

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan salah satu aset bangsa yang diharapkan sebagai peran generasi penerus bangsa dimasa yang akan mendatang. Salah satu upaya generasi adalah pemberian zat gizi yang mampu menjadi generasi yang produktif. anak dalam masa usia sekolah masih sangat membutuhkan zat-zat gizi seperti energi, protein dan zat-zat gizi lainnya. Dan prestasi belajar yang tinggi mengindikasikan pengetahuan yang baik (Anggraini & Damayanti, 2017). Masa remaja adalah penduduk yang sedang berada pada rentang usia 10 – 19 tahun dalam periode transisi dari masa anak – anak menuju masa dewasa. Menurut (Pattimah, 2021)

Sarapan atau makan dan minum pagi adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian (15—30%) kebutuhan gizi harian dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan cerdas (Hardinsyah 2012). Anak-anak yang melewatkan waktu sarapan akan mengalami gangguan fisik terutama kekurangan energi untuk beraktivitas. Dampak lain juga akan dirasakan pada proses belajar mengajar yaitu anak menjadi kurang konsentrasi, mudah lelah, mudah mengantuk dan gangguan fisik lainnya. Anak – anak yang sarapan memiliki performa yang lebih baik dalam perkembangan kognitif di sekolah dibandingkan mereka yang tidak sarapan. Masalah mengantuk atau rasa kantuk yang tinggi menyebabkan anak – anak kesulitan dalam proses belajar atau sulit untuk berkonsentrasi disekolah (Ahmad dkk, 2011).

Sarapan merupakan salah satu praktek pemberian makan. Kebiasaan makan pada masa anak dan remaja dapat berdampak pada kesehatan terutama masalah gizi pada fase kehidupan yang akan datang yaitu saat dewasa dan usia lanjut. Banyak anak dan remaja yang masih melewatkan waktu makan dan mengonsumsi makanan tidak seimbang (Indiana & Nindya, 2017). Padahal dengan tidak mengonsumsi makanan di pagi hari atau sarapan, maka pada

siang harinya mereka akan makan lebih banyak dikarenakan rasa lapar yang timbul (Almatsier, 2011). Sarapan yang baik dapat meningkatkan status gizi anak (Saragih, 2015). Berbagai kajian membuktikan bahwa gizi yang cukup dari sarapan membekali tubuh untuk berpikir, beraktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Bagi anak sekolah, sarapan terbukti dapat meningkatkan kemampuan belajar dan stamina anak (Gibson & Gunn, 2011)..

Prevalensi hasil analisis data Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa sekitar 16,9% – 50% anak usia sekolah dan remaja, serta rata-rata 31,1% orang dewasa di Indonesia tidak biasa sarapan. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI) (2010), masalah ditemukan di Indonesia bahwa 16,9-59% anak usia sekolah dan remaja tidak terbiasa sarapan dan 44,6% remaja yang terbiasa sarapan ternyata mengonsumsi sarapan berkualitas rendah dan tidak sehat. Sarapan pagi dapat menyumbang kontribusi energi sebesar 25% dari tingkat kebutuhan total energi harian. Hasil studi di Indonesia sekitar 20-40% anak-anak Indonesia tidak terbiasa untuk sarapan (Hardinsyah, 2012). Menurut penelitian yang dilakukan suwardani et al (2013) sebanyak 64,1% tidak melakukan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah. Menurut hasil penelitian Sofianita, dkk (2015), menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi anak dengan kebiasaan sarapan, yaitu 76,3% anak sekolah yang sarapan memiliki pengetahuan gizi baik. Sedangkan anak sekolah yang memiliki pengetahuan gizi kurang hanya 59,3% yang sarapan .

Dalam melakukan penyuluhan gizi adanya media atau alat peraga sangat penting untuk memperjelas pesan dan agar efektivitas pendidikan gizi semakin meningkat (Jatmika dkk, 2019). Penyuluhan gizi adalah upaya menjelaskan, menggunakan, memilih dan mengolah bahan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku perorangan atau masyarakat dalam mengonsumsi makanan sehingga meningkatkan kesehatan dan gizinya (Persagi, 2010)

Media yang dinilai tepat digunakan dalam penyuluhan adalah video. Video merupakan media penyuluhan yang menarik perhatian dan dapat menstimulasi lebih banyak indera, sehingga mampu memberikan hasil yang lebih optimal. Video juga dapat diputar berulang kali tanpa mengubah isi materi (Dianna dkk,

2020). Hal ini dikarenakan pembelajaran dengan menggunakan video atau animasi lebih berhasil karena mampu masuk melalui dua sensor indera manusia yaitu melalui mata dan telinga. Hal didukung oleh pernyataan Dale dalam Sudirman (2006) bahwa pengalaman belajar seseorang 75% diperoleh dari indera pengelihatan (mata), 13% melalui indera pendengaran (telinga) dan selebihnya melalui indera yang lain (Apriansyah, Sambowo, Maulana, 2020). Dalam memberikan penyuluhan gizi, penggunaan video dapat membantu dalam proses penyampaian materi dengan lebih jelas dan sasaran juga dapat menerima informasi dengan lebih jelas dan tepat.

