

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah adalah anak yang berusia antara 6-12 tahun. Seorang anak dikatakan memasuki tahap *middle childhood* ketika berada pada usia 5-10 tahun. Anak usia sekolah dapat dikategorikan dalam fase remaja, yaitu anak yang berada pada usia 9-11 tahun untuk perempuan dan 10-12 tahun untuk laki-laki. Pada masa ini anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik secara psikologis maupun kognitif (Brown, 2005).

Hal ini menjadi penting karena anak sekolah merupakan generasi penerus tumpuan bangsa sehingga perlu dipersiapkan dengan baik kualitasnya, anak sekolah sedang mengalami pertumbuhan secara fisik dan mental yang sangat diperlukan guna menunjang kehidupannya di masa mendatang, guna mendukung keadaan tersebut di atas anak sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar, sehingga memerlukan status gizi yang baik (Depkes RI, 2005; Joshi, 2011).

Menurut Sofa (2008) dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan setiap anak meskipun pada rentan usia yang sama dan status ekonomi yang sama memiliki perbedaan, begitu juga dengan perkembangan emosi dan intelektualitas. Dalam hal ini orang tua mempunyai peranan yang sangat penting dalam membimbing anak agar bisa mengembangkan daya pikir dan kontrol emosi. Apabila terjadi gangguan pada tahap intelektualitasnya maka anak tidak mampu berfikir secara operasional, tidak memiliki kemampuan mental dan kurang aktif dalam berkomunikasi dengan teman sebayanya. Pada perkembangan emosinya setiap anak memiliki perbedaan dalam hal tahapannya. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan jenis kelamin, etnik budaya dan pergaulannya.

B. Pedoman Gizi Seimbang (PGS)

Salah satu sarana pendidikan dan penyuluhan gizi kearah pola hidup sehat dan sadar gizi (perilaku gizi seimbang). Gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan

jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes, 2014).

Provinsi Jawa Timur termasuk salah satu dari tiga provinsi yang mengalami peningkatan masalah gigi dan mulut tertinggi di Indonesia, yakni meningkat sebesar 8.3% dari 20.3% pada tahun 2007 menjadi 28.6% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013).

1. Biasakan menyikat gigi sekurang-kurangnya dua kali sehari setelah makan pagi dan sebelum tidur.

Setelah makan ada sisa makanan yang tertinggal di sela-sela gigi. Sisa makanan tersebut akan dimetabolisme oleh bakteri dan menghasilkan metabolit berupa asam, yang dapat menyebabkan terjadinya pengeroposan gigi. Membiasakan untuk membersihkan gigi setelah makan adalah upaya yang baik untuk menghindari pengeroposan atau kerusakan gigi. Demikian juga sebelum tidur, gigi juga harus dibersihkan dari sisa makanan yang menempel di sela-sela gigi. Saat tidur, bakteri akan tumbuh dengan pesat apabila di sela-sela gigi ada sisa makanan dan ini dapat mengakibatkan kerusakan gigi.

Kebersihan gigi dan mulut merupakan suatu pemeliharaan kebersihan dan hygiene struktur gigi dan mulut melalui sikat gigi, stimulasi jaringan, pemijatan gusi, hidroterapi yang berfungsi untuk mempertahankan gigi dan kesehatan mulut (Huriawati dan Newman, 2002). Karena gigi yang rusak akan menyebabkan rasa sakit, gangguan pengunyahan dan dapat mengganggu kesehatan tubuh.

Dalam meningkatkan kemampuan individu anak sekolah dasar dalam masa pertumbuhan dan perkembangan untuk mengontrol atau mempengaruhi atau mengubah perilaku perlu didorong untuk kearah pola hidup bersih dan sehat sesuai dengan Pesan Khusus Gizi Seimbang point 6 yakni **“Biasakan menyikat gigi sekurang-kurangnya dua kali sehari setelah makan pagi dan sebelum tidur”**.

