

BAB 1

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dibahas tentang pendahuluan yang meliputi 6 bagian, yaitu (1) Latar Belakang, (2) Rumusan Masalah, (3) Tujuan Penelitian, (4) Ruang Lingkup, (5) Manfaat Penelitian, dan (6) Keaslian Penelitian.

A. Latar Belakang

Gizi yang baik merupakan salah satu faktor penting untuk kesehatan. Indonesia memiliki masalah gizi yang kompleks, termasuk pada anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) (Nabilah, 2022). Masalah gizi yang terjadi adalah malnutrisi, yaitu kondisi kekurangan atau kelebihan zat gizi yang dapat menyebabkan obesitas atau kurus (Noordyanto, 2023). Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2021, angka kekurangan gizi pada anak usia 6-12 tahun mencapai sekitar 19,6%. Angka ini menunjukkan bahwa hampir 1 dari 5 anak di Indonesia mengalami masalah gizi (Rahayu et al., 2018).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa 11,2% anak usia 6-12 tahun di Indonesia mengalami kurus dan 18,8% obesitas. Pada tahun 2018, prevalensi obesitas meningkat menjadi 20,0% dan prevalensi kurus menurun menjadi 9,2% (Nabilah, 2022). Berdasarkan data Riskesdas Provinsi Jawa Timur tahun 2018, prevalensi Indeks Massa Tubuh (IMT) pada anak usia 6-12 tahun yaitu 2,2% sangat kurus, 5,8% kurus, 13,2% gemuk, dan 11,1% obesitas (Noordyanto, 2023).

Kekurangan atau kelebihan asupan energi pada anak dapat menyebabkan masalah gizi, baik obesitas maupun kurang gizi. Oleh karena itu, penting untuk selalu memantau asupan energi anak agar tercukupi (Trinursari et al., 2022). Faktor penyebab langsung ketidakseimbangan gizi adalah kebiasaan anak memilih makanan, jajan sembarangan, dan kurangnya konsumsi buah dan sayur (Nabilah, 2022). Sedangkan faktor penyebab tidak langsung adalah rendahnya pengetahuan mengenai asupan gizi yang seimbang (Sididi et al., 2023).

Masalah ketidakseimbangan gizi dapat diatasi melalui beberapa faktor yaitu dengan meningkatkan pengetahuan gizi dan memperbaiki asupan makanan. Asupan makanan yang baik harus memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi anak. Pengetahuan gizi yang baik akan mendorong perilaku memilih makanan dengan gizi yang seimbang. Salah satu cara meningkatkan pengetahuan gizi adalah melalui pendidikan gizi. Pendidikan gizi merupakan langkah awal dalam mengatasi masalah ketidakseimbangan gizi pada anak (Sudja et al., 2019).

Salah satu cara untuk mengatasi masalah ketidakseimbangan gizi pada anak sekolah dasar adalah dengan meningkatkan pengetahuan gizi. Hal ini dapat dilakukan melalui pendidikan gizi, yaitu upaya menyampaikan pesan gizi kepada masyarakat, kelompok, atau individu (Nabilah, 2022). Peningkatan pengetahuan melalui pendidikan gizi dapat mencegah kekurangan gizi dan memperbaiki perilaku seseorang untuk mengonsumsi makanan yang seimbang (Rahmy et al., 2020).

Media pendidikan adalah alat bantu yang penting untuk mempermudah siswa dalam belajar (Rahma, 2019). Media dapat membantu meningkatkan

komunikasi dan menarik perhatian siswa, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif (Bua, 2022). Media pembelajaran juga dibutuhkan dalam proses pendidikan kesehatan, karena dapat membantu mempercepat pemahaman sasaran. Media pembelajaran dapat berupa media audio, visual, atau audio visual. Media visual adalah media yang efektif untuk menyampaikan informasi karena menarik, mudah dipahami, dan dapat mengilustrasikan fakta. Anak usia sekolah dasar yang berfikir secara simbolis membuat media visual menjadi media yang paling tepat untuk mereka. Media visual yang mencakup gambar dan penjelasan dapat menjadi media yang tepat untuk pendidikan kesehatan anak usia sekolah dasar (Dini, 2022).

Pendidikan gizi yang diberikan sejak dini dapat membantu mencegah masalah kesehatan jangka panjang, seperti penyakit kardiovaskuler dan obesitas, serta masalah kesehatan jangka pendek, seperti kurang energi, daya tahan tubuh rendah, dan kesulitan konsentrasi. Salah satu cara untuk memberikan pendidikan gizi adalah dengan memberikan edukasi mengenai isi piringku. Kementerian Kesehatan memperkenalkan program “Isi Piringku” untuk menggantikan slogan “4 sehat 5 sempurna” sebagai pedoman makanan sehari-hari untuk mencapai status gizi baik (Sari et al., 2022). Anjuran makan sehat “Isi Piringku” berupa 1/2 piring terdiri dari 2/3 makanan pokok dan 1/3 lauk pauk (porsi makanan pokok lebih banyak dari lauk pauk), serta pada 1/2 piring lainnya terdiri dari 2/3 sayur, 1/3 buah (porsi sayur lebih banyak dari buah) (Nabilah, 2022).

Kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung permasalahan gizi pada anak sekolah dasar. Edukasi mengenai gizi seimbang dengan media *booklet* yang berisi materi isi piringku dapat menjadi upaya yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah dasar tentang asupan gizi yang seimbang. Sekolah adalah tempat yang strategis untuk memberikan edukasi gizi, karena anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu di sekolah dan dapat belajar dari rekan sebaya serta tenaga pendidik (Rahmy et al., 2020).

