

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menurut WHO, anak sekolah adalah anak yang berusia antara 7 hingga 15 tahun. Anak-anak dalam kelompok usia ini adalah anak-anak yang sudah bersekolah dan banyak bermain di luar. Oleh karena itu, pengaruh teman, tawaran jajanan aktif, dan kontak dengan sumber penyakit menular sangat besar. Anak-anak mengalami percepatan pertumbuhan yang cepat sebelum pubertas, dimana kebutuhan nutrisi mulai meningkat secara signifikan(1).

Anak usia sekolah merupakan investasi bagi bangsa. Kualitas bangsa masa depan akan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini. Upaya perubahan kualitas sumberdaya manusia harus dilakukan secara tepat waktu, sistematis, dan berkesinambungan. Salah satu indikator kualitas sumber daya manusia adalah fasilitas gizi yang baik, dimana kebutuhan dasar dapat terpenuhi baik secara kualitatif maupun kuantitatif(2).

Salah satu cara untuk mencapai status gizi yang baik yaitu dengan membiasakan makan pagi. Kebutuhan energi anak usia sekolah berkisar antara 2000-2100 kkal(3). Menurut Hardiansyah & Aries (2016), sarapan menyediakan sebagian dari kebutuhan gizi harian, yaitu 15-30% dari kecukupan harian yang dianjurkan untuk hidup sehat, aktif dan cerdas(4).

Masalah gizi yang banyak terjadi pada anak usia sekolah diantaranya adalah masalah malnutrisi. Malnutrisi disini dapat di artikan kelebihan maupun kekurangan salah satu zat gizi(5). Berdasarkan data riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa secara nasional prevelensi kurus pada anak umur 5-12 tahun adalah 6,8%. Sedangkan prevelensi anak sekolah yang mengalami kegemukan mencapai 10,8%(6).

Prevelensi anak usia sekolah yang tidak biasa sarapan pagi menunjukkan angka 59%. Hasil analisis data pangan Riskesdas (2013)

(7) pada 35.000 anak usia sekolah menunjukkan hampir separuh (44,6%) anak yang sarapan pun hanya memperoleh asupan energi kurang dari 15% sehingga tetap tidak memenuhi kebutuhan yang seharusnya.

Penelitian Amalia (2019) menemukan 31,8% anak sekolah tidak melakukan sarapan pagi. Selain itu ditemukan bahwa sarapan berhubungan dengan fungsi kognitif yang terkait dengan konsentrasi belajar dan kehadiran di sekolah. Pada penelitian Ainun (2017), menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat konsentrasi pada anak sekolah yang melakukan sarapan pagi dengan tidak melakukan sarapan pagi yaitu, 33,3% anak sekolah yang tidak sarapan pagi memiliki konsentrasi yang kurang (8).

Dampak yang di timbulkan akibat tidak sarapan tersebut sering kali tidak muncul secara langsung yang baru tampak hasilnya setelah beberapa tahun kemudian, tetapi ada juga yang memiliki sensitifitas tinggi. Dampak yang di timbulkan secara langsung mempengaruhi kerja saluran pencernaan, sakit kepala, gejala alergi dan badan tiba-tiba menjadi lemas. Anak yang tidak sarapan di rumah akan memilih jajan di sekolah dengan memakan jajanan di sekolah secara berlebihan akan menimbulkan penyakit degeneratif (9).

Menurut Budiharto (2013), perilaku adalah hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungannya. Perilaku dapat berupa pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku manusia terdiri dari aspek psikologis, fisiologis dan sosial yang luas. Sulit untuk memisahkan pengaruh dan peran perspektif ini dalam membentuk perilaku manusia (42).

Sikap memegang peranan penting dalam membentuk perilaku. Dalam hal ini dapat ditunjukkan dari sudut pandang individu dalam menghargai sesuatu yang telah dilakukan. Semakin baik seseorang menghargai sesuatu, semakin baik dia bertindak. Sisi baik dan buruk perilaku dapat diketahui berdasarkan tingkat pengetahuan dan sikap individu tersebut. Oleh karena itu, perilaku seseorang sangat besar pengaruhnya terhadap perubahan kesehatan (37).