C. Penyuluhan Gizi

Penyuluhan gizi adalah upaya menjelaskan, menggunakan, memilih dan mengolah bahan makanan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku perorangan atau masyarakat dalam mengonsumsi makanan sehingga meningkatkan kesehatan dan gizinya oleh Sandjaja, dkk (2010). Penyuluhan gizi merupakan bagian integral dari program gizi dan kesehatan. Menurut Supriasa (2012) tujuan dari penyuluhan gizi merupakan bagian dari tujuan penyuluhan kesehatan. Secara umum tujuan penyuluhan gizi adalah suatu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku kearah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi. Tujuan penyuluhan gizi secara khusus yaitu untuk meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.

a. Metode Penyuluhan

Prinsip penggunaan metode adalah lebih dari satu metode atau bervariasi antara metode satu dengan yang lain. Alasan menggunakan metode yang bervariasi adalah setiap metode mempunyai keunggulan dan kelemahan masing-masing. Penentuan metode juga ditentukan berdasarkan tujuan penyuluhan. Tujuan penyuluhan dapat dikategorikan menjadi tiga domain yaitu untuk mengubah pengetahuan, sikap dan keterampilan (Supriasa, 2012).

Menurut Notoatmojo (2012) ada beberapa metode yang digunakan dalam penyuluhan diantaranya :

1. Metode Individual (*Perorangan*)

Metode yang bersifat individual digunakan untuk membina perilaku baru, atau membina seseorang yang mulai tertarik kepada suatu perubahan perilaku atau inovasi. Bentuk pendekatannya dapat dengan bimbingan dan wawancara.

2. Metode Kelompok

Dalam memilih metode ini harus diingat besarnya sasaran serta tingkat pendidikan. Untuk kelompok besar metodenya akan berbeda dengan kelompok kecil.

Efektivitas suatu metode akan tergantung pada besarnya sasaran pendidikan.

Kelompok besar artinya apabila peserta penyuluhan lebih dari 15 orang. Metode yang baik digunakan adalah seminar dan ceramah. Sedangkan untuk kelompok kecil, apabila peserta kurang dari 15 orang maka metode yang cocok digunakan untuk kelompok kecil adalah : diskusi kelompok, curah pendapat (*Brain storming*), bola salju (*snow balling*), kelompok-kelompok kecil (*Buzz Group*), bermain peran (*Role play*), permainan simulasi.

b. Metode Massa

Metode ini cocok digunakan untuk mengkomunikasikan pesan-pesan yang ditujukan kepada masyarakat. Oleh karena itu sasaran bersifat umum, dalam arti tidak membedakan golongan umur, jenis kelamin, pekerjaan, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan dan sebagainya. Pendekatan ini biasanya digunakan untuk menggugah kesadaran masyarakat terhadap suatu inovasi awareness dan belum begitu diharapkan untuk sampai pada perubahan perilaku. Pada umumnya pendekatan ini tidak langsung, biasanya dibantu dengan alat media massa. Contoh metode yang digunakan adalah ceramah umum (*public speaking*), talk show , tulisan dimajalah atau koran baik berupa artikel atau konsultasi tentang kesehatan serta billboard.

D. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu serta merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Menurut Notoatmojo (2012) ada enam tingkatan pengetahuan yaitu tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*aplication*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), evaluasi (*evaluation*).

1. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali (*recall*) suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya . Oleh sebab itu ,tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa

orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan dan menyatakan. Contoh : dapat menyebutkan tanda-tanda jika tidak sarapan pagi.

2. Memahami (*comprehention*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikannya secara benar. Seseorang yang telah paham terhadap suatu objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan dan meramalkan terhadap suatu objek yang telah dipelajari. Misalnya, dapat menjelaskan mengapa harus sarapan sebelum berangkat sekolah.

3. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi yang sebenarnya. Aplikasi juga dapat diartikan sebagai penggunaan hukum-hukum , rumus , metode , dan prinsip.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu obyek kedalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mngelompokan dan sebagainya.

5. Sintesis (*syntesis*)

Sintesis diartikan sebagai kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Contohnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas dan dapat menyesuaikan.

6. Evaluasi (*evaluastion*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Misalnya, dapat membandingkan antara anak0anak yang cukup gizi dengan anak yang kekurangan gizi, dapat menanggapi terjadinya diare di suatu tempat,

dapat menafsirkan sebab-sebab mengapa ibu-ibu tidak mau ikut KB dan sebagainya.

