BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan masa-masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita. Usia anak sekolah merupakan kelompok rentan gizi, karena kelompokini berhubungan dengan proses pertumbuhan yang relatif pesat dan memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah besar untuk pertumbuhan dan perkembangannya (1). Aktifitas pada anak usia sekolah terus meningkat seperti bermain, berolahraga atau membantu orang tua dalam bekerja. Asupan gizi yang optimal, baik dari segi kualitas maupun kuantitas diperlukan agar anak mengalami tumbuh kembang yang optimal (2).

Anak usia sekolah tidak luput dari masalah gizi ganda yaitu kegemukan dan kurang gizi. Berdasarkan data The National Measurement Programme (NCMP) di Inggris tahun 2017/2018 menunjukkan prevalensi anak umur 10-11 tahun dengan obesitas sebesar 20,1% dan overweight 14,2% (3). Berdasarkan data Riskesdas 2018, secara nasional prevalensi gizi gemuk berdasarkan indeks IMT/U pada anak umur 5-12 tahun yaitu sebesar 19,2% (10,8% gemuk dan 9,2% sangat gemuk), prevalensi tersebut meningkat 0,4% dibandingkan tahun 2013 yaitu sebesar 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk 8,8%. Hasil Riskesdas 2018 di Jawa Barat menunjukkan prevalensi gizi gemuk (IMT/U) pada anak 5-12 tahun sebesar 21,3% (11,7% gizi gemuk dan 9,6% sangat gemuk) sedangkan pada tahun 2013 sebesar 18,6% (10,7 gizi gemuk dan 7,9% sangat gemuk) hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan sebesar 2,7%, sedangkan prevalensi gizi gemuk (IMT/U) di Kota Bandung dari hasil Riskesdas Jawa Barat 2013 sebesar 18,9% terdiri dari 12,1% gizi

gemuk dan 6,8% sangat gemuk, data tersebut lebih tinggi 0,3% dari angka provinsi Jawa Barat (4).

Dalam hubungannya dengan kegemukan minuman berpemanis adalah salah satu faktor pendukung terjadinya masalah gizi pada anak (5). Minuman berpemanis yaitu minuman ringan, minuman berkarbonasi, jus buah dan susu manis, bersumber energi tinggi yang memiliki nilai gizi rendah dan dianggap sebagai sumber utama nilai tambah gula dalam makanan anak-anak (6). Minuman berpemanis (*sugar-sweetened beverage*) adalah minuman yang diberi tambahan gula termasuk air soda, jus buah dengan tambahan gula, minuman berenergi, teh dan kopi yang ditambahkan gula dan minuman manis lainnya. (7).

Tingginya tingkat konsumsi minuman berpemanis merupakan fenomena yang sering ditemui dikalangan anak-anak dan remaja di seluruh dunia (6). Berdasarkan hasil penelitian, terdapat perbedaan konsumsi minuman buah/jus dan minuman ringan anak-anak usia 10-12 tahun di beberapa negara di Eropa: di negara Spanyol asupan minuman buah/jus berkisar 236,2 ml/hari dan 380 ml/hari pada anak-anak di Belanda dan Slovenia, sedangkan konsumsi minuman ringan di Belanda, Hongaria dan Belgia lebih dari 450ml/hari lebih tinggi. Angka tersebut jika dibandingkan dengan negara Yunani dan Spanyol yaitu berkisar kurang dari 200ml/hari (8). Penelitian di Malawi pada tahun 2015 menunjukkan, 50 dari 60 anak mengonsumsi minuman berpemanis setiap harinya dimana, kebanyakan anak-anak tersebut mengonsumsi selama waktu makan, sebelum pergi ke sekolah dan setelah pulang sekolah. Sepertiga anak dilaporkan mengonsumsi hingga 300ml beberapa minuman berpemanis setiap harinya(9).

