sekolah dasar antara lain daya beli yang cukup atau berlebih, ketersediaan makanan berenergi tinggi dan rendah serat seperti pada beberapa jenis fast-food yang sekarang menjamur di kota-kota besar, kurangnya aktifitas fisik karena ketersediaan berbagai jenis hiburan yang tidak memerlukan banyak energy, disamping itu pula faktor genetik dan familier yang perlu dipertimbangkan. Selain itu anak-anak usia sekolah sudah dapat memilih dan menentukan makanan yang disukai dan yang tidak, sehingga seringkali anak-anak memilih makanan yang salah, terlebih lagi

jika orangtuanya tidak memberikan petunjuk kepadanya (Hari,2016). Menurut Hari (2016) asupan makanan yang melebihi kebutuhan, kurangnya aktifitas fisik, mengkonsumsi makanan yang rendah serat serta pemilihan makanan yang salah disebabkan karena kurangnya pengetahuan gizi pada anak.

Penelitian yang dilakukan Fauzi (2012) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan gizi sebesar 62% dapat mempengaruhi perilaku makan yang berlebih sebesar 48%. Hasil penelitian Fadhilah (2018) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan gizi sebesar 65,4% ditemukan bukti bahwa perilaku makan yang tidak seimbang sebesar 72,8%. Dan kejadiannya lebih tinggi dari penelitian Fauzi. Kedua peneliti konsisten menemukan bukti bahwa rendahnya pengetahuan gizi dapat mempengaruhi perilaku makan yang tidak seimbang.

Upaya pemerintah yang telah dilakukan untuk mengurangi prevalensi terjadinya gizi lebih adalah dengan dilakukannya program upaya kesehatan sekolah melalui UKS, dalam program tersebut terdapat kegiatan seperti pendidikan gizi bagi anak sekolah untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan dukungan sosial. Pengetahuan, keterampilan serta dukungan sosial ini diharapkan memberikan perubahan perilaku makan sehat yang dapat diterapkan dalam jangka waktu lama (Putu,2015)

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengubah pengetahuan dan sikap anak usia sekolah dasar dengan memberikan pendidikan gizi. Drummon (2010) menyebutkan bahwa dengan pendidikan gizi dapat memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan dan sikap siswa. Pendidikan gizi ini dapat diberikan melalui beberapa media visual. Salah satu media yang dapat digunakan agar menarik perhatian siswa adalah komik. Menurut Daryanto (2013) komik memiliki beberapa kelebihan diantaranya mampu mendukung perkembangan imajinasi siswa dalam pembelajaran sehingga siswa tidak hanya terfokus dengan belajar menghafal (rote learning), penggunaan ilustrasi dalam komik dapat meningkatkan kemampuan analisis siswa dan menemukan informasi yang terdapat didalamnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2017) di SD Hj. Isriati Baiturrahman 1 Semarang menunjukkan dengan adanya pendidikan gizi melalui komik dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi secara signifikan ( $p < 0,05$ ). Penelitian lain yang dilakukan oleh Mariyaningsih (2018) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media komik dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang tablet tambah darah dan anemia dari 15,93% menjadi 21,78% sedangkan untuk sikap dari 53,20% menjadi 62,24%.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menganalisis efektivitas edukasi gizi dengan media komik dan non komik terhadap tingkat pengetahuan, sikap serta asupan protein dan karbohidrat pada anak usia sekolah dasar.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah edukasi gizi dengan menggunakan media komik lebih efektif dari pada edukasi dengan non komik dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perubahan pada asupan karbohidrat dan protein pada anak usia sekolah dasar?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui efektifitas edukasi gizi antara media komik dan non komik terhadap pengetahuan, sikap serta perubahan asupan protein dan karbohidrat pada anak usia sekolah dasar

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui efektifitas antara edukasi dengan media komik dan non komik terhadap peningkatan pengetahuan gizi pada anak usia sekolah dasar
- b. Mengetahui efektifitas antara edukasi dengan media komik dan non komik terhadap peningkatan sikap gizi pada anak usia sekolah dasar
- c. Mengetahui efektivitas antara edukasi dengan media komik dan non komik terhadap perubahan asupan protein pada anak usia sekolah dasar
- d. Mengetahui efektivitas antara edukasi dengan media komik dan non komik terhadap perubahan asupan karbohidrat pada anak usia sekolah dasar

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan ilmu pengetahuan serta wawasan baru tentang efektivitas edukasi gizi dengan media komik terhadap pengetahuan, sikap, serta asupan karbohidrat dan protein pada anak usia sekolah dasar.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk merencanakan program intervensi gizi dalam upaya peningkatan tingkat pengetahuan dan sikap, serta memperbaiki asupan protein dan karbohidrat pada anak usia sekolah dasar.