E. Media Pembelajaran

Kata Media berasal dari bahasa latin yang merupakan bentuk jamak dari “medium” yang secara harfiah berarti perantara atau pegantar (Depdiknas, 2003). Makna umumnya adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan informasi dari sumber informasi kepada penerima informasi. Proses belajar mengajar pada dasarnya juga merupakan proses komunikasi, sehingga media yang digunakan dalam pembelajaran disebut media pembelajaran. Media pembelajaran merupakan bagian dari sumber belajar yang merupakan kombinasi antara perangkat lunak (bahan belajar) dan perangkat keras (alat belajar).

Menurut Djamarah dan Aswan (2002: 136) dalam Muhson (2010) menyatakan bahwa media sebagai alat bantu apa saja yang dapat dijadikan sebagai wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan guna mencapai tujuan pembelajaran. Dalam konteks media sebagai sumber belajar, maka secara luas media dapat diartikan dengan manusia, benda, ataupun peristiwa yang memungkinkan peserta didik memperoleh pengetahuan dan ketrampilan.

Pada hakikatnya berbagai batasan yang dikemukakan di atas mengandung pengertian dasar yang sama. Dalam berkomunikasi kita membutuhkan media atau sarana. Secara umum makna media adalah apa saja yang dapat menyalurkan informasi dari sumber Informasi ke penerima informasi. Jadi media pembelajaran merupakan “perangkat lunak” (Software) yang berupa pesan atau informasi pendidikan yang disajikan dengan memakai suatu peralatan bantu (Hardware) agar pesan/informasi tersebut dapat sampai kepada siswa.

1. Manfaat Media Pembelajaran

Secara umum, manfaat media dalam proses pembelajaran adalah memperlancar interaksi antara guru dan siswa sehingga kegiatan pembelajaran akan lebih efektif dan efisien. Tetapi secara khusus ada beberapa manfaat media yang lebih rinci. Kemp dan Dayton (dalam

Depdiknas, 2003) mengidentifikasi beberapa manfaat media dalam pembelajaran yaitu :

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan.
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif
- d. Efisiensi dalam waktu dan tenaga
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa
- f. Media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja
- g. Media dapat menumbuhkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses belajar
- h. Mengubah peran guru ke arah yang lebih positif dan produktif.

Selain beberapa manfaat media seperti yang dikemukakan di atas, masih terdapat beberapa manfaat praktis. Manfaat praktis media pembelajaran tersebut adalah :

- a. Media dapat membuat materi pelajaran yang abstrak menjadi lebih konkret
- b. Media juga dapat mengatasi kendala keterbatasan ruang dan waktu
- c. Media dapat membantu mengatasi keterbatasan indera manusia.
- d. Media dapat menyajikan objek pelajaran berupa benda atau peristiwa langka dan berbahaya ke dalam kelas.
- e. Informasi pelajaran yang disajikan dengan media yang tepat akan memberikan kesan mendalam dan lebih lama tersimpan pada diri siswa.

Suiraka *et al* (2012) menyatakan bahwa manfaat dari penggunaan media sangat luas, sebagaimana dapat diuraikan berikut ini

- a. Merangsang minat sasaran pendidikan. Dengan menggunakan media dalam pendidikan kesehatan, maka sasaran akan lebih termotivasi untuk mengikuti pendidikan kesehatan . Dalam tahap awal media mampu menimbulkan perhatian /atensi sasaran terhadap materi yang akan disampaikan. Media dapat menyebabkan proses pendidikan kesehatan menjadi lebih menarik

perhatian sasaran pendidikan dan tidak kaku, sehingga menumbuhkan motivasi belajar.

