

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu strategi penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat yaitu mengenai pengetahuan gizi. Berbagai masalah gizi dan masalah kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang [1]. Salah satu masalah yang dapat muncul yaitu adanya ketidakseimbangan asupan makanan, kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan yang dapat memicu beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal tersebut dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, salah satunya terjadi pada anak usia sekolah [1].

Anak usia sekolah merupakan investasi bangsa karena anak usia tersebut merupakan generasi penerus bangsa untuk mencapai sumber daya manusia yang berkualitas. Anak usia sekolah khususnya kelas V SD (10-12 tahun) merupakan kelompok usia yang lebih mandiri dalam berperilaku dan lebih fokus terhadap penerimaan informasi. Kelompok usia tersebut merupakan kelompok usia anak-anak akhir yang masih mengalami tahap tumbuh kembang [2]. Tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian zat gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik dan benar. Kualitas suatu makanan ditentukan dengan memperkirakan bahwa adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh didalam susunan hidangan dan perbandingannya terhadap yang lain. Kuantitas merupakan seberapa banyak zat gizi tersebut dikonsumsi berdasarkan kebutuhan tubuh. Asupan hidangan yang memenuhi ciri-ciri

keperluan tubuh, yaitu dari segi kualitas maupun kuantitasnya, dapat membantu tubuh mencapai kondisi kesehatan gizi yang baik [3]. Pemberian makanan dalam jumlah yang tepat dengan pemilihan jenis makanan yang beragam dan berkualitas dapat menunjang tumbuh kembang anak sekolah menjadi optimal.

Kenyataan yang terjadi saat ini, masih banyak dari anak usia sekolah memiliki kebiasaan makan yang kurang baik dengan asupan zat gizi yang tidak tepat dari segi kualitas maupun kuantitasnya yang berpengaruh terhadap masalah gizi. Berbagai masalah gizi dapat timbul karena asupan zat gizi tidak tepat dari segi kualitas maupun kuantitasnya dan berdampak pada prestasi belajar [4]. Oleh karena itu diperlukan asupan zat gizi yang optimal dengan kualitas dan kuantitas yang tepat untuk mencegah timbulnya masalah gizi pada anak sekolah.

Masalah gizi lebih yang terjadi di Indonesia memperlihatkan kecenderungan yang meningkat sehingga mengantarkan kita pada beban gizi ganda, masalah kurang gizi masih tinggi dan masalah kelebihan gizi yang mulai meningkat. Masalah gizi yang berlangsung terus menerus untuk jangka waktu yang lama dan jika tidak ditangani dengan segera dapat mengakibatkan hilangnya kemampuan generasi muda untuk bertindak secara berkualitas dan cerdas (*lost generation*) [5]. Dengan demikian masalah gizi berdampak pada produktivitas generasi muda dan kemampuan berdaya saing berkurang di masa depan.

Rendahnya pengetahuan anak mengenai gizi seimbang sesuai dengan slogan isi piringku disebabkan karena kurang terpaparnya informasi mengenai pengetahuan gizi. Pandangan masyarakat tentang gizi juga selain belum menerapkan keanekaragaman makanan, tetapi juga tidak menonjolkan aspek proporsi, kecukupan atau berlebihan (*moderation*) setiap jenis makanan. Porsi sayur, nasi, buah dan lauk diasumsikan sama, tetapi nyatanya tidak sama. Perubahan pengetahuan,

sikap, dan perilaku anak perlu diatasi dengan berbagai upaya, salah satunya diberikan penyuluhan gizi pada anak di sekolah. Pengenalan informasi gizi di sekolah merupakan pemberian informasi gizi dengan tujuan perubahan sikap dan mampu merubah praktek dan berdampak pada perilaku [6]. Dengan adanya penyuluhan gizi dapat mengarah pada perubahan sikap dan praktek yang benar pada anak sekolah.