Hasil studi pendahuluan untuk mengetahui pemahaman tentang sarapan pagi pada siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang sarapan pagi cukup (72%). Sementara itu menurut Kepala Madrasah, siswa belum pernah mendapatkan penyuluhan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut perlu adanya penelitian mengenai Pengetahuan Dan Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi Anak Sekolah Tentang Sarapan Pagi Menggunakan Media Video Animasi Pada Siswa Kelas VII Mts. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas didapatkan rumusan masalah sebagai berikut “Apakah terdapat Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi Anak Sekolah Tentang Sarapan Pagi Menggunakan Media Video Animasi Pada Siswa Kelas VII Mts. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi Anak Sekolah Tentang Sarapan Pagi Menggunakan Media Video Animasi Pada Siswa Kelas VII Mts. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini yaitu sebagai berikut.

- a. Mengetahui pengetahuan siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang tentang sarapan pagi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang sarapan pagi dengan menggunakan media video animasi
- b. Menganalisis perbedaan pengetahuan siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang sarapan pagi dengan menggunakan media video animasi
- c. Mengetahui sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang tentang sarapan pagi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang sarapan pagi dengan menggunakan media video animasi
- d. Menganalisis perbedaan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang sarapan pagi dengan menggunakan media video animasi

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya sarapan dan data serta materi pengetahuan dan sikap yang berkaitan dengan status gizi terutama pada anak sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat memberikan program penyuluhan gizi berupa informasi dan manfaat dari pentingnya sarapan pagi sehingga dapat membiasakan sarapan pagi sebelum kegiatan belajar di sekolah

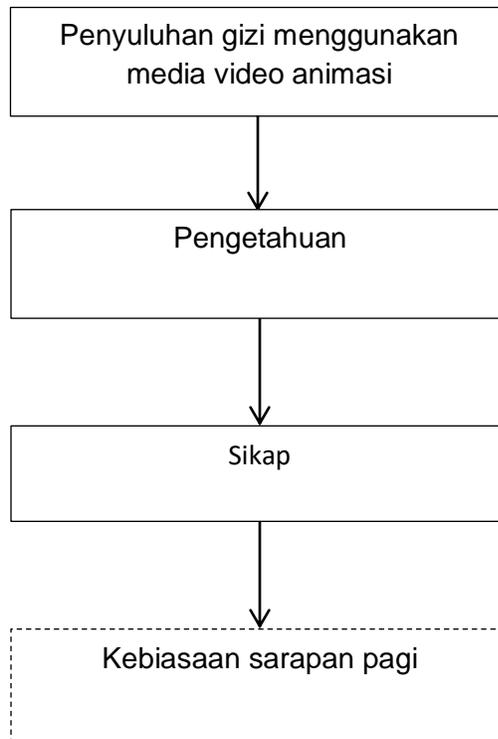
b. Bagi Pukesmas

Diharapkan dapat memberikan program penyuluhan gizi berupa informasi dan manfaat dari pentingnya sarapan pagi melalui usaha kesehatan sekolah

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan penelitian lebih lanjut di masa akan yang datang sehingga memperoleh hasil lebih baik dan efektif.

E. Kerangka Konsep



Gambar 1.1 Kerangka Konsep

Keterangan :



Berdasarkan kerangka konsep tersebut penyuluhan gizi menggunakan media video animasi merupakan variabel bebas atau *independent*. Kebiasaan sarapan dipengaruhi oleh 2 hal, yaitu pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi. Pengetahuan dan sikap tentang sarapan dapat diubah melalui penyuluhan gizi dengan cara mengubah pengetahuan dan sikap ke arah yang baik dibantu dengan media video animasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Pengetahuan diperoleh dari kuesioner pertanyaan. Sikap diperoleh dari mengisi kuesioner yang berisi pertanyaan sangat setuju, setuju, sangat tidak setuju dan tidak setuju. Oleh karena itu perlu adanya penyuluhan gizi dengan media video animasi tentang sarapan pagi yang sesuai dengan umur dan diminati agar dapat menarik

perhatian anak dan juga dapat memudahkan anak dalam belajar tentang informasi sarapan pagi.

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini antara lain sebaga berikut:

1. Ada perbedaan penyuluhan gizi anak sekolah tentang sarapan pagi terhadap perubahan pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah pada siswa kelas VII MTS Almaarif 02 singosari Kabupaten Malang
2. Ada perbedaan penyuluhan gizi anak sekolah tentang sarapan pagi terhadap perubahan sikap siswa antara sebelum dan sesudah pada siswa kelas VII MTS Almaarif 02 singosari Kabupaten Malang