- b. Mengatasi keterbatasan ruang , waktu, bahasa dan daya indera. Media dapat mengatasi berbagai keterbatasan dalam proses pendidikan kesehatan. Misalnya keterbatasan ruang . Jika suatu materi kesehatan harus disampaikan kepada masyarakat luas yang tidak bisa dilakukan pada ruang terbatas maka materi ini dapat disampaikan melalui media (saluran) yang sifatnya massa, sehingga dapat diterima secara luas.
- c. Mengatasi sikap pasif sasaran pendidikan dan dapat memberikan perangsangan , pengalaman serta menimbulkan persepsi yang sama. Interaksi belajar dapat ditingkatkan serta persepsi terhadap suatu konsep diantara semua sasaran bisa sama
- d. Mendorong keinginan sasaran untuk mengetahui , mendalami dan akhirnya memberikan pengertian yang lebih baik. Dengan menggunakan media pendidikan kesehatan , sasaran akan lebih tertarik untuk mendalami apa yang telah diketahuinya sehingga mereka akan memperoleh pengertian yang lebih baik
- e. Merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan kepada orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa secara praktis media pembelajaran memiliki beberapa manfaat, antara lain:

- a. Mengkonkretkan konsep-konsep yang bersifat abstrak, sehingga dapat mengurangi verbalisme. Misalnya dengan menggunakan gambar, skema, grafik, model, dan sebagainya.
- b. Membangkitkan motivasi, sehingga dapat memperbesar perhatian individual siswa untuk seluruh anggota kelompok belajar sebab jalannya pelajaran tidak membosankan dan tidak monoton.
- c. Memfungsikan seluruh indera siswa, sehingga kelemahan dalam salah satu indera (misal: mata atau telinga) dapat diimbangi dengan kekuatan indera lainnya.
- d. Mendekatkan dunia teori/konsep dengan realita yang sukar diperoleh dengan cara-cara lain selain menggunakan media

pembelajaran. Misalnya untuk memberikan pengetahuan tentang pola bumi, anak tidak mungkin memperoleh pengalaman secara langsung. Maka dibuatlah globe sebagai model dari bola bumi. Demikian juga benda-benda lain yang terlalu besar atau terlalu kecil, gejala-gejala yang gerakannya terlalu cepat atau terlalu lambat, gejala-gejala/objek yang berbahaya maupun sukar didapat, hal-hal yang terlalu kompleks dan sebagainya, semuanya dapat diperjelas menggunakan media pembelajaran.

- e. Meningkatkan kemungkinan terjadinya interaksi langsung antar siswa dengan lingkungannya. Misalnya dengan menggunakan rekaman, eksperimen, karyawisata, dan sebagainya.
- f. Memberikan uniformitas atau keseragaman dalam pengamatan, sebab daya tangkap setiap siswa akan berbeda-beda tergantung dari pengalaman serta intelegensi masing-masing siswa. Misalnya persepsi tentang gajah, dapat diperoleh uniformitas dalam pengamatan kalau binatang itu diamati langsung atau tiruannya saja dibawa ke depan kelas. 5
- g. Menyajikan informasi belajar secara konsisten dan dapat diulang maupun disimpan menurut kebutuhan. Misalnya berupa rekaman, film, slide, gambar, foto, modul, dan sebagainya.

1. Dasar Pertimbangan Pemilihan Media

Beberapa prinsip yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media menurut Widodo dalam Suraoka (2012) adalah :

- a. Mengetahui dengan jelas untuk apa memilih media tersebut
- b. Tidak didasarkan atas kesenangan pribadi
- c. Menyadari bahwa tiap media memiliki kekuatan dan kekurangan, sehingga dapat dikatakan tidak semua media dapat dipakai untuk semua tujuan
- d. Media yang dipilih disesuaikan dengan materi yang akan disampaikan
- e. Pemakai harus memahami ciri-ciri media sehingga antara media dengan metode yang digunakan sesuai
- f. Pemilihan media disesuaikan dengan kondisi lingkungan
- g. Pemilihan media didasarkan atas tingkat kemampuan sasaran

I. Komik

Komik merupakan media visual berbentuk dua dimensi. Scott McCloud (2008) dalam Skripsi Sariyatul Iyana (2016) menyatakan bahwa komik adalah wadah yang dapat menampung berbagai macam gagasan dan gambar. Komik sesungguhnya lebih dari sekedar cerita bergambar yang ringan dan menghibur.

