

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Sesuai dengan Instruksi Presiden Republik Indonesia (INPRES RI) Nomor 1 Tahun 2017 Tentang GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) menetapkan bahwa untuk mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dapat dilakukan melalui peningkatan aktivitas fisik, peningkatan perilaku hidup sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit, peningkatan kualitas lingkungan, dan peningkatan edukasi hidup sehat.

Tujuan diadakanya program GERMAS adalah untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Gaya hidup sehat akan memberi banyak manfaat, mulai dari peningkatan kualitas kesehatan hingga peningkatan produktivitas seseorang (Promkes Kemenkes RI, 2017).

Kurangnya kesadaran masyarakat mengenai GERMAS tentang aktivitas fisik dapat digambarkan melalui tingginya prevalensi aktivitas fisik kurang. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur  $\geq 10$  tahun menurut provinsi adalah 26,1% pada tahun 2013 meningkat menjadi 33,5% pada tahun 2018. Dilihat dari proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur  $\geq 10$  tahun di Jawa Barat tahun 2018 adalah 37,5%, angka tersebut berada di atas rata-rata proporsi nasional (Riskesdas, 2018).

Pelaksanaan program GERMAS masih belum berjalan secara baik, hal tersebut dapat digambarkan melalui hasil penelitian Hastuti, Susanti dan Iqomh (2019) mengenai Gambaran Pelaksanaan Kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat, dikatakan bahwa pelaksanaan kegiatan program gerakan masyarakat hidup sehat di Kelurahan Karang Sari kurang baik yaitu 297 responden (90%) tidak melaksanakan tiga indikator germas (melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah dan sayur, cek kesehatan rutin).

Secara global, 81% remaja berusia 11-17 tahun tidak cukup aktif secara fisik pada 2010. Gadis remaja kurang aktif daripada remaja laki-laki, dengan 84% vs 78% tidak memenuhi rekomendasi WHO. (WHO, 2018).

Aktivitas fisik yang tidak memadai merupakan satu dari sepuluh faktor risiko utama kematian global. Orang yang kurang aktif secara fisik memiliki 20%- 30% peningkatan faktor risiko penyebab kematian dibandingkan dengan mereka yang setidaknya melakukan aktivitas fisik selama 150 menit per minggu, atau setara seperti yang direkomendasikan WHO (Warganegara, E., Nur, N. 2016).

Steve Stork dan Stephen W. Sanders (2008: 197-199) Aktivitas fisik sangat penting untuk pertumbuhan perkembangan secara keseluruhan pada anak. Mengoptimalkan penguasaan keterampilan dan sikap yang dapat menyebabkan perilaku yang lebih sehat dalam hidup, dan juga memfasilitasi perkembangan kognitif dan sosial. Penelitian tentang kejadian aktivitas fisik kalangan anak-anak menunjukkan asumsi bahwa, sebagai anak-anak, mereka menciptakan gerak mereka sendiri. Demikian juga, orang tua dan pengasuh tampaknya berasumsi bahwa aktivitas fisik disediakan melalui kegiatan bermain diberbagai tempat,

sebagai perkembangan motorik kasar dan halus anak, serta aktivitas tersebut memberi stimulus pertumbuhan besaran-otot anak, sebagai kesiapan usia remaja (Burhaein, 2017).

Aktivitas fisik pada anak membawa banyak manfaat di samping mengurangi risiko obesitas, penyakit pembuluh darah, dan keganasan di kemudian hari. Pertumbuhan tulang dan otot dapat berlangsung dengan baik. Keterampilan gerak, interaksi sosial, dan perkembangan otak juga terasah saat bermain. Anak yang aktif akan belajar dengan lebih efektif, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Anak akan merasa gembira dan percaya diri, serta memiliki pola tidur yang baik. Aktivitas fisik yang dilakukan sejak dini akan membentuk anak menjadi seorang dewasa dengan gaya hidup aktif (IDAI, 2016).

Tim peneliti WHO menyatakan remaja malas berolahraga karena terlalu asik bermain dengan *gadget*. Leanne Riley, Pakar Penyakit Gaya Hidup WHO menjelaskan para remaja jadi kurang bergerak karena terlalu lama duduk (memainkan *gadget*) (Sulistiowati, 2019).

Menurut *U.S Health and Human Services* (2017) hanya 1 dari 3 anak yang aktif melakukan aktivitas fisik setiap hari. Aktivitas fisik di zaman modern ini sudah jarang dijumpai karena tersedianya alat transportasi yang canggih seperti eskalator, lift, motor dan alat transportasi lainnya. Dengan alat transportasi yang canggih anak-anak untuk pergi ke sekolah akan menempuh jarak jauh lebih cepat dan mudah sehingga tidak perlu berjalan kaki ataupun bersepeda sehingga dengan hal tersebut salah satu penyebab anak kurang melakukan aktivitas fisik (Rumajar, Rompas, & Babakal, 2015). Aktivitas fisik yang kurang dapat mengakibatkan lemak yang

diperoleh tubuh kita tidak dapat diubah menjadi energi sehingga dalam jangka panjang cadangan lemak semakin banyak di dalam tubuh yang menyebabkan terjadinya obesitas (Misnadiarly, 2007).