Prevalensi konsumsi makanan/minuman manis ≥1 kali per hari masih mengalami peningkatan dalam 5 tahun terakhir. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, konsumsi makanan/minuman manis ≥1 kali per hari di

Indonesia pada anak usia 10-14 tahun sebesar 52,5%. Konsumsi makanan/minuman manis ≥1 kali per hari pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 9,36% yaitu menjadi sebesar 61,86% jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2013. Hasil Riskesdas 2013 di Jawa Barat menunjukkan, konsumsi makanan/minuman manis ≥1 kali per hari sebesar yaitu 54,2%, sedangkan pada tahun 2018 sebesar 63,91%, hal tersebut menunjukkan peningkatan sebesar 9,71%. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 di Kota Bandung, konsumsi makanan/minuman manis ≥1 kali per hari sebesar 61%, data tersebut lebih tinggi 6,8% dibanding angka provinsi Jawa Barat (4).

Tingkat konsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dari hasil beberapa penelitian menujukkan masih tergolong tinggi per harinya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Akhriani di Bandung pada tahun 2016 menunjukan, 97% responden siswa SMP dari total 100 responden mengonsumsi minuman berpemanis lebih dari rekomendasi yang dianjurkan dengan rata-rata jumlah gula pada minuman berpemanis seluruh responden adalah 60,43 gram. Angka tersebut sudah melebihi anjuran konsumsi gula sehari menurut Permenkes tahun 2013 yaitu sebesar 50 gram per hari (10). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tara di Cimahi pada tahun 2019 menunjukan 45,7 persen responden siswa SMA mengonsumsi minuman berpemanis dalam kemasan secara berlebih dengan rata-rata konsumsi gula dari minuman berpemanis dalam kemasan lebih rendah 0,72 gram dari anjuran (12 gram/hari) (11). Hasil penelitian yang dilakukan Henny pada di Semarang tahun 2015 menunjukkan frekuensi siswa mengonsumsi minuman serbuk instan sering (≥10 kali/minggu) sebanyak 72% (12).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh G.A. Savitri K.P tahun 2017 menunjukan rata-rata besar konsumsi minuman berpemanis pada siswa SD sebesar 69,9 gram perhari (13). Dalam 300-500 ml satuan saji minuman berpemanis yang beredar di Indonesia terkandung gula

sebanyak 37-54 gram (10). Jumlah kandungan gula tersebut sudah melebihi rekomendasi penambahan gula yang aman pada minuman yaitu sebesar 6-12 gram (14).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Davy dkk tahun 2015 menunjukkan ≥ 1 penyakit kronis berhubungan dengan konsumsi minuman manis (*p-value*= 0,02) (15). Menurut penelitian Colorado State University tahun 2016, konsumsi minuman berpemanis yang berlebih berhubungan dengan penyakit obesitas, metabolik sindrom, diabetes melitus tipe II, penyakit jantung, gangguan ginjal, kanker dan osteoporosis (16). Selain itu, mengonsumsi minuman berpemanis berlebihan dapat mempengaruhi fungsi otak dan gangguan perilaku seperti gangguan emosi, gangguan bicara, hiperaktif hingga memperberat gejala autisme (1). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Millar dkk tahun 2014 menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi minuman manis dan makanan lemak tinggi dengan kenaikan z-score BMI pada anak-anak sehingga diperlukan adanya tindakan nyata untuk mengatasi dampak konsumsi minuman manis pada anak-anak (17).

Dalam upaya untuk menekan peningkatan angka obesitas minuman berpemanis dan perilaku yang tidak sehat lainnya pada anak-anak yang meningkat selama 2 dekade terakhir maka telah menjadi target dalam intervesi kesehatan masyarakat (6). Salah satu faktor yang dominan dalam mengurangi konsumsi minuman berpemanis adalah adanya paparan yang berulang melalui pendidikan gizi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Battram tahun 2015 mengidentifikasi terdapat beberapa strategi untuk mengurangi konsumsi minuman manis pada anak, termasuk strategi pendidikan antara anak dengan orangtua dan kebijakan di tingkat pemerintah dan sekolah (18). Berdasarkan ulasan pada sistematik review yang dilakukan oleh Paes dkk pada tahun 2015 menunjukkan adanya bukti yang konsisten untuk mendukung faktor-faktor yang berpotensi memodifikasi perilaku konsumsi minuman manis pada anak yaitu pada

level orang tua (permodelan), anak (menonton televisi) dan lingkungan (kebijakan sekolah) (19).Menurut Vercammen tahun 2018 pendidikan di rekomendasikan sebagai salah satu strategi untuk mengurangi konsumsi minuman manis pada anak sekolah (20).