Media permainan ular tangga merupakan media yang menarik bagi siswa karena penyajiannya tidak seperti media biasanya yang mungkin hanya untuk dilihat dan didengar tetapi disajikan dalam bentuk permainan. Permainan ini sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang masih suka bermain. Permainan ular tangga dapat membantu siswa untuk melatih kemampuan mengingat. Ketika siswa bermain akan terjadi perangsangan tanpa adanya tekanan-tekanan yang dapat berakibat negatif. Rangsangan-rangsangan tersebut akan membuat siswa mengembangkan kecerdasannya, sehingga siswa dengan mudah dapat memahami konsep dan pengetahuan secara alamiah(10).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prita Dhyani dan Swamilaksita (2021) mengenai media ular tangga meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang keamanan makanan jajanan anak sekolah didapatkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan yang signifikan. Pada kelompok perlakuan, sebelum diberikan edukasi didapatkan nilai *pre-test* pengetahuan yaitu 61.50 dan setelah sesi *post-test* kedua nilai pengetahuan meningkat menjadi 77.00. kemudian pada kelompok kontrol, sebelum diberikan edukasi didapatkan nilai *pre-test* pengetahuan yaitu 55.00 dan setelah sesi *post-test* kedua nilai pengetahuan meningkat menjadi 77.00. sedangkan pada sikap menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan terjadi perubahan skor sikap yang signifikan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan. Sebelum diberikan penyuluhan didapatkan nilai *pre-test* yaitu 68.00 dan setelah dilakukan *post-test* yang kedua nilai sikap meningkat menjadi 86.00. kemudian pada kelompok kontrol, sebelum diberikan penyuluhan didapatkan nilai *pre-test* sikap yaitu 64.00 dan setelah sesi *post-test* kedua nilai pengetahuan meningkat menjadi 82.00(11).

Media yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari permainan ular tangga. Pentingnya kebiasaan sarapan terutama pada anak sekolah memerlukan pendidikan gizi yang cukup dan efektif bagi siswa. Media yang baik dapat membawa pesan, menyampaikannya dan mencapai tujuan

dengan baik. Dikarenakan metode pembelajaran untuk anak sekolah dasar lebih banyak menggunakan metode ceramah dengan bantuan dari papan tulis, sehingga penelitian ini ingin mengkaji perubahan perolehan pengetahuan dan sikap terkait sarapan siswa sekolah dasar jika dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media edukasi yang berbeda.

Berdasarkan fenomena yang ada serta pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku terkait sarapan pagi anak di SD Negeri Pasirkaliki 2.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga terhadap pengetahuan sikap dan perilaku pada anak SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga terhadap pengetahuan sikap dan perilaku terkait sarapan anak sekolah dasar di SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mendapatkan data pengaruh intervensi penyuluhan gizi terkait sarapan pagi terhadap perubahan pengetahuan sarapan anak di Sekolah Dasar Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.
- b. Mendapatkan data pengaruh intervensi penyuluhan gizi terkait sarapan pagi terhadap perubahan sikap sarapan anak Di Sekolah Dasar Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.
- c. Mendapatkan data pengaruh intervensi penyuluhan gizi terkait sarapan pagi terhadap perubahan perilaku sarapan anak di Sekolah Dasar Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.

- d. Menganalisis perbedaan pemberian penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga (kelompok perlakuan) dengan media *slide power point* (kelompok kontrol) terhadap perubahan pengetahuan sarapan pagi pada siswa SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.
- e. Menganalisis perbedaan pemberian penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga (kelompok perlakuan) dengan media *slide power point* (kelompok kontrol) terhadap perubahan sikap sarapan pagi pada siswa SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.
- f. Menganalisis perbedaan pemberian penyuluhan gizi menggunakan media ular tangga (kelompok perlakuan) dengan media *slide power point* (kelompok kontrol) terhadap perubahan perilaku sarapan pagi pada siswa SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.

#### **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini meliputi Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan, Sikap dan perilaku pada siswa kelas 5 di SDN Pasirkaliki Mandiri 2.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Merupakan sarana dalam menambah pengetahuan, pemahaman serta pengalaman mengkaji masalah pada bidang gizi masyarakat khususnya dalam penyuluhan gizi.

##### **1.5.2 Manfaat Bagi Sampel**

Menambah pengetahuan dalam sarapan yang bergizi dan seimbang, meningkatkan asupan sarapan pada siswa SD Negeri Pasirkaliki Mandiri 2.

##### **1.5.3 Manfaat Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Bandung**

Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi bagi poltekkes jurusan gizi dalam rangka menambah pengetahuan bagi mahasiswa.