Penelitian Syam (2017), dikatakan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Anak yang memiliki aktivitas fisik rendah yang mengalami obesitas sebesar 33,3% dan normal sebesar 16,7%. Sedangkan anak yang dengan aktivitas fisik yang tinggi memiliki berat badan yang normal sebesar 31,2% dan obesitas sebesar 18,8%.

Dalam era pembelajaran pada zaman yang semakin maju saat ini, bahwa kehadiran media pembelajaran sesuatu yang bisa dikatakan baik untuk pendidik. Sebagai seorang pendidik yang berpotensi harus dapat membuat dan memanfaatkan media secara baik agar menarik perhatian dan minat belajar peserta didik. Komik dapat mempermudah peserta didik dalam proses pembelajaran, misalnya dalam membaca. Kesenangan anak-anak terhadap komik, dapat dimanfaatkan sebagai pokok utama pemilihan objek pengembangan media pembelajaran (Wardana, 2018).

Peneliti memilih untuk mengembangkan media pembelajaran berbentuk ecomic dalam penelitian ini. Menurut Sudjana dan Rivai E-comic merupakan salah satu media pembelajaran yang cukup menarik bagi siswa. Komik dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk kartun yang mengungkapkan karakter dan memerankan suatu cerita dalam urutan yang erat dihubungkan dengan gambar dan dirancang untuk memberikan hiburan kepada para pembaca (Khotimah, 2016).

Penelitian Khotimah (2016) menggunakan sampel anak kelas lima SD, menunjukkan hasil bahwa pengembangan media *e-comic* materi persiapan kemerdekaan Indonesia pada pembelajaran IPS dikatakan efektif karena mampu meningkatkan hasil belajar siswa.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan mengembangkan media promosi kesehatan pada anak SD usia 11 tahun yang berbentuk komik. Peneliti tertarik untuk meneliti "*Pengembangan Media Komik Aktivitas Fisik Untuk Anak SD Usia 11 Tahun*".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan maka, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "bagaimana mengembangkan media komik tentang aktivitas fisik untuk anak sd usia 11 tahun?".

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Umum**

Menghasilkan media komik tentang aktivitas fisik sebagai media pembelajaran untuk anak SD usia 11 tahun.

### **1.3.2 Khusus**

- a. Mengetahui kelayakan komik cerita aktivitas fisik sebagai media pembelajaran dari segi ahli media.
- b. Mengetahui kelayakan komik cerita aktivitas fisik sebagai media pembelajaran dari segi ahli materi.

## **1.4 Ruang Lingkup**

Penelitian ini menilai kelayakan media yang dikembangkan berdasarkan penilaian para ahli antara lain ahli media, dan ahli materi. Media yang dikembangkan ialah media komik dengan ukuran 21,0 cm × 29,7 cm mengenai aktivitas fisik yang dibuat untuk anak SD usia 11 tahun. Pengembangan media ini dilakukan menggunakan model Borg and Gall yang dimodifikasi oleh Sugiyono. Tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini ialah potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, validasi desain, revisi desain. Penilaian kelayakan dilihat dari setiap instrumen sesuai bidang para ahli.

## **1.5 Manfaat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut:

### **1.5.1 Manfaat Akademik**

Manfaat akademis dari penelitian ini adalah memberikan informasi tentang aktivitas fisik serta dapat memberikan motivasi pada anak SD usia 11 tahun untuk mau melakukan aktivitas fisik.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Peneliti**

Pengembangan media komik dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peneliti dalam membuat media.

b. Bagi Siswa

Komik ini bercerita tentang aktivitas fisik siswa yang dapat menambah wawasan siswa serta menimbulkan minat siswa untuk aktivitas fisik.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Media komik ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai landasan penelitian selanjutnya.

## **1.6 Sistematika Penulisan**

Sistematika dalam penelitian pengembangan media ini disusun sebagai berikut:

### **1.6.1 BAB I Pendahuluan**

Pada bab ini membahas tentang: (1) latar belakang, (2) rumusan masalah, (3) tujuan penelitian, (4) ruang lingkup, (5) manfaat penelitian, (6) sistematika penulisan.

### **1.6.2 BAB II Tinjauan Pustaka**

Pada bab ini membahas tentang landasan teori, kerangka konsep, dan hipotesis. Landasan teori didalamnya berisi: (1) media pembelajaran, (2) pengembangan media pembelajaran, (3) komik, (4) karakteristik anak sd, (5) Pentingnya Aktivitas Fisik Bagi Anak, (6) aktivitas fisik sesuai tumbuh kembang anak usia sekolah dasar dan (7) kerangka konsep.

### **1.6.3 BAB III Metodologi Penelitian**

Pada bab ini membahas tentang: (1) jenis/disain penelitian, (2) waktu dan tempat penelitian, (3) definisi konseptual dan operasional, (4) subjek dan objek penelitian, (5) pengumpulan data, (6) analisis data, (7) keterbatasan penelitian, (8) etika penelitian.

### **1.6.4 BAB IV Hasil dan Pembahasan**

Pada bab ini membahas tentang (1) hasil, dan (2) pembahasan.

### **1.6.5 BAB V Kesimpulan dan Rekomendasi**

Pada bab ini membahas tentang (1) Kesimpulan. (2) Rekomendasi