Studi terdahulu menyatakan bahwa media visual yang berisi materi isi piringku dan kegiatan penyuluhan menjadi media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada responden. Media tersebut dapat membantu responden memahami anjuran mengenai konsumsi makanan yang sehat dan sesuai dengan kebutuhan tubuh anak (Kasmawati et al., 2022). Penelitian lainnya menyatakan bahwa pemberian edukasi gizi dengan metode ceramah telah terbukti mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku siswa sekolah dasar (Rahmy et al., 2020).

Studi pendahuluan dilakukan di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang menggunakan data sekunder tahun 2023. Data 256 siswa menunjukkan IMT siswa kelas 1 hingga kelas 6 sebagai berikut, yaitu sangat kurus sebesar 0,11%, kurus sebesar 0,13%, gemuk sebesar 0,12%, obesitas sebesar 0,14%, dan sisanya yaitu normal sebesar 0,48%. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan studi terkait pengaruh edukasi isi piringku menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar. Penelitian ini

bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengetahui pengaruh "Edukasi Isi Piringku" menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang tentang gizi dan pola makan sehat. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat untuk perbaikan dan pengembangan program edukasi gizi di sekolah, serta dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan masalah gizi pada anak.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi isi piringku menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh edukasi isi piringku menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan siswa tentang gizi seimbang di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang sebelum diberikan edukasi isi piringku.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan siswa tentang gizi seimbang di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang sesudah diberikan edukasi isi piringku.

- c. Mengetahui pengaruh edukasi isi piringku menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang.

D. Ruang Lingkup

1. Ruang Lingkup Materi

Ruang lingkup penelitian ini adalah di bidang promosi kesehatan khususnya mengarah pada pengetahuan siswa sekolah dasar tentang gizi seimbang.

2. Ruang Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini adalah siswa sekolah dasar di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang.

3. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian ini akan dilakukan di SDN Ciptomulyo 1 Kota Malang.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi anak usia sekolah dasar dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan sebagai upaya pencegahan masalah gizi pada anak melalui media *booklet* yang berisi materi isi piringku.

- b. Bagi tenaga promosi kesehatan dapat menggunakan materi isi piringku sebagai bahan edukasi pada anak usia sekolah dasar dengan berbagai variasi metode belajar.

F. Keaslian Penelitian

Skripsi ini asli karya peneliti, meskipun telah terdapat penelitian dengan topik yang sejenis seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020).	Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman	Terjadi peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi tentang pedoman gizi seimbang dan isi piring makan ku. Terdapat perbedaan rata skor pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan <i>p-value</i> 0,020.	a. Desain Penelitian b. Sasaran c. Variabel d. Isi Edukasi	a. Judul b. Tempat Penelitian
2.	Sari, F. K., Nabawiyah, H., Kharisma, K., Rahmatul, M., & Alifitria, S. (2022).	Edukasi Isi Piringku untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Siswa Kelas 4, 5, dan 6 Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam Mantingan Ngawi	Terjadi peningkatan pengetahuan siswa dan siswi setelah dilakukan penyuluhan. Tingkat pengetahuan responden mengenai “Isi Piringku” yaitu 11.18% dari seluruh siswa kelas 4-6 mendapatkan nilai 100, 31.68% dari seluruh siswa kelas 4-6 mendapatkan nilai 80, dan sisanya mendapatkan nilai kurang dari 80.	a. Desain Penelitian b. Sasaran c. Variabel d. Isi Edukasi	a. Judul b. Tempat Penelitian

3.	Kasmawati, K., Gobel, S. Y. V., Astaty, A., & Vera. T. (2022).	Media Kartu Isi Piringku Meningkatkan Pengetahuan Anak Usia Sekolah tentang Gizi Seimbang	Dalam hal ini, media isi piringku dan penyuluhan menjadi media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada responden.	<ul style="list-style-type: none"> a. Desain Penelitian b. Sasaran c. Variabel d. Isi Edukasi 	<ul style="list-style-type: none"> a. Judul b. Tempat Penelitian
4.	Noordyanto, N. (2023).	Poster Edukasi Gizi Seimbang: Sarapan “Isi Piringku Sekali Makan” pada Anak Usia Sekolah di Madura	Berdasarkan studi, dibutuhkan suatu media dengan pendekatan kultural guna meningkatkan pengetahuan kesadartahuan atau melek gizi seimbang untuk mengedukasi masyarakat.	<ul style="list-style-type: none"> a. Desain Penelitian b. Sasaran c. Variabel d. Isi Edukasi 	<ul style="list-style-type: none"> a. Judul b. Tempat Penelitian
5.	Sididi, M., Nurlinda, A., Syahrani, V., & Kurnaesih, E. (2023).	Penyuluhan Kesehatan tentang Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku di SD Inpres Tello Baru	Hasil evaluasi dari games isi piringku siswa mengalami peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang dimana mereka dapat membedakan makanan pokok, sayur-sayuran, buah-buahan, dan lauk-pauk beserta porsi dalam satu piring.	<ul style="list-style-type: none"> a. Desain Penelitian b. Sasaran c. Variabel d. Isi Edukasi 	<ul style="list-style-type: none"> a. Judul b. Tempat Penelitian