Penyuluhan gizi merupakan salah satu pendekatan yang digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi yang diberikan dan dapat diterima serta dipahami dengan baik oleh audien dan diharapkan bisa memperoleh pengetahuan tentang gizi yang lebih baik. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyuluhan gizi yaitu metode, materi, atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau media yang digunakan untuk menyampaikan pesan [7]. Penyuluhan gizi tidak lepas dari media karena melalui media, pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan yang telah disampaikan tersebut dan dapat memutuskan untuk mengikuti perilaku yang positif.

Anak usia sekolah cenderung bosan mendapatkan pendidikan formal saat di sekolah dengan pembelajaran yang monoton hanya mendengarkan saja. Pembelajaran yang tidak monoton perlu dilakukan dengan pemberian media pembelajaran yang lebih menarik yaitu dengan melibatkan siswa dalam pembelajaran, contohnya media *real food*. Media *real food* digunakan sebagai alat bantu lihat yang membantu menstimulasi indra penglihatan (*visual aids*) dan pendengaran pada saat penyuluhan sehingga sampel dapat lebih mudah paham dan dapat mempersepsikan apa yang dimaksud oleh penyuluh [8]. Meskipun media penyuluhan lain memberikan dampak perubahan yang baik, namun media *real food* ini melibatkan banyak indra dan informasi yang diberikan secara nyata langsung ditampilkan sehingga pembelajaran lebih efektif dan lebih

mudah paham menangkap pengetahuan serta memberikan gambaran yang lebih nyata untuk meningkatkan retensi memori.

Media *real food* merupakan alat bantu makanan yang masih dalam kondisi paling alami (belum mengalami atau hanya melalui sedikit pemrosesan) [8]. Menurut Edgar Dale Pyramid, benda asli mempunyai intensitas yang paling tinggi untuk mempersepsi bahan pendidikan [7]. Berdasarkan pendapat tersebut, maka media *real food* memiliki tingkatan yang paling berpengaruh untuk menjelaskan materi secara nyata dan dapat memberikan kemudahan pemahaman siswa, sehingga mampu meningkatkan pencapaian hasil belajar siswa.

Penelitian yang dilakukan Yolanda (2019) mengenai pengaruh edukasi gizi dengan *food sample* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi makanan jajanan pada siswa SD Korpri II Baleendah menunjukkan hasil yang signifikan terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media *food sample* terhadap peningkatan pengetahuan gizi makanan jajanan pada anak sekolah dasar ($p=0,001$) [9]. Kelemahan penelitian ini yaitu *food sample* yang digunakan dalam penelitian terbatas dan kurang menggali berbagai *food sample* yang ada di lingkungan sehari-hari.

Media lain yang dapat digunakan untuk pendidikan gizi yaitu media *leaflet*. Menurut Supariasa (2012), *leaflet* merupakan selebar kertas yang berisi tulisan mengenai suatu masalah untuk suatu saran dan tujuan tertentu, dan harus dapat dimengerti isinya dengan sekali baca [10]. Kelebihan media *leaflet* ini yaitu sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat. Sasaran juga dapat melihat isinya disaat santai dan sangat ekonomis. Adapun kelemahan media *leaflet* ini hanya bersifat visual dan monoton untuk memperoleh pengetahuan yang jelas [11].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dahniman (2016), mengenai pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* dan video menunjukkan hasil

yang signifikan yaitu terdapat perbedaan perubahan pengetahuan ($p=0.047$), konsumsi buah ($p=0.004$) dan konsumsi sayur ($p=0.043$) antara kelompok media *leaflet* dan kelompok media video. Media *leaflet* kurang menunjukkan perubahan pengetahuan dibandingkan media video [12]. Berdasarkan hal tersebut disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap perubahan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP Al Chasanah tahun 2016.