Menurut Waluyanto (2005) dalam Skripsi Sariyatul Iyana (2016) komik sebagai media pembelajaran atau komik edukasi merupakan alat yang berfungsi untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Dalam konteks ini, pembelajaran menunjuk pada sebuah proses komunikasi antara pelajar (siswa) dan sumber belajar (dalam hal ini komik pembelajaran). Komunikasi belajar akan berjalan dengan maksimal jika pesan pembelajaran disampaikan secara jelas, runtut dan menarik. Komik merupakan jenis media visual yang berbentuk bahan cetak. Kelebihan media bahan cetak adalah dapat menyajikan pesan atau informasi dalam jumlah yang banyak, serta dapat dipelajari oleh siswa sesuai dengan kebutuhan, minat, dan kecepatan masing-masing (Dian Indriyani, 2011).

Kini aktivitas belajar siswa menentukan prestasi belajar siswa. Untuk membuat siswa lebih aktif, kreatif dan inovatif dalam proses pembelajaran memerlukan kreativitas guru. Sampai saat ini komik telah berfungsi sebagai media hiburan yang dapat disejajarkan dengan berbagai jenis hiburan lainnya seperti film, TV, dan bioskop. Komik adalah juga media komunikasi visual dan lebih daripada sekedar cerita bergambar yang ringan dan menghibur. Sebagai media komunikasi Komik merupakan alat bantu lihat (*visual aids*) yang dapat digunakan dalam proses pendidikan.

Menurut Notoadmojo (2003) menyatakan bahwa menurut berbagai penelitian ahli, indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata. Pengetahuan manusia yang diperoleh melalui mata kurang lebih 75-87% sedangkan 13-25% lainnya diperoleh melalui indera lainnya. Selanjutnya menurut Johana (2007) menyatakan bahwa komik sangat efektif digunakan dalam pembelajaran, dengan hasil penelitian 96,2 % siswa menilai bahwa komik mudah dipelajari, karena kata-katanya mudah dimengerti, gambarnya menarik serta isinya dapat menambah pengetahuan tentang materi.

1. Manfaat Komik sebagai Media Pembelajaran

Menurut Angkowo dan Kosasih (2007:22) kelebihan komik ini adalah:

- a. Menggunakan bahasa sehari-hari, sehingga siswa dapat dengan cepat memahami isi dari komik;
- b. Menggunakan gambar-gambar yang dapat memperjelas kata-kata dari cerita pada komik;
- c. Menggunakan warna yang menarik dan terang sehingga siswa akan lebih termotivasi untuk membaca komik;
- d. Cerita pada komik sangat erat dengan kejadian yang dialami siswa sehari-hari, sehingga mereka akan lebih paham dengan permasalahan yang mereka alami.

2. Jenis Cerita Komik

Pembagian komik berdasarkan jenis cerita terdiri dari 4 macam

yaitu :

- a. Komik edukasi
- b. Keragaman gambar dan cerita pada komik menjadikannya sebagai alat bantu atau media untuk menyampaikan pesan yang beragam. Salah satunya kepada masyarakat awam
- c. Komik promosi
- d. Visualisasi komik promosi ini biasanya menggunakan figur superhero atau tokoh yang merupakan manifestasi citra produk yang dipromosikan
- e. Komik wayang Komik yang mengisahkan cerita wayang.
- f. Komik silat
- g. Komik silat sangatlah populer karena tema-tema silat yang didominasi oleh adegan laga atau pertandingan sampai saat ini masih menjadi idola.

3. Langkah-Langkah Membuat Komik

Adapun langkah-langkah membuat komik adalah sebagai berikut:

- Menuliskan ide cerita, narasi, dan dialog.
- Buat sketsa kasar alur cerita visual.
- Pembuatan desain karakter yang dibutuhkan.
- Dari sketsa kasar, jadikan sebuah sketsa rapi, berserat susunan panel yang digunakan, yang biasa disebut sebagai "name".

- Dari name, buat komik jadi yang kemudian dilakukan finishing.
- Saat komik sudah selesai, buat hal-hal lain yang dibutuhkan untuk menjadikan komik lebih menarik, seperti halnya cover depan belakang, jika perlu berikan rincian karakter, namun rincian karakter sangat disayangkan jika dicantumkan, biarkan para pembaca mengetahui sifat dari tiap-tiap karakter melalui cerita yang diangkat.
- Setelah itu komik siap publish ataupun cetak.