Pendidikan gizi tidak lepas dari media karena melalui media, pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami. Media dibagi menjadi tiga yaitu media cetak, elektronik dan papan. Media cetak terdiri dari berbagai jenis, contohnya booklet, leaflet, flip chart, poster, gambar dan lainnya (21). Kistiantari dan Asri (2014) menyatakan bahwa model pembelajaran dengan bantuan media kartu bergambar mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap penerimaan pengetahuan, media kartu bergambar ini juga dapat digunakan sebagai media permainan (22). Media permainan sangat cocok dalam memberikan pendidikan gizi di sekolah dasar, karena masa anak-anak merupakan masa bermain (23).

Menurut para ahli, indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dan pengetahuan manusia diperoleh/disalurkan melalui indera pandang. 13% melalui indera dengar dan 12% lainnya tersalur melaui indera lain (24).

Media gambar dalam bentuk permainan kartu bergambar dapat digunakan dalam penyampaian pesan. Keunggulan media gambar dengan contoh permainan kartu bergambar yaitu dapat memperjelas suatu permasalahan dengan melihat gambar yang jelas dan sesuai dengan pokok bahasan (25).

Meskipun sudah menggunakan beragam intervensi untuk membatasi minuman berpemanis dikalangan anak-anak dan remaja namun bukti dari intervensi yang berhasil dan efektif masih minim ditemukan (6). Salah satu faktor tidak efektifnya hasil penyuluhan ialah penggunaan media yang kurang aktraktif sesuai pada usia anak, berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Priawantiputri pada tahun 2019 menunjukkan bahwa penggunaan media kartu bergambar efektif dalam meningkatkan pengetahuan namun belum sampai merubah sikap dan perilaku gizi pada anak (26).

Mengingat implikasi serius dari konsumsi minuman berpemanis tinggi untuk diet dan kesehatan pada anak-anak dan pentingnya mengidentifikasi intervensi terbaik dalam pengetahuan dan perilaku. Oleh karena itu peneliti ingin menelaah literatur dari berbagai sumber untuk mengidentifikasi efektivitas penggunaan kartu bergambar untuk mengubah pengetahuan dan perilaku konsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dasar. Sehingga dengan adanya kajian studi literatur ini, intervensi edukasi gizi dapat dilaksanakan dengan efektif dan efisien dalam pencegahan dan pengendalian masalah obesitas dan kesehatan lainnya pada anak sekolah dasar.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas penggunaan kartu bergambar dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku mengonsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dasar?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Studi literatur ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan kartu bergambar dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dasar.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui efektivitas penggunaan kartu bergambar dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan minuman berpemanis pada anak sekolah dasar

2. Mengetahui efektivitas penggunaan kartu bergambar dalam penyuluhan gizi terhadap perilaku konsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dasar

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini meliputi jurnal-jurnal mengenai pemberian penyuluhan dengan menggunakan media terhadap pengetahuan dan perilaku konsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah dasar.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menjadi sarana untuk menerapkan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan, menambah keterampilan dalam melakukan penyuluhan, sebagai sarana pembelajaran yang dapat menambah wawasan peneliti mengenai pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media kartu bergambar terhadap pengetahuan dan perilaku mengonsumsi minuman berpemanis pada anak sekolah, serta menambah wawasan peneliti dalam melakukan penelitian.

1.5.2 Bagi Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi penelitian-penelitian yang sejenis di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.