Berdasarkan observasi sekaligus mewawancarai kepala sekolah setempat menyatakan bahwa sebagian besar siswa tersebut belum mengetahui yang dinamakan slogan isi piringku dan sebagian siswa memiliki kebiasaan makan yang kurang baik, kebiasaan siswa pada umumnya lebih banyak mengonsumsi jajanan di luar sekolah, yang artinya siswa tersebut mempunyai kecenderungan kurangnya mengonsumsi makanan yang sehat dengan kualitas dan kuantitasnya yang cukup setiap hari dikarenakan kurangnya pengetahuan mengenai pesan gizi seimbang sesuai anjuran slogan "Isi Piringku".

SDN Pakusarakan terletak di Kabupaten Bandung Barat dimana program UKS di sekolah tersebut belum berjalan dan belum pernah terpapar informasi kesehatan khususnya informasi gizi, sehingga pemberian informasi gizi berupa penyuluhan gizi pada siswa belum pernah dilakukan. Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menyusun isi piringku dan adanya korelasi dengan metode penyuluhan gizi serta media *real food* yang akan dilakukan di SDN Pakusarakan.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *real food* terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menyusun isi piringku pada siswa kelas V SDN Pakusarakan Kabupaten Bandung Barat ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *real food* terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menyusun isi piringku pada siswa kelas V SDN Pakusarakan Kabupaten Bandung Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik sampel anak sekolah dasar kelompok perlakuan dan kontrol
- b. Mengetahui rata-rata peningkatan pengetahuan anak sekolah mengenai pesan slogan “isi piringku” setelah pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *real food*
- c. Mengetahui rata-rata peningkatan pengetahuan anak sekolah mengenai pesan slogan “isi piringku setelah pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *leaflet*.
- d. Mengetahui rata-rata peningkatan keterampilan anak sekolah dalam menyusun “isi piringku” setelah pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *real food*.
- e. Mengetahui rata-rata peningkatan keterampilan anak sekolah dalam menyusun “isi piringku” setelah pemberian penyuluhan gizi menggunakan media *leaflet*.

- f. Mengetahui peningkatan pengetahuan siswa mengenai pesan slogan “isi piringku” pada kelompok *real food* dan kelompok *leaflet*.
- g. Mengetahui peningkatan keterampilan siswa dalam menyusun isi piringku pada kelompok *real food* dan kelompok *leaflet*.
- h. Mengetahui perbedaan efektifitas penyuluhan gizi antara media *real food* dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyusun isi piringku.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN Pakusarakan sebagai intervensi untuk pemberian penyuluhan gizi dengan media *real food* pada kelompok intervensi dan media *leaflet* pada kelompok kontrol terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan menyusun isi piringku pada siswa kelas V SDN Pakusarakan Kabupaten Bandung Barat. Pada penelitian ini dilakukan pengukuran pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menyusun isi piringku.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

- a. Meningkatkan ilmu dan wawasan penulis dalam gizi masyarakat
- b. Sebagai sarana mengembangkan diri dalam bidang penelitian
- c. Mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat dalam bentuk penelitian di bidang gizi masyarakat

1.5.2 Bagi Sampel, Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta menambah pengetahuan dan keterampilan sampel dalam menyusun isi piringku.

1.5.3 Bagi SDN Pakusarakan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi, menambah pengetahuan dan keterampilan siswa di bidang gizi mengenai pesan slogan “isi piringku”, serta dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah untuk memberikan pendidikan tambahan tentang pemenuhan gizi anak sekolah berdasarkan kebiasaan makan yang baik dengan mengacu pada pesan slogan “isi piringku” yang terdapat dalam pedoman gizi seimbang.

1.5.4 Bagi Jurusan Gizi

Diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran serta referensi bagi rekan-rekan mahasiswa sekaligus yang akan mengambil penelitian berikutnya mengenai bidang gizi masyarakat.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini yaitu perubahan pengetahuan dan keterampilan dapat terjadi bukan hanya dari intervensi, bisa juga didapat dari sumber media lain. Untuk meminimalisir hal tersebut maka enumerator menanyakan kepada sampel mengenai sumber media yang pernah didapatkan sebelum diberikan intervensi.