

BAB 1

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan disajikan mengenai a) Latar Belakang, b) Rumusan Masalah, c) Tujuan, (d) Ruang Lingkup, dan (c) Manfaat Penelitian

A. Latar Belakang

Gizi adalah zat yang sangat penting bagi tubuh dan didapatkan dari makanan yang dikonsumsi setiap hari. Di Indonesia, masalah gizi saat ini adalah gizi ganda, dimana gizi buruk masih kurang terselesaikan dengan maksimal, dan muncul masalah baru berupa gizi lebih atau *overweight*. (Astuti, dkk., 2020). Masa depan negara sangat bergantung pada kualitas anak-anak saat ini. Pola makan yang tidak tepat akan menghambat perkembangan fisik, mental, dan intelektual anak. Gizi yang baik sangat berperan penting pada anak sekolah untuk memastikan bahwa mereka dapat mencapai kapasitas maksimal mereka terkait pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatannya.

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi status gizi anak usia 6-12 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa 11,2% mengalami masalah gizi dengan kategori kurus menurut Indeks Massa Tubuh berdasarkan Umur (IMT/U), terdiri dari 4,0% yang sangat kurus dan 7,2% yang kurus (Kemenkes RI, 2019). Data dari Pemantauan Status Gizi tahun 2019 menyebutkan bahwa prevalensi anak usia 5-12 tahun yang sangat kurus berdasarkan IMT/U sebesar 3,4%, sedangkan yang kurus

mencapai 7,5% (Kemenkes RI, 2020). Pada tahun 2020, tercatat peningkatan prevalensi anak sekolah yang sangat kurus berdasarkan IMT/U menjadi 4,2%, dengan 8,1% masuk dalam kategori kurus (Kemenkes RI, 2021). Data yang sama juga mencatat bahwa di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2018, prevalensi kekurusan pada anak usia 5-12 tahun mencapai 8%, dengan 2,2% dalam kategori sangat kurus dan 5,8% dalam kategori kurus, sementara prevalensi kegemukan mencapai 24,3%, dengan 13,2% masuk dalam kategori gemuk dan 11,1% dalam kategori obesitas. (Kemenkes RI., 2018).

Salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi dan cenderung lebih rentan mengalami kelainan gizi adalah anak sekolah. Anak sekolah mengalami pertumbuhan fisik, mental, emosional dan kecerdasan dengan cepat. Oleh sebab itu makanan yang mengandung nutrisi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Anak akan tumbuh sehat dengan asupan gizi yang mencukupi, yang akan mendukung prestasi belajarnya. (Kemendikbud, 2016). Anak yang masuk kategori gizi kurang pada perkembangan dan pertumbuhannya akan terganggu, dan dapat mengakibatkan kemampuan berpikirnya menurun karena disebabkan oleh perubahan metabolisme di otak. Oleh karena itu, gizi merupakan faktor penting bagi perkembangan anak yang berkaitan dengan kecerdasan, keterampilan anak. Untuk mengurangi masalah gizi, diperlukan pedoman gizi seimbang sebagai panduan dalam pola makan, aktivitas fisik, kebersihan hidup, dan menjaga berat badan ideal.

Gizi seimbang merupakan suatu hal penting dan perlu diperhatikan pada anak. Kekurangan gizi seimbang pada anak dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kurangnya asupan makanan yang mengandung energi, berprotein (seperti daging, ikan, telur), kalsium, dan mineral yang mudah diserap tubuh. Secara umum, gizi kurang dapat mengganggu proses pertumbuhan, produksi energi, kekebalan tubuh, serta fungsi otak dan perilaku. (Susilowati & Kuspriyanto, 2016). Asupan makanan menu seimbang dan nutrisi yang cukup serta aktivitas fisik yang teratur sangat berpengaruh pada kesehatan anak. Untuk pembiasaan menu yang proporsi pada anak, maka perlu untuk periksa isi piringku. Dalam kehidupan sehari-hari anak sangat perlu diperkenalkan dan dibiasakan dengan istilah "Isi Piringku" dengan gizi seimbang, dikarenakan belum semua anak mengetahui dan dapat menerapkan tentang program isi piringku. Dengan hal tersebut maka perlu adanya peningkatan pengetahuan anak terkait isi piringku.

Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) tentang gizi bagi anak sekolah dapat membantu membiasakan makan yang baik sejak dini, untuk mencapai kesejahteraan dan masa depan anak yang lebih baik. (Damayanti, dkk., 2018). Edukasi yang dapat diberikan kepada anak sekolah adalah dengan menyampaikan ceramah menggunakan media promosi kesehatan. Pemilihan media promosi kesehatan tidak terlepas dari sisi kelebihan maupun kekurangan yang ada pada media tersebut. Menurut

pandangan peneliti, lembar balik merupakan media cetak yang efektif untuk digunakan sebagai media edukasi.

Berdasarkan informasi dari pihak sekolah pada saat peneliti melakukan studi pendahuluan, dikatakan bahwa di MI Tarbiyatul Huda sudah pernah mendapatkan edukasi kesehatan dari puskesmas, akan tetapi untuk edukasi tentang isi piringku masih belum pernah ada atau belum pernah diberikan kepada siswa. Oleh karena itu, maka perlu dilakukan inovasi atau perlakuan dengan pemberian edukasi gizi untuk memotivasi siswa agar terbiasa makan dengan menu gizi seimbang yang sesuai pedoman isi piringku.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut terkait pengaruh edukasi isi piringku dengan menggunakan media lembar balik terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang gizi seimbang di MI Tarbiyatul Huda Kota Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan maka rumusan masalah yang akan diteliti sebagai berikut.

“Bagaimana Pengaruh Edukasi Isi Piringku Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V Tentang Gizi Seimbang di MI Tarbiyatul Huda Kota Malang? ”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijabarkan, maka tujuan penulisan penelitian ini sebagai berikut.

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi isi piringku dengan menggunakan media lembar balik terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang gizi seimbang di MI Tarbiyatul Huda Kota Malang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan siswa kelas V di MI Tarbiyatul Huda tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi isi piringku.
- b. Menganalisis pengaruh edukasi isi piringku dengan menggunakan media lembar balik terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas V tentang gizi seimbang di MI Tarbiyatul Huda.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup ini dibatasi pada bidang gizi anak sekolah dengan intervensi promosi kesehatan berupa edukasi isi piringku tentang gizi seimbang dengan metode ceramah dan menggunakan media lembar balik.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang telah dijabarkan diatas, maka manfaat penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca untuk meningkatkan pengetahuannya terkait isi piringku. Selain itu penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan menambah referensi terkait masalah gizi pada anak sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Poltekkes Kemenkes Malang Jurusan Promosi Kesehatan, serta dapat mengetahui dan menambah wawasan terkait pengaruh edukasi kesehatan melalui media lembar balik tentang isi piringku terhadap pengetahuan siswa usia sekolah.

b. Bagi responden

Responden dapat meningkatkan pengetahuannya tentang gizi seimbang dan isi piringku

